



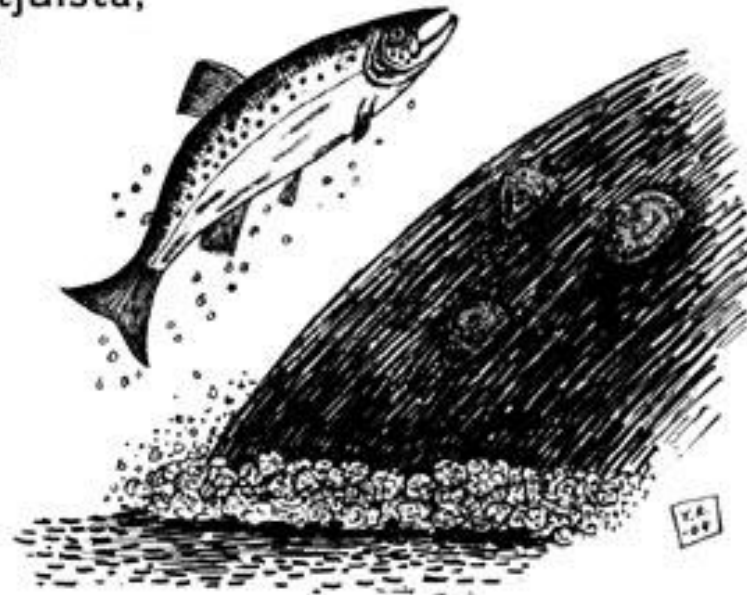
Löytäjän metsäpolku

LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

Ravinto, vesi

Saamme kaiken tarvitsemamme ravinnon luonnon tuotantoketjuista, joissa vesi, ravinteet ja energia kiertävät. Olemme täysin riippuvaisia niiden häiriöttömästä toiminnasta.



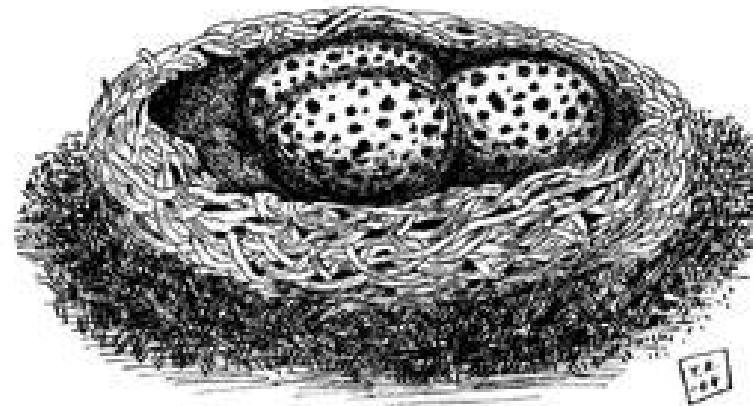
LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

Lämpö

Lämmön ja turvallisuuden takaamiseksi jokainen ihminen ja eläin tarvitsee oman kodin tai pesän ja suojakseen vaatteet ja riittävän energian.

Luonnossa asutaan kaikkialla, luonnon monimuotoisuus turvaa kaikille asuinpaikat.



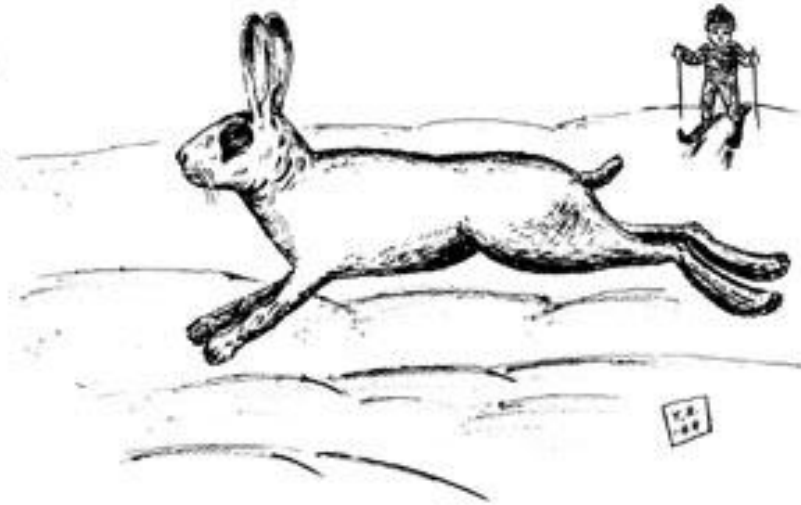
LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus



Liikunta

Elimistö on tehty liikkumaan ja kestämään rasitusta. Riittävä liikunta on elimistön toiminnan kannalta välttämätöntä. Liikkuminen on hyödyllistä, virkistävää ja se vähentää uusiutumattomiin luonnonvaroihin kohdistuvaa painetta.



LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

Lepo

Aktiivisen toiminnan vastapainoksi elimistö tarvitsee lepoa. Toimintakyky palautuu uusia tehtäviä varten. Nukuttaessa koko elimistö lepää. Riittävän levon suominen itselle ja irtautuminen toimintaympäristöstä tarvittaessa on viisasta. Luonto tarjoaa tähän hyvät mahdollisuudet.



LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus



Ryhmän jäsenyys, hyväksyntä

Ihmisen ei ole hyvä olla yksin. Olomme on turvallinen, jos voimme olla osa suurempaa joukkoa (suku, ystävät). Saamme toisten hyväksynnän ja voimme jakaa asioita keskenämme. Kuulumme joka solullamme myös meitä ympäröivään luontoon. Kestävän pohjan tulevaisuudelle ihminen saa suostumalla luonnon toimintatapaan.



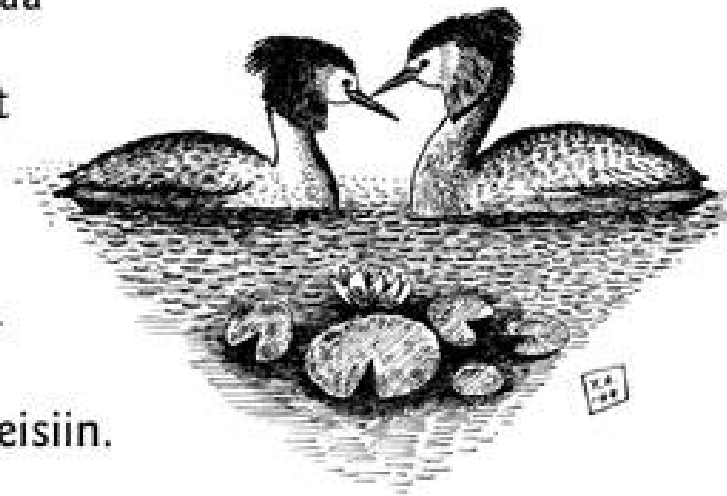
LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

Kommunikointi

Olemme outoja toisillemme ellemmme kerro itsestämme. Viestinnän tulee olla luontevaa ja rehellistä, omasta persoonasta lähtevää ja toista ihmistä kunnioittavaa vuoropuhelua. Tällöin se avaa koko ihmisten kirjon kaikkien iloksi. Viestin pitää mennä myös perille.

Luotettavat ja kärsivälliset kuuntelijat ovat tarpeen. Eläimillä on omat lajikohtaiset tapansa viestiä. Ne liittyvät parinmuodotukseen, ruokailuun, turvallisuuteen ym. tilanteisiin.



LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

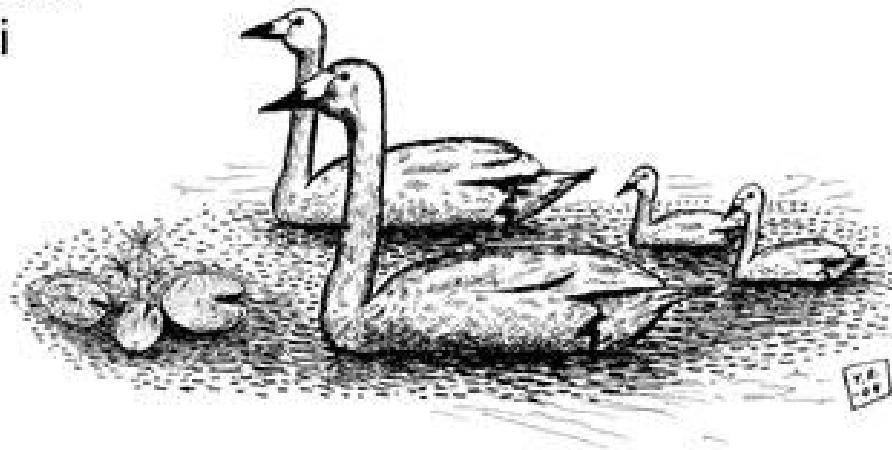
Heinänokan leirikeskus



Rakastaminen

Rakkaus on vahva voima, ylivoimainen mahdollisuus vaikuttaa asioihin. Rakkaus muuttaa asioiden mittakaavan, avaa ajatusten vankilat, luo uudistumista ja kasvua. Ellei ole ollut rakastettu, ei voi oppia tuntemaan rakkautta.

Ilman rakkautta ei kannata mennä metsään eikä kiivetä tunturiin. Rakkaus on suostumista kokonaisuuteen.



LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

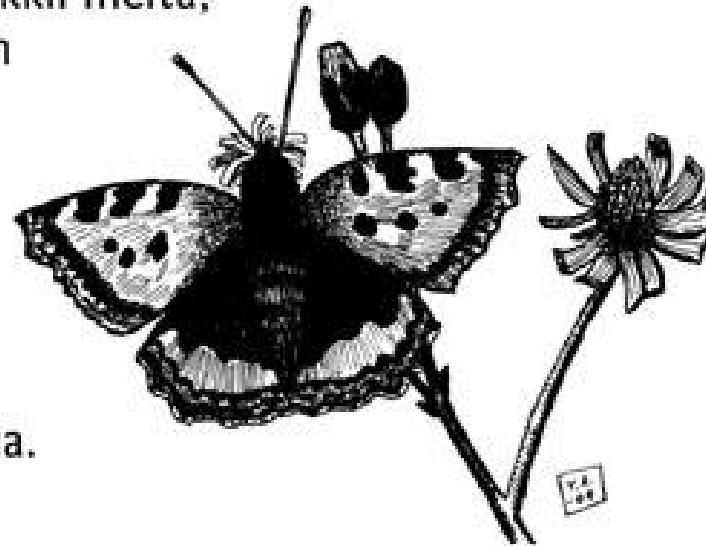
Kauneus

Aistimme välittävät tietoa ympäristöstä. Usein meidät pysäyttää kaunis maisema, linnunlaulu tai kukkakedon tuoksu. Tarvitsemme kauneutta ympärillemme.

Kauneuden kokeminen ruokkii meitä, saa jaksamaan ja uskomaan huomiseen.

Kauneutta on kaikkialla.

Se voi olla pientä ja herkkää kuin kastepisara kukassa tai kaukaista ja massiivista tunturin ääriiviivaa tai kosken pauhua.

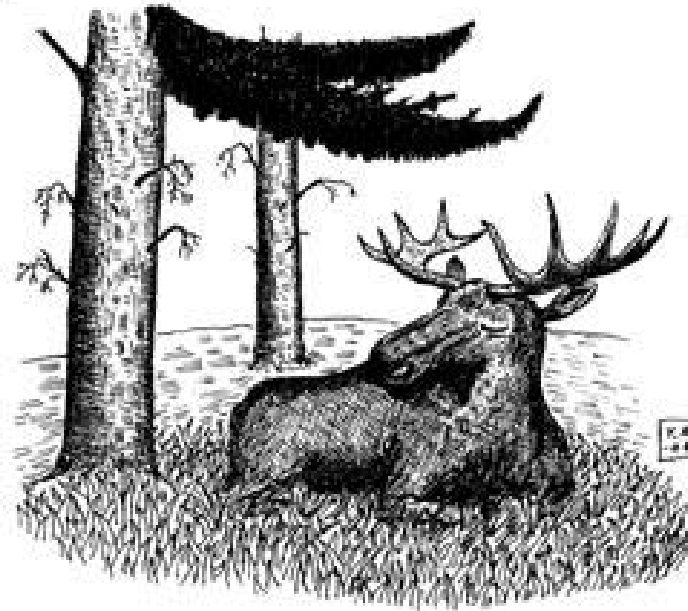


LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

Hiljaisuus

Kun maailma ahdistaa, on hyvä olla oma paikka, missä voi vain olla hiljaa ja antaa ajan kulua. Hiljaisuudessa mieli tasaantuu ja ihmisen sisällä olevilla asioilla on mahdollisuus tulla esiin; on mahdollisuus löytää omassa itsessään olevia aarteita. Koko luonto, metsät, polut ja merenrannat kutsuvat hiljaisuuteen löytämään uusia tienviittoja.



LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus

Luovuus

Kuka minä olen? Millaisista asioista pidän ja mikä on minun tehtäväni? Missä olen hyvä ja saanko koskaan tehdä niitä asioita? Iloitseeko kukaan siitä, mitä minä osaan? Kaikki emme ole kadehdittavia monitaitureita, mutta jokaisella on joitakin vahvoja osaamisalueita. Niiden tehtävä on ruokkia ihmisen omaa itsetuntoa. Ne ovat hänen säkeitänsä yhteiseen runoon. Villieläimet eivät opi turhia temppuja, mutta lajilleen tärkeät asiat ne opettelevat perusteellisesti. Saalistamisen, pesänrakentamisen ja piiloutumisen ne osaavat.



LÖYTÄJÄN METSÄPOLKU

Heinänokan leirikeskus



Kiitos hyvästä ateriasta

Ihminen nimisen koneen toiminta on äärettömän monimutkaista.. Ellei tämä kone saa tarvittavaa huoltoa, toiminta häiriintyy ja tehot laskevat. Kristillisen ajattelun mukaan Luoja rakensi ihmisen omaksi kuvakseen, jokaista piirtoa myöten sellaiseksi kuin ihminen on. Samalla hän asetti ihmisen maailmaan, missä on valmis vastaus kaikille ihmisen tarpeille. On valmis ruokapöytä, mistä voi ottaa kaikenlaiseen nälkään. Kysymys on vain siitä, osaammeko ruokailla. Osaammeko tunnistaa oman nälkämme?

Tyydymmekö ehkä vain alkupaloihin?
Kun hyvän aterian jälkeen nousemme pöydästä, voimme tietysti jättää kaiken taaksemme ja poistua.

Hyviin pöytätapoihin kuuluu kuitenkin jäljistä huolehtiminen ja ateriasta kiittäminen. Kristitylle on luonnollista, että hän osoittaa kiitoksensa Luojalleen, joka on hyvyydellään hänet ravinnut.

