



Alitajunnaksi voidaan yleisesti nimittää sitä tietoisuuden aluetta, josta emme ole vielä tietoisia. Alitajunta on siis tiedostamaton osa meitä. Suurin osa mielen toiminnasta tapahtuu alitajunnan alueella. Käytämme vain pientä osaa tietoisuuden kapasiteetista sen lisäksi, että kaikki tieto tallentuu alitajuntaamme. Tästä syystä on sanottu, että alitajunta olisikin meidän ylitajunta.

Alitajunnan maailma sisältää luovuudelle otollisen ilmapiirin, joka on mm. sallivaa, kollektiivista, ennakkoluulotonta ja usein intuitiivisen oivaltavaa. Alitajunnan kaoottinen ja muuttuva maailma on hedelmällinen luovuuden lähde.

Mielikuvaluominen ja alitajunnan voima –työpajassa harjoitteleme mielen ja alitajunnan kapasiteetin hyödyntämistä luovuudessa ja opetamme tehokkaan mielikuvaluomisen tekniikan. Tutustumme alitajunnan maailmaan sekä tietoisien mieleemme ja alitajuntaamme vuorovaikutukseen. Työpajassa käydään myös käytännöllisesti läpi erilaisia tekniikoita alitajunnan kapasiteetin tehokkaampaan hyödyntämiseen. Mielikuvaluomisen ja visualisoinnin teho perustuu alitajunnan, intuition sekä tietoisien mielen yhteistyöhön.

Työpajan vetää *Jaakko Muhonen*, jolla on vuosien kokemus tietotekniikka-asiantuntijana ja luovuuden sekä henkisen kasvun kouluttajana.

Esimerkki työpajan sisällöstä ja aikataulusta:

<i>Ohjelma</i>	<i>Kello</i>	<i>Sisältö</i>
Tervetuloa	8.45 – 9.00	Päivän ohjelma ja tavoitteet
Luova alitajunta	9.00 – 11.00	Alitajunnan maailma ja harjoituksia
Alitajunnan pelisäännöt	11.00 – 12.00	Mielen ja alitajunnan dynamiikka
Ruokatauko	12.00 – 13.00	Lounas
Mielikuvaluominen	13.00 – 14.30	Mielikuvaluomisen tekniikat
Yhteenveto	14.30 - 15.00	Yhteenveto ja keskustelua