

VÄEVALDNE

Meelis Voolmaa (Resev)

Sisukord

„Tõde ja Armastus“	4
I. Inimene	5
Hing, vaim ja keha	5
Religioon, „re ligio“	6
Looduse tsüklid.....	6
Energia 7	
Inimese 3-tasandit	7
Inimese toimimine, EIF-tsükkel.....	7
Inimese küpsemine	9
„MINA“-areng.....	9
7-aastased tsüklid	12
Arenguväljakutsed	13
Hingetasandi avaldumine, inimese küpsemine, tsükli 4. faas	14
7 emotsionaalset baasvajadust	16
Inimese sõltuvuslik loomus.....	19
Perekond. Loomulike väärtuste süsteem	22
Sissejuhatus praktikasse	24
Inimese (energeetika) terviklik kaardistamine.....	26
Esimene samm. Emotsionaalne tasand. Unistamine	29
Teine samm. Intellektuaalne tasand. Võimaluste kandik / to-do list.....	30
Kolmas samm. Füüsiline tasand. Teostamine.....	31
Neljas samm, hingetasandile tee loomine	31
II. OSA. ORGANISATSIOON	32
Organisatsiooni energeetika	32
Organisatsiooni kolm tasandit	33
Organisatsiooni toimimine, EIF-tsükkel	34
Organisatsiooni küpsemine, hingetasandi avamine	35
Miks mõni organisatsioon küpseb, saab targaks, kohandub turuvajadustega; teine aga, või enamus sureb enne 3-5ndat eluaastat?.....	36
Organisatsiooni emotsionaalse kapitali (EC, Emotional Capital) teadlik arendamine, rakendusvõimalused.....	37
Organisatsiooni emotsionaalsed baasvajadused EQ/IQ/PQ-tsükliks.....	41
EC-maatriksi rakendamine	42
1. samm Organisatsiooni emotsionaalse kapitali kaardistamine.....	42
2. samm, unistamine	43
3. samm, võimaluste kandik, to-do list	43

Väärtusloomeahela (VLA) analüüs	43
SPDCA-tsükkel (täiendatud Demingi ring)	44
4. samm. Teeme ära.....	45
 III. OSA. RAHVUSÜHISKOND.....	46
 Ühiskonna 3 tasandit.....	46
 Ühiskonna küpsemine	47
 Arengeväljakutsed	48
 Rahva olemus.....	48
 Rahvusühiskonna arendamine.....	49
 Rahvusliku EC-kapitali kaardistamine.....	50
 Rahvuslik põhiprotsess, väärtusloomeahel (VLA).....	50
 Lõppsõna	52

„Tõde ja Armastus“

Naine on Ilu,
on Loodus oma lõputus kauniduses,
on sünd ja sündimine, on Elu.
Osaks tal armastus ja, armatsemine

Mehel seevastu loomine kanda on,
losside, kauni maailma ehitus, kus
tema armsama ilu, Elu puhkeda saaks.

Nii nagu naine sünnitab Elu,
on mehe osaks siin Surm, ta
valmis peab olema alati,
mõõga tõmbama ja,
surma minema.
Tõe nimel ning naise armastusega.

Mees meenutab Naisele Tõde,
Naine Mehele Armastust.
Nii sees kui väljas

Naises sünnib Ilu,
Sünnib Elu,
kogu oma ettearvamatus kauniduses.
Sünnib Armastus.

Mehes seevastu Elu surema peab, sest
Ainult nii, Surma palge ees ja
läbi tema, Tõde saab ilmnedä,
See mis tõeliselt tähtis ja Tõeline
Elu jaoks on.

I. Inimene

Mis või kes on inimene?

Inimeses on eristatavad kolm tasandit – emotsionaalne, intellektuaalne ja füüsiline, millede küpsedes avaldub järgmine, hingeline tasand.

Inimene on hinge 3-tasandiline inkarnatsioon füüsilises maailmas. Hing omakorda on osake Loojast, Allikast.

Me kõik pärineme samast allikast. Seepärast tõmbab meid üksteise poole lausa üliinimliku jõuga. Sellel teel on vajalik teadvustada, et välised energiaallikad pole meie jaoks need ainsad. Meis endis on olemas Tee, ühendus Allikaga. Oleme lasknud sellel teel rohtu kasvada, kuhjanud sinna takistusi. Kuid oma sisemise raja kord puhastanud, avastame, et meil pole vaja enam väliste mõnutekitajate / suhete külge klammerduda. Kogu vajamineva vabaduse ja armastuse tunde saame ammutada ka enesest, väljast juurdetulev on täiendav kingitus.

Tasandil, kus inimene pole veel enesest teadlik, samastab ta end kohaliku energeetilise (vaimse ja füüsilise spektril) kontekstiga. Kohalik füüsiline keskkond suunab tema kehalisi aistinguid, millest vormuvad tema isiklikud sisemised tunded. Kohalik vaimsus, intellektuaalse tasandiga seonduv info, toob tema teadvusse selle kohaga seonduvad (ajaloolised) pildid. Nendest vormuvad tema teadvuses piltide seeriad, kujunevad mõtted. Inimene samastab end tavaliselt täielikult oma mõtete ning tunnetega.

Peale esmatasandil enesest teadlikuks saamist avastab ta, et ta on kedagi enam – ta pole (ainult) enese füüsiline keha, oma mõtted või tunded. Ta on need, kuid samas on kedagi enam, suutes eneses üleskerkivaid tundelisi aistinguid ning mõtteid jälgida. Avastab, et ei pea enam oma sundmõtetele ja –tunnetele enam pimesi alluma. Ta avab eneses suutlikkuse teadlikult oma vaba tahtega neid valida, juhtida, neid valitseda. Hakkab teadlikult looma, langetama eluterveid, oma keha ja vaimu toetavaid valikuid.

Inimene, olles läbi oma hinge lahutamatu seotud Loojaga, on ise osake Temast. On ise Looja.

Saades enesest teadlikuks, hakkab inimene teadlikult valitsema oma tundeid, mõtteid ja tegusid emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil.

Hing, vaim ja keha

Vaim on inimese intellektuaalse aspektiga seotud osa. Vaimsus ehk sarnaste alateadvuslike ajalooliste mälupiltide-mõtteviiside kogum.

„Tartu vaim“ väljendub selles ruumilises kontekstis elavate inimeste unikaalses mõtteviisis. Ruumiline, geograafiline, kliimatiline kontekst (Emajõgi, Tartu Ülikool) ning kohaga seotud unikaalsed ajaloolised kogemused (mälupildid, piltide seeriad) ning sotsiaalsed suhted on kujundanud selle koha inimestes kohale omase mõtteviisi, elust arusaamise, selle mõtestamise viisi – Tartu inimestele omase mõtlemise viisi. See on erinev näiteks Tallinna inimeste mõtlemise viisist, kelle ruumi on kujundanud meri, pealinna staatus jne. Erinev keskkond on sätestanud erineva selles keskkonnas efektiivseimad mõtlemis- ja tegutsemisviisid, mida kohalikud vaikival kokkuleppel Tõeks tunnistavad. Ühine tõde on kokkulepe.

Eesti kogukondade erinevatest vaimsustest kujuneb/seguneb kokku Eesti vaim(sus), mis on selgelt erinev näiteks Venemaa vaimust ja vaimsusest.

Euroopa riikide vaimsustest kujuneb Euroopa vaimsus, ühine väärtuste ruum, mis on omakorda erinev Aafrika või Ameerika vaimsusest.

Planeet Maa vaimsus ning mineviku kogemus erineb kindlasti mõne muu planeedi elanike mineviku kogemusest, vaimsusest – sellest kuidas nemad reaalsust näevad.

Need on erinevad teadvuse ning alateadvuse tasandid, mida käsitleb oma töödes C.G.Jung.

Inimese keha on moodustunud kohalikust „ehitusmaterjalist“, koondab oma kehas kõiki teisi Maa flooras ja faunas leiduvaid liike.

Inimese kehas on (tänapäevaks) eristatavad 100 triljonit rakku, kes kõik omavad iseseisvat teadlikkust, suheldes omavahel ning keskkonnaga suhestudes. Kõik on energia, vibratsioon. Mida puhtam on inimese keha, seda puhtamad on tema kehalised aistingud. Seda parem on tema keha võime keskkonda aistida, sealt energia omastamise võime.

Kui meie keha püüab võimalikult selgelt aistida keskkonnast tulenevaid signaale, siis meie vaim (füüsilisel tasandil aju) püüab võimalikult objektiivselt (mineviku kogemustele tuginedes) neid keskkonna signaale lahti mõtestada.

Inimene on looduse kroon. Puhastades oma vaimu ja keha ning õppides neid valitsema, võtab inimene vastu maise valitseja rolli koos sellega kaasneva vastutusega looduse liigirikkuse eest hoolitseda. Iga elav liik moodustab osakese inimesest, iga sureva liigiga sureb ka osa inimeses. Planeet Maa tervis peegeldub otseselt inimese tervises ja vastupidi.

Hing on meile isikupärane lüli meie ning jumaliku allika vahel, kellest me kõik pärineme. Hing osana jumalikust allikast on end siia reaalsusse *in carno* kehastanud, omandanud kohapealse mõtteviisi, vaimsuse. Emotsioonid on ühendustee hinge ning maise keha ja vaimu vahel. Emotsioonid kui liikumalükatud (tunde-)energiad varieeruvad kehalisel-vaimusel spektril, indikeerivad meile ühenduse tugevust Allikaga. Mida puhtam ning tugevam on ühendus, seda paremini, täidetumalt end tunneme.

Religioon, „re ligio“

Inimese hing kui osake Allikast kutsub inimest Allikaga üha tugevamat ühendust looma.

Erinevad rahvad tajuvad Jumalat, Allikat tulenevalt nende geograafilisest/kliimaatilisest kontekstist erinevalt. Nad on loonud spetsiifilise religiooni näol konkreetse paiga energeetilistele tingimustele sobiva võimalikult efektiivse õpetuste kogumi jumaliku allikaga ühendumiseks.

Religioon peab olema eelkõige praktiline, aidates inimest elu põhitõdesid avastada, oma eluga paremini toime tulla.

Looduse tsüklid

Oma ringkäigul läbib loodus pidevaid elu ja surma tsükleid, iga päev, kuu ning aasta. Tsükliks on eristatavad 4 faasi – kevad / suvi / sügis / talv. Sarnane 4-faasiline tsükkel – aastaegadele vastavalt emotsionaalne / intellektuaalne / füüsiline / hingeline – toimub ka inimeses.

Esimesed kaks faasi tsükliks – kevad ja suvi - on suunalt väljapoole kasvavad, viimased kaks faasi – sügis ja talv – on suunalt sissepoole, kahanevad.

Inimene on osake Loojast, sarnaselt Loojaga loob eneses terviklikkuse läbi mehelikkuse ja naiselikkuse ühenduse. Inimene avab oma jumalikkuse läbi enese sisemise naiselikkuse (empaatilise, tundliku aspekti) ja mehelikkuse (ratsionaalse, loogilise aspekti), ning välise mehe/naise.

Inimene, osana loodusest läbib elu ja surma, naiselikkuse ja mehelikkuse tsükleid, enda sees ja enda väljas. Selle tulemuseks on uus elu, uus areng.

Energia

Kõik on energia, vibratsioon. Kõik võngub maise ja taevase, naiseliku ja meheliku, armastuse ja tõe, elu ja surma spektril.

Inimest tabav energialaine tekitab temas sisemise, keha – vaim spektril, aistinguid. See on konkreetset situatsiooni, keskkonda peegeldav tunne – soe/külm, magus/soolane, kõva/pehme jne.

Sellest tärkab omakorda emotsioon, meie isiklik reaktsioon tundele. Inglise keeles: **e**nergy + **m**otion = **E**motion.

Inimese 3-tasandit

Inimeses on eristatavad kolm tasandit – emotsionaalne, intellektuaalne ja füüsiline, millede küpsedes avaldub järgmine, hingeline tasand.

Inimene on varustatud järgmiste intelligentsuse liikidega:

1. Emotsionaalne intelligentsus (inglise keeles EQ), ehk **emotsionaalne andekus** ehk **tundetarkus** ehk **tundetaip**. See hõlmab võimet oma tundmusi mõista, tajuda, juhtida ja väljendada (isiklikku kompetentsust); empaatiavõimet ehk võimet teiste inimeste hingeelu mõista (sotsiaalset kompetentsust);
2. Intellektuaalne intelligentsus ehk arukuskvoot (inglise keeles IQ), on käesoleva raamatu kontekstis enam seotud ratsionaalse mõistuse kui intuiitiivse teadlikkusega. See hõlmab inimese intellektuaalset võimet kättesaadavat infot töödelda. Omab mõjususe (info koguse) ning tõhususe (info töötlemise kiiruse) komponenti.
3. Füüsiline intelligentsus (inglise keeles PQ), ehk inimese füüsiline võimekus.
4. Mõnedel inimestel avaldub hilisemas eas, piisava emotsionaalse / intellektuaalse ja füüsilise küpsuse saavutamisel, hingeline ehk spirituaalne intelligentsus (inglise keeles SQ). See väljendab inimese võimekust olla sisemise vaikuse seisundis, vaadelda üleskerkivaid tundeid/emotsioone ning mõtteid, keskkonnas tegutseda oma valikutest lähtuvalt selmet pimesi keskkonnast tulenevatele signaalidele reageerida.

Tasandid on üksteisega tihedalt seotud, ühe areng toetab ka teiste arenemist ning vastupidi.

Inimese toimimine, EIF-tsükkel

Inimene omab enam või vähem teadlikult kolme tasandit – emotsionaalset, intellektuaalset ja füüsilist; tegutseb tsükliliselt, järgnevalt:

1. Keskkonda sisenedes võtab ta läbi oma keha vastu signaale, mis tekitavad tema kehas tundelisi / emotsionaalseid aistinguid. Inimese keha omab enam kui 100 triljonit rakku, kes aktiivselt keskkonnaga ning omavahel suhtlevad; varustavad keha infoga keskkonna suhtes – soe/külm, sõbralik/vaenulik jne.
2. Kehalised signaalid vastu võtnud, analüüsib meie aju saadud infot, kasutab referentsidena minevikukogemusi. Mälu on salvestanud enesse miljoneid pilte kõikidest meiega toimunud

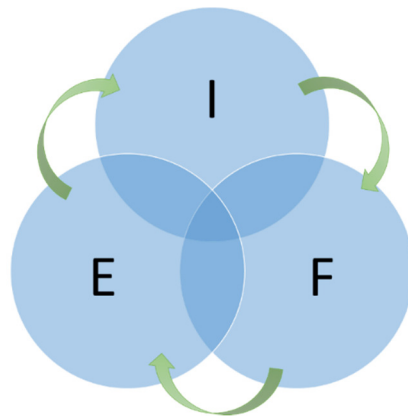
minevikusündmustest, salvestades iga pildi juurde situatsiooniga kaasnenud tundevärvingu. Uude keskkonda sattudes analüüsib meie aju mälu pagasis mineviku neid pilte, mis sisaldavad oleviku situatsiooniga sarnaseid tundeilisi mälestusi ning annab nende põhjal käesolevale situatsioonile hinnangu – nt ohtlik või ohutu, koostab sobiliku käitumisjuhise. Aju kasutab mineviku piltide väljavalimisel referentsina tänase situatsiooniga kaasnevat tunnet.

Psühholoogias nimetatakse seda nähtust ülekandemehhanismideks – aju omadust mineviku kogemused tänasesse päeva üle kanda; mineviku kogemuse põhjal tõlgendada olevikku.

3. Olles aju poolt saanud käitumisjuhise, teostab meie keha vastava operatsiooni.

Inimene sooritab sisemise täistsükli ca 4 x sekundis. St ka iga väiksemagi liigutuse sooritamisel, näiteks arvutiklaviatuuril ühe sõrmeliigutuse tegemisel, toimub analoogne tsükkel – situatsiooni tunnetamine, efektiivseimate tegutsemise võimaluste otsing/analüüs, tegutsemine.

Olles emotsionaalse/intellektuaalse/füüsilise tsükli (edaspidi EIF-tsükkel) sooritanud, oleme loonud füüsilises maailmas uue situatsiooni ning tunnetame/mõtestame lahti ning tegutseme juba uues informaatilises keskkonnas.



/Joonis. EIF-tsükkel/

Oluline on mõista, et aju püüab küll anda situatsioonile võimalikult realistliku/erapooletu hinnangu, kuid kui antud situatsiooniga kaasnev mälu pilt sisaldab eneses tugevalt traumeerivat minevikukogemust, siis sellega kaasneb analoogne mõju ka käesolevale situatsioonile.

Näiteks kui inimene on kogunud minevikus füüsilist vägivalda „suurt kasvu alkoholilõhnadega mehe poolt“, siis tekitab see temas ka hilisemas eas sarnase inimesega kohtudes alateadliku ohutunde esilekerkimise. Isegi kui praeguses situatsioonis teda oht ei ähvarda, mõjutab halb minevikukogemus tema täna käitumist, teda üle-/alareageerima.

Tugevalt traumeeritud inimesel on ees justkui tume lääts, läbi mille ta täna maailma ning inimesi hindab. Tugevad minevikutraumad ei võimalda tal emotsionaalselt maailmale, ümbritsevatele inimestele avaneda, sest iga sündmus/inimene toob temas esile traumaatilise minevikukogemuse. Inimene on reaalsusest irdunud.

Seevastu (suhteliselt) traumadevaba inimene vaatab maailma ning ümbritsevaid inimesi avatult, avalalt. Tema reaalsuse taju ning reaktsioonid situatsioonides on pingevabamad.

Inimese küpsemine

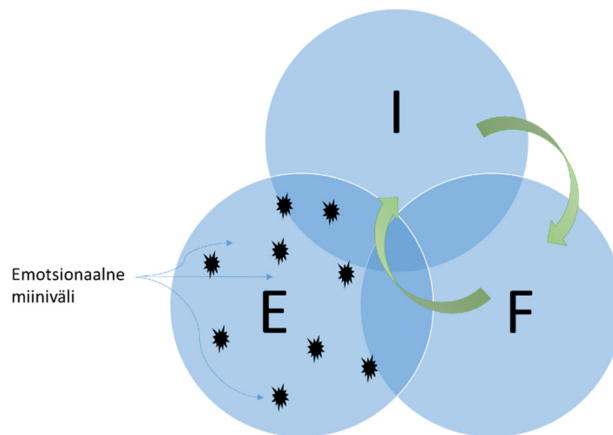
Inimese areng toimub tsükliliselt - tunnetades, lahtimõtestades ning tegutsedes; läbi tegutsemise reaalseid kogemusi saades.

Inimene avab end tunnetuslikult keskkonnale, kogeb maailmast lähtuvaid aistinguid. Tunnetab neid ning kogeb iseennast läbi keskkonnast lähtuvate tagasiside-signaalide. Ta kaardistab iseenda sisemist olemust läbi väliste suhetega suhtlemise. Inimene tunnetab maailma ning iseennast selles, mõtestab lahti/loob tegevuskava ning tegutseb. See on tema toimimise EIF-tsükkel. Tsükkel toimib nii harmoonilises keskkonnas (suhteliselt) traumeerimata inimesel.

Emotsionaalselt traumeeritud inimesele tuleb iga lähikontakt meelde mineviku valu, enesekaitse-refleksina suleb ta end sellele. Ta suleb end, tema keskkonnatunnetus on pärsitud, ta mõtestab keskkonda lahti vastavalt aju poolt koostatud turvalisele stsenaariumile.

Näiteks kui lapsena tagas vägivaldses situatsioonis ellujäämise peitupugemine, siis annab aju ka täiskasvanuna sarnast tunnet tõlgendades sarnase tegutsemisjuhise – „poe peitu ja ole vait“.

Tema (E)IF-tsükkel näeb välja umbes selline nagu joonisel nr 2.



Joonis 2: häiritud EIF-tsükkel traumeeritud inimesel

Emotsionaalselt traumeeritud inimese EIF-tsükkel toimib enam intellektuaalse ja füüsilise tasandi vahel, emotsionaalseid traumasid (emotsionaalset miinivälja) vältides.

Inimene saab sisemiselt küpseda vaid siis kui ta saab reaalses elus oma EIF-tsükli võimalikult täielikult rakendada. Kui ta enese emotsionaalset külge eirab, siis ta kogub juurde küll intellektuaalseid fakte, arendab enese füüsilist jõudu, kuid emotsionaalselt jääb ta lapseks; kes ikka ja jälle situatsioonides üle- või alareageerib, äparduste puhul oma sisemist õnnetu-olekut läbi väliste sõltuvusainete/-vahendite kompenseerib.

Läbi oma tunnete saab inimene infot tõelise/autentse iseenda, oma vajaduste osas. EIF-tsükli annab emotsionaalne aspekt tehtud sooritusele tagasisidet – kuivõrd tehtud tegu meid rahuloluga täidab, annab järgnevateks valikuteks suunda-andva indikatsiooni.

