

# KESKUSTELUA VAPAUDESTA JA HERÄÄMISESTÄ

Luonnos tulossa olevaan kirjaan UUSI AIKA JA ELÄMÄ.

## SISÄLLYS

KESKUSTELUA VAPAUDESTA JA HERÄÄMISESTÄ.....	1
Etsijän dialogi.....	1
Löytäjän dialogi.....	13
Heräämisen dialogi .....	28
Se on lähempänä kuin uskotkaan.....	32
Illuusiosta herääminen. Nyt.....	35

## Etsijän dialogi

**Miksi juuri nyt on mielestäsi aika herätä ja mihin minä itse asiassa herään?**

Voimme lähestyä kysymystä kahdesta eri näkökulmasta. Ensinnäkin elämme tällä hetkellä sellaisessa maailmassa, joka on ajautumassa todellisiin ongelmiin niin ekologisesti, sosiaalisesti kuin taloudellisesti ja nämä ongelmat vaativat pikaista ratkaisua. Toisaalta nämä globaalit kriisit ovat se sytyke, joka saa meidät valmiimmaksi heräämään uuteen todellisuuteen ja uuteen aikakauteen. Kriisit toimivat herätteinä ja pakotteina muutokseen, aivan samoin kuin ne toimivat omassa elämässämme. On evoluutiolle tyypillistä, että

juuri silloin kun muutosta kipeimmin tarvitaan, myös muutoksen mahdollisuus ja ovi ongelmien ratkaisuun aukeaa.

Tällä kertaa ratkaisu on ihmiskunnan ja varsinkin länsimaisten ihmisten, sinun ja minun, tietoisuuden kehittyminen korkeammalle ja laajemmalle tasolle eli integraaliseen, evolutiiviseen ja holistiseen maailmankuvaan ja todellisuuteen. Tämä uusi maailmankuvamme ratkaisee omaan elämäämme ja globaaleihin kriiseihin liittyvät ongelmat.

Toiseksi voimme lähestyä asiaa sen kautta, milloin on aika herätä ja miksi se aika on juuri nyt. Totuus on, että emme voi elää kuin yhdessä ajassa, ja se aika on juuri nyt, tämä hetki. Ei ole olemassa menneisyyttä, emme voi elää menneisyyttä muuten kuin muistoissamme, sillä menneisyyskin tapahtui juuri siinä samassa nyt-hetkessä, silloin kun se tapahtui. Sama pätee tulevaisuuteen. Me voimme kuvitella tulevaisuutta ja miettiä sitä, mutta sitten kun se tulevaisuus on ajankohtainen, niin sekin tapahtuu aina tässä samassa nyt-hetkessä. Tämän vuoksi voimme myös herätä vain tässä hetkessä, eli tässä nyt-hetkessä. Voit tulla etsijästä löytäjäksi ymmärtämällä sen, että kaikki tapahtuu tässä läsnä olevassa hetkessä, ei menneessä eikä tulevassa. Läsnäolo on avain heräämisessäsi. Aika herätä on aina, kun elämme tätä nyt-hetkeä ja juuri nyt siihen on lisäksi erittäin hyvä syy: maailmamme yhä jatkuva taloudellinen, ekologinen ja sosiaalinen hätätila.

**Voisitko vielä tarkentaa tuota ”etsijästä löytäjäksi” tapahtuvaa muutosta? Miksi se on mielestäsi niin tärkeää, miksi minusta pitää tulla ensin löytäjä ja vasta sitten pääsen perille, jos niin voi sanoa?**

## **Ja onko tämän uuden todellisuuden löytäminen ja löytäjäksi tuleminen mahdollista meille kaikille, siis vaikkapa minulle?**

Etsijänä, kun etsit uutta henkisyttä, parempaa elämää ja hyvinvointia tai ratkaisua ongelmiisi, elät aina muualla kuin tässä läsnä olevassa hetkessä. Kun et ole läsnä, olet joko menneisyytesi muistoissa ja peloissa tai tulevaisuutesi toiveissa ja unelmissa. Kaikki nämä pelot ja toiveet eli se, että odotat jonkin tapahtuvan tai luulet jonkin jo menneen vaikuttavan sinun elämiseesi tässä hetkessä, aiheuttavat kärsimyksesi, ongelmasi ja tyytymättömyytesi elämääsi. Onko sinulla juuri nyt ongelmia, kärsitkö niistä juuri nyt? Oletko juuri nyt tyytymätön elämääsi, siis juuri nyt, kun luet tätä tekstiä? Et taida olla.

Pelkosi ja toiveesi eivät ole sinä, eivätkä ne ole osa sinua, vaan ne ovat sinulla. Ne ovat sinun mielessäsi. Voisikin sanoa, että sinun mielesi tai egosi kärsii, egollasi on ongelmia. Nämä tapahtuvat sinussa, mutta eivät vaikuta oikeasti todelliseen itseesi, joka on erillinen mielestäsi. Ja kun tämän eron ymmärrät, niin sinusta tulee löytäjä – uuden todellisuuden löytäjä, uuden todellisen itsesi löytäjä.

Mieli ja ego toimivat aina jossakin muualla kuin tässä läsnä olevassa nyt-hetkessä – ovat siis itse asiassa illuusiota. Sinun todellinen minäsi on aina läsnä olevassa nyt-hetkessä. Läsnäolo nyt-hetkessä estää sinun samastumisen mieleesi ja egoosi.

Tämä löytäjäksi tuleminen on sinulle erittäin tärkeää, koska vain läsnäolon kautta pystyt käsittelemään ja poistamaan egosi luomia ehdollistumia tai mahdollistat niiden poistumisen. Ehdollistumat ovat mitä tahansa kiinnikkeitä, jotka pitävät sinut erossa läsnä olevasta hetkestä. Voit olla ehdollistunut vaikkapa koulutukseesi,

ammattiisi, harrastuksiisi, rooliisi vanhempana tai johonkin ominaisuuteesi - ajattelet olevasi näiden tekijöiden summa. Löytäjäksi tuleminen ei tarkoita sitä, että olisit jo päässyt perille, vaan sitä, että olet alkamassa todellisen kehityksesi kohti korkeampia tietoisuuden tiloja ja tasoja eli kohti vapaampaa ja luonnollisempaa elämää. Ja tämä on meille kaikille mahdollista.

Tässä ei ole kysymys minkään uuden oppimisesta tai omaksumisesta. Enemmänkin kyse on oppimisesta pois vanhoista tavoista, tottumuksista, ehdollistumista ja kaikesta siitä, mitä olet luullut itsesi olevan. Nyt tiedät, että se ei ole se todellinen minäsi, vaan mielesi luomaa illuusiota, mielesi luoma omakuva. Kun olemme löytäjiä, niin me löydämme todellisen itseyytemme, jota olemme aina olleet, olemme juuri nyt ja tulemme aina olemaan. Löydämme oman itsemme ja todellisen vapauden ensi kertaa ja löydämme sen mieleemme takana olevasta tietoisuudesta, todellisuudesta ja läsnäolosta. Ja oman todellisen itsensä löytäminen on luonnollisesti mahdollista meille kaikille.

### **Käytit sanoja ego ja todellinen minä ja itseys. Kertoisitko mitä ne lyhyesti tarkoittavat?**

Kun puhumme tietoisuuden kehityksestäämme evolutiivisessa näkökulmassa, tarkoitamme egolla mieleemme luomaa valheellista omakuvaa. Omakuvaa, joka sanoo, että olemme erillisiä muusta elämästä ja maailmasta, että olemme erityisiä ihmisiä eli yksilöllisiä persoonallisuuksia. Ja tähän erillisyyteen ja erityisyyteen me olemme ehdollistuneita ja samastaneet oman identiteettimme. Olemme ehdollistuneita mieleemme luomaan valheelliseen omakuvaan. Tämä

ehdollistuminen ja samastuminen aiheuttavat suurimman osan elämämme vaikeuksista ja kärsimyksistä.

Todellinen minäsi ja itseytesi on se, mitä etsimme ja haluamme löytää. Todellisen itseyttemme oivaltaminen vapauttaa meidät elämään vapaina luonnollista elämää, omaa elämisen ja olemisen potentiaaliamme täyttäen. Todellinen itsemme muodostuu kahdesta eri elementistä - ensinnäkin tarkkailevasta tietoisuudesta, jonka löydämme mielemme takaa. Se on se tietoisuus, joka pystyy katsomaan ja todistamaan mielessämme olevia ajatuksia ja tunteita. Tämä tietoisuus on todellinen itsemme meissä. Kun olemme löytäneet tämän mielen takaisen tietoisuuden ja todellisuuden, niin tästä todellisesta itsestämme herää toinen puoli eli sen uutta luova energia. Tätä energiaa kutsun evoluution luomis- ja kehitysvoimaksi sen korkeimmalla eli tietoisuuden tasolla. Tunnumme ja tiedämme paikkamme 13,8 miljardia vuotta jatkuneessa evoluutioprosessissa. Tämä luomis- ja kehitysvoima ilmenee meissä ilona, onnellisuutena, sisäisenä rauhana ja rakkautena. Ominaista näille kaikille on se, etteivät ne tarvitse mitään syytä ilmentyäkseen meissä, vaan ne ovat osa meitä itseämme.

**Mikä se on, mikä ajaa minua jatkuvaan etsimiseen? Miksi monet meistä ovat etsineet vuosikymmeniä – toiset ovat löytäneet sen mitä ovat etsineet, mutta useimmat eivät, kuten en minäkään? Ja miksi jotkut eivät etsi ollenkaan?**

Perussyys etsimiseesi on se, että et ole enää tyytyväinen siihen mitä elämäsi sinulle antaa ja tarjoaa. Sillä ei ole merkitystä missä maailmankuvassa ja arvomaailmassa juuri nyt elät – oletko *traditionaalinen*, perinteisen “koti, isänmaa, uskonto” kannattaja,

*moderni*, oman ulkoisen hyvän elämäsi ja materialistisen elintasoni maksimoija vai *postmoderni*, maailman hädästä huolissasi oleva moniarvoisuuden ja -kulttuurisen ihmisyyden kannattaja. Se mikä ratkaisee, on sisäisen maailmasi ja ulkoisen maailmasi keskinäinen suhde. Toisin sanoen tarjoavatko nämä sinulle esimerkiksi itsesi kehittämisen ja itsesi toteuttamisen mahdollisuuksia ja haasteita riittävästi. Jos et saa näitä haasteita tarpeeksi, niin yksinkertaisesti kyllästyit ja alat etsiä jotakin muuta.

Toisaalta meillä usein on myös sellainen tiedostamaton tunne ja tieto todellisesta itsestäme ja se ilmenee sisäisenä kaipauksena. Kaipaamme omaa todellista itseämme. Nämä yhdessä saavat sinut etsimään ja sinusta tulee etsijä.

Henkisyys on vain yksi ns. kehityslinja yksilöllisessä kehitymisprosessissamme ja tässä evolutiivisessa vapaudessa on kysymys paljon enemmästä. Kyse on koko ihmisyytemme kehittämisestä ja sille uuden perustan löytämisestä. Mutta sama etsiminen, joka ilmenee aiemmissa maailmakuvissamme oman elämämme parantamisena ja itsemme kehittämisenä, ilmenee postmodernin arvomaailman saavutettuumme siten, että etsimme uutta tietoisuutta ja syvempää omaa itseämme, kehon ja mielen harmoniaa ja pelastusta maailmalle, eläimille, ihmisille tai luonnolle. Maailmankuvat tarkoittavat sitä, kuinka näemme ja tulkitsemme ympäröivän maailmamme ja mihin arvovalintoihin tämä näkemisemme ja tulkintamme perustuu. Kun arvomme muuttuvat tietoisuutemme kehittyessä, niin myös maailmankuvamme muuttuu ja sitä kautta se, kuinka näemme maailmamme.