Väga depressiivses keskkonnas hakkab inimene tegutsema füüsiliste instinktide tasandil - põgene, võitle, söö, maga, seksi.

„MINA“-areng

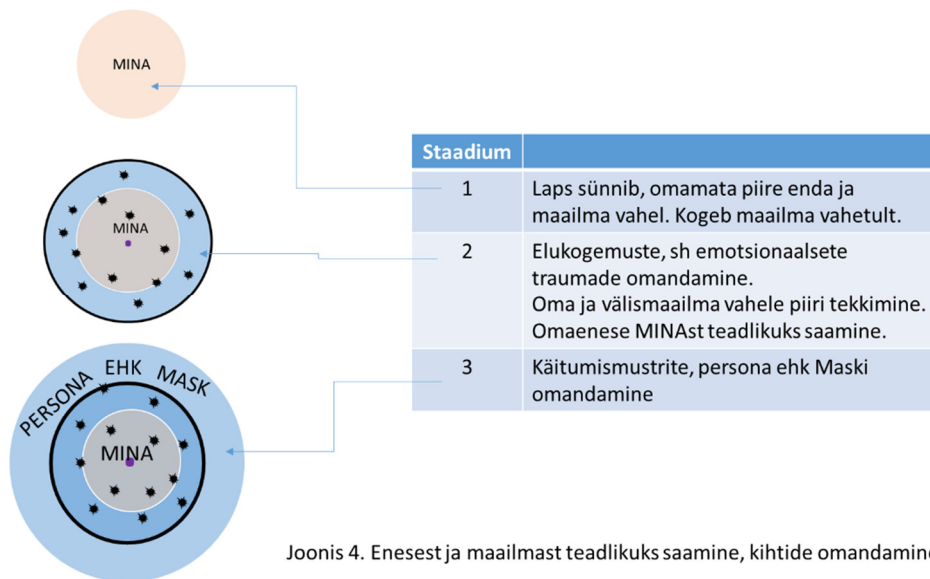
Hing kehastub/laps sünnib siia ilma teadlikku kontakti omaenese MINAga omamata. Ta kogeb maailma vahetult, võtab läbi oma füüsilise keha keskkonnast lähtuvaid aistinguid, koheselt ilma vahe-analüüsita nendele reageerides. Väikelapse teadvus on kui viirusetõrjeta arvuti – ilma enese ja välise maailma vahel piire omamata, laeb ta kogu tunnetatud-nähtud

info otse oma „kõvakettale“. Salvestab reaalsena, tõesena kogu info. Omandab niiviisi kogemuse maailmast, vajalikud käitumisjuhised keskkonnas hakkamasaamiseks. Kasvades hakkab laps intellektuaalsel tasandil aegamööda sissetulevat infot analüüsima – halb/hea, vajalik/mittevajalik, oma/võõras jne. Keskkonnaga interaktsioonis hakkab süvenema teadmine, kogemus omaenese MINAst.

Kasvades saab ta ka emotsionaalselt traumeeritud ning samas omandab keskkonnast sobilikud enesekaitse-metoodikad.

Inimene omandab enesele iseloomulikku persona ehk maski. Maski ainus ülesanne on inimese emotsionaalse miinivälja kaitsmine.

Kuni inimene omab veel ühendust iseendaga, omab mälestust iseenda tõelisest MINAst, suudab ta tegutseda kooskõlas oma tõeliste vajadustega. Kui mälestus endast, omaenese MINAst tuhmuma hakkab, siis võtavad omandatud käitumismustrid suurema võimu ning inimene hakkab end nende käitumismustritega, oma maskiga samastama.



Joonis 4. Enesest ja maailmast teadlikuks saamine, kihtide omandamine

Järgjärgult kattub inimese autentne MINA kihtidega ning kujuneb superego – maailma läbi mineviku traumaatilise läätse tõlgendav MINA-teadvus.

Hirm.

Hirm tekib inimesele omase, tema eksistentsiks vajaliku (algsel kujul) puhta enesealalhoiu instinkti ning traumeeritud superego koosmõjus. Enesealalhoiu instinkt hoiab meid elus, suunab Elu toetavatele valikutele. Elu on püha ning enesealalhoiu instinkt on selle kaitsefunktsioon.

Läbi mineviku traumeeritud läätse suunatud enesealalhoiu instinkt saab reaalsusest võõrdunud väljenduslaadi. Seal kus inimene peaks olema lihtsalt veidi enam keskkonnast teadlikum, sunnib läbi traumeeritud läätse tungiv alalhoiuinstinkt teda üle- ja/või alareageerima.

Iga hirmu taga on minevikutrauma. Tervendades oma traumad, kaovad ka hirmud. Inimene omandab suurema võime armastada ning kogeda elu, kogeda armastust; omandab suurema sisemise vabaduse, hakkab arenema.

Vaenlased

Sama mehhanism nagu hirmude puhul toimib ka väliste vaenlastega. Need on alati sisemiste

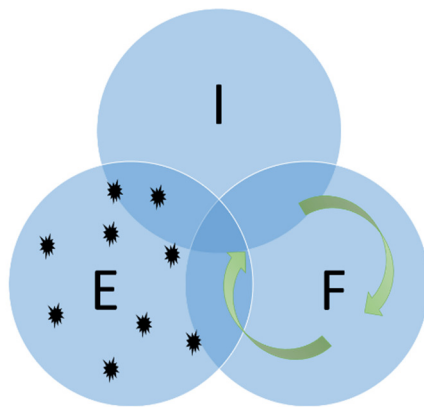
emotsionaalsete traumade välimine projektsioon. Inimesed pärinevad samast allikast, on osakesed Loojast, seepärast tõmbab meid üksteise poole üliinimliku jõuga. Sellel üksteisega ühenduse loomise teel takerdume oma mineviku traumadele, emotsionaalsele miiniväljale ning ekslikult peame süüdlasteks väliseid objekte.

Iga hirmu ja välise vaenlase taga on inimese enese sisemine minevikutrauma. Tervendades oma traumasid, kaovad ka hirmud ja välised vaenlased. Inimene omandab suurema võime armastada, kogeda elu, kogeda armastust; omandab suurema sisemise vabaduse, hakkab arenema.

Enamik meie hirme pole otseselt ja ainult meie enestega seotud. Oleme üksteisega ühendatud ning tunneme ka teiste inimeste tundeid, enesest mitteteadlikuna peame ekslikult neid enda omadeks.

Tundlikkus on inimesele ühtaegu õnnistus ning needus. Suurem tundlikkus võimaldab inimesel kogeda sügavamalt Elu kogu tema spektri ulatuses, samas võtab ta vastu lisaks heale ka kõik keskkonnas leiduva halva. Mis samas on hea kuna inimest tabav „halb“ avab temas mineviku emotsionaalsed haavad ning kui need on avatud, siis saab neid ka tervendada.

Kui inimene tegeleb teadlikult oma traumaatilise mineviku tervendamisega (oma energiavälja puhastamisega) siis on tal võimalik oma EIF-tsükkel sügavamalt käivitada. Sügavam ja puhtam/vahetum tunnetus võimaldab tal keskkonda ja suhteid sügavamalt aistida. Suurem ja puhtam tunnetuslik spekter annab suurema sisendinfo ajule, kes saab rohkem ümbritseva maailma kohta lahtimõtestada. See omakorda loob kvaliteetsema juhtimisinfo kehale, kes saab sügavamaid, sihipärasemaid tegusid korda saata. Kogu EIF-tsükkel on võimsam ja puhtam, inimene omandab suurema loomisvõime.



/Joonis 3. EIF-tsükkel väga traumeeritud inimesel/

*„Õppimine on olemasolevale uute seoste loomine“
/ Ülo Vooglaid /*

Harmoniline inimene on enese MINA-ga kontaktis ning loob sinna pidevalt läbi elus osalemise juurde uusi emotsionaalseid / intellektuaalseid / füüsilisi seoseid. Õpib ja areneb. Kui aga inimene on elus oma keskme kaotanud, siis on tal raske enda MINAga uusi kogemusi seostada, situatsioone lahtimõtestada, keskkonnaga harmoonias tegutseda. Ta on sisemises kaoses, sest uusi kogemusi pole millegagi siduda. Tema käitumist juhivad instinktid, mis ühest küljest on hea (kuna ühendavad inimest tema tõelise loomusega), kuid sisemiste emotsionaalsete puudujääkidega segatuna sunnivad röövellikult tegutsema – selleks, et end rahuldatuna tunda on ta sunnitud pidevalt suhetest (sh suhetest iseendaga) liiga palju võtma. Võtma seni kuni ümbritsevad suhted on emotsionaalselt, vaimselt ja füüsiliselt tühjad.

Inimkonna vägivaldsest ajaloost tingituna on kõik inimesed vähemal või rohkemal määral traumeeritud. Käitumismustreid, -hoiakuid antakse edasi 7 põlvkonda. Meie reaalsusetaju suunavad seega rohkem kui 200 aasta tagused sündmused, samas on reaalne keskkond muutunud olulisel määral turvalisemaks.

7-aastased tsüklid

Inimene läbib oma arengus 7-aastaseid, sisse- ja väljapoole pööratud tsükleid.

Meestel ja naistel on arengutsüklid vastassuunalised (Ü.Vooglaid).

Ka looduses tagab arengu (energia tekkimise) vastandmargiliste, mehelike ja naiselike jõudude omavaheline liikumine.

Poistel on esimesel 7 eluaastal aktiivne, väljapoole suunatud arengufaas; tüdrukud alustavad elu sissepoole suunatud „kasvuga“.

Seejärel faaside suund muutub. 7-14 eluaastal hakkavad tüdrukud arenema, neist kasvavad neiud. Poisid seevastu tegelevad oma sisemaailmaga, on emotsionaalselt õrnas eas. Seda õrna emotsionaalsust tuleb neile võimaldada; see aitab mehel tulevikus oma sisemist naiselikku poolt seda kindlamalt valitseda ning oma tunnetega ise, abivahendeid (alkohol jms) kasutamata toime tulla. Selline mees pakub kindlustunnet oma naisele ja lastele kogu emotsionaalse spektri ulatuses. Mida enam tütar saab kogeda emotsionaalset hoitust oma isalt, seda sügavam sisemise turvatunde ta omandab ning seda autentsemal kujul saab hiljem väljenduda tema naiselikkus.

14ndal eluaastal faaside suund taas muutub. 14-21 eluaastatel saavad poistest mehed, energia pulbitseb, arenevad musklid ja kasvavad habemed. Neiud seevastu pöörduvad oma arengus sissepoole, küpsevad sisemiselt, nad omandavad naiselikkuse välise jätkuks ka sisemiselt.

28-35 eluaastail on naistel sissepoole suunatud ning meestel väljapoole arengufaas, kus aktiivselt pereloomisega tegeldakse. Naine saab oma sisemise armastuse tundes keskenduda laste sünnitamisele/kasvamisele. Lapsele eneses eluandmine võimaldab naisel Allikaga ühineda, annab talle omaenese MINAst täiendavat selgust. Naisel on oluline võtta aeg maha ning pühenduda enesele ning lapsele, sellega loob ta järgneva kasvuperioodiks võimsa energiaga laetud hüppelaua.

Meestel on samas käsil periood, kus esmased koolitarkused ja töökogemused iseseisvasse praktilisse tegutsemisse valatakse. Luuakse aktiivselt nii töö kui ka kodus. Mees astub mehe ja isa saabastesse.

35-42 pöörduv naise areng väljapoole, enese välises maailmas realiseerimisele.

Mehel seevastu on oluline hoog vähemaks võtta, et möödunud perioodi kasv ning enese uuenenud roll oma elu juhina, isana lahtimõtestada, sisemiselt välisele maailmale (pere, kodu, töö) järele kasvada. Sellega loob ta omale tulevikuks suurema ühiskondliku vastutuse võtmiseks sügava sisemise vundamendi.

42l eluaastal sisse-väljapoole faasid lõppevad, inimene saab „valmis“. Kuni 49nda eluaastani küpseb ta lõplikult ning on valmis täielikuks eneserealisatsiooniks. Selle perioodi järel sisenevad inimesed oma elu küpsesse faasi, kus enese ja oma perekonna näol laotud vundamendi toel pööratakse fookus kogukonna teenimisele.

Mida täielikumalt on eelnevad perioodid läbitud, mida sügavam kogemus läbi tsüklite emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil on omandatud, seda võimsamalt inimene end ühiskonnas „välja sirutab“.

7-aastaste faaside läbimisel on oluline õige rütmi hoidmine, et saada antud faasis/tsükliis parim võimalik kogemus. Lapsevanemal on oluline oma lapse arengutsüklitega arvestada.

Siin on inimesele takistuseks tema sisemine traumeeritud miiniväli, mis takistab tal reaalse eluga ühendumast ning sunnib oma arengus ette tormama või maha jääma. Traumadesse kinni jäädes hakkab inimene abivahendeid (nt alkohol) liigtarvitama ning sellega omaenese „süsteemi“ hävitama. Ta irdub reaalsusest, jääb üldistest arengutest töö / kodus maha. Enese emotsionaalsete traumade eest põgeneses unistab inimene suurelt ning võtab palju ette, kuid käesoleva perioodi õpingud/kogemused jäävad pinnapealseteks. Sellega tekivad tal probleemid edasisel eluperioodil. Sisemine ebaküpsus ilmneb hilisemas elus suurema vastutuse võtmisel, kriisihetkedel.

Arenguväljakutsed

Mees kannab lisaks oma sisemisele ratsionaalselt mõtlevale/tegutsevale mehelikkusele ka naiselikku, emotsionaalset/empaatilist poolt. Viimane võimaldab mehel aistida, tunnetada keskkonda ning anda sisendinfot tema ajule.

Mehe terve/tervendatud emotsionaalne tasand võimaldab tal jääda emotsionaalsetes tormides tasakaalu. Olla oma naisega emotsionaalselt õrn, jääda samas ürgselt mehelikuks. Hoida naise emotsioone. See võimaldab naisel end hoituna tunda ning ta saab oma naiseliku armastuse enam avada ka mehele. Mida enam kogeb mees naise armastust, seda enam saab ta tunda end mehelikuna, oma mehelikus täiuses avaneda.

EIF-tsüklites teadlikult ühisesse harmooniasse kasvades, avavad mees ja naine oma suhet üha enam, kasvavad läbi selle. Sellises peres kasvavad emotsionaalselt tasakaalukad lapsed, nad omandavad hilisemaks eluks enese arengut toetava peremudeli.

Samas kui vanemad oma tundeid allasuruvad, siis lapsed, olles emotsionaalselt keskkonnale avatud, näevad küll vanemate pealtnäha rahulikke nägusid, kuid aistivad täielikult kõiki pingeid ning see tekitab neis emotsionaalseid purskeid. Lapsed on perekonna armastuse lakmuspaber, on auruventiilid kustkaudu üleliigne surve väljub. Halbu lapsi pole olemas, on traumeeritud, enese tundeid ja tõelisi vajadusi allasuruvad vanemad.

Inimkond on minevikus kogenud ja kogeb jätkuvalt palju vägivalda, seetõttu pole ideaalseid, traumeerimata vanemaid ning vanavanemaid olemas. Süüdistamine ei aita, aitab mõistmine, andestamine.

Emotsionaalselt traumeeritud mees suudab olla mees oma traditsioonilises mehelikus valdkonnas/rollis, kuid jääb hätta situatsioonides, kus on vaja oma autentset sisu näidata. Sisemist puudujääki kompenseerib väline mask – ülepingutatud mehelikkus, suurem auto, uhkem fassaad.

Mündi teine külg on enese mitteväärtustamine, mitteamastamine, enesepiitsutamine, enesele armastuse mitte lubamine, üle vindi keeratud askeetlus.

Sellise mehe tütreks kasvanud naisel on sisemine turvatunne puudulik. Ka temal aitab seda mask kompenseerida.

Maski ülevalhoidmine nõuab jõudu, päeva lõpuks vajame me kõik puhkust ning just kodu on see koht kus maskid vabanevad. Väljaspool kodu suudame veel lõbusat nägu teha, kuid kodu ning lähedaste tarbeks tihti enam jaksu ei jää.

Ka on just meile emotsionaalselt lähedalseisvad inimesed (elukaaslane, lapsed, vanemad) need, kes meie kõige sügavamate/valusamate emotsionaalsete haavadeni ulatuvad. Seepärast

on mõistlik alkohol suurtes kogustes oma elust välistada, kuna seda tarbides üle emotsionaalsete piiride minnes kaotame me kontrolli. Kainena, puhtana suudame lähisuhetes üleskerkivaga paremini toime tulla.

Samas on just lähisuhetes üleskerkivad kriisid meile kõige suuremat isiksusearengu potentsiaali pakkuvateks kohtadeks. Lähisuhted saavad meie isikuarengut kõige enam toetada, kuna nad puudutavad meid sügavamalt.

Niikaua kui meid ümbritsev elu puudutab vaid meie emotsionaalse tasandi pealispinda, on ka mineviku traumad peidus ning tervendada on neid pea võimatu. Kui laseme neil pingelisel eluperioodil pinnale kerkida ning selmet neid mõnuainete või kiire puhkusereisiga kinni mätsida, vaid tegeleme nende tervendamise, saame mineviku traumad jäädavalt tervendada. Seda sügavamalt saame oma järgneva arengutsükleid kogeda, seda sügavam saab olema meie kasv inimesena.

Kiired, emotsionaalselt pingelised perioodid, läbipõlemiseelsed seisundid mõjuvad inimesele tema arengut toetavalt juhul kui ta oskab enesega neis situatsioonides midagi ette võtta.

Looduse loomulikud tsüklid väljenduvad traumeeritud inimeses võimendunud kujul.

Looduses on kuu-, aasta- ja pikemad tsüklid. Mingil perioodil loodus kasvab ja areneb armastuse seisundis väljapoole ning siis tõmbub rahulikku sisekaemusse.

Nii on ka inimeses, mingil perioodil on tal energiat rohkem ning teisel vähem. Sisemise puudujäägi all kannatav inimene reageerib alati üle – kui energiat on palju, siis tarbib ta üle (sööb, joob, pidutseb), takerdub nautlemise. Samas energiavaeguse perioodil – kui talvel loodus oma sisemises vaikus loodut imetleb, toob sisemine vaikus inimeses esile tema allasurutud tumeda poole - sundmõtted, -tunded ning inimene langeb depressiooni.

Looduse tsüklilisus väljendub inimeses bipolaarsuse häirena, kus tundlik hing on looduse tsüklilisuses kinni jäänud. Samas kord oma emotsionaalse miinivälja puhtaks teinud, hakkab ta ühtviisi nautima nii kõrgeid kui madalaid perioode. Esimene võimaldab tal end puhtalt/jõuliselt maailmale avada, teine avab sügavaid sisekaemuslikke dimensioone.

Hingetasandi avaldumine, inimese küpsemine, tsükli 4. faas

Alustades mündi teiselt poolelt, ehk miks paljud inimesed ei küpse (sisemiselt)?

Albert Einsteinilt olla küsitud kord, et kui ta oleks ajakirjanik ning kui ta saaks intervjuueritavalt küsida ühe küsimuse, siis mis see oleks. Einstein, peale mõttepausi, olla küsinud – „kas maailm on sinu jaoks turvaline paik?“.

Inimkonna ajalugu on vägivaldne, kõik inimesed on rohkem või vähemal määral traumeeritud. Meie sisemised emotsionaalsed traumad ei võimalda meil tunda end sisemiselt piisavalt turvaliselt, et end emotsionaalsel tasandil teistele inimestele avada. Sellega irdume reaalsusest, hakkame maailma ning oma elu juhtima liigselt intellektile toetudes. Pärsime oma EIF-tsükli, sisemist arengut.

Möödunud sajandil praktiseeriti sünnitusmeetodit, kus lapse hügieeni nimel eraldati laps mõneks ajaks peale sünnitust emast.

Tähendab, et meie esimene reaalsuse kogemus oli, et oleme oma turvasadamast eraldatud. Süüa anti täpselt kella-ajalist graafikut jälgides. Selle generatsiooni laste esimene kogemus maailmast oli, et see maailm, sh meie lähimad suhted, on ebaturvaline.

Kuidas toimub inimese küpsemine?

Loodusrahvaste juures väga loomulikult. Kuna laps on säilitanud ühenduse iseenda MINA ning oma vanematega, siis saab ta rahulikult keskkonnast enese arengule sobiliku vahendi/tegevuse valida. Aastaringides, EIF-tsüklites maailma tunnetades, mõtestades, läbi tegude praktilisi kogemusi saades, toimub kogemuste omandamine, sisemine küpsemine

loomulikus protsessis. Arengufaaside üleminekul viiakse läbi rituaalne initsiatsioon, kus tühkust saab naine ja poisist mees. Kõpsemine toimub omas loomulikus tempos, kus inimese hing saab kogeda kõike selles arengufaasis vajalikku.