Kysyit myös, miksi jotkut eivät etsi ollenkaan. Siihen on ainakin kaksi eri selitystä. Ensinnäkin, jos olemme tyytyväisiä elämäämme ja sen meille tarjoamiin haasteisiin ja siihen mitä meillä on, ei ole mitään syytä etsiä. Toisaalta voimme olla niin ehdollistuneita omaan mieleemme, että emme edes huomaa kuinka rajoittunutta ja sisäisesti haasteetonta ja tyhjää elämämme on. Elämme täydellisesti egossamme ja luulemme, että se on kaikki, mitä me olemme. Mutta kun hyväksymme elämämme sellaisena kuin se on eli olemme siihen täysin tyytyväisiä, niin silloin jossain vaiheessa meidän sisällämme herää meitä eteenpäin vievä voima ja kaipaus johonkin muuhun. Silloin meistä tulee etsijöitä.

Tuo kaipaus syntyy siitä, että tiedostamattakin tiedämme todellisen itsemme olemassaolon ja kun emme ole sitä vielä löytäneet, koemme kaipausta siihen. Toki voimme kaivata myös muita elämästämme puuttuvia syvempiä merkityksiä ja elämämme tarkoitusta ja kutsumusta, mutta näidenkin takana on tuo oman todellisen itsemme kaipaus.

### **Miksi emme löydä vastausta tuohon kaipauksemme?**

Se, että monet meistä ovat etsineet, ja tulevat etsimään vuosikymmeniä sitä todellista omaa sisimpäänsä, johtuu siitä, että olemme etsineet sitä tähän asti ulkopuoleltamme. Olemme etsineet väärästä paikasta. Sekä traditionaaliset uskontopohjaiset pelastusopit että modernit ja postmodernit itsensä kehittämisen ja kasvun opit ja metodit ovat tarjonneet yltäkylläisesti keinoja ulkopuoleltamme tulevan pelastuksen tai ratkaisun etsintään. Nämä ovat kyllä voineet tuoda meille väliaikaista helpotusta elämisemme ja olemassa olemisemme tuskaan, mutta pysyvää ratkaisua ne eivät ole

pystyneet tarjoamaan, eivätkä pysty tulevaisuudessakaan. Ei – ratkaisu on aina ollut liian lähellä ja siksi emme ole sitä osanneet etsiä oikeasta paikasta.

Pelastus ei tule ”ylhäältä eikä alhaalta”, vaan se löytyy omasta itsestämme ja mielemme takaisesta tietoisuudesta, vapaudesta ja luovuudesta, jotka heräävät tämän läsnä olevan tietoisuutemme kautta automaattisesti. Kun löydät tämän mielesi takana olevan tietoisuuden pysyvästi, niin silloin saat käyttöösi työkalut, jotka auttavat sinua sekä parantamaan että kehittämään omaa elämääsi ja todellista itseäsi. Mikä tärkeintä, löydät elämällesi todellisen tarkoituksen ja merkityksen uudesta evolutiivisesta ja integraalisesta todellisuudesta, maailmankuvasta ja tietoisuudesta. Nämä ovat paljon suurempia ja tärkeämpiä kuin oma itsekäs ja henkilökohtainen intressimme ja motiivimme. Löydämme oman kutsumuksemme ja evolutiivisen tehtävämme.

Todellisen itsesi löytämisen ja siihen johtavan murroksen esteet ovat mielessäsi ja ehdollistumisessasi ajatuksiisi ja tunteisiisi - siis egossasi. Väärässä käsityksessäsi, että olet ajatuksesi ja tunteesi. Mutta näinhän asia ei siis ole – ajatukset ja tunteet ovat sinussa, mutta ne eivät ole sinun todellinen itsesi. Edellytykset murrokselle uuteen todellisuuteen löydät oman mielesi takaisesta läsnä olevasta tietoisuudesta. Toki tähän liittyy paljon muutakin, mutta tästä on lyhykäisyydessään kysymys.

### **Miksi sitten etsin parempaa elämää ja elämäni tarkoitusta?**

Me olemme osa maailmankaikkeuden synnyttämää tietoisuutta ja sitä ylläpitävää ja eteenpäin työntävää ja uutta luovaa evoluutioprosessia ja sen luomis- ja kehitysvoimaa. Tämä tietoisuus



on kaiken olemassa olevan perusta ja kaikki syntyy tästä tietoisuudesta. Eteenpäin meneminen omassa kehityksessämme, eli tietoisuutemme laajentaminen, on ihmisenä olemisemme syvin olemus. Kuten myöhemmin tulet huomaamaan, sinä ja minä olemme osa tuota samaa tietoisuutta ja kehitysvoimaa, joka pitää maailmaa liikkeessä ja vie eteenpäin. Evoluutiivisessa tietoisuudessa ja vapaudessa on kysymys tämän ymmärtämisestä ja kokemisesta osana omaa itseämme.

Me olemme tietoiseksi tullutta tietoisuutta itsessään. Ja tämä luomis- ja kehitysvoima sitten ilmenee meissä eri tavoin elämämme eri vaiheissa ja eri maailmankuvissa eläessämme, mutta samasta voimasta siinä on aina kysymys. Vapaa elämä ja elämän tarkoitus löytyvät tämän ymmärtämisestä ja tietoisuuden ja evoluutiovoiman kokemisesta omana itsenämme.

### **Mitä itse asiassa etsimme, kun sanomme, että etsimme elämämme tarkoitusta?**

Etsimme sitä totuutta, johon tämä evolutiivinen näkemys ihmisestä ja hänen kehityksestään perustuu. Elämämme tarkoitus on tulla osaksi universaalia tietoisuutta ja sitä luovaa evoluutiota. Ja kun näin tapahtuu, niin olemme vapaita luomaan uutta maailmaa, kuten tapanani on sanoa.