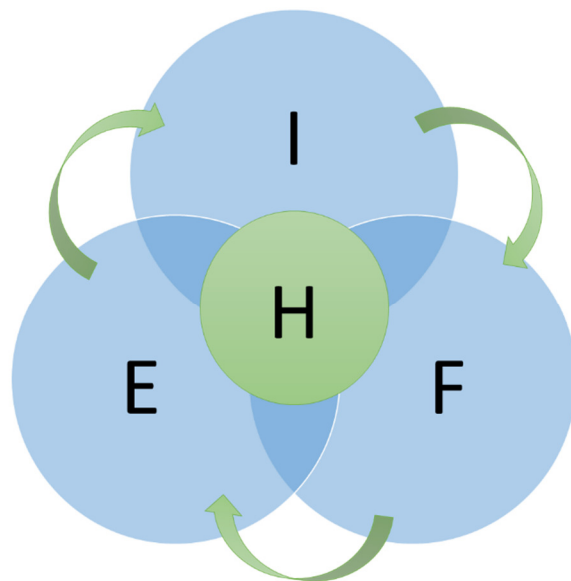
Inimese emotsionaalse, intellektuaalse ja füüsilise tasandi piisaval kõpsemisel avaldub (tsükklis) tema neljas, Hingetasand. Inimene kohtub seal oma autentse MINAga, kogeb sisimat vaikust, täidetust, sügava rahulolu tunnet. Hingetasandi avanud inimene tegutseb elus oma tempos. Rahulikult üleskerkivaid emotsioone tunnetades, neid valides – millega ja kauaks kaasa minna, ise teadlikult oma mõtteid luues, teadlikult tegutsedes.

Inimene kohtub seeläbi oma kolme baasilise vajadusega:

1. kogeda iseennast oma autentsel kujul. Ainult sügavas kontaktis omaenese MINAga (1) ilmneb sisemine rahu, vaikus;
2. end oma autentsel kujul avades kogeb ta lähedust (2), iseenda ja teistega. Ta kogeb, et on armastust väärt ning saab seeläbi kogeda sügavamast armastust teiste inimeste poolt ning ka ise rohkem armastada;
3. Oma emotsionaalse miinivälja puhastanud, vabaneb ta hirmudest ning teda kontrollivatest hirmudest, ta saavutab sisemise turvatunde (3). Ta saavutab sisemise vabaduse, võime teadlikult kontrollida/juhtida ennast, oma tundeid, mõtteid, tegusid.

Tema HEIF-tsükkel näeb välja nagu joonisel 6.

Igas tsükklis, nii emotsionaalses, intellektuaalses kui füüsilises, on Hing oma vaikusel alati tunnistajana kohal andes tunnete, mõtete, tegude valikul määrava indikatsiooni.



Joonis 5. HEIF-tsükkel

Loodusrahvad austavad võrdselt mõlemat – Maa-Ema, meie ürgset, ühist eluandvat keha ning Taeva-Isa, Suurt Vaimu, kes aitab kõige oleval lahtimõtestada. Nende kahe ühenduses ilmutab end uus elu, ilmutab end Looja.

Tehnoloogilises, intellektuaalses maailmas kipume vaimu/intellekti mehelikku tõde kehalisest, naiselikust elulisest tarkusest ettepoole seadma, kuid just meie keha on see, läbi kelle me keskkonda aistime. Mida puhtam/tervem/elujõulisem on keha, seda selgemaid signaale me keskkonnast ammutame. Seda selgema tõlgenduse saab situatsioonile anda aju. Seda sihipärasem ning jõulisem on meie tegutsemine.

Keha ning aju on võrdsed partnerid. Vaimust (ajust) lähtub mõtlemine, keha jõud mõtete/ideede teostamiseks, südamest lähtuvad emotsioonid seovad meid hingega ning see omakorda Allikaga, Loojaga.

Südame/aju/keha harmoonilises sümboosis tärkab tarkus.

Tänases maailmas tärkab inimese tarkus tihti kogemata, „töö käigus“, sageli läbi isiklike kataklüsmide ning siis tuleb käigu pealt õige suund leida. See on suur väljakutse - võtta

eneses vastu see kes tõeliselt oled. Avada end tõe le nii sees kui väljas. Läbi korduvate eksimuste õppida, intuitsivselt õigele teele häälestudes.

Me saame seda millele keskendumise. Kui keskendumise enese minevikutraumadele ning hirmudele, siis saame just need traumad, lõputult. Kõik on energia, keskendumises valu energiale, saame kogeda valu; valides otsustavalt armastuse, saame armastuse.

Me oleme inimestena õppinud perfektselt võitlema, omaenese tõelisi vajadusi tahaplaanile suruma. Kuid mitte keegi pole meid õpetanud armastama, ei ennast ega ka teisi. Ikka püüame saada oma tahtmist iseennast ja teisi survestades.

Õpingute alus on armastamise õppimine, kõigepealt enese ning siis ka teiste olendite armastamine.

Ka armastuse tee pole valudest vaba. Teel iseenda MINAni kohtume oma luukeredega, tervendame traumad; sellega valud vabanevad, et mitte kunagi enam naasta.

Raamatu praktilises osas õpime teadlikult oma emotsionaalset miinivälja puhastama, EIF-tsüklit sügavamalt aktiveerima.

Kopeerime sellega looduse toimimist, tsükleid. 4-osalised tsüklid toimuvad:

* looduses, 4 aastaaega – loodus sünnib kevadel, kasvab-areneb suvel, kasvatab viljad sügisel ning talvel siseneb hingetasandi vaikusesse.

* ööpäevas on 4 faasi: loodus ärkab hommikul, tegutseb päeval, vaatleb/kogeb õhtul loodut ning öösel heidab vaikuses puhkama.

* Meie teadvuses

* Inimese elus

* organisatsioonis

Enamik inimesi kogeb ööpäevas ning oma teadvuse seisundites 3 faasi – hommikut, päeva ja õhtut. Öösel tema teadvus lahkub. Ka H-faas on EIF-tsüklis (esialgu) kättesaamatu.

Iidsete praktikate, näiteks indiaanlaste või budistide meeletrainingute abil on võimalik saavutada teadlik-olemine öisel uneajal. Mõned budistide koolkonnad peavad unejoogat üheks tähtsaimaks. Selle elukestval praktiseerimisel avab õppur oma eluajal enese teadliku meele uneajal ning peale oma elu 3nda faasi, vanaduspõlve läbimist, siseneb teadlikult surma. Säilitab teadliku meele ka surma ja sünni vahelisel perioodil, nii nagu loodus teeb seda talvel.

Inimestel on erinevad eluteed käia, mõni avab eneses sügavamad tasandid dzunglis või kloostri mediteerides, mõni laulab ning mõni ehitab. Tänapäeval on laiemale üldsusele avanenud tarkused, milledele varasemalt oli ligipääs ainult pühendunute koolkondades.

Olles hakanud (elu) praktiseerima märkad enese igapäevatoimimises väikest, kuid väga olulist erinevust – Sinu tegevus hakkab sisaldama rohkem pause, vaikust, sisemist vaatlust, selgeid informatiivseid tundeid iseenda ning keskkonna osas. Sellega hakkab EIF-tsüklisse sisenema 4s, hingefaas. Mida rohkem end sellele (oma sisemisele MINA-lainele) häälestad, seda enam see süveneb.

Meie hing on kehastunud, et kogeda ning areneda. Inimkond (ja inimene) on perekondliku struktuuriga võrgustik. Teadlikult koos teiste inimestega elukestvaid suhteid ülesehitades hakkame üha sügavamalt oma EIF-tsükleid läbima, ülesehitama oma maailma emotsionaalsel, intellektuaalsel ning füüsilisel tasandil. Süsteemselt siin maailmas omaenese unikaalset Teed looma. Saame selleks, kes oleme oma sünniõigusega, saame Loojaks.

7 emotsionaalset baasvajadust

Lisaks käsitletud HEIF-tasanditele on kõikide inimeste ühine joon meie emotsionaalsed baasvajadused.

Need on järgnevad (ning täpselt selles järjestuses):

1. „MINA”

Kontakt iseenda MINAga on inimese baasvajadus nr 1. Kontakt enesega, Oma Tõega.

Omaenese unikaalse Tee leidnud inimene tunneb elus rahulduse- ja täitumusetunnet, seda

otsiv inimene kogeb pidevat sisemist rahuldamatust. Oma sisemist puudujääki kompenseerib ta oma elus suunda, tööandjaid, partnereid vahetades, sõltuvusttekitavaid aineid tarbides.

Kui inimesel on olemas isikliku kaljuna enese MINA-tunnetus, siis on tal olemas arengu aluspõhi. Ta suudab oma tõest lähtuvalt maailma sündmuseid lahtimõtestada, eelnevaga seostada, areneda - õppimine on olemasolevale (MINAle) uute seoste loomine.

2. „Lähedus”

Inimese baasvajadus nr 2 - tunda lähedust, olla armastatud, olla mõistetud.

„Ilma armastuseta inimene hukkub – Tommy Hellsten”.

Meie elu helgeimad seigad seonduvad hetkedega kui oleme kogenud armastust ning sügeimad kui meid on hüljatud, neil hetkedel oleme tundnud elu täielikku mõttetust.

Mida autentsem on inimesel side oma MINA-tasandiga, seda lähedasemaid/autentsemaid suhteid saab ta sõlmida teiste inimestega.

3. „Turvatunne”

Turvatunne on inimese baasvajadus nr 3. Selle tagab inimesele välimine ja sisemine mees/mehelikkus. Mida suurem on sisemine mehelikkus, seda suurem on inimese sisemine turvatunne, seda suurem on tema sisemine vabadus.

Lisaks on perele oluline turvasammas nende kodu. Kodu tagab füüsilise turvatunde, inimesel on koht kus ta saab eneselt päeva lõpuks „maski, kiivri, turvise ja mõõga“ eemaldada ning end turvaliselt väljasirutada. Koht kus järgmiseks päevaks välja puhata.

Esimesed kolm tasandit – MINA, lähedus ja turvatunne – on omavahel tihedalt seotud ning nende koostöö on eelduseks neljanda baasvajaduse, „Areng“, realiseerumisele.

Kui inimene tunneb end sisemiselt turvaliselt ning kindlalt, tunneb kontakti iseenda MINAga, siis suudab ta ka emotsionaalselt avaneda ning luua autentseid suhteid teiste inimestega. Sellega saab ta emotsionaalsel tasandil iseendale positiivse tagasiside, keskkonnast positiivse peegli ning tema isiksuse areng (küpsemine) saab jätkuda.

Kui tal aga puudub autentne side endaga või sisemine turvatunne on puudulik, siis ei suuda ta emotsionaalselt teisele inimesele avaneda, tema EIF-tsükkel on puudulik ning sisemine areng pärsitud.

4. „Areng”

Areng on looduseadus. Looduses on ainult üks asi kindel ja muutumatu – et kõik muutub ning areneb. Samuti peab seda looduse osana tegema inimene. Kui inimene on leidnud kontakti endaga ja oma tõega, siis käib ta oma rada püstipäi ning areng on talle nauditavaid väljakutseid sisaldav protsess, kus ta saab realiseerida oma täispotentsiaali.

Samas niikaua kui inimene pole suutnud oma emotsionaalsest miinivälja piisavalt puhastada ning omaenese teele pöörduda, on areng tema jaoks piinarikas. Tema (superego) ainsaks sooviks on, et midagi ei muutuks.

Areng on jätk oma sisemisele MINA, läheduse (sisemise ja välimise armastatuse tunde) ning turvatunde – kui inimene tunneb end piisaval määral armastatuna (tunneb piisavalt lähedustunnet) ning turvaliselt, siis saab ta areneda. Vastasel korral, sisemises puuduses pingestunult, kohtub ta arenguväljakutsetes ületamatute hirmudega. Areng on pärsitud. EIF-tsükkel ei toimi.

5. „Juured”

Eespool me puudutasime psühholoogiast tuttavat terminit „ülekan demehhanismid“, mille kohaselt tõlgendame olevikku ja projitseerime/loome tulevikku läbi mineviku (suhete) kogemuse.

Mitte keegi ei sünni tühja koha peale, ei hakka looma eikuskilt. Ta sünnib oma vanemate ja kogukonna lapsena konkreetsetes ajas ja ruumis ning saab hakata edasi looma täpselt sealt kus tema eelkäijad lõpetavad.

Sel põhjusel tunnevad inimesed huvi oma esivanemate, oma juurte vastu. Elu oluliseks osaks on eelmiste põlvkondade tarkuse edasikandmine/-arendamine. Ka see, Elu(-energia) jätkumine on looduse seadus. Sel põhjusel tahame inimestena (looduse osana) tunda võimalikult sügavat emotsionaalset sidet oma esivanematega. Tugevad, elujõulised juured annavad meile sisemise emotsionaalse jõu, tunde, et ma olen hoitud ja armastatud sellisena nagu ma olen. Olen osa Suurest jätkuvast Loost.

Ülekan demehhanismides tõlgendame minevikusuhete põhjal oma tänaseid suhteid. Esimese kogemuse käitumisest mehe/naisena, ema/isana saame oma vanematelt, selle kogemuse pealt tõlgendame ka oma tänaseid suhteid. Loomes vastavaid käitumisviise.

Oma vanematelt õpitu pärandame oma lastele. On meie valik tervendada oma minevikutraumadest mõjutatud käitumusmustrid või pärandada need oma lastele, et nemad (meie) probleemidega tegeleksid.

Kui inimene on saavutanud kontakti enese MINA-tasandiga, tunneb end sisemiselt ja välimiselt armastatuna ning turvaliselt, tema areng toimub ning ta on suutnud luua kontakti oma minevikuga emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil, siis saab teostuda inimese baasvajadus nr 6..

6. „Eneserealisatsioon“ ehk individuatsioon.

On inimese sügav sisemine vajadus tunda, et käin Oma Teed, teostan Oma Elu Ülesannet. Ükskord surma lävel seistes loeb ainult see, kõik muu on tühine.

Selleks, et jõuda eneserealisatsioonini on vältimatuteks eeltingimusteks baasvajaduste 1 - 5 piisaval määral realiseerumine.

Kui inimene omab enese MINAga nõrka kontakti, siis hakkab ta elus langetama oma emotsionaalset tahku eiravaid, küll intellektuaalselt tarku, kuid iseene se tööga mittekooskõlasolevaid valikuid. Näiteks valib ta omale õppimiseks valdkonna, mis on prestiižne/populaarne ning peaks tagama talle tulevikus potentsiaalselt küllaldase sissetuleku. Samas on tema loomulikud eeldused mõneks teiseks elukutseks paremad. Valib enesele partneri, kes vastab küll väliselt moodsa ühiskonna poolt seatud normidele – rikas, ilus, prestiižne haridus vms, kuid eirab inimest, kes võiks talle tema eluõnne kinkida. Valib oma lastele koolid ja hobid, mis on mingil põhjusel populaarsed, aga laste loomulikele eeldustele ei vasta.

Jne, jne.

Inimene langetab oma elus järjest intellektuaalselt turvalisi valikuid ning ta peab selle turvalise mulli ülevõlendamiseks järjest rohkem pingutama. Indikatsioon sellest on järjest süvenev rahulolematuse oma eluga.

Seevastu inimene, kes saavutab kontakti iseenda MINAga, leiab elust alati huvitavaid tegemisi. Ta leiab enesele partneri, kellega tunneb a) lähedust emotsionaalse tasandil b) teineteisemõistmist intellektuaalsel tasandil b) head füüsilist sidet.

Üksteist armastavad naine ja mees loovad koos kodu, kus on lastel hea kasvada ning mõnus vanavanemaid vastu võtta.

Hommikul on hea meel tööle minna ning õhtul hea meel koju tulla.

See on õnnelik, täisväärtuslik elu. Kui oleme suutnud oma isikliku EIF-tsükli jõuliselt positiivse nurga alla pöörata, omandab see järjest sügavamaid pöördeid ning meie sisemine ja välimine õnnetunne hakkab päev-päeva järel süvenema.

Eneserealisatsioon ehk individuatsioon on inimese Elu Eesmärgi teostumine, see, et Eluprotsessi tulemusena saab ta end siin maailmas täielikult realiseerida; tema hing saab end autentsel moel lahtisirutada emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil. Sellise elu tulemuseks on baasvajadus nr 7.

7. „Naudingud”

Vajadus tunda elust rõõmu. Kui baasvajadused 1- 6 on realiseerunud, on tulemuseks nauding.

Ning mida rohkem me tunneme iseendast, oma tegemistest, oma suhetest rõõmu ning naudingut, siis seda enam on meil elule tagasi anda. Emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil.

Loomulikult saame ka ise sellesse tasandisse juurde panustada, tegeleda oma hobidega, kohtuda sõpradega, teha asju ainult selle pärast, et need pakuvad meile naudingut.

Protsess hakkab toitma iseennast, meie Elu järjest jõulisemalt toitma meie Elu.

Baasvajadustes ilmneb looduse ning inimese kui looduse osa energialoome struktuur. See struktuur on perekondliku ülesehitusega nii inimeses, perekonnas, organisatsioonis, ühiskonnas kui ka looduses. Õppides seda struktuuri käsitama, õpime looma energiat, õpime looma Elu.

Inimese sõltuvuslik loomus.

Inimene lähtub oma otsuseid langetades täielikult oma tunnetest, sest tunne on aistitav energia ja energia on kõik olemasolev. On Elu. Sellest väljapoole jääb vaid Tõde, surm, Suur Tühjus.

Me teeme kõike enese rahuldamise eesmärgil:

- Riietume viisil mis tagab maksimaalse rahulolu Tunde;
- Elame kodus/sisustame seda viisil, mis tagab meile rahulolu Tunde;
- Valime partneri, kes potentsiaalselt võiks tagada meile Õige Tunde;
- Valime poes suhkru-, tšilli-, ja 37 teise šokolaadi seast just selle, mis tagab meile sellel ajahetkel just Selle Õige Tunde;
- Valime diivanile just sellest materjalist ning värvusega katte, sest ...
- Jne, jne

Kui meie emotsionaalsed baasvajadused on täidetud, siis tunneme end rahulolevaina, vastasel korral on meil „taustal” närvilisus, tunne, et midagi on lahti, midagi pidevalt „kriibib hinge”. Sellises seisundis püüdleme nii kodus kui tööl alateadlikult ebameeldiva tunde rahuldamise poole.

Enese üha täielikum rahuldamine (EIF-tasanditel) on looduseadus – meie hing püüdleb seeläbi üha suurema enesetäielikkuse poole.

Me astume, ostame, spordime, sööme, magame, seksime, lendame, tantsime, töötame ainult ühel eesmärgil - et saavutada maksimaalne heaolu, maksimaalne rahuldatus Tunne.

Tunne, see on energia ning energia on meie keha ja vaimu ehitusmaterjal. Mida rohkem on energiat ning mida puhtam ta on, seda paremini ennast tunneme ning elujõulisemad ja targemad oleme. Seda pikem, sügavam ning nauditavam on meie elu.

Mida rohkem on meil kasutada energiat, seda sügavam kogemuse igast EIF-tsükli faasist saame, seda enam isiksustena areneme/küpseme. Igas EIF-tsükli, 4 x sekundis, teostame sisetunde põhjal oma tegevustele automaatse kvaliteedikontrolli ning valime tegevuse, mis tagab meile efektiivseima – suurima ja puhtaima = potentsiaalselt suurimat rahulolu pakkuva – energialaengu.

Meie rahulduste skaala kulgeb keha ja vaimu vahelisel spektril, mõned neist on enam kehalised, mõned enam vaimsed. Enamik neist hõlmab komponente mõlemast. Me püüdleme üha suurema rahuldatus tunde poole emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil.

Seal, kus lõppeb rahuldus, algab sõltuvus.

Meie keha, me isiklik energia(loome)süsteem, on võimeline tootma kõiki vajaminevaid aineid aineid, neurotransmittereid – dopamiini, serotoniini, noradrenaliini jt - ise.

Piirsituatsioonides, haigestudes või füüsiliste traumade korral on vajalik oma keha toetada, ravida, kasutada antibiootikume jms. Samas kui väliste abivahenditega piiri ei pea, muutub keha laisaks. Selmet vajaminevad aineid ise toota, ootab ta vastavaid doose väljastpoolt. Tekib keemiline sõltuvus, krooniline haigus, mida iseloomustab kontrolli kaotus manustatava psühhotroopse vm aine üle.

Meie traumaatiline minevik, sisemine emotsionaalne tühik annab meile õigustuse üha suuremate väliste naudinguallikate tarbimiseks. Muutume sõltlasteks.

Täpselt nii nagu pakub meile rahuldust ning tekitab sõltuvust liigne söömine, võib sõltuvuseks kujuneda ka sportimine – tehakse adrenaliini (suurema energia) janus või oma traumade eest põgenedes sporti nii kaua kuni tegelikult puhkusevajaduses keha haigestuma hakkab.