### **Mitä tarkoitat uuden maailman luomisella, eikö meidän tulisi pelastaa tämä maailma?**

Me voimme pelastaa maailmamme, maapallomme luonnon ja elämän sekä ihmisyytemme ja lajimme vain, jos pystymme näkemään uudella tavalla todellisuuden, jossa elämme. Uusi todellisuus

tarkoittaa sitä, että löydät todellisen itseytesi sisältäsi ja pystyt näkemään ympärilläsi olevan todellisuuden eli maailman ja ihmisten käyttäytymisen – myös omasi – sellaisena kuin ne oikeasti ovat. Silloin et enää näe niitä oman egosi ja mielesi luomana kuvana, vaan suoraan ilman näitä ehdollistumisasi. Ja kun olet saanut tämän uuden todellisuuden itsellesi, niin pystyt myös toimimaan maailmamme ja sen pelastamisen puolesta. Luomaan uuden maailman, etkä vain murehtimaan omaa tyytymättömyyttäsi elämääsi, joka teki sinusta etsijän.

**Miksi en ole tyytyväinen elämääni? Miksi koen lähes jatkuvasti tyytymättömyyttä tai sellaista jatkuvaa paremman elämän odottelua, muutamia hetkiä lukuun ottamatta esimerkiksi silloin kun olen luonnossa tai teen jotakin hyvin intensiivisesti?**

Sen lisäksi, että koet tiedostamatonta tai tietoista kaipausta todelliseen itseesi, perussyy tyytymättömyyden kokemiseen on se, että vastustat tätä hetkeä eli sitä miten asiat ovat juuri nyt. Syy ei siis ole niissä asioissa itsessään, vaikka niin monesti luuletkin. Syy on siinä, että et hyväksy miten asiat ovat juuri nyt. Elät menneisyydessä tai tulevaisuudessa, mutta et tässä hetkessä. Et ole läsnä. Odotat jotakin tapahtuvaksi tai koet olevasi menneiden tapahtumien vanki ja siksi olet muualla kuin tässä hetkessä. Se, että nautit luonnosta ja sen kauneudesta ja monesti koet sisäistä rauhaa ja levollisuutta luonnossa ollessasi, on vain todiste siitä, että kun et ole mielessäsi, olet läsnä. Tai kun keskityt johonkin tekemiseen, olet yhtä sen tekemisen kanssa, olet läsnä. Läsnäolo poistaa tyytymättömyyden.

**Tunnistan kyllä miten tyytymättömyys on ilmennyt minussa, mutta onko sen kokemiseen jotain yleispätevää selitystä?**

Tyytymättömyys ilmenee hyvin monella tavalla ja voimakkuudella ja on hyvin yksilöllistä. Joillakin se ilmenee jopa masennuksena tai sellaisena yleisenä elämään kyllästymisenä ja haluttomuutena. Joillakin se purkautuu sairauksina ja muina kehollisina vaivoina, päänsärkynä, huonovointisuutena jne. Olennaista on se, että suurin osa vaivoistamme ja tyytymättömyydestämme johtuu vain siitä, että vastustamme sitä mitä on tällä hetkellä – eli emme ole läsnä. Mutta kun olemme läsnä, nämä oireet poistuvat pikku hiljaa.

**Tarkoitatko siis, että tuo tyytymättömyys on vain oman mieleni tuottamaa, eikä siis oikeasti ole edes totta, vaan että se on illuusiota, kuten aiemmin totesit?**

Kyllä. Suurin osa tyytymättömyydestäsi on vain mielesi luomaa ja syntyy tämän läsnä olevan hetken ja sen miten asiat ovat, vastustamisesta. Tyytymättömyys ei ole siis osa sinua, vaan se on vain mielessäsi – ajatuksissasi ja tunteissasi. Toki meillä on muitakin ongelmia elämässämme ja kehossamme, mutta suurelta osin asia on näin. Arkielämässämme meillä on käytännön pulmia ja haasteita muun muassa ajankäyttömme, taloudellisen tilanteemme, työmme ja vapaa-aikamme hallinnassa tai olemme huolissamme läheisistämme, mutta nämä haasteet voimme usein ratkaista käytännönläheisesti ja järkemme avulla. Meillä on myös sairauksia, jotka aiheutuvat mm. perimästämme, geenimuutoksista ja muista rakenteellisista tekijöistä, joita voimme ehkäistä, hoitaa tai parantaa perinteisen lääketieteen keinoin. Mutta suurin osa tyytymättömyytemme syistä löytyy ehdollistuneesta mielestämme ja ovat mielemme tuottamia.

## **Kun tyytymättömyys lakkaa olemasta minulle totta, niin mitä tulee tilalle ja mistä se tulee? Tuleeko minusta ”tyhjä”, tunteeton vai mitä silloin tapahtuu?**

Monesti pelkäämme sitä, että emme tiedä mitä meissä tapahtuu, minkälainen minusta tulee, kadotanko itseni tai koenko muuta vastaavaa pelkoa. Ja tämä on hyvin luonnollista. Pelkäämme itsesuojeluvaistomme takia aina kaikkea sellaista, mistä emme voi etukäteen tietää.