Ohukohtadeks on kiired rahuldusetekitajad.

Kõik on energia. Kiiret rahuldust pakkuva energia on kahe teraga mõõk – täpselt niipalju kui mingit ainet üle loomuliku piiri kuritarvitad, lõikab ta sind tagasi. Kiirel perioodil võivad stimulandid, kohv jms olla põhjendatud, kuid seejärel tuleb võtta puhkus ning anda kehale loomulikul moel tagasi see mida sealt ülemäära võetud. Puhkamisega vabaned ka ülemäärast sõltuvusest.

Absoluutne vabadus ilmneb surmas, kuni sinnani oleme kõigest välisest sõltuvad, sest loodusest, ühiskonnast eraldiseisvana eksisteerida ei saa.

On olemas positiivne ja negatiivne sõltuvus. Positiivsed sõltuvused mõjuvad meie kehale ja vaimule toetavalt, ülesehitavalt; negatiivsed laastavalt.

Positiivse ja negatiivse sõltuvuse vaheline piir on otseses mõttes õhkõrn, millele tuleb meil oma arengus keskenduda. Fookus on armastuse ja vabaduse (tõe) maksimaalsel sümbioosil. Niikaua kui tunned end hästi ning kui suudad olukorda ning manustatavaid aineid (või ka suhteid) vabal ning armastaval moel ise juhtida, on kõik hästi; hetkest mil tunned, et vastava aine, tegevuse või suhteta enam toime ei tule, oled muutunud sõltlaseks.

Sõltuvuse olemust tuleb mõista ning enesele seda tunnistada, sest alates sellest hetkest algab tervenemine, alates sellest hetkest võtab inimene juhtohjad oma energiatega juhtimisel enese kätte. Muudab negatiivsed sõltuvused positiivseteks.

Sõltuvuse olemuseks on inimese emotsionaalsed baasvajadused. Inimese vajadus Tunda:

1. Ühendust MINAga, sügavat sisemist, rahu, täidetuse, sisemise selguse/vaikuse Tunnet;
2. Lähedust. Tunnet, et olen armastatud, hoitud, aktsepteeritud;
3. Turvalisuse Tunnet.
4. Arengut. Tunnet, et olen liikumises, Voos. Mu elu on täis mind toetavaid tegevusi, arenguid;
5. Juuri. Et kannan eneses ning arendan edasi oma esivanemate Suurt Lugu;
6. Eneserealiseerimise Tunnet. Tunnet, et teostan Oma Elus Omaenese Suurt Teed;
7. Naudinguid.

Meie püüdlus emotsionaalseid baasvajadusi kogeda ning läbi nende hangitava energia end ülesehitada, on oma olemuselt puhas, siiras. See on meie hinge vajadus ennast üha täiuslikumal tasandil kogeda, püüelda eneserealiseerimise poole.

Me satume kõverale teele tänu oma traumeeritud emotsionaalsele kõverläätsel, läbi mille me maailma tõlgendame, oma vajadusi rahuldame. See kirjutab meile ette kui palju on sünnis, sobilik võtta ja anda, mida tarbida, mida teha.

Kui sisemine emotsionaalne puudujääk on suur, saabub esimene rahuldatusetunne liiga hilja, alles siis kui mõni suhe on selle tagajärjel kannatanud. Sisemine emotsionaalne puudujääk on see, mis sunnib võtma kui vabatahtlikult ei anta, sunnib mõõdutundetult üle tarbima pidades ise seda normaalseks.

Pideva liigtarbimise käigus tekkiv keemiline sõltuvus välistest allikatest hakkab nõrgestama kontakti meie sisemise Allikaga, MINAga. See hakkab laastama meie keha, lammutama meie füüsilise eluenergia allikat. Kui oleme oma sisemised ning end ümbritsevad suhted energiast tühjaks kurnanud, siis ümbritseb meid elutu kõle tühjus. Ka seda on oluline kogeda – mida suuremat sisemist surma oleme kogunud, seda rohkem suudame oma elusekundeid, end ümbritsevaid suhteid väärtustada.

Narkosõltlased räägivad, et doos heroini tekitab neis „kõikehõlmava õndsuse seisundi, nagu ema süles.“ Kui nende lapsepõlve süüvida, siis leiab sealt ühe selge mustri – vanemliku läheduse, armastuse puudumise. Ning ei ole vahet kas inimene pärineb vaesest või rikkast perest. On palju rikaste perede lapsi-sõltlasi, kes ütlevad, et neil on kodus olnud olemas kõik materiaalne mida üks laps iganes võib ihaleda, kuid on puudunud kõige olulisem – lapsevanemate emotsionaalne kohalolu, nende armastus.

Sõltuvuste olemuseks on meie algselt olemuselt puhtad emotsionaalsed baasvajadused, mis läbi traumeeritud emotsionaalse miinivälja peegeldudes ebaterveid väljendusviise loovad.

Läbi emotsionaalsete baasvajaduste sügavama kogemise emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil kogub inimene energiat, Elu baasessentsi.

Elu on pidev balansseerimine sõltuvuse ning mittesõltuvuse piiril. Balansseerimise spektri ühes otsas on vabadus, sõltumatus suhetest (meie mehelik aspekt) ja teises armastus, sügava ühenduse otsimine Eluga, suhetega (meie naiselik aspekt). Sisemine emotsionaalne puudujääk sunnib meid nii ühest kui teisest liiga palju võtma. Kaldudes liigselt armastuse kogemise poolele, satume sõltuvuslikku hedonismi, energiat ja kogemusi on palju, kuid muutume oma kehaliste vajaduste orjadeks. Spektri teises otsas on lõpliku Tõe ja vabaduse janus askees, mis välistab meie elust Elu. Kesktee on kuldne, kuid seda ei leia kui pole

kogunud ääri (mis iga kogemusega kaugemale nihkuvad ning seeläbi meie energiavälja laiendavad).

Perekond. Loomulike väärtuste süsteem

Perekond on ühiskonnas esmatasandi organisatsioon, kus naine toob suhtesse läheduse (armastuse, ühendatuse aspekti) ning mees turvatunde (tõe, vabaduse aspekti). Mehe ja naise ühenduses sünnib perekondlik MINA, kes sarnaselt organisatsioonile kannab osalejate eesmärgi, ühiseid väärtuseid, missiooni ja visiooni. Sünnib perekonna vaimsus, nn egregor ehk ühiste tõekspidamiste süsteem.

Mehe ja naise ühenduses sünnib laps, käivitub perekonna areng. Perekond toetub tuleviku loomisel oma juurtele, oma vanemate energeetilisele (emotsionaalsele/intellektuaalsele/füüsilisele) pärandile. Sellega pannakse alus perekonna MINA eneserealiseerimisele.

Ka on perekond esimene organiseeritud tasand inimesest väljaspool. Analooesed perekondliku struktuuriga tasandid ulatuvad inimesest väljapoole (1. perekond, 2. organisatsioon, 3. ühiskond, 4. Loodus) ning sissepoole (1. Sisemine perekond: sisemine MINA + sisemine naiselikkus + sisemine mehelikkus = sisemise lapse ehk meie isikliku unikaalsete annetekogumi avaldumine + vanematelt päritud energeetika = individuaalsus = nauding; 2. Inimese emotsionaalsed (energeetilise baasvajadused), 3 jne – järgmised energeetilised tasandid).

Inimene kogeb, loob maailma läbi end ümbritseva suhetevõrgustiku – pere- ja kogukonna, töökaaslaste ja sõprade. Ka läbi looduse, kuid inimesena on teiste inimeste mõju meile kõige suurem. Mida (emotsionaalselt) lähedasem meile inimene on, seda enam ta meie enesetunnet mõjutab.

Inimene kogeb ja loob maailma läbi end ümbritseva suhetevõrgustiku.

See väljendub Loomulike Väärtuste Süsteemis (vt täpsemalt A.Nekrassov „Perekonna loomine“), järgnevalt:

Inimese kõige olulisem, **nr 1** suhe maailmas on Tema (MINA) ise. Kui enda tass on täis, siis saab ta anda ka teistele. Kui oma tass on tühi, siis jagub teistele ainult tühjust.

Esimene emotsionaalne baasvajadus on vajadus kogeda MINA-tunnet, vajadus ühenduda iseenda keskmega.

Inimese suhe **nr 2** on tema PARTNER, mees või naine.

Partnerid tagavad üksteisele välises maailmas baasvajadused nr 2 ja 3, läheduse ja turvatunde. Naine/naiselikkus toob suhtesse (armastuse)energia, millele mees/mehelikkus annab läbi sihipärase loomise suuna.

Välises füüsilises maailmas on tähtsusetult **3ndaks suhteks** KODU, mis loob perele füüsilise koha armastuse loometöö realiseerimiseks. Tagab perele vajaliku turvatunde.

Tähtsusetult **4.** suhe inimese elus on LAPSED.

Kui naisel ja mehel sünnivad lapsed, siis sisenevad nad ühisesse loometsükklisse kogu ülejäänud loodusega ning käivitavad eneses arengu. Lapsed näitavad oma unikaalsete energeetiliste võngetega suunda meie arengurajale, on meie tulevik.

Võrreldes kõikide teiste enesearengupraktikatega, annab lapse sünnitamine ning

kasvatamine/kooskasvamine inimese arengule võrreldamatult sügavama tõuke. Sarnaselt inimesele praktiseerib ka loodus Loojaga / Allikaga üha sügavama ühenduse saamiseks kõikvõimalikke „praktikaid“ – ehitab, laulab, tantsib, mediteerib jne, kuid naiseliku ja meheliku (energia) vaheline armastuse akt, millest sünnib uus elu, on põhiline. Ilma selleta oleksid kõik muud tegevused tühised. Nii on ka inimese puhul.

Tähtsuselt **5.** suhe on meie VANEMAD.

Parandades suhte oma vanematega, parandame tervendame oma mineviku lood (energia), tervendame oma juured. Mida enam oleme avatud oma vanematega, seda täiuslikumalt saame vastu võtta mineviku õppetunnid emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil ning saadud õppetunnid eneserealisatsiooni suunata.

Tähtsuselt **6.** suhe meie elus on meie töökaaslased.

Koos nendega teostame maa peal oma eneserealisatsiooni. Saavutades hea kooskõla oma töökaaslastega saavad neist meie Elu Kutse Tee Kaaslased.

Tähtsuselt **7.** suhe on meie sõbrad.

Nendega koos saame tegelda oma hobidega, ainsa eesmärgiga nautida elu.

Loomulike väärtuse süsteem määrab prioriteedid meie suhetes. Kui kontakt iseendaga on hea, siis suudan anda ka oma partnerile.

Kui mees ja naine on loonud harmoonilise suhte ning turvalise kodu, siis suudavad nad anda ka lastele ning armastus ja turvatunne on see mida vajavad lapsed oma vanematelt.

Mida paremad on suhted vanavanematega, seda paremini on tagatud generatsioonide ülene energia- ja infovahetus, mis omakorda on lastele eneserealisatsiooni eelduseks.

Analoogse vaate sarnasel viisil suhete üleehitamisele annab J.Grey oma raamatus „Kuidas saada, mida tahad ning hinnata seda, mis sul on?“. Inimese käsutuses on mitmed väeallikad, oma isiklikud armastuse anumad. Kui hoiame need täidetuna, siis saame anda ka teistele.

Inimene toetub oma koduvälises eneserealisatsioonis oma sisemisele energiavõrgustikule ning oma lähisuhetele. Mida toetavamad on lähisuhted, seda suurem on meie võime saavutada edu väljaspool kodu ning vastupidi.

Sissejuhatus praktikasse

Inimene on jumalik olend, osa loodusest, Jumalikust Allikast. Kõik on energia. Looduses kõik areneb ja uueneb pidevalt. Samuti uuenevad keha rakud inimkehas.

Kõik on energia, vibratsioon taevase ja maise spektril. Reaalsus on meie ühine kokkulepe. Me loome oma energia olemasolevatele energiatele, uskumustele, ühistele kokkulepetele. Ühised kokkulepped on kõik mis meil on, väljaspool seda on (üleval) tühjus ning allpool ürgne lõputu energiaookean, kust me ammutame kogu toormaterjali selleks mida soovime luua.

Selleks, et luua uut, realiseerida oma potentsiaal tasemel, mis võib olla tänasest tavaarusaamast tunduvalt kaugemal, peame ületama olemasolevad kokkulepped, uskumuste muustrid iseendas ja end ümbritsevas keskkonnas.

Meie uskumuste muustrid on kui sissetallatud rajad dzunglis, mis on kaitstud kõige ohtliku ja ebamäärase eest. Soovides luua midagi täiesti uut, peame sissetallatud radadelt välja astuma, see on ebamugav nii endale – sest seal kus lõppevad selged teadmised, lõppeb ka turvatunne; kui ka teistele – me kõigutame olemasolevat statud quo'd. Piltlikult lõhume meie turvalisi hästivalgustatud radu ümbritsevasse müüridesse augud, kust uus energia saab sissevoolata; nii pluss- kui ka miinuspooluseline energia.

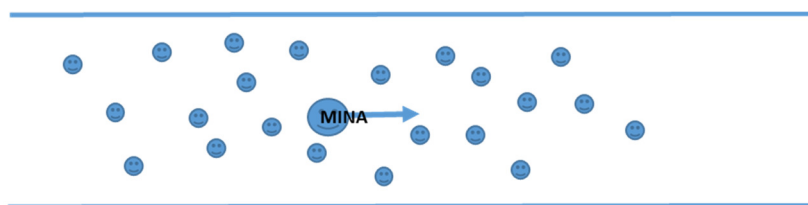
Tuntud radadelt välja tundmatusse astudes toetume oma olemasolevale kogemusele, oma suhte(energia)võrgustikule.

Inimene on kõikide oma eelnevate suhete summa. /budistlik mõttetera/

Ülekandemehhanismide loogikasse süvenedes näeme, et meie identiteet koosneb täielikult kõikidest minevikus loodud suhetest, nendest rääkivatest lugudest. Iga meie loodud suhe on oma unikaalsel sagedusel võnkuv energeetiline niit, meie väljas ja meie sees. Kui suhted/lood on positiivsed, siis on meil enesest positiivne kuvand, enesetunne positiivne ning vastupidi – kui seljataga on palju negatiivseid lugusid, siis mõjutab see meie enesetunnet negatiivselt.

Ükski inimene ei sünni õhku, tühja koha peale. Ta sünnib oma juurtele, eelnevalt räägitavatele, loodavatele lugudele/tegudele ning hakkab neid baasiks võttes omaenese lugusid looma, emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil.

Indiaanlased ütlevad, et inimene viibib oma elus hootunnelis, kus suuna ja kiiruse määravad teda ümbritsevad suhted.



Joonis 6. Hootunnel

Mida võimsamad on meid ümbritsevad suhted, seda suurem on meie liikumise kiirus, seda suuremat laengut, arengupotentsiaali me omame. Mida puhtamad - tõesemad ja armastavamad - on meid ümbritsevad suhted, seda pikem ja nauditavam on meie teekond.

Hootunnel on kujukas näide ja mitte ainult. Aju toimimise mehhanismi süvenedes näeme kuidas me oma identiteedi ning igapäevase reaalsuse ümbritsevatele suhetele ning nendest koosnevatele mälupeegeldustele, lugudele üles ehitame.

Inimene saab oma loomulikus energiavoos tõusta niikaugemale kuni kannavad teda ümbritsevad suhted. Mida rohkem suhteid tema ümber tema liikumist toetavad, seda lihtsam on liikuda. Tavateadvuse voos, kus liigub kõige enam inimesi, on ka toetus kõige suurem, liikumine lihtsam.

Sissekäidud radadelt kõrvale astumine on keerulisem, kuna inimene ei saa ammutada enam jõudu (energiat) ümbritsevast keskkonnast harjumuspärasel moel. Ta peab õppima ühenduma enese sisemise Allikaga, sellel teel tervendama eneses üleskerkivad traumad ja ebaterved uskumused.

„Indiaanlased nimetavad seda toimingut enese energiavälja puhastamiseks“ (Don Juan Matus).

Igal kehastunud hingel on isikupärane energiavälja suurus. Sellest tulenevalt esineb inimesel ülitugev vajadus end ühiskonnas enese autentsel moel „laiali sirutada“; emotsionaalselt, intellektuaalselt ja füüsiliselt.

Niikaua kui inimese energiaväli on veel „määratud“, sisaldades mineviku traumasid, mis toovad temas esile hirme ning tekitades talle keskkonnas füüsilisi väliseid vaenlaseid, on tal raske end laiali sirutada kuna sel teel kohtab ta enese luukeresid, samuti on ta ise liiga „raske“ ümbritsevatele inimestele taluda. Teda on liiga palju.

Olles oma energiavälja kriitilise määrani puhastanud, suudab ta inimestega uuel tasandil ühenduda. Kuna ta on oma sisemised traumad piisaval määral tervendanud, siis ei tekita enese avamine temas enam hirmu, samuti muutub ta immuunseks teiste inimeste hirmudele. Ta tunnetab neid, kuid need ei vii teda enam tasakaalust välja.

Enese energiavälja piisaval määral puhastanud, hakkavad ümbritsevad suhted teda taas toetama, uuel, kõrgemal üliteadvuslikul ning sügavamal alateadvuslikul tasandil. Hingetasandil.

Järgnevas rakendusliku sisuga programmis enese energiavälja puhastamisel on oluline seada fookus sellele mida me tahame – kogeda Elu / armastust autentsel, Tõesel moel.

Me saame seda inimestena kogeda EIF-tasanditel läbi oma baasvajaduste.

Oluline on ebatõesena tunnistada kõik muu – hirmud, traumad, vaenlased. Tunnistada enesele, et nad on küll olemas, kuid eksisteerivad vaid läbi meie traumeeritud minevikukogemuste.

Kuivõrd inimene on osa Jumalikust Allikast, on inimese tõeliseks olemuseks Tõene Armastus. Tunnistades seda enese põhiolemusena ning võttes oma taotluseks seda luua ja kogeda, saab meist kõik mittetõeline vabaneda, traumad terveneda.

Kõik on energia, iga emotsioon omab spetsiifilist energeetilist võnkesagedust. Inimene saab seda mida ta loob. Otsides enesest hirme ja tuhnides minevikutraumades, saab ta need. Kõik on energia, traumades hirmuenergiat ülespiitsutades loob ta seda lõputult juurde. Inimkond on minevikus kogunud palju kannatusi, valu, hirme. Meie traumeeritud teadvus võtab valusaid kogemusi arvesse reaalsemana kui armastusväärseid.

Me oleme perfektselt õppinud võitlema, kannatama kuni surmani. Meid ei ole õpetatud

armastama.

Sellele keskendub järgnev programm, inimesest tema tõese armastava põhiolemuse väljatoomisele igale inimesele unikaalsel, isikupärasel moel.

Inimese (energeetika) terviklik kaardistamine

Inimene on hinge kui Jumaliku allika inkarnatsioon, omab tuntavalt 3 tasandit – emotsionaalset, intellektuaalset ja füüsilist tasandit.

Inimene kasutab enese (energiavälja) ülesehitamiseks nendel tasanditel energiat, mida ta ammutab läbi 7 emotsionaalse baasvajaduse (MINA, lähedus, turvatunne, areng, juured, eneserealisatsioon, naudingud) ning transformeerib selle energia läbi EIF-tsüklite füüsilisele tasandile. Nii nagu teeb seda loodus, sündides ja surres igal päeval ning igal aastal uuesti ning uuesti.

Inimene sünnib olemasolevatele oma esivanemate poolt loodud energiajoontele. Nendega maksimaalsel moel ühendudes ammutab neist energia, informatsiooni kõige juba loodu kohta ning hakkab sellele vundamendile toetudes looma uut; mis omakorda on baasiks tema lastele.

Inimese terviklikuks kaardistamiseks EIF ning baasvajaduste tasanditel saab kasutada järgnevat maatriksit.

Hinda selles iga oma suhet 1 ... 10 skaalal. Vastavalt: 1 ... 5 punkti - suhe / tunne selle suhtes on negatiivne; 5 ... 10 punkti vahemikus suhe / tunne positiivne.