Vaikka nämä muutokset voivat olla suuria ja koko elämämme voi mennä uusiksi, meistä ei tule tunteettomia tai tyhjiä – päinvastoin. Elämäsi sisäisen tyhjyyden tilalle tulee täyteys, joka täyttää kaiken sen mitä olet ihmisenä ja mitä teet ihmisenä. Täyteys tarkoittaa sitä, että sinulla on jo kaikki se mitä ikinä tarvitset ja olet tyytyväinen siihen mitä sinulla on. Sinusta tulee elämäsi tyytyväinen ihminen. Eikä tämä ole edes se tärkein muutos meissä, vaikka tuo äsken sanomani saattaakin kuulostaa liian hyvältä ollakseen totta. Kun tyytymättömyys lakkaa olemasta, tilalle tulevat vapaus, ilo, onnellisuus, sisäinen rauha ja rakkaus, jotka eivät tarvitse syytä ollakseen sinussa ja sinua. Tämän jälkeen sinussa heräävät myös luovuus ja energia, jota et ole osannut edes kuvitella. Samalla tavalla kuin egosi on aiemmin ”ohjelmoinut” sinun elämäsi, myös tämä uusi vapaa elämä on ”ohjelmoinnin” alaista - se on evoluutioprosessin ”ohjelmoinnin” noudattamista.

Sanat eivät voi koskaan tehdä oikeutta sille uudelle todellisuudelle ja tietoisuudelle, jonka löydät itsestäsi. Se ei ole sitä mitä luulet noiden sanojen tarkoittavan – nuo sanat mielen maailmassa ovat eri asia ja tuntuvat erilaiselta kuin mitä ne ovat todellisen itsemme maailmassa.

Tässä vaiheessa riittää varmaan se, että tiedät, että tyhjän päälle et jää, vaikka tyytymättömyys omaan nykyiseen elämäsi poistuukin.

**Jos tuo kaikki pitää paikkansa, niin eihän oman mielen kautta tapahtuvassa etsimisessä ja elämisessä ole kovin paljon järkeä. Tarkoitan, että se ei minua kovin pitkälle vie, vaan pitää minut aina tyytymättömänä, eikö?**

Juuri noin. Tästä tässä "etsijästä löytäjäksi" murroksessa ja muutoksessa on kysymys. Tämä on se salaisuus ja oivallus, joka tarvitaan todelliseen kehittymiseen ja vapaampaan ja luonnollisempaan elämään. Emme löydä ratkaisua oman mielemme, ajatustemme ja tunteidemme kautta, vaan se löytyy mielemme takana olevan läsnä olevan tietoisuutemme kautta.

Tämä on niin tärkeä oivallus, että nyt on hyvä pitää tauko, ottaa pari syvää hengitystä ja antaa tämän oivalluksen tulla osaksi sinua.

## Löytäjän dialogi

**Olet korostanut, että en voi pakottaa itseäni heräämään, vaan että minun pitää oivaltaa tämä uusi todellisuus. Mitä tarkoitat sillä?**

Et voi tehdä mitään heräämisesi eteen. Sinun tulee vain hyväksyä kaikki niin kuin on ja "romahtaa" ajattomaan, läsnä olevaan nythetkeen. Tärkeintä on vain olla läsnä. Kun et enää elä menneisyytesi peloissa tai tulevaisuutesi haaveissa, olet automaattisesti läsnä. Tämä läsnäolo hävittää kaikki egosi luomat ehdollistumat ajallaan. Tällainen ehdollistuma voisi olla vaikkapa käsityksesi, että ajatuksesi vievät sinua, etkä mahda niille mitään. Ehdollistumat eivät toki häviä hetkessä, mutta läsnäolosi kautta voit aina tulla niistä tietoiseksi ja

tämä tietoisuutesi hävittää ne sitten eli vie näiltä mielesi luomilta illuusioilta pois voiman vaikuttaa sinuun.

### **Voisitko kertoa lyhyesti mitä sitten voin tehdä heräämiseni eteen?**

Kun olemme päättäneet, että haluamme löytää uuden evolutiivisen näkökulman ja perustan omalle elämällemme ja todellisuuden näkemisellemme, olennaista on keskittyä tämän uuden evoluutiopohjaisen tietoisuuden ja vapauden löytämiseen. Silloin kannattaa unohtaa hetkeksi muiden asiaan liittymättömien tai liittyvien ”henkisyysoppien ja -asioiden” läpikäyminen ja niiden selittäminen. Meillä kaikilla on paljon erilaisia näkemyksiä ja kokemuksia, jotka ovat olleet luonnollinen ja tärkeä osa omaa evolutiivista kehitystämme, mutta jotka meidän tulee nyt ylittää.

On tärkeää omaksua ns. vasta-aloittelijan rooli ja ”en vielä tiedä” - asenne kaikkeen siihen, mikä liittyy evolutiivisen tietoisuuden ja vapauden löytämiseen. Tässä on kysymys uudesta tavastamme hahmottaa, nähdä ja kokea todellisuus ja oma itsemme. Löydämme todellisen itsemme henkilökohtaisen, erilliseksi ja erityiseksi koetun omakuvamme takaa. Emme voi käsittää tai nähdä tätä uutta evolutiivista tietoisuutta ja vapautta ajattelun, puhtaan rationaalisen päättelyn, omien tunteidemme tai ulkopuoleltamme tulevien ”totuuksien ja oppien” avulla, vaan meidän on itse löydettävä tämä tietoisuus itsestämme. Se on siellä odottamassa löytäjänsä. Tämä uusi todellisuus on jo valmiiksi vapaa kaikesta, eikä sitä tarvitse kuin löytää.

Neljä perusasiaa heräämisessä ovat:

### **Vahva omakohtainen kokemus tietoisuudesta**

Meidän tulee löytää kaiken perustana oleva tietoisuus ja saada siitä vahva, sisäinen omakohtainen kokemus. Ilman vahvaa omaa kokemusta emme usko sen olevan todellista ja mahdollista, joten siksi tämän kokemuksen saaminen on tärkeää. Riittää että tavoitamme tämän tietoisuuden edes hetkellisesti. Sen voimme tavoittaa esim. meditaation avulla. Siinä annamme kaiken olla niin kuin on, emme ota mitään kantaa mielessä oleviin ja herääviin tunteisiin tai ajatuksiin, vaan olemme niistä tietoisia, mutta emme tee niille mitään. Tässä hereillä olevassa läsnäolossa, jossa lopulta ei ole enää mitään muuta kuin itse tarkkaileva tietoisuus, tulemme itse tietoisuudesta vahvasti tietoiseksi. Koemme, että kaiken takana oleva tietoisuus on osa luonnollista itseämme, mutta täysin riippumaton ajattelusta, tunteista ja kaikesta mielemme toiminnasta - myös ajasta.

### **Ehdollistunut mielemme tulee tuntea**

Meidän tulee ymmärtää ja tuntea ehdollistuneen mielemme toimintaperiaatteet ja nähdä kuinka se toimii meissä itsessämme ja vaikuttaa elämäämme, elämämme valintoja tehdessämme. Perustoimintalogiikka on se, että se pyrkii kaikin keinoin luomaan meille sellaisen omakuvan, joka on muusta elämästä ja muista ihmisistä erillinen ja ainutlaatuinen ja -kertainen. Elämän keskipiste on minä itse ja oma etu, sen kaikissa eri merkityksissä ja laajuuksissa. Ehdollistunut mielemme luo kuvan paremmasta saavutettavissa olevasta henkilökohtaisesta itsestämme. Tämän ehdollistuneet ajatuksemme ja tunteemme tekevät lupaamalla parantaa tätä henkilökohtaista erillistä ja erityistä omakuvaamme. Ne

ehdollistavat meidät oman todellisen itsemme ulkopuolella oleviin asioihin. Ja kun ehdollistumme näihin ulkopuolisiin mielen objekteihin, niin identiteettimme samaistuu niihin ja näin olemme loputtomassa kourussa ehdollistuneeseen mieleemme ja vahvistamme henkilökohtaista omakuvaamme. Jotta voisimme päästä irti näistä mielemme luomista kahleista, meidän tulee tuntea niiden toimintaperiaatteet ja vaikutus meissä itsessämme.

### **Läsnä olevassa hetkessä oleminen ja eläminen**

Jotta pystyisimme saavuttamaan mielemme takana olevan tietoisuuden ja ymmärtämään olevamme jo vapaita mielemme luomista riippuvuuksistamme ja ehdollistumisistamme, muutenkin kuin vain hetkellisesti esim. meditaatiossa, tulee meidän löytää läsnä oleva ajaton hetki ja sen kautta eläminen ja toimiminen. Tämä hetkessä elämisen oivaltaminen tarkoittaa, että annamme kaiken olla siten kuin on ja toimimme tässä läsnä olevan hetken hyväksymisen tilassa. Emme elä menneisyyden muistoissa, peloissa ja menneen pohjalta, emme elä tulevaisuuden toiveissa ja haaveissa, vaan keskitymme olemaan läsnä siinä mitä meillä on juuri tällä hetkellä. Hetkessä läsnä oleminen lopettaa ”hälinän päässä” ja sen luoman jatkuvan ajatusten virran. Tämä estää ehdollistuneen mielemme toiminnan ja vaikutuksen meihin itseemme.

### **Luovuus ja aito itseys heräävät**

Kun olemme saaneet



- 1) vahvan kokemuksen kaiken perustana olevasta tietoisuudesta,
- 2) ymmärrämme ehdollistuneen mielemme toiminnan, merkityksen ja vaikutuksen omakuvaamme ja elämäämme ja
- 3) pystymme olemaan ja toimimaan yhä pitempiä aikoja läsnä olevassa ajattomassa hetkessä,

niin alamme siirtyä pikku hiljaa mielen takana olevaan todelliseen itseemme. Tämän lisäksi meissä herää evoluutiota eteenpäin vievä energia ja älykkyys, jota voimme kutsua evoluution kehitys- tai luomisvoimaksi. Tämä evoluutioimpulssi ilmenee meissä tietoisuutena ja henkisyuden voimana, salaperäisenä viettinä kehittyä. Fyysisellä tasolla evoluutioimpulssi on aina ilmennyt seksuaalisuutena ja lisääntymisviettinä, ja ajattelun ja tiedon tasolla haluna tietää, ymmärtää ja luoda uutta. Kun pystymme elämään ja toimimaan korkeimmalla evoluutiovoiman tasolla, olemme pysyvästi vapaita olemaan, elämään ja kehittymään sekä osallistumaan tietoiseen evoluutioon.

### **Miten tämän heräämiseni eteen tehtävän työn voin aloittaa?**

Kaikki alkaa siitä, että teet päätöksen – tahdot olla vapaa ja elää täyttä, elämäniloista ja luonnollista elämää. Ymmärrät, että aito ilo ja onnellisuus eivät löydy ulkopuoleltasi, vaan sisältäsi. Ne eivät ole tunteita, jotka voit saavuttaa, vaan ne ovat elämäsi perusta ja tila, jossa olet yhtä elämän kanssa. Sinä olet tietoisuus, jossa ilo ja onnellisuus asuvat.

Ilon ja onnellisuuden löytämisen esteenä on se, että mielesi on luonut sinulle harhan ja illuusion, valhetodellisuuden, ja sinun tulee ymmärtää, että se on vain sitä - harhaa ja illuusiota. Uskot, että voit vapautua tästä valhetodellisuudesta ja erillisyyden tunteestasi tahtosi ja päättäväisyytesi avulla ja olemalla aina läsnä siinä ainoassa hetkessä, joka on olemassa, eli hetkessä, jossa juuri nyt olet. Et elä menneessä etkä tulevassa, vaan nyt.

Tietoisuuden todellisuus, jossa todellinen itsesi ja todellinen vapaus on, eivät ole jotakin mikä sinun tulee saavuttaa tai lunastaa hyvillä teoillasi. Itseys ja vapaus ovat aina olleet sinun ja sinun tulee vain poistaa mielesi luomat esteet niiden oivaltamiseksi. Kun olet oivaltanut itseyden ja vapauden, olet löytänyt aidon ilon ja onnellisuuden. Tällöin olet myös valmis toimimaan elämän ja muiden hyväksi, sillä tiedät, että sinulla on jo kaikki mitä ikinä tarvitset. Herääminen on tavallaan kaksivaiheista: on mielen todellisuus ja tietoisuuden todellisuus.