	Hinge tasand		
SUHE / BAASVAJADUS	Emotsionaalne tasand	Intellektuaalne tasand	Füüsiline tasand
MINA / MINA	Suhe oma südamega. Märgi punktid 1 ... 10:	Suhe oma mõistusega/vaimuga. Punktid:	Suhe oma kehaga. Punktid:
Kontrollküsimused	Kuidas tunnen sidet iseendaga, oma sisemise tõega? Kas tunnetan oma sisemist kaljut (punktivahemik 5..10) või olen sisemiselt pigem pidevas segaduses (punktid 1 ... 5).	Kui selgelt näen/haldan mõistusega oma maailma, näen Oma Teed tulevikku suundumas? Selge maailma-/tulevikupilt = punktid 5 ... 10, ebaselge = 1 ... 5	Kuidas tunnen end oma füüsilises kehas?
PARTNER / LÄHEDUS	Emotsionaalne side oma partneriga. Punktid:	Intellektuaalne side partneriga? Punktid:	Füüsiline side partneriga? Punktid:
Kontrollküsimused	Kas/kui tugevat emotsionaalset sidet/lähedust tunnen oma partneriga?	Kui selgelt ühtivad partneriga me maailmavaated? Oleme ühel meelel või pigem vaidleme?	Kui hea on meievaheline füüsiline side? Kas/kuidas naudime üksteist puudutusi, kallistusi, armatsemist?
KODU / TURVATUNNE	Emotsionaalne side oma koduga. Punktid:	Intellektuaalne side/rahulolu oma koduga. Punktid:	Füüsiline side koduga. Punktid:
Kontrollküsimused	Kas minu kodu on minu kindlus, kus saan end täiesti vabalt, iseendana tunda?	Kas ta kuulub mulle, pangale või on üüritud?	Kas ta rahuldab mu füüsilisi vajadusi – suurus, tubade arv, uus/renoveerimistvajav, värvus, materjal, tüüp (maja, korter vms), logistiline asukoht, naabrid?
LAPSED / ARENG	Emotsionaalne side (oma) lastega. Punktid:	Intellektuaalne side lastega. Punktid:	Füüsiline side lastega. Punktid:
Kontrollküsimused	Kui lähedast sidet sa tunned lastega? Kui omal lapsi pole, siis teiste lastega.	Sarnane maailmavaade, ühised huvid. Samuti minu võimekus juhtida oma laste arenguteed. Kui võimekana tunnen end lapsevanemana?	Kas kallistad oma lastega? Hoiad neid süles?
VANEMAD / JUURED	Emotsionaalne side oma vanematega. Punktid:	Intellektuaalne side vanematega. Punktid:	Füüsiline side oma vanematega. Punktid:
Kontrollküsimused	Kui lähedast, südamlikku suhet tunned sa oma vanematega?	Kas teil on sarnane maailmavaade või pigem olete asjades eri meelel?	Kas kallistad oma vanemaid või pigem väldid neid füüsiliselt?
TÖÖKAASLASED / ENESEREALISATSIION	Emotsionaalne side oma töökaaslastega. Punktid:	Intellektuaalne side töökaaslastega. Punktid:	Füüsiline side oma töökaaslastega. Punktid:
Kontrollküsimused	Kui lähedast, südamlikku suhet tunned sa oma töökaaslastega?	Kas teil on sarnane maailmavaade või pigem olete asjades erimeelel?	Kas kallistad oma töökaaslaseid või pigem väldid neid füüsiliselt?
SÕBRAD / NAUDINGUD	Emotsionaalne side oma sõpradega. Punktid:	Intellektuaalne side sõpradega. Punktid:	Füüsiline side oma sõpradega. Punktid:
Kontrollküsimused	Kui lähedast, südamlikku suhet tunned sa oma sõpradega?	Kas teil on sarnane maailmavaade või pigem olete asjades erimeelel?	Kas kallistad oma sõpru või pigem väldid füüsilist kontakti?

Selle maatriksiga määratled kõikide enesega seotud põhiliste suhete kvaliteedi EIF- ja baasvajaduslikel tasanditel. Kaardistad enese suhtevõrgustiku kõikide niitude energeetika, võnkesageduse.

Maatriks algab MINA-tasandist emotsionaalsel tasandil, see on meie kõige tähtsam suhe. See suhe seob meid otseselt oma hinge ning hinge tasandilt tulevate sõnumitega. Need sõnumid ütlevad meile, mis meile tõeliselt oma elus oluline on. Selle suhte tugevus ning selgus paneb aluse meie valikutele elus. Kui suhe iseendaga on hea, siis valin intellektuaalsel tasandil enesetäiendus/-koolitusvahendid, mis sobivad sisimas minu individuaalse annetekogumiga. Õpin seda mis mulle tõesti meeldib. Valin enda tõeliste vajadustega kooskõlas olevad füüsilised arendusvahendid.

Kui kontakt endaga on autentne, siis tunnen ära autentse partneri ning tema tunneb ära minu.

Koos luuakse hubane, kodune ja turvaline kodu.

Autentses, rahuldustpakkavas suhtes, turvalises ja kaunis kodus on lastel hea kasvada. Neid, nende vajadusi märgatakse. Nad säilitavad kasvades autentse sideme omaenese MINAga ning suudavad elus enesele olulisi valikuid, suhteid märgata ning omaenese hingest lähtuvalt oma elu hakata üles ehitama.

Omaenese autentselt pinnalt suudad luua autentse suhte vanematega, oma minevikuga. Omandada esivanemate tarkuse ning jõu.

Autentne, ennast armastav inimene leiab enesele elus õige eneseteostuse koha. Kuna ta tegeleb töö juures oma hobiga, siis on aja küsimus kui ta saab oma alal tõeliselt heaks ning ka tasu saab olema vastav (raha on meie energia peegel, mõõdupuu). Ta naudib oma tööd ning tõmbab enesele ligi samasuguseid inimesi nagu ta ise; see võimaldab tal teiselt järgmistele tasanditele kasvada.

Kõige eelneva tulemuseks on nauditav elu, kus on koht paljudele headele sõpradele, teekaaslastele.

See elu hakkab end toitma ning läbi üha süvenevate EIF-tsüklite, aasta-aastalt end üha nauditavamal moel ülesehitama.

Kõik meie suhted on energeetiline võrgustik. Meie väline suhtevõrgustik perekonnas, organisatsioonis, ühiskonnas, looduses peegeldab vastavaid tasandeid meie sisemaailmas.

Oma välise suhtevõrgustiku kaardistades lood enda MINA ülesehitamiseks välises suhterägastikus teadliku positsiooni. 1. samm on lähtepositsiooni kaardistamine. Järgmisi samme, kuidas ja kuhu kogutud info(energia)t suunama hakata, vaatleme järgnevates peatükkides.

Esimene samm. Emotsionaalne tasand. Unistamine

Esimeseks sammuks on unistamine. Isegi kui oled väga kaugelt oma tõeliselt rajalt tulnud, ühendud sa läbi unistamise uuesti omaenese tõelise minaga.

Võta selleks toiminguks piisavalt aega. Mine puhtasse keskkonda, loodusesse vms. On olemas ka mitmeid häid meditatsioone, mis aitavad meil oma tavamõistuse natukeseks ajaks väljalülitada.

Unista enesele Uus Lugu, selline, mida sa tõeliselt elada tahaksid (pane kindlasti kirja):

Milline ma tahan olla, kuidas end tunda? - julge, enesekindel, tark, ilus jne.

Milline on minu unistuste partner, suhe temaga?

Milline on mu unistuste kodu?

Millist suhet tahan oma lastega, oma vanematega?

Kuidas tahan end tööd tehes tunda?

Võib juhtuda, et oled oma tõeliselt teelt üsna kaugelt tulnud ning puudub vähim ettekujutus, mida elus teha tahame, kuid meil on olemas sisetunne kuidas tahan end selle x-tegevuse juures tunda.

Millist suhet oma sõpradega tahan?

Esimese sammu lõpetuseks on sul selgelt läbitunnetatud ning sõnastatud oma uus lugu. Tihti on elu kiires oravarattas side omaenese MINAga nõrgaks jäänud. Unistuse baasil selgelt sõnastatud Uus Lugu annab sulle järgnevate valikute tegemiseks selge tundepõhise (energeetilise) referentsi. St kui pead elus erinevaid valikuid kaaluma, siis on just sisetunne see mille alusel õige otsuse teed. Päeva lõpuks tahame end hästi tunda, seega tuleb valida see tegevus mis tagab meile hea tunde.

Oma traumeeritud emotsionaalset tasandit vältides oleme tihti üsna pikalt elus turvalisi otsuseid langetanud, selliseid, mis on meie intellektile olnud piisavalt arukad. Samas juhivad turvalised valikud meid elus varem või hiljem ummikusse. Kokkukeeratud sasipuntrast väljatulemiseks on oluline, et edasiste otsuste motiiv on võimalikult sügavalt sinu enese MINAst lähtuv. Unistamine loob sideme omaenese jumaliku MINAga. Võimalikult puhta ühenduse saamiseks on oluline igapäevaelu endast unistamise ajaks elimineerida.

Esimene oluline samm on tehtud. On unistatud/sõnastatud Oma Uus Lugu ning loodud emotsionaalne lähteasukoht järgnevatele elu pakutavatele valikutele.

Teine samm. Intellektuaalne tasand. Võimaluste kandik / to-do list

„Elu pakub meile alati kandikul võimalusi.“ / Luule Vülma /

Uus Lugu unistatud aseta see enese ette oma EIF-maatriksi kõrvale, see on sinu isiklik rännaku plaan – on olemas lähteasukoht ja lõpp-punkt. Teise sammuna käivita oma intellektuaalne tasand, oma aju ning vaatle iga maatriksi ruudu osas sinu enese elu pakutavaid võimalusi selle konkreetse ruudu (suhte) skoori parandamiseks. Erinevaid võimalusi vaagides kasuta oma sisetunnet referentsina – kumb võimalus tagab sulle potentsiaalselt suurema rahulolu tunde, viib sinu Uuele Loole lähemale.

MINA-tasandil on heaks indikaatoriks sinu hobid või nt tegevused millest oled unistanud, kuid pole seni veel teostanud. Ka viivad hobid meid kokku meiega sarnaste inimestega, tulevaste sõpradega, partneriga.

Milline võimalus on sul parandada suhet oma partneriga just täna/sel nädalal? Või kui sul hetkel partnerit pole, siis tuleta meelde, et tänu ülekandemehhanismidele tõlgendad sa kõiki tuleviku lähisuhteid läbi minevikuprisma. St kui oled oma eelmises suhtes haiget saanud või on see „külma sõja seisundis“, siis leia võimalusi mineviku suhete tervendamiseks.

Uus suhe algab täpselt sealt kus eelmine suhe lõppes. Võibolla ei saa sa teha palju, kuid eneses endale ja möödajale andestuse leidmine aitab sul oma eluga edasi liikuda. Lood pinnase sellele, et oled ise emotsionaalselt valmis uuele suhetele avanema, ta oma ellu vastu võtma.

Millised võimalused avanevad sinu kodus, et seda mõnusamaks, turvalisemaks teha?

Võimalused suhete parandamiseks oma lastega?

Läbi laste saad kogeda elu impulsse nende ehedal moel. Lastel on kontakt enese MINAga veel olemas. Leides lastega lähedase kontakti, näitavad nad oma puhtas peeglis sulle sind ennast. Lapsed tuletavad sulle meelde sinu enese MINA. Mõnikord ei pruugi olla see pilt meeldiv kuna meie eneste MINA-pilt võib olla juba üsna määrdunud. Laps on kui puhas peegel kus näed kõike enesest ehedal moel peegeldumas. Oluline on hoiduda peeglite lõhkumisest kui vaatepilt ei meeldi.

Eneserealisatsiooni tasandil võid kaaluda erinevaid valikuid töökohtadest. Milline pakutavatest tegevustest täidab sind tulevikus potentsiaalselt suurema rahulolutundega, seostub sügavamalt sinu Uue Looga? Vali see, mis pakub paremat tunnet. Isegi kui valik on majanduslikult hetkel mõnevõrra ebaratsionaalne, siis oma tõelisel erialal tööle hakates saad sa varsti väga heaks. Raha on sealjuures paratamatult kaasnev nähtus.

Sõprade tasandil leia võimalusi koostegemiseks, ajaviitmiseks.

Kui oled kõik võimalused kirja pannud, on sinu ees sinu isiklik individuaalne arengukava, mille on sinu hing sulle kõrva sosistanud. Tegevuste nimistu mis ootab täitmist. Oled elu pakutavatest võimaluste paletist väljaselekteerinud need valikud, mis toetavad Sinu isiklikku arengut perspektiivis kõige rohkem.

Kolmas samm. Füüsiline tasand. Teostamine

Sa oled unistanud omale Uue Loo, kõikidest elu pakutavatest võimalustest oma suhete parandamiseks iseenda, partneri, kodu, laste, vanemate, töökaaslaste ja sõpradega välja selekteerinud sulle olulise tegevused.

Kolmas vältimatult oluline samm EIF-tsükliks on teostus.

Kui sa neid tegevusi ei teosta, siis mitte midagi sinu elus ei muutu.

Teeme ära.

Neljas samm, hingetasandile tee loomine

Võimalik, et kõigi kirjapandud tegevuste teostamine võtab sul järgmise aasta. Nimistusse võib käigult uusi tegevusi juurde tekkida ning mõned võivad sealt kaduda.

Samas on oluline järgmise paari aasta jooksul kogu tsükli algusest taas korrata. Iga korraga tõmbad sa end uuesti oma rajale. Iga uue EIF-tsükliga liigud sa iseenda keskmele, oma MINAle lähemale, saad keskkonnast üha paremat tagasisidet iseendast. Niiviisi hakkad sammsammult iseendaga üha jõulisemat ning autentsemat sidet looma, oma maailma ja suhtevõrgustikku ülesehitama.

Iga tsükliga hakkab sinus suurem selgus tekkima, hakkad tunnetama sisemist vaikust, kooskõla, täidetuse tunnet. Hakkad avama oma EIF-tsükliks üha enam H ehk hingetasandit.

Iga parandatud suhe maatriksis mõjutab positiivselt ka kõiki teisi suhteid. Kõik on kõigea seotud.

Praktiseerimine võimaldab teadliku intellingsuse muuta alateadlikuks, st mõne aja pärast hakkad alateadlikult elus õigeid „teeotsi“ valima. Elu oma uues kvaliteedis muutub järjest enam pingutuse- vabamaks.

II. OSA. ORGANISATSIOON

Organisation is not Like a family, it Is a family
/Simon Sinek/

Elame kiireltmuutuvad keskkonnas, hoolimata meie tehnilistes valdkondades tehtavatest edusammudest ning juhtide jõupingutustest liigub meie ettevõtete terviseandmed teises suunas – ettevõtete keskmine eluiga jääb alla 3-5 aasta. Samas kui teiste valdkondade organisatsioonide, nt sotsiaal-, hariduse-, kultuuri-, militaar- või religioonivalla ühendused näitavad hoopis suuremat elujõudu. Siiski leiab ka majandusvaldkonnast näiteid ettevõtetest, kelle eluiga ületab kaugelt keskmise, ulatudes sadadesse aastatesse.

Arie De Geus toob oma raamatus („Elav Ettevõte“) välja pikaajalisi, sadu aastaid kestvaid ettevõtteid, iseloomustavad 4 ühist võtmetegurit:

1. Pikaajalised firmad on tundlikud neid ümbritseva keskkonna suhtes. Nad tunnetavad varakult keskkonnas toimuvat ning viivad eneses õigeaegselt läbi vajalikud muudatused.
2. Pikaajaliste firmade liikmetel on tugev identiteeditunne ning nad hoiavad kokku. Mitmekesisusest hoolimata tundsid organiatsiooni liikmed end ühe suure kogukonna liikmetena ning just organisatsiooni liikmete tugevad omavahelised sidemed on olnud keerulistes tingimustes ellujäämiseks hädavajalikud.
3. Pikaajalised firmad on tolerantsed. Nad on juhtimisel pigem hoidunud jäigast tsentraliseeritud juhtimisstiilist (va arvatud kriisiperioodidel). Soodustanud kaugtöö võimalusi, julgeid eksperimente.
4. Pikaajalised firmad on finantseerimisel konservatiivsed, hindavad vaba raha olemasolu

De Geusi raamatu põhiideeks on, et ettevõtte on oma olemuselt igati elusorganismi parameetritele vastav. Teda tuleks kohelda ning arendada kui elavat organismi.

Näeme, et kolm ettevõtte pikaealisust iseloomustavast näitajast neljast – indentiteeditunne, tundlikkus, tolerantsus - on seotud organisatsiooni emotsionaalse tasandiga.

Stephen R. Covey juhib oma teostes tähelepanu, et sarnaselt inimesele on ka ettevõttel kolm selgelt piiritletavat tasandit – emotsionaalne, intellektuaalne ning füüsiline. Mida vastavalt iseloomustab ettevõtte emotsionaalne, intellektuaalne ja füüsiline võimekus, intelligentsus. EQ, IQ, PQ. Nende tasandite piisaval küpsemisel avaldub ettevõttes neljas, hingeline tasand. Tema spirituaalne intelligentsus, SQ.

Organisatsiooni energeetika

Kõik on energia, kõik vibreerib - vaimse ja kehalise, taeva ja maa, mehelikkuse ja naiseliikuse spektril. Nii tekib energia, looduses ja inimeses.

Organisatsiooni arendades kasvatame me energiat – emotsionaalset, intellektuaalset ja füüsilist. Igal neist energialiikidest on oma mõõdetav suurus ning väärtus.

Tänapäeval majandusmaastikul vähima väärtusega on füüsiline energia. 1 miljoni euro eest saab aastaks ajaks tööle rakendada 80 labidameest.

Kallimalt väärtustatud on intellektuaalne energia. Sama raha, 1 M€, eest saab aastaks palgata 14 haritud spetsialisti.

Kõige kallim energialiik on emotsionaalne energia. Kui soovid palgata nt hea laulja, siis võib juhtuda, et 1M€ eest saad ta 3ks tunniks lavale.

EIF-tsüklis on kõik kolm energialiiki võrdselt olulised.

Oluline on esmane emotsionaalne, käivitav laeng. Mida tugevam ja puhtam see on, seda võimekamad inimesed organisatsiooniga liituvad, seda enam suudame keskkonda / kliente kõnetada.

Tõstetud emotsionaalne laeng tuleb arukalt lahti mõtestada ning suunata tegevustesse. Mida arukam on väljund, seda parem on hilisem füüsiline tulemus. Võimsast emotsionaalsest puhangust on vähe kasu kui seda ei suudeta arukalt rakendada.

Tsükli viimasel, füüsilisel tasandil, ilmneb paradoks – ehkki majanduslikus mõttes on füüsiline tööjõud kõige vähem tasustatud, on emotsionaalse ja intellektuaalse pingutuse väärtus null kui neid kvaliteete ei suudeta füüsilisel tasandil realiseerida.

Samuti on just ettevõtte füüsiline tasand (organisatsiooni reatöötajad) see, kes esimesena peale teostatud EIF-tsüklit võtab vastu info uuest loodud reaalsusest. Inimesega paralleeli tuues – läbi füüsilise keha andurite me kogeme reaalsust, võtame vastu aistinguid füüsilisest keskkonnast. Mida puhtam, tervem, elujõulisem (sügavama MINA/läheduse/turvalisuse-tunnetusega) on meie keha, seda puhtamaid signaale me keskkonnast saame.

Emotsionaalne energia / tasand seob meid organisatsiooni identiteediga - ühiste väärtuste, missiooni, visiooni, nime ja kaubamärgiga.

Intellektuaalne energia kannab meie organisatsiooni vaimset, mõtlevat jõudu.

Füüsiline tasand esindab elujõulist võimekust reaalsuses rakendada seda, mida ettevõtte südame- ja mõistustasand on tunnetanud ning mõistustasand on välja mõtelnud.

Organisatsiooni arendamisel tuleb võrdset tähelepanu pöörata kõigi kolme energialiigi arendamisele.

Kes või mis on organisatsioon?

„***A social unit of people*** that is structured and managed to meet a need or to pursue collective goals.“

/ businessdictionary.com /

Organisatsioon on **inimeste sotsiaalne ühendus** (kes on soetanud kollektiivse eesmärgi saavutamiseks seadmed, hooned). **Organisatsioon on oma olemuselt elusolend.**

Organisatsiooni kolm tasandit

Organisatsioon kui inimeste ühendus on terviklik 4-tasandiline elav organism, kellel on (sarnaselt inimesele) selgelt eristatavad südame- ja mõistustasand (EQ), mõistuse tasand (IQ), kehaline tasand (PQ) ning kolme esmatasandi piisaval küpsemisel avalduv neljas, hingeline tasand (SQ).

Ettevõtte südame- ja mõistustasandi väljundi, EQ – missiooni, visiooni, väärtused – sõnastavad algselt organisatsiooni loojad. Hiljem osalevad EQ loomel ka organisatsiooni ülejäänud liikmed.

Organisatsiooni intellektuaalset IQ-tasandit kannab tema juhtkond. Juhtkond on ettevõtte aju, kes jälgib olukorda turul, kontrollib läbi vastavate indikaatorite organisatsiooni „sisetemperatuuri“ ning vastavalt kogutud infole loob tegutsemisstrateegia.

Organisatsiooni füüsilise keha, PQ-tasandi moodustavad tema liikmed, kes on igapäevaselt töös füüsiliste operatsioonide teostamisega.

Organisatsioon toimib sarnaselt inimesega. Meenutame, inimese kehas on ~ 100 triljonit iseseisva teadvusega rakku, kes on omavahel ning ümbritseva keskkonnaga pidevas info(energia)vahetuses.