**Päätös** – tahdon olla vapaa enemmän kuin mitään muuta elämässäni.

#### MIELEN TODELLISUUS

**Tahto** – tahdon vapautua mieleni luomasta egon ja toiseuden vallasta.

- Havahtuminen – havahtuminen egon ja mielen todellisuuteen avaa tien. Havahtuminen on sen oivaltamista, että minä en ole mieleni.

- Vapautuminen – vapautuminen egon ja mielen luomasta toiseudesta ja todellisuudesta on kaiken perusta. Vain vapaana voin elää ja kehittyä luonnollisesti.

**Läsnäolo** – hyväksyn elämän ja ihmiset sellaisina kuin ne ovat.

- Hyväksyminen – annan kaiken ja kaikkien olla niin kuin on, myös itseni. Voin elää vain läsnä olevassa hetkessä, koska muuta hetkeä ei ole.
- Nöyryys – ymmärrän, että vain antautumalla elämän omien lakien alaisuuteen nöyränä, voin löytää todellisen itseyyden ja vapauden.

## TIETOISUUDEN TODELLISUUS

**Itseys** – minulla on rohkeutta kohdata oma itseni ja olla avoin elämälle ja uudelle.

- Rohkeus – olen rohkea myös silloin, kun tulee vastoinkäymisiä. Rohkeuteni on asennetta ja tahtoa.
- Viattomuus – ymmärrän, että vain olemalla avoin ja paljastamalla kaiken salatun, voin vapautua.

**Vapaus** – herääminen todelliseen vapauteen ja elämään tapahtuu, kun on sen aika. Elämä vapaudessa on aitoa iloa ja uuden maailman luomista.

- Herääminen – minun tarvitsee vain herätä mieleni luomasta unesta ja illuusiosta, mitään muuta minun ei

tarvitse tehdä. Olen aina ollut vapaa, minun tulee vain löytää tämä vapaus sisältäni.

- Uuden luominen – vain vapaat ihmiset pystyvät tekoihin joilla on vaikutusta ja merkitystä. Muuttamalla itseni, muutan maailman. Minä olen se muutos, jota olen odottanut maailmalta.

### **Miksi etsinnän lopettaminen on niin vaikeaa, miksi en halua löytää?**

Yksinkertaisesti siksi, että olemme niin tottuneet siihen, että meidän itsemme pitää jotenkin toimia ja ratkaista ongelmamme ja haasteemme. Sinun tulee oivaltaa, että nyt pitää toimia juuri päinvastoin, kuin mitä olet tottunut aiemmin tekemään. Ja tämä on tietenkin helpommin sanottu kuin tehty.

Koska etsijänä elät vielä egossasi, niin se pitää kyllä huolen siitä, että jatkuvasti epäilet ja vastustat muutosta, joka sinun tulee tehdä. Sinun tulee lopettaa egosi kuunteleminen ja toimia paremman tiedon pohjalta. Mielesi ja järkesi avulla et voi tätä ikinä ymmärtää ja saada todisteita, mutta ollessasi läsnä, sinä tiedät mikä on totta. Muista, että mielesi ei voi ymmärtää valheen ja totuuden eroa. Mieli on aina suhteellinen, kun taas tämä uusi todellisuus on absoluuttinen ja vain läsnä ollessa sinä tiedät. Siksi on ensiarvoisen tärkeää, että esimerkiksi meditaation tai muun hiljentymisen avulla löydät sen tyhjän hetken, sen tauon ajatustesi välissä, joka on itse tietoisuus. Ja lyhytkin hetki riittää.

## **Mitkä ovat suurimmat esteeni todelliselle ”heräämiselle” ja ovatko ne kaikille samat?**

Suurin este on se, että pyrit heräämään ja löytämään todellisen itsesi mielesi avulla tai sen kautta. Toki voit antautua uudelle todellisuudelle myös jonkin dramaattisen tapahtuman tai kriisin yhteydessä ihan ”vahingossa” ja yllättäen, mutta sitä ei voi tietää. Sinun tulee siis lopettaa etsiminen. Muitakin esteitä on toki paljon, mutta tämä on se tärkein ja koskee meitä kaikkia.

## **Nyt puhutkin antautumisesta, etkä enää heräämisestä – ovatko nämä kaksi siis eri asioita?**

Olit tarkkana, hyvä. Kun olemme heränneet mieleemme takaiseen tietoisuuteen ja tulleet löytäjiksi, niin myöhemmin, tai periaatteessa milloin tahansa, voit kokea todellisen, radikaalin, kokonaisvaltaisen ja peruuttamattoman antautumisen ja päästä yhdessä hujauksessa uuteen absoluuttiseen todellisuuteen. Päästä egostasi eroon siten, ettei se enää pysty vaikuttamaan elämääsi. Antaudut siis luottamaan täysin siihen, minkä jo tiedät todeksi herättyäsi.

Usein tämä antautuminen tapahtuu, kun olet vakiinnuttanut uuden tietoisuutesi ja pystyt olemaan koko ajan läsnä ja hyväksymään kaiken. Herääminen ja omasta egostasi eroon pääseminen on meille kaikille mahdollinen eikä oikeasti ole läheskään niin vaikeaa kuin egosi sinulle väittää. Herääminen ja antautuminen ovat siis kaksi eri asiaa.