Organisatsiooni toimimine, EIF-tsükkel

Inimese küpsemine, hingetasandi avaldumine käib läbi tervikliku EIF-tsükli. Kui inimene on emotsionaalselt traumeeritud, siis on tema EIF-tsükkel häiritud. Vaadates maailma läbi mineviku traumeeritud kogemuste prisma, on inimesel raskusi ümbritsevate suhete ning läbi nende maailma, tõese tunnetamise ja lahtimõtestamisega, edasi adekvaatse tegutsemisega. Inimese areng on sellega pärsitud.

Samasugune (küpsemise) protsess, EIF-tsükkel, toimub ka organisatsioonis kui inimeste ühenduses.

Uude keskkonda sisenedes võtab organisatsioon läbi oma keharakkude (organisatsiooni liikmete) vastu signaale, aistinguid. Sarnaselt inimkeha rakkudega, aistivad nad keskkonda, edastavad signaale organismi juhtkonnale ning üksteisele – milline on keskkond – soe/külm, sõbralik/vaenulik, millised on turuvajadused, väljakutsed jne. Organisatsiooni liikmed aistivad keskkonda läbi oma isiklike emotsionaalsete filtrite. Kui filter on „määratud“, siis omandab ka seda läbiv info sarnase tonaalsuse.

Olles organisatsiooni liikmetelt (kehalised) signaalid vastu võtnud, analüüsib tema aju ehk juhtkond saadud infot minevikukogemuse põhjal. Organisatsiooni kollektiivne mälu hoiab eneses ühist kollektiivset mälu pagasit. Organisatsiooni liikmete vaheline infovahetuse kvaliteet sõltub omavahelistest suhetest, usaldusest, läheduse ja turvatundest.

Olles operatiivinfo kokkukogunud, annab aju ehk organisatsiooni juhtkond peale nõupidamist, kehale vastava käsu tegutseda.

Peale operatsiooni teostamist tunnetab kogu organism uut füüsilist reaalsust kooskõlas enese südamedasandi – missiooni, visiooni ja väärtustega, seatud eesmärkidega; ning valmistub uueks tsükliks.

Organisatsiooni küpsusastmest sõltub vaikusehetke pikkus füüsilise ning emotsionaalse faasi vahel. Küpses organisatsioonis avaldunud hingetasand suudab hoida pidevalt „pea külma, südame kuuma ja keha elujõuga täidetuna“ – tegutseda omaenese rahulikus tempos.

Ebaküpsel organisatsioonil (organisatsiooni liikmetel) seevastu on emotsionaalselt keeruline rasketes turusituatsioonides sisemist rahu säilitada. Suutmatus organisatsioonisiseseid ja –väliseid emotsioone kontrollida tingib kiireid otsuseid, üldsusele pigem populaarseid ja mugavaid valikuid. Sarnaselt inimesele juhivad mugavad, sõltuvuslikud valikud organisatsiooni kriisi.

Organisatsioon, kollektiivselt inimeste kogumina, tunnetab ühist reaalsust, mõtestab vastavalt minevikukogemustele (läbi ülekanademehhanismide) ühiselt lahti ning tegutseb. Organisatsioon, see on tema liikmed, inimesed. Nad on vastavalt ühiselt seatud eesmärkidele üles ehitanud põhiprotsessi ning tegutsemismudeli, mille käigus valmiva toote/teenuse lõppeesmärk on (ühine) eneserealisatsioon.

Ühistegevuses on igal organisatsiooni liikmel oma roll. Sisemiselt küpsed organisatsiooni liikmed, st inimesed, kes on suutnud oma mineviku traumadest piisaval määral vabaneda, suudavad täita oma rolli paremini – oma isiklikku superego vajadusi ohjates suudetakse isetult pühenduda organisatsioonile, ühiste eesmärkidele.

Kui organisatsiooni moodustavad emotsionaalselt, intellektuaalselt ja füüsiliselt suhteliselt küpsed inimesed, on ka organisatsiooni keskkonnataju, lahtimõtestamise võimekus ning reageerimine küpsele isiksusele omased.

Seevastu emotsionaalselt enesest võõrandunud inimestest moodustunud organisatsioonil on (emotsionaalselt) keeruline reaalsust adekvaatselt tunnistada (kuna keha rakud, organisatsiooni liikmed tõrjuvad väliskeskkonnast lähtuvat inimlikku lähedust) ning isegi kui seda tehakse, on põhjapanevaid otsuseid raske ellu viia kuna tõesed otsused pole populaarsed ei organisatsiooni sees ega ka väljaspool.

Organisatsiooni küpsemine, hingetasandi avamine

Organisatsioon on inimeste sotsiaalne ühendus, kes ühiste eesmärkide saavutamiseks sobilikud vahendid valivad.

Nii nagu inimeselgi, on ka organisatsioonil tema emotsionaalne, intellektuaalne ja füüsiline tasand; tema EQ, IQ ja PQ. Kõik need tasandid vajavad rahuldamist, vastasel korral tunneb töötaja end rahulolematuna - „inimene hakkab püüdlema keskkonna parandamise poole, selle vastu võitlema, mandub või lahkub (A.Haller / Ü.Vooglaid)”.

Algusperioodil on EQ/IQ/PQ-tasandid organisatsioonis selgelt eraldatud – emotsionaalset sidet ettevõttega kannab selgelt omanik, mõtleb ja planeerib juhtkond ning tegutseb töötajaskond. Aja jooksul, koostöö edenedes sulanduvad tasandid organisatsioonis üha enam, kollektiiv hakkab (ideaalis) tundma end ühtse kogukonnana, kus kõik tunnevad ettevõtte käekäigu eest võrdset vastutust.

Organisatsioonis kohtuvad erinevate emotsionaalsete, intellektuaalsete ning füüsiliste võimekustega inimesed. Organisatsioon areneb (küpsed) läbi liikmetevahelise koostöö. Alguses on inimesed üksteisele võõrad, ei oma piisavat sidet üksteisega ega organisatsiooni MINAga – identiteedi / missiooni / visiooni / väärtustega. Koostöös alustatakse projekte. Iga projekti käigus läbitakse üks väike EIF-tsüklil – tunnetatakse selle vajalikkust/sidusust enese, organisatsiooni ja ühiskonna eesmärkidega, mõtestatakse lahti ning teostatakse; läbi sisemise tunnetuse / mõtestamise viiakse läbi kvaliteedikontrolli. Kui projekt tekitab piisavat rahulolu, sidusust liikmetes, nende vahel ning nende ja organisatsiooni vahel, siis omandatu (emotsionaalsel, intellektuaalsel ja füüsilisel) baasil asutakse uusi projekte teostama.

Läbi sügavama inimeste kaasamise hakkavad organisatsiooni liikmed ka organisatsiooni EQ ja IQ arendamisel kaasa rääkima. Missiooni/visioonikandja roll, mida päris alguses kandis omanik, kandub järjest enam üle organisatsiooni liikmetele.

Toimub protsess, mis organisatsioonide dünaamilise arenguteooria käsitluses (Glasl, Lievegoed) viib organisatsiooni 4ndasse, assotsiatsioonifaasi. See protsess toimub täna enamikes organisatsioonides juhuslikult ning statistika – enamus ettevõtteid sureb enne 5ndat eluaastat, kinnitab seda. Samas saab seda protsessi läbiviia teadlikult. Teadlikult arendada ning juhtida organisatsiooni tõhusust – tema põhiprotsessi võimalikult efektiivset toimimist ning mõjusust – süvendada organisatsiooni jõudu läbi inimkapitali teadliku kaasamise. Sellekohaseid praktilisi tehnikaid käsitleme järgnevatel peatükkides.

Miks mõni organisatsioon küpseb, saab targaks, kohandub turuvajadustega; teine aga, või enamuse sureb enne 3-5ndat eluaastat?

Organisatsiooni küpsemine on sarnane inimese küpsemisele. Harmoonilises keskkonnas kasvav inimene omandab rahulikult läbi EIF-tsüklite kasvades keskkonnast teadmisi, seob neid enese sisemise „kaljuga.“ Küpsemiseks vajab inimene a) kontakti enese MINAga b) piisavat armastatuse ja läheduse tunnet c) suhetele avanemiseks piisavat sisemist ja välimist turvatunnet.

Kui inimesel puudub kontakt omaenese MINAga, ta ei tunne, et on armastatud ning sisemine turvalisus on puudulik, on pärsitud ka tema isiksusearengu protsess.

Organisatsioon kasvab, areneb, küpseb sisemiselt läbi EIF-tsüklite. Piisava arvu tsükleid läbides, enese MINAst üha enam teadlikumaks saades – *õppimine on olemasolevale (MINAle) uute seoste loomine* - avab ta järk-järgult enese hingetasandi.

Sarnaselt üksikisikule tekib organisatsiooni arengus komistuskivi arengutsükli E-faasis – meeskonnas tekib emotsionaalne pinge, millega ei osata midagi pihta hakata ning kogu hilisem ..IF-tsükkel läheb kiiva.

Firmade suremuse tendents on iseloomulik praegusele kiirele ajastule, kus erinevate valdkondade / tehnoloogiate sümbioosne kiire areng asetab inimesele väga suure surve. On vaja õppida, kohaneda, kohanduda ning teha seda kiiresti. Õpi, tööta, maga kiiremini.. Kui toodete eluiga mõõdetakse kuudes, siis iga väike hilinemine tähendab, et uue tootega ollakse juba turu arengutsüklis maas. See survestab tootearendust ning kui rahalisi vahendeid napib, siis inimestevahelisi suhteid – kui raha on vähe, siis tuleb inimestel teha omavahel sügavamalt koostööd, olla loominguiline. Pikki töötunde tehes inimeste mugavustsoon mureneb, pinnale ujuvad varjatud käitumismustrid.

Pingeseisund avab organisatsioonis arenguvõimaluse.

Kui pingsituatsioonides kollektiivi emotsionaalsed haavad avanevad, siis on neid võimalik tervendada ning seeläbi organisatsioon uuele arengutasemele juhtida. Mugavustsoonis toimetades on ka haavad sügaval peidus, käeulatusest väljas.

Arenguväljakutseid kohates vaatavad organisatsiooni liikmed üksteisele otsa ning hindavad sisimas sidet üksteisega, organisatsiooniga. Kui side on tugev, minnakse edasi, võetakse väljakutse vastu.

Kui emotsionaalne side organisatsiooni identideediga ning omavahel on vähene, siis riske ei võeta ning otsitakse pigem turvalisi teid. See viib aga kogu organisatsiooni mandumise teele, mille käigus hakkab organisatsioon enese vee peal hoidmiseks üle kulutama – palgad, ühiskondlikule ootusele mittevastava toote turundus jne. Organisatsioon hakkab tasapisi õigelt kursilt kõrvale triivima. Siin läheb raskuskese organisatsiooni juhile. Enamus juhte näeb ja tunnetab kui paat hakkab kiiva minema. Küsimus on, kas ta suudab raskustes õigeid otsuseid langetada. Organisatsioon on juhi psüühiline peegel, suured muutused organisatsioonis saavad alguse juhi enese sisemaailmast. Töö iseendaga on osa juhi rollist.

Samas kui osatakse head kriisi kasutada, suudetakse lahingud ühtse meeskonnaga läbida, siis on tulemuseks sisemiselt küpsem ning tugevam meeskond, kes organisatsioonina on võimeline järgnevaid EIF-tsükleid sügavamalt läbima – õppima ning suuremaid väljakutseid võtma.

Militaarsel väljaõppel pööratakse tähelepanu sõjaväelaste moraalsele (EQ), kontseptuaalsele (IQ) ning füüsilisele (PQ) väljaõppele. Nendest just moraalne väljaõpe on see, mis võimaldab raskustes otsustavalt koos tegutseda ning võita. Me teame lugu 300st spartalasest.

Arie De Geusi käsitletavat pikaajalisi („Elavad“) ettevõtteid on suutnud sisemised arengutakistused ületada. Luua eneses tugeva sideme oma MINAga, identiteedi ning kokkukuuluvuse tunde; avada ettevõtte tundlikkuse, tolerantsuse.

Pikaajaliste ettevõtete seas (nt Briti 300ste klubi), on palju pere-ettevõtteid, kus inimesed tunnevad väga suurt sisemist vajadust kokkuhoida ning vaatamata üleskerkivatele raskustele siiski koos edasi minna.

Organisatsiooni emotsionaalse kapitali (EC, Emotional Capital) teadlik arendamine, rakendusvõimalused.

Me teame kuidas kaardistada ning juhtida organisatsiooni füüsilist kapitali (PC, Physical Capital), samuti intellektuaalset kapitali (IC, Intellectual Capital); kuidas kaardistada ettevõtte emotsionaalne kapital (EC), millised on rakendusvõimalused koos organisatsiooni IC ja PC'ga?

Teema on oluline, kuna statistika põhjal – enamik ettevõtteid sureb enne 5ndat eluaastat – võib väita, et organisatsioonide arendamise osas on meil vaja juurde õppida.

Mis või kes on organisatsioon?

Definitsioon: „businessdictionary.com“

„**A social unit of people** that is structured and managed to meet a need or to pursue collective goals.“

Organisatsioon on inimeste sotsiaalne ühendus (kes on soetanud kollektiivse eesmärgi saavutamiseks seadmed, hooned). Selleks, et mõista organisatsiooni (kui inimeste ühendust), tuleb mõista inimest.

Inimese olemise tasandid

Inimeses on eristatavad kolm tasandit – emotsionaalne, intellektuaalne ja füüsiline, mille küpsedes avaldub järgmine, hingeline tasand (C.G.Jung).

Inimese toimimise mehhanism käib nende tasandite koostöös, terviktsükliks – inimene tunnetab emotsionaalsel tasandil (ennast konkreetse keskkonna kontekstis), mõtestab situatsiooni intellektuaalsel tasandil oma minevikukogemuste tuginedes lahti/loob tegevusplaani ning teostab selle füüsilisel tasandil. Olles loonud uue situatsiooni, tsükkel kordub. Teadlikumal, küpsemas arengufaasis inimesel ilmneb tsükliks peale füüsilist tegevust neljas faas, kus ta enese sisemises vaikuses hindab tehtut (teostab hingetasandil teadliku kvaliteedikontrolli).

Ka organisatsioonis on eristatavad emotsionaalne tasand (organisatsiooni EQ ehk emotsionaalne intelligents ehk võimekus), intellektuaalne tasand (IQ ehk intellektuaalne intelligents) ning füüsiline tasand (PQ ehk füüsiline intelligents). Küpsemas arengufaasis avaldub organisatsiooni SQ, hingeline intelligents.

Inimese (emotsionaalsed) baasvajadused

A.Maslow toob välja inimese baasvajadused, mida antud tekstis EQ ehk emotsionaalse kapitali kontekstis emotsionaalsete baasvajadustena käsitleti. Järgnevalt:

1. „MINA“

Inimese baasvajadus nr 1 - tunda kontakti enesega, Oma Tõega, leida Omaenese tee. Oma Tee leidnud inimene tunneb elus rahulduse- ja täitumusetunnet, seda otsiv inimene kogeb pidevat sisemist rahuldamatuse tunnet. Oma sisemist puuduse tunnet kompenseerib oma elus suunda, tööandjaid, partnereid vahetades, sõltuvusttekitavaid aineid tarbides.

2. „Lähedus”

Inimese baasvajadus nr 2 - tunda lähedust, olla armastatud.

„Ilma armastuseta inimene hukub – Tommy Hellsten”.

Meie elu helgeimad seigad seonduvad hetkedega kui oleme kogenud armastust ning sügeimad kui meid on hüljatud, neil hetkedel oleme tundnud elu täielikku mõttetust.

3. „Turvatunne”

Turvatunne on inimese baasvajadus nr 3. Selle tagab inimesele eelkõige tema kodu.

4. „Areng”

Areng kui loodusseadus ning jätk sisemisele armastatuse ning turvatundele – kui inimene tunneb end piisaval määral armastatuna (tunneb piisavalt lähedustunnet) ning turvaliselt, siis saab ta areneda. Vastasel korral, sisemises puuduses, kohtub ta arenguväljakutsetes hirmudega. Areng on pärsitud.

5. „Juured”

Psühholoogiast tunneme terminit „ülekanemehhanismid“, mille kohaselt tõlgendame olevikku ja projitseerime tulevikku läbi mineviku (suhete) kogemuse. Oma tänased teadmised saame oma esivanematelt ning selle kogemuse ja teadmise kvaliteet mõjutab olulisel määral meie reaalsust ning baasvajaduse nr 6 – eneserealisatsiooni (individuatsiooni) – teostumist.

6. „Eneserealisatsioon”

See on iga inimese vajadus tunda, et käin Oma Teed, teostan Oma Elu Ülesannet. Selleks, et jõuda eneserealisatsioonini on vajalikeks eeltingimusteks baasvajaduste 1-5 piisaval määral realiseerumine.

7. „Naudingud”

Vajadus tunda elust rõõmu. Kui baasvajadused 1-6 on realiseerunud, on tulemuseks nauding. Naudinguta elu on elutu.

Daniel Goleman toob oma raamatus „Emotsionaalne intelligentsus” välja tõsiasja, et inimene on olemuselt tundeline-emotsionaalne olend, kes oma otsustes lähtub tunnetest rohkem kui ta enesele tunnistab.

Kui meie emotsionaalsed baasvajadused on täidetud, siis tunneme end rahulolevaina, vastasel korral on meil „taustal” närvilisus, tunne, et midagi on lahti, midagi pidevalt „kriibib hinge”. Sellises seisundis püüdleme nii kodus kui tööl alateadlikult ebameeldiva tunde rahuldamise poole.

Stephen R. Covey loob oma teoses „8. Harjumus” pildi inimesest ja organisatsioonist kui terviklikust 4-tasandilisest olendist, kellel on selgelt eristatavad südametase (EQ), mõistuse tasand (IQ), kehaline tasand (PQ) ja hingeline tasand (SQ).

Kõik need tasandid vajavad rahuldamist, vastasel korral tunneb töötaja end rahulolematuna - „inimene hakkab püüdlema keskkonna parandamise poole, selle vastu võitlema, mandub või lahkub (A.Haller/Ü.Vooglaid)”.

Inimese baasvajadused ning tema olemuse neli tasandit organisatsioonis?

„Organisatsioon on inimeste sotsiaalne ühendus..“ .. kus üksikisikute (emotsionaalsed, intellektuaalsed, füüsilised) tasandid on ühendatud, andes organisatsioonile isikupärase profiili mis väljendub organisatsiooni EQs, IQs, PQs.

Ehk siis organisatsiooni moodustanud 100 inimese isiklikest emotsionaalsetest, intellektuaalsetest ning füüsilistest võimekustest joonistub välja organisatsiooni isikupärane profiil, kus organisatsiooni liikmete võimekused on teatud keskmisel tasemel ühendatud.

Organisatsiooni emotsionaalse kapitali (EQ) kaardistamine

Organisatsiooni kaardistades oskame me võrdlemisi hästi kaardistada tema IQ'd – organisatsiooni intellektuaalomandil on oma turuväärtus, samuti on töötajate diplomite-kvalifikatsioonidel mõõdetav turuväärtus. PQ'le ehk füüsilistele varadele rahalise mõõtmise andmine on veel lihtsam.

Kuidas kaardistada organisatsiooni EQ'd?

Organisatsiooni EC-maatriks (allpool):

Organisatsiooni EC-maatriks	SQ		
	EQ	IQ	PQ
"Mina"	Missioon, visioon, väärtused)	Juhtimis-strateegiad, -taktikad	Süsteemid, protsessid, tegevused. Töötajate poolt loodav tasand
Kontrollküsimus	Kas ma tunnen organisatsiooni liikmena hingelist sidet, osadust selle organisatsiooniga?	Kas ma tunnen, et meie tegevuskava on piisavalt läbimõeldud, selge, intellekt-It hoomatav? Kas juhtkond tundub teadvat mida teeb, kuhu org-i juhib?	Kas protsessidesse on kaasatud piisavalt sobivaid inimesi? Kas protsess on piisavalt mõjus ja tõhus?
"Lähedus"	Inimestevaheline emotsionaalne side	Inimestevaheline intellektuaalne side - sarnane arusaam, nägemus, perspektiiv	Inimestevaheline füüsiline side.
Kontrollküsimus	Kas ma tunnen oma kolleegidega emotsionaalselt lähedust või pigem väldime seda?	Kas me saame asjadest sarnaselt aru või pigem vaidleme lõputult?	Kas ma kallistan kolleegi või pigem väldin seda?
"Turvatunne"	Keskonna turvalisus	Juhtimissüsteemid, IP, ülevaade protsessidest	Kinnis- ja vallasvara, seadmed-masinad, ka (töö-)lepingud. Tootmissisendid.
Kontrollküsimus	Kas ma tunnen end siin keskkonnas turvaliselt, ruumid on kõledad või kodused?	Kas meie intellektuaalne kapital sisendab turvatunnet või tegutseme pidevalt mitme tundmatuga keskkonnas?	Kas materiaalne baas on eesmärkide täitmiseks piisav?
"Areng"	Loomingulisus, mängulisus, "tolerantsus, A.D.Geus", riskijulgus. Arengule avatus.	Arengu-, pideva parenduse süsteemid	
Kontrollküsimus	Kas me julgeme võtta vastu väljakutseid? (Kui ei, siis tuleb eelnevatelt tasanditelt põhjuseid otsida)	Kas meil on olemas tegevusjuhise tundmatuse kohas vettühppamisel?	Kuidas me uut (turu-) info enesearenduseks süsteemselt rakendame?
"Juured"	Juurte, minevikutunnetus.	Ajalooline intellektuaalne arengurada, nt autotootjal tehnoloogია arengutee.	Füüsilised trofeed, fotod, meened.
Kontrollküsimus	Kas ma tunnen, et olen osa Suurest Loost või turuvajadusest tingitud lühiprojektist?	Kas ma näen, suudan mõistusega kaardistada mida oleme õppinud 100/70/50/20/10/5 aastat tagasi?	Kas me väärtustame oma minevikupärandit - ajaloonurk, asutajad, lugu kodulehel?
"Eneserealisatsioon"	Eneseteostuse tunne	Inimeste, organisatsiooni arengukavad	Tegevuse füüsiline tulem.
Kontrollküsimus	Kas ma tunnen, et teostan siin organisatsioonis Oma isiklikku Teed?	Kas ma õpin siin, saan targemaks?	Kas minu tegevuse füüsiline tulemus päeva lõpus (sh toode, kasum, palk) on rahuldav?
"Naudingud"	Org-i sisekliima - kolleegid kui teekaaslased	Ühised aasmisteadad	Meeskonna (lõbusad) koostegemised
Kontrollküsimus	Kuidas ma tunnetan oma kolleegi - sõpru või kohustuslikke töökaaslasi?	Kas meil on sarnane naljasoon?	Kas meie ühistegevus (sh firmaüritused) pakub naudingut?

1. MINA-tasandil luuakse ettevõtte identiteet. Mina – need on meie inimesed.

2. ja 3. tasandil luuakse lähedus ja turvalisus, mis koosmõjus loovad usalduse. Usaldav õhkkond soodustab inimeste avanemist, nende isikupära ja loomingulisuse avaldumist. Realiseerunud 2. ja 3. tasand loovad kriitilise eelduse 4-le tasandile – loovusele, riskijulgusele, organisatsiooni arengule.

Realiseerunud 5. tasand, esivanemate tarkuse kaasamine, loob kriitilise eelduse organisatsiooni eneserealisatsioonile – mõistlik on õppida vanematelt jalgratta tegemise nõkse selmet hakata seda ise leiutama. Lisaks me tahame tunda osadust Suure Looga, see annab meie elule tähenduse.

„Eneserealisatsiooni“-tasand saab seda paremini realiseeruda mida paremini eelnevad tasandid on väljaarendatud. Nõrgalt arenenud esimeste tasandite puhul jääb töötajate eneseteostus organisatsioonis nõrgaks ning organisatsiooni potentsiaal jääb avaldumata. Protsess vähetõhusaks/
-mõjusaks, lõpptoode kahvatuks, mille edukamaks müügiks on vaja rohkem kultada rahalisi vahendeid toote reklaamile.

„Naudingud“-tasand annab meile töötajatena tunde, et töö siin on lõbus, siin on hea seltskond. Korralik aasimine aitab rasketes olukordades alati. See omakorda hakkab emotsionaalselt kõiki eelnevaid tasandeid laadima.

Emotsionaalsete baasvajaduste seos EQ/IQ/PQ-tsükliga

Inimene/organisatsioon areneb/küpsseb sisemiselt kui kaasatud on kõik isiksuse tasandid – tema EQ (empaatiavõime), IQ (intellektuaalne potentsiaal), PQ (füüsis) ning küpsenal isiksusel SQ (hingeline tasand).

Inimese EQ on otseses seoses emotsionaalse läheduse tundega, inimene vajab oma EQ arendamiseks (teiste inimeste poolt) emotsionaalset lähedust.

Inimene suudab seda enam emotsionaalselt avaneda, mida turvalisemalt ta ennast tunneb.

Mida suurem on inimestevaheline läheduse ja turvalisuse seisund, seda enam suudavad nad ennast isiklikul autentsel MINA-tasandil avada ning see loob eelduse ARENGU-tasandile.

Ning vice versa..

Kui inimesed ei tunne kollektiivis lähedust ja turvatunnet, ühendus enese ja organisatsiooni MINA tasandiga (missioon, visioon) on puudulik, siis on puudulik ka ühine identiteeditunnetus ning inimestel/organisatsioonil on keeruline vastu võtta (riskantseid) arenguga seonduvaid väljakutseid. Organisatsioon otsib alateadlikult mugavamaid, turvalisemaid radu.

Seepärast inimese/organisatsiooni sisemise küpsmise seisukohalt ülioluline kaasata lisaks IQ ja PQ teadlikule arendamisele ka EQ. Vastasel korral võivad tegevused olla intellektuaalselt põhjendatud ning füüsilisel tasandil efektiivselt/kasumlikult teostatud, kuid kui sellega ei kaasne töötajate sisemine, emotsionaalne rahuldatusetunne, siis kujunevad tegevused ühekordseteks sundtegevusteks. Organisatsioon pingestub sisemiselt, muutub hapraks. Tema arenguvõime, võimekus reageerida keskkonna väljakutsetele, riskijulgus, on pärsitud.

See ei tähenda, et peame organisatsiooni majanduslikult efektiivse toimimise emotsionaalse rahuldatus altarile ohvriks tooma. Tuleb leida hea balanss organisatsiooni mõjususe (emotsionaalse/intellektuaalse/füüsilise laengu) ja tõhususe (protsessi efektiivse toimimise) vahel.

Inimese elu põhiprotsess on eneseareng ning eesmärk eneserealisatsioon. Organisatsioon luuakse enam- või vähemteadlikult selle omaniku eneserealisatsiooni,

individuatsiooni eesmäärke silmaspidades.

Sel eesmärgil (täitmaks omaniku alateadlikku pürgimust eneserealisatsioonile) soetatakse hooned, seadmed, palgatakse inimesed.

Mida sügavamalt EIF-tsükkel organisatsioonis käivitatakse, seda enam hakkab ta ligi tõmbama sarnaselt tundvaid/mõtlevaid inimesi, kes soovivad oma isiklikku eneserealisatsiooni läbi selle organisatsiooni teostada.

Organisatsiooni kui elusolendit käsitledes asetame põhiprotsessi keskmesse inimese, organisatsiooni liikme arengu. Põhiprotsessi eesmärgiks on organisatsiooni liikmete võimalikult sügav eneserealisatsioon. Edukas toode ning teenitav kasum on (vältimatult kaasnevad) abivahendid.

Lõpetuseks

Väljatoodud EQ/IQ/PQ tasandid seostuvad otseselt Ameerika antropoloog Simon Sineki loodud „Golden circle’i“ teooriaga:

- EQ – why we do it,
- IQ – how we do it,
- PQ – what we do.

Saab tuua ka teise paralleeli. Käsitletud emotsionaalsete baasvajaduste struktuur – (MINA/lähedus/turvatumme/areng/juured/töökaaslased/sõbrad jne) peegeldub otseselt ka meie lähisuhetes, vastavalt – MINA/partner/kodu/lapsed/vanemad/töökaaslased/sõbrad; samuti ühiskonnas ja looduses.

„Simon Sinek - we are not Like a family (in an organization) we Are the family“.

Organisatsiooni emotsionaalsed baasvajadused EQ/IQ/PQ-tsükli

Organisatsioonis on eristatavad emotsionaalne tasand (organisatsiooni EQ ehk emotsionaalne võimekus), intellektuaalne tasand (IQ ehk intellektuaalne võimekus) ning füüsiline tasand (PQ ehk füüsiline võimekus). Küpsemas arengufaasis avaldub organisatsiooni SQ, hingeline tasand.

Inimene/organisatsioon areneb/küpseb sisemiselt kui kaasatud on kõik isiksuse tasandid – tema EQ (empaatiavõime), IQ (intellektuaalne potentsiaal), PQ (füüsis) ning küpsemal isiksusel SQ (hingeline tasand).

Inimese EQ on otseses seoses emotsionaalse läheduse tundega, inimene vajab oma EQ arendamiseks (teiste inimeste poolt) emotsionaalset lähedust.

Inimene suudab seda enam emotsionaalselt avaneda, mida turvalisemalt ta ennast tunneb.

Mida suurem on inimestevaheline läheduse ja turvalisuse seisund, seda enam suudavad nad ennast isiklikul autentsel MINA-tasandil avada ning see loob eelduse ARENGU-tasandile.

Ning vice versa..

Kui inimesed ei tunne kollektiivis lähedust ja turvatunnet, ühendus enese ja organisatsiooni MINA-tasandiga (missioon, visioon, väärtused) on puudulik, siis on puudulik ka ühine

identiteeditunnetus. Inimestel/organisatsioonil on keeruline vastu võtta (riskantseid) arenguga seonduvaid väljakutseid. Organisatsioon otsib alateadlikult mugavamaid, turvalisemaid radu; tema areng aeglustub.

Inimese / organisatsiooni sisemise küpsemise seisukohalt on oluline kaasata lisaks IQ ja PQ teadlikule arendamisele ka EQ. Vastasel korral võivad tegevused olla intellektuaalselt põhjendatud ning füüsilisel tasandil efektiivselt / kasumlikult teostatud, kuid kui sellega ei kaasne töötajate sisemine, emotsionaalne rahuldatusetunne, siis kujunevad tegevused ühekordseteks sundtegevusteks. Organisatsioon pingestub sisemiselt, muutub hapraks. Tema arenguvõime, võimekus reageerida keskkonna väljakutsetele, riskijulgas, on pärsitud.

Me elame tehniliselt kiireltareneval ajastul ning tempo kiireneb. See asetab inimese võimed väga suure surve alla, kuna turg nõuab üha kiiremini üha parema tehnilise tasemega tooteid.

Võidujooksu hinnaks on purunenud inimesed.

Organisatsiooni arendamisel tuleb kitsalt majanduslikule võimekusele suunatud fookust muuta. Tuleb teadvustada, et organisatsioon on perekond, kes elukestvate suhete arenduse eesmärgil enese arengut toetavad vahendid/tegevused valivad.

Selviisil, asetades organisatsiooni arengu keskmesse inimese arengu, pere- või kogukondlikku suhetevõrgustikku toetava arengukeskkonna loomise ning valides vastavalt kokkutulnud inimeste annetele sobiva tegevuse, eneserealisatsiooni viisi; loome situatsiooni, kus EIF-tsükli arengu teravik on suunatud otse organisatsiooni hinge – MINA-tasandi võimendamisele. Kõik töötajad hakkavad tundma üha tugevnevat sidet organisatsiooniga ning hakkavad tõeliselt organisatsiooni kui ühise perekonna nimel pingutama.

Me elame tehniliselt üha kiiremas tempos areneval ajastul. Tooted, mida turg nõuab ning vahendid, mida toodete teostamiseks kasutame uuenevad üha kiirenevas tempos. Pöörates fookuse turu ning organisatsiooni vajaduste rahuldamisele, oleme turu nõudmistest alates sammu võrra taga ning samas keerame oma organisatsiooni liikmetele üha suurema pinge peale.

Samas kui teadvustada, et oleme organisatsioonis kokku saanud sellel eesmärgil, et aidata ühiselt avada organisatsiooni liikmete täispotentsiaal ning aidata kaasa inimeste eneserealisatsioonile, siis toimub inimestes pingestumise asemel nende sisemise emotsionaalse potentsiaali pidev ja lõputu avanemine. Organisatsioon jõuab vaikselt aga kindlalt turu „laineharjale“, olles turu vajadustest alati paar sammu ees.

EC-maatriksi rakendamine

Praktilise töö alguses on vajalik koostada arendusgrupp, kes edasist protsessi vedama hakkab. Arendusgrupi siseselt määratletakse edasine tegevuskava, jaotatakse rollid.

Enne reaalse tegevuse algust on oluline kogu algavat protsessi ülejäänud organisatsiooniliikmetele tutvustada, see tagab inimeste parema kaasatuse. Samuti on oluline kohe alguses luua arengutegevusteks vajalik turvatunne.

1. samm Organisatsiooni emotsionaalse kapitali kaardistamine.

EC-maatriksit töövahendina kasutades kaardistatakse organisatsiooni EIF-tasandite täna olukord. Maatriksit saab kasutada sellisel kujul, samuti vajadustele vastavaks kohandada, olemasolevate KPI'dega täiendada.

2. samm, unistamine

Analoogselt üksikisikuga toimub praktiline töö organisatsiooni kui inimeste ühendusega samuti samas järjekorras. Emotsionaalne tasand seob organisatsiooni tema hingetasandiga, sestap tuleb alustada unistamisest.

Tuleb ühiselt läbitunnetada ning lahtimõtestada see, miks me täna siin oleme. Mis on meie väärtused, missioon, visioon, eesmärgid.

Selle sammu läbiviimiseks on oluline tekitada mugav, turvaline, loomulik ruum. Selline, kus inimesed saavad lõdvestuda ning läbi mõne suunatud praktika, meditatsiooni vms omaenesega ühenduda. Konkreetne metoodika unistamise läbiviimiseks tuleb valida organisatsioonist lähtuvalt – mõni vajab veidi enam raputust, ühistegevuslikku adrenaliini, teisele kollektiivile sobib rahulikum lähenemine.

Unistatakse, tunnetatakse minevikku ja tulevikku, sõnastatakse organisatsiooni Uus Lugu.

EIF-tsüklil kopeerib otse looduse tsüklit – kevadet/emotsionaalset uut ärkamise aega, suve/jõulist kasvamist, sügist/viljade küpsemist ja talve/hingetasandi vaikuses möödunu rahulikku hindamist. Inimene ja organisatsioon on ümbritseva keskkonnaga/loodusega ning looduse tsüklitega lahutamatult seotud. Protsessi head lõpptulemust silmaspidades on hea unistamise etapp organisatsioonis samuti läbiviia kevadel.

3. samm, võimaluste kandik, to-do list

Läbi ühise ajurünnaku uuritakse maatriksi iga lahtri kaupa võimalikke tegevusi, mis võiks vastava lahtri skoori paremaks muuta.

Etapi tulemiks to-do list.

Enne 4nda tegevuse, koostatud to-do listi realiseerimist on vajalik ettevõttes läbiviia tema väärtusloomeahela analüüs.

Kui maatriks keskendub organisatsiooni kui ökoloogilise süsteemi sisemise elujõu äratamisele, organisatsiooni mõjususe kasvatamisele, siis VLA-analüüs keskendub organisatsiooni põhiprotsessi tõhususe parandamisele.

Need kaks, tõhususe ja mõjususe kasvatamine, on üksteisega lahutamatult seotud. Neid tuleb rakendada üksteise suhtes tasakaalustatult. Maatriksi abil organisatsiooni heaolutunde ning elujõu kasvatamise ajal, on oluline ka organisatsiooni majanduslikke eesmäärke meeles pidada ning koostada vastav tegevuskava ka põhiprotsessi (väärtusloomeahela) tõhususe kasvatamiseks.

Väärtusloomeahela (VLA) analüüs

Kiiresti arenevates organisatsioonides on loomulik, et nende väärtusloomeahel (value stream) läheb aja jooksul mõnevõrra „sõlme“ – tekib lisaprotseduure, -seadmeid, pseudotegevusi. Aeg-ajalt on oluline põhiprotsess üle vaadata, mittevajalik eemaldada.

Ka üsna lihtsakoeline VLA-analüüs võib anda väga hea efekti, eriti kui tootmis- või teenusahela efektiivistamisega pole teadlikult tegeletud.

„Praktikas tõestatud rusikareegel on, et toote protsessist läbiminekuaja lühendamise 25% võrra, kasvatab varade tootlikkust 100%“. („Läbimurre“ J.Kukkonen, S.Senkel 2012)

„90% protsessidest on muda“ (J.Kukkonen)

Põhjused:

a) silmale nähtav – ebaefektiivne protsessi ülesehitus, mida nt LEAN-põhimõtete järgimisega saab parandada;

b) silmale nähtamatu – inimestevaheline ebaefektiivne koostöö. Saab parandada EC-maatriksiga.

VLA-analüüsil joonistatakse etapiti välja ettevõtte põhiprotsess, seotakse sellega ära inimesed, seadmed, sisend- ja väljundressursid, sõnastatakse igas etapis toimuv.

Suhtudes ettevõttesse kui elusolendisse, kus igal inimesel on oma kindel roll ja vastutusvaldkond, on oluline VLA teadlikult siduda iga organisatsiooni liikmega. St kui väärtusloomeahel on etapiti kaardistatud ning kõik olulised tegevused nende lõikes sõnastatud, tuleb etapid/tegevused punktiti läbikäia ning täpsustada milline inimene selle tegevuse eest vastutab?

SPDCA-tsükkel (täiendatud Demingi ring)

VLA-ahela ja selle lülide protsesside kirjeldamisel ning ülekirjutamisel on heaks abivahendiks täiendatud Demingi ringi mudel. Mudel, kus tuntud PDCA-tsüklile (**P**lan, **D**o, **C**heck, **A**ct ehk siis planeeri, teosta, kontrolli, korrigeeri) on lisatud täiendav tegevus ehk **Sense** (tunneta).

Klassikalises PDCA-tsüklis fokuseerutakse põhiprotsessi tõhususele, st peamiselt organisatsiooni IQle ja PQle, vähem EQle. Ehk siis hoolitsetakse, et põhiprotsess saaks võimalikult efektiivselt ja vähimate kuludega toimida; kuid samas pööratakse vähem tähelepanu organisatsiooni inimkapitalile.

Sense-osaga täiendatud Demingi ringi mudel aitab lisaks inimeste intellektuaalsele ja füüsilisele tasandile kaasata protsessi nende emotsionaalse osa, aitab kaasa organisatsiooni ja liikmete potentsiaali avanemisele (läbi EIF-tsükli).

VLA lülide kaardistamisel SPDCA-põhimõttel tuleks tegutseda järgnevalt.

Iga VLA lüli teostab enese kaardistamisel täistsükli – peale pooltoote saabumist eelmiselt lülilt:

- 1) **Sense** (emotsionaalne tunnetamine): kas ma olen rahul selle tootega mis tuli? Kuidas see mulle toodi? Kui ma pole rahul, siis miks?
- 2) **Plan** (intellektuaalne planeerimine): planeeri – mida/kuidas peaks tegema, et oma lüli lõikes saaks töö hästi tehtud ning järgmine lüli saaks võimalikult heal tasemel „töö“.
- 3) **Do** (füüsiline teostamine): tööoperatsiooni teostamine
- 4) **Check**: kontrolli
- 5) **Act**: korrigeeri viga. Mida varem praaktoode/-tegevus VLAs avastatakse, seda odavam see kõigile on.

4. samm. Teeme ära.

Peale organisatsiooni EQ-matriksi abil kaardistamist ning VLA-analüüsi teostamist, on laual optimaalne nimistu vajaminevatest tegevustest. Need tuleb määratletud ajaraamis teostada.

Kokkuvõtvalt.

SPDCA-tsüklil seostub otseselt EIF(H) tsükliga. Lisades PDCA-mudelisse S-etapi (Sense), seome mudeliga organisatsiooni EQ ning mida enam liigume organisatsiooni hinge-tasandi ärkamisele, seda põhjalikum ning selgem saab olema PDCA-mudeli Check-faas. Seda teostatakse üha enam sügavamast hinge vaikusest lähtuvalt, tulemust organisatsiooni autentset olemust/eesmärki tunnetades ning lahtimõtestades.

Väärtusloomeahela kaardistamine on kiire viis organisatsioonile taas „rihm peale“ tõmmata, protsessid ära kaardistada ning sujuma saada. Lisades PDCA tsüklisse Sense-lüli – saavutatakse, et lisaks oma rolli teadmisele iga töötaja tõeliselt tunneb, et ta on organisatsioonile oluline ning säärane töötaja hakkab võtma vastutust oma töö kvaliteedi, keskkonna ja kaaslase osas.

Rakendades kahte tööriista, EC-matriksi ja VLA-analüüs/SPCDA paralleelselt, hakkab organisatsioon teadlikult arendama enese EQ'd ning vabanevat emotsionaalset jõudu suunama organisatsiooni IQ ja PQ arengusse. Rahuldustpakkuvatel moel realiseerunud tulemused omakorda annavad organisatsiooni liikmetele edukogemuse, tagasiside palgatõusu/boonuste jm näol, lisavad ühtehoidmist ja turvatunnet – toetab jõuliselt omakorda EQ-arengut, järgmise täistsükli paremat teostumist. Sellega hakkab organisatsioon häälestuma oma missiooni täitmisele, hakkab saavutama küpsust, avama enese SQ- ehk hingetasandit.