**Mitä tämä antautuminen käytännössä tarkoittaa? Kuinka voin lopettaa etsimisen, tulla löytäjäksi ja sitten vielä päästä suureen murrokseen eli todelliseen ja radikaaliin antautumiseen? Ja onko se**

**edes mahdollista minulle ja kaikille muille? Epäilykseni heräsi jälleen.**

Antautuminen tarkoittaa mielesi luoman erillisen ja erityisen ja valheellisen omakuvan täydellistä häviämistä. Silloin sinä olet saavuttanut kehityksessäsi sen pisteen, jossa olet valmis luopumaan omasta erityisestä ja erillisestä, henkilökohtaisesta omakuvastasi kokonaan ja elät vain ja ainoastaan tässä ja nyt. Lyhyesti sanoen antautuminen tarkoittaa sitä, että et enää epäile, vaan sinä tiedät ja näet todellisuuden suoraan. Sinä elät todeksi sanonnan ”Minä olen, siis tiedän”.

**Miten kuvaisit tätä uutta vapaata ja luonnollista elämää? Miten se muuttaisi minun elämäni?**

Elämästäsi tulee vapaata ja luonnollista ja sitä elävöittää sisäinen rauha, ilo, onnellisuus, rakkaus, yhteisöllisyys ja luovuus. Yleensä tämä uusi elämä ilmenee myös vapaaehtoisena vaatimattomuutena, elämän kokemisen rikkautena ja mielekkäänä tekemisenä, jota motivoi nyt oma evolutiivinen tehtäväsi ja kutsumuksesi. Sinä toteutat omaa elämääsi siten kuin oikeaksi tunnet, ja tämä tapahtuu muiden kuin oman itsesi intressistä, motiivista tai edusta ja hyödyistä käsin. Sillä on nyt laajempi kaikkia ja kaikkea hyödyntävä motiivi. Elämäsi muuttuu täydellisesti, mutta siten, että sinä olet ”ajajan paikalla” koko ajan. Elämästäsi tulee sinun elämäsi ilman sinua eli erillistä omakuvaasi.

**Vapaaehtoinen vaatimattomuus – siitkö on loppujen lopuksi kysymys?**

Kun olemme löytäneet elämällemme tarkoituksen ja tehtävän, niin tavaran ja rahan viehätys häviää itsestään. Olennaista on se, ettei sinun tarvitse luopua mistään mistä et halua luopua. Luopuminen tapahtuu ihan itsestään ja omasta vapaasta tietoisuudestasi käsin. Näitä ei siis tarvitse etukäteen murehtia. Vapaaehtoinen vaatimattomuus on siis yksi osa uutta elämäämme.

**Olet käyttänyt aiemmin paljon sanoja ilo, onnellisuus, sisäinen rauha ja rakkaus, kun olet kuvaillut uutta elämää. Minulla on nyt aavistus, että nämä sanat eivät kuvaa ihan sitä samaa mitä noilla mielen maailmassa tarkoitetaan? Olenko oikeassa?**

Olet oikeassa. Mieleemme ja egomme suhteellisessa maailmassa tunnemme ja koemme nämä tunteet mielessämme ja kehossamme, jonkin tapahtuneen seurauksena. Mielen takaisessa todellisuudessamme nämä samat asiat ovat paljon syvempiä ja niihin ei enää sisälly minkäänlaista syytä. Ne eivät siis tule minkään asian tai toisen ihmisen tai tekemisen tuloksena tai palkintona, vaan me itse olemme ilo, onnellisuus ja rakkaus. Ja tätä on kyllä mahdotonta sanoilla kuvata, ne pitää itse kokea omana itsenään.

**Mistä tämän vapauden ja luonnollisen tavan elää voin löytää? Sanot, että löydän sen itsestäni, mutta mistä sieltä tarkalleen ottaen?**

Vapaa ja luonnollinen elämä ja elämäntapa syntyvät itsestään, kun vapaudut ehdollistuneesta mielestäsi ja löydät todellisen itsesi. Niitä ei siis tarvitse erikseen löytää, vaan riittää kun vapaudut egostasi ja löydät sen mielen takaisen tietoisuuden ja todellisuuden. Tämä tietoisuus on koko maailmankaikkeuden synnyttänyttä ja uutta luovaa perusainesta, eikä siitä erikseen voi oikein puhua – tietoisuus

on kaikkialla ja kaikessa läsnä, myös meissä. Voi sanoa, että tulemme siitä tietoiseksi, mutta sen tarkemmin tästä tietoisuudesta ei mielestäni voi eikä tarvitse puhua. Tietoisuus on ja me olemme tätä tietoisuutta. Se uusi sanonta kuvaa juuri tätä: Minä olen, siis tiedän.

**Sanot, että minun pitää siirtyä ulkoisista ratkaisuista sisäisiin. Mitä tämä tarkoittaa omassa elämässäni ja arjessani? Eivätkö ulkoiset seikat ja ympäristö kuitenkin rajoita meitä merkittävästi?**

Sisäinen todellisuutesi, eli tietoisuuden tilasi ja sen tulkitseminen maailmankuvasi ja arvojesi luoman todellisuutesi kautta, määrittävät sen kuinka ja minkälaisena hahmotat ulkoisen todellisuuden. Ulkoinen todellisuus on siis aina oman sisäisen todellisuutesi heijastusta. Se syntyy sisältäsi käsin. Ei ole olemassa objektiivista ja erillistä ulkoista todellisuutta ilman, että sinä itse sen edellä mainitulla tavalla luot - tavallaan katsot ulkoista todellisuutta oman mielesi linssien läpi. Tämä on kvanttifysiikan yksi suurista tuloksista ”ei ole havaintoa ilman havaitsijaa, havaitsija vaikuttaa aina havaintoon ja sen tulkintaan”.

Omassa arjessasi tämä tarkoittaa lyhyesti sanoen sitä, että sinä itse olet vastuussa siitä, minkälainen todellisuutesi on. Tiedän, että tätä on hyvin vaikea hyväksyä suoralta käsin, mutta näin asia kuitenkin on. Se, minkä tunnet ja koet todeksi