III. OSA. RAHVUSÜHISKOND

Ühiskonna 3 tasandit

*Maailm on rajatud laulujoontele
/ põlisrahvaste ütetus /*

Rahvusühiskond on inimeste ühendus, on rahvuslike organisatsioonide katusorganisatsioon, on oma olemuselt elav olend. Sarnaselt inimesele on tal oma emotsionaalne, intellektuaalne ning füüsiline tasand. Emotsionaalne tasand seob rahvust tema hinge impulssidega, intellektuaalne tasand ühendab rahvuse tema vaimu tarkusega, füüsiline tasand seob rahvuse maaga, maa jõuga.

Rahvusühiskonna kui elava organismi moodustavad erinevad valdkonnad, kusjuures igal valdkonnal on oma kindel roll täita.

Kultuurivaldkond kannab rahvuse emotsionaalset, tunnetuslikku aspekti. Läbi emotsionaalse tasandi tunnetab ta eneses maailma arengute võnkeid ning esitab neid näitelavadel, lauludes. Kultuurirahvas tunnetab maailma emotsionaalseid-energeetilisi arenguid, võnkeid ning neid rahvuslike juurtega seostades toidab selle energiaga kogu ülejäänud ühiskonda; suunab intellektuaalset ja füüsilist tasandit.

Rahvusühiskond ühendub maailma emotsionaalsete võngete ning oma rahvuslike juurtega läbi kultuurivaldkonna.

Rahvuse emotsioonid kannavad eneses rahvuslikku hinge jõudu. Mida puhtam ning tugevam on rahvusühiskonnas kultuurivaldkond, seda väestatumad on teised valdkonnad.

Emotsioonid on vaimu ja keha (energeetiliseks) toiduseks.

Mida puhtamad ja tugevamad on rahvuse kultuurilised juured, tema identiteet, seda sügavamalt suudab ta tunnetuslikult keskkonda haarata ning samuti keskkonnale mõju avaldada.

Teadus- ning haridusvaldkond hoolitseb ühiskonna intellektuaalse tasandi eest. Teadus arendab rahva vaimu intellektuaalsel tasandil esivanematelt päritud tarkuseid peenematele tasanditele edasi. Haridussüsteem annab väljalihvitud teadmisi edasi lastele.

Majandusvaldkond rakendab praktikas seda mida kultuurirahvas on emotsionaalsel tasandil tunnetanud ning teadus- ja haridussüsteem intellektuaalsel tasandil lahtimõtestanud.

Praktika on tõe kriteerium. Majandus sh loome- ja teaduspõhine majandus toob emotsioonid ning mõtted reaalsesse maailma. Kõik peab leidma praktilises maailmas kasutamist, üleliigne kaob aegade keerises.

Valdkonnad jagunevad sisemiselt meheliku-naiseliku energia skaalal tulevikku pürgivateks ning olemasolevat väärtustavateks.

Kultuurivaldkonnas pürib moodne kultuur tundma maailma uusi võnkeid, rahvakultuur samas hoiab pärimuslikku energeetikat.

Teadus uurib uut ning haridussüsteem väärtustab ning annab olemasolevat edasi.

Majandusvaldkonnas uurivad idufirmad majanduse uusi arenguid, töötlev tööstus ning traditsioonilised teenused hoiavad igapäevast majanduselu toimimas.

Oluline on leida harmoonia, kuldne kesktee nende kahe äärmuse vahel – et kõik uus saaks läbi rahvusliku Mina korralikult läbitunnetatud, oluline integreeritud ning mitteoluline vabastatud.

Religioon ühendab (re ligio) rahvuse emotsioonid tema hingetasandiga, on vahendajaks rahvuse ning Looja / Allika vahel.

Nagu teistes valdkondades on ka religioonil kaks üksteisest lahutamatu aspekti, mündi kaks

külge: naiselik-tunnetuslik pool, šamanistlikud traditsioonid seovad rahvuse Maaga, loodusega ning mehelik suund, mis Looja sõnumeid vaimsel / intellektuaalsel tasandil lahtimõtestab. Kristliku usundiruumi mehelikuks väljendusvormiks on sõnastatud piibel.

Sotsiaal- ja tervisevaldkond hoolitseb rahva vaimse ja füüsilise tervise eest.

Õigusvaldkonna vastutusalaks on ühiste väärtuste korrektne sõnastamine. Meie riik on perekond, mis püsib ühistel väärtustel, sõnastatud kokkulepetel. Jõustruktuurid, politsei ning kaitsevägi, annavad ühistele kokkulepetele garantii.

Poliitika. Poliitik peab olema generalist, kes omab:

- a) ülevaadet kõikidest valdkondadest, oskama neid omavahel piisaval määral seostada
- b) valdkondadeüleseks tegutsemiseks sisulist töökogemust. Ideaalne kui poliitik on ühiskonda valitsevale tasandile loomulikul moel kasvanud. Enne ühiskonna tasandile sisenemist läbinud piisava väljaõppe spetsialisti, organisatsiooni ning kogukonna tasandil; poliitikasse sisenenud kogukonna personaalse mandaadiga.

Ühiskonna küpsemine

Nii nagu inimene ja organisatsioon, küpseb ka rahvusühiskond läbi harmooniliste EIF-tsüklite.

Rahvusühiskond on inimeste ühendusena elav organism. Igal inimesel on temale isikupärased tervisenäitajad, KPI'd (key performance indicators, võtmenäitajad) EIF-tasanditel, mis tema vaimset ja füüsilist tervist iseloomustavad. Inimene on tervik, tema arengu seisukohalt on oluline, et kõik tema tasandid – nii emotsionaalne, intellektuaalne kui füüsiline – oleksid hea tervise juures.

Rahvusühiskonna keha ja vaimu moodustavad erinevate valdkondade esindajad.

Rahvusühiskonna tervikliku arengu, küpsemise seisukohalt on oluline, et tema tervisenäitajad oleksid valdkondade EIF-spektril ühtlaselt head. Ühtede valdkondade ebaproportsionaalselt viletsad tervisenäitajad mõjutavad otseselt ka teiste valdkondade arenguid.

Rahvusühiskond on inimeste võrgustik, kus kõik inimesed on omavahel seotud, igal inimesel on oma oluline roll.

Ühiskond küpseb läbi EIF-tsüklite, läbi põlv- ja valdkondade omavahelise koostöö.

Ükski inimene, organisatsioon ega ühiskond ei sünni õhku, ei hakka tühja koha pealt looma. Meil kõigil on juured – emotsionaalsed, intellektuaalsed, füüsilised ja hingelised. Me sünnime oma vanemate lastena oma rahvuse juurtele ning hakkame neid, oma esivanemate poolt loodud meie rahvusühiskonnale iseloomulikke juuri, edasi arendama.

Mida enam suudame ühenduda oma rahvusele iseloomulike juurtega, seda enam ammutame nendest jõudu. Kriitilise tähtsusega on põlvkondadeülene koostöö. Iga põlvkond alustab sealt kus eelmine lõpetab. Kui omavaheline kontakt on hea, siis alustab järgmine generatsioon samast kohast, kui ei, siis taasavastab kõigepealt möödaniku õppetunnid enne kui saab omanäolist uut looma asuda.

Maailm on loodud laulujoontele – emotsionaalsetele, intellektuaalsetele ja füüsilistele.

EIF-tsüklid toimuvad rahvusühiskonna üleselt ning samuti ka iga alavaldkonna siseselt – tunnetatakse, mõtestatakse lahti ning teostatakse.

Arenguväljakutsed

Me elame tehnoloogiliselt kiirelt arenevas maailmas. Kipume enam väärtustama intellektuaalseid- tehnoloogilisi arenguid, pöörates vähem tähelepanu emotsionaalsetele püsiväärtustele. Probleemide juurpõhjuseid tuleb otsida rahvusühiskonna traumeeritud emotsionaalselt miiniväljalt. Traumaatiline minevik ajab rahvuse intellekti hulluks. Reaalsust läbi mineviku traumaatilise prisma vaadeldes, kipub ta normaalset suhtlust oma vald- ja põlvkondade, samuti üleaedsete rahvustega eirama ning intellektuaalsel tasandil hästipõhjendatud ning turvalisi arenguid eelistama. Liigne turvatunde otsing aga suunab ühiskonna perspektiivis taandarengule.

Meie suurimad rahvuslikud pärlid on traumade taga peidus. Rahvusühiskonna emotsionaalsed traumad tuleb tervendada, sellega avatakse rahvuslik jõud ning tarkus.

Üheks suurimaks komistuskiviks ühiskondade arengus on täna generatsioonidevaheline koostöö.

Vanem generatsioon, sõjajärgne põlvkond, (olles ka läbinud hügieenilise sünnituspraktika oma esimestel elunädalatel) kipub maailma vaatama liigselt läbi mineviku ebaturvalise prisma.

Uuem põlvkond, kes hakkas sündima millalgi 90ndatel on vabad ebaloomulikest sünnituspraktikatest, mis asetab nende sisemise turvatunde eelmisest generatsioonist sügavamale. See on võimaldanud nende MINA-olemuse vabama ja armastusväärsema väljendumise.

Samas kasvab uuem põlvkond järjest enam digitaliseeruv, virtuaalsemaks muutuv maailmas kus kontakti maaga, reaalse eluga on raskem saavutada kui varem. Hälbiv kontakt eelmise generatsiooniga pärsib oma juurtetunnetamist, minevikukogemuste omandamist.

Rahva olemus.

Igal rahval on oma isikupärane hing, vaim(sus) ja keha.

Rahva hing, kohalik energia, muudab sissesõitjad läbi kohaliku vaimsuse ning füüsilise keskkonna ajapikku oma nägu. Ka sissesõitjad toovad kaasa oma rahvusliku isikupärase energia ning muudavad sellega kohalikku energiat.

Oluline on säilitada harmoonia sisemise ja välimise vahel. Isoleeritud ühiskonnad degradeeruvad, kaotavad oma elujõu, samas kui liigselt avatud ühiskonnad riskivad väliste energiatega laintes enese MINA kaotusega.

Igal rahval on oma isikupärane rahvuslik energia, mis väljendub läbi kohaliku kultuuri, rahvuse emotsionaalse tasandi. Läbi laulude, lugude väljendame oma rahvuse hinge sõnumeid.

Läbi kohaliku haridussüsteemi anname edasi esivanemate unikaalseid oskuseid, oma hinge intellektuaalset energiat. Neid teadmisi, mida meie esivanemad kohalikus energeetilises- kultuurilises (geograafilises, kliimaatilises, sotsiaalses jne) võtmes on aastatuhandeid lihvinud. Teadmisi, mis on aidanud just selles geograafilises ruumis kõige edukamalt toime tulla. Teadmisi, mis on päeva lõpuks taganud suurima rahulolu tunde EIF tasanditel.

Rahva hing väljendab end läbi majanduse, pannes inimesed keskkonna mõjul ning südame sisemisel kutsel tegelema just nende valdkondadega, mis rahuldab enim meie rahvuslikku hinge.

Kogu rahvus laeb end intellektuaalsel ja füüsilisel tasandil läbi kohaliku kultuurivaldkonna. Läbi oma rahvusliku emotsionaalse tasandi, läbi kultuurivaldkonna tegeluste võtame vastu oma hinge sõnumeid. Need suunavad meid õppima ning füüsilisel tasandil tegema tegevusi mida meie rahvuslik hing enim ihkab.

Mida puhtamad ja tugevamad on rahvuse kultuurilised juured, seda tugevam on rahva ühendus oma rahvusliku MINAga ning seda targem ja elujõulisem on rahvusühiskond.

Nagu puu, saab ka rahvus jõudu oma juurtest. Mida enam suudavad inimesed, organisatsioonid luua ühenduse oma rahvuskultuuriliste juurtega, seda suuremat sisemist rahulolu me tunneme ning seda tugevamad, tervemad ja targemad on inimesed, organisatsioonid ning rahvusühiskond tervikuna.

Rahvusühiskonna arendamine

Rahvusühiskonna areng, nagu ka Loodusel, on tsükliline. Kasvavad, väljapoole suunatud arengutsüklid vahelduvad kahanevate, sissepoole pööratud tsüklitega. Kasvu perioodil domineerib ühiskonnas mehelik, vabadust / liberaalsust, rõhutav mõtteviis. Peale kasvu tuleb rahvusel läbida sissepoole pööratud arengufaas, et möödunud kasvufaasi areng läbi oma rahvuskultuurilise MINA-olemuse läbitunnetada. Vajalik kogemus integreerida, mittevajalik lahti lasta. Selles faasis kerkivad ühiskonnas esile rahvuskonservatiivsed jõud.

Rahulikus sisemises tunnetamises valmistab ühiskond end järgmiseks kasvufaasiks ette.

Ühiskonnas täidavad erinevad valdkonnad, sotsiaalsed rühmad erinevaid rolle. Ühiskonna tervikliku arengu seisukohalt on nad kõik tähtsad.

Erinevad valdkonnad (kultuur, haridus, majandus jne) praktiseerivad sügavuti oma valdkonna unikaalseid oskuseid.

Tervikliku, sisemiselt seostatud inimeste ning ühiskonna arendamiseks on oluline, et iga inimene omandab elu jooksul oskuseid rohkem kui ühest valdkonnast. Minimaalselt kolmest. See: a) annab talle oskuse käsitleda teemasid terviklikumalt, mitme vaatenurga alt ning b) käivitab temas eneses jõulisema küpsemise protsessi EIF-tsüklis, kuna loob emotsionaalselt sügaval tasandil (hinge tasandil) kontakti teiste valdkondade praktikutega, hakkab omandama nende kogemusi.

Rahvusliku EC-kapitali kaardistamine

	EQ	IQ	PQ
"MINA"	Südametunnistus. Missioon, visioon, väärtused.	Juhtimine. Strateegiad, taktikad	Rahvas
	Institutsioon: president	Parlament	Inst.: valitsus
	Sotsiaalhoolekanne ja tervishoid		
	3. sektori organisatsioonid		
"LÄHEDUS"	Elanike vaheline emotsionaalse läheduse tunne	Ühine tuleviku visioon	Füüsiline side
	KPI: ühiskonna sidusus jms	Ühiskondlikud kokkulepped	
"TURVATUNNE"	Keskonna turvatunne	Intellektuaalne, vaimne side	
		Riigi intellektuaalne kapital	Riigi füüsiline taristu, selle kvaliteet:
"ARENG"	Uued kultuurisuunad	Õigussüsteem	* riiklik * eraomandis
	Uue kultuuri viljelejad	Teadussüsteem	Jõustruktuurid (armee, politsei)
	KPId: moodsa kultuuri viljelejate	Moodne haridussüsteem	Iduettevõtlus, -ettevõtted
"JUURED"	Rahvakultuur, pärand	Traditsiooniline haridussüsteem	Trad-sed majandusvaldkonnad
	Rahvakultuuri viljelejad		töötlev tööstus, teenindus
	KPId: rahvakultuuri viljelejate elujõud		
"ENESE- REALISATSIOON"	Eneseteostuse tunne	Kas ma arenen siin intellektuaalselt?	Füüsiline tulem: inimene, keskkond
	Kas ma teostan end siin riigis?		Rahvatervise indikaatorid
	KPId: õnne-, rahulolukoefitsendid	KPId: haridussüsteemi indik-d	Majanduse, keskkonna indikaatorid
"NAUDING"	Rahvuslik sisekliima		Meelelahutus-, hobi-, enesearenduse
		Rahvuslik huumorimeel (sarnane arusaam meelelahutusest)	taristu, -teenused

Rahvuslik põhiprotsess, väärtusloomeahel (VLA)

Rahvusühiskonna põhiprotsessiks on tema liikmete arendamine, nende arengupotentsiaali avamine. Sellel eesmärgil kaasatakse ning rakendatakse rahvuslikke ressursse optimaalseimal moel.

VLA peab olema võimalikult tõhus.

VLA algab inimese sünniga ning lõppeb surmaga. Ühiskonna huvides on, et inimese elu oleks ühiskonnas võimalikult täisväärtuslik. Nii saab ta panustada tagasi ka ühiskonna arengusse, tagades sellega protsessi mõjususe.

Inimese areng toimub 7-aastaste etappidena. Kusjuures mehel ning naisel on arengufaasid 42 eluaastani suunalt vastupidised.

Iga 7-aastane etapp inimese elus kujutab endast VLA ühte lüli.

Igas VLA-lüli teostatakse 4-osaline tsükkel EIFH-tasanditel, kogu protsessi vältel peab olema tagatud ressursside optimaalne ligipääs inimesele kogu emotsionaalsete baasvajaduste spektri ulatuses.

Areng peab olema kontsentriiline, con centro – inimese tsentrist ehk tema MINA tugevdamisest lähtuv. Iga faasi ajal tsentrisse tagasi jõudev protsess.

Protsessi käigus peavad inimesele olema avatud järgnevad tunnetused (Ü.Vooglaid):
* argitunnetus, * filosoofiline tunnetus, * kunstiline tunnetus, * religioosne tunnetus, * teaduslik tunnetus ja intuiitvne tunnetus.

Neist argitunnetus seob inimese igapäevase füüsilise (majandusliku) toimetulemise võimekusega, intuiitvne ja religioosne tunnetus aitab inimesel luua parema sideme oma

hingetasandiga, filosoofiline ja teaduslik tunnetus intellektuaalse tasandiga, kunstiline tunnetus emotsionaalse tasandiga.

Kõik tunnetused on omavahel seotud ning sisaldavad osiseid üksteisest (Ü.Vooglaid).

Lõppsõna

Kunagi sai kõik alguse. Suurest paugust või millestki muust, igatahes protsess algas. Algas Elu areng.

Looja hakkas iseennast läbi Gaia ülesehitama, läbi EIFH-tsüklite, EIFH tasanditel.

Protsess toidab ja kasvatab end liikudes läbi tsüklite, pooluste vahel võnkudes, luues energiat; elu ja surma, naiselikkuse ja mehelikkuse, tõe / vabaduse / tarkuse ja armastuse / sidususe / jõu spektril.

Protsess ehitab end üles läbi energeetiliste tasandite, mis on justkui õppeklassid koolides. Kogu õppekava on jaotatud EIFH-/ emotsionaalsete baasvajaduste spektrile.

Protsess kulgeb energeetilisel spiraalil, (ideaalis) tõusvas joones.

Kogudes, puhastades energiat tõuseb Gaia koos kogu oma flora ja faunaga energiaspiraalil järgmistele energeetilistele tasanditele, pääseb järgmisse klassi.

Kui ettenähtud energeetiline potentsiaal jääb realiseerimata, jäädakse klassi kordama.

Inimese ja kõikide teiste liikide elu eesmärk ja mõte on, oma unikaalset rolli täites ja eneserealisatsiooni/individuaatsiooni poole pürgides, koguda ning puhastada energiat. Mida rohkem on energiat, seda suurem on arengupotentsiaal ning mida puhtam on energia, seda rohkem on tarkust ning kõrgem on lend.

Inimene on looduse valitseja, koondab oma keha rakkudes kogu ülejäänud flora ja fauna.

Kõik, kogu emake Maa on perekond. Kõige tipus ja samas kõigest ning kõigist Maal leiduvast koosnedes, on inimene.

Kõik on energia, koos kõikide liikidega oleme energeetiline võrgustik. Oleme perekond, loome üheskoos läbi väikeste ja suurte EIFH-tsüklite. Loome, materialiseerime iga tsükliga universumi tumeainest omaenese universumit.

Iga liik moodustab elava raku inimese kehas, aitab ühisele energiatööle kaasa. Aitab luua meil uut trepiastet universumisse.

Iga liik on vajalik ja väärtuslik. Iga liik on elav energeetiline trepiaste. Iga taime-, looma-, linnu-, putuka jm liigi kadumisega sureb üks rakk inimese kehas.

Iga liigi kadumisega kaotab meie ühine energiasüsteem oma loomepotentsiaalis.

Nii nagu iga inimene (organisatsioon, ühiskond) püüdleb oma elukaare tipuks oma täispotentsiaali realiseerimisele, püüdleb sinna ka kogu Gaia. Püüdleb singulaarsuse suunas.

Tsüklid kulgevad inimeses, looduses ja universumise spiraalselt. Igas spiraali lõigus püüdleme just sellele lõigule unikaalse energeetilise võnke(laengu) poole – kogu inimkonna ja Gaiaga.

Iga liik aitab püüdlusele kaasa oma unikaalse energialaenguga.

Kaotades võimaluse eneserealisatsioonile selles tsüklis, antud liik ehk unikaalne energeetiline laengukandja kaob meie energiasüsteemist. Läheb tagasi oma universumisse.

Võib-olla kohtame teda uuesti kui Gaia miljonite tsükliringide pärast taas spiraali samasse löiku jõuab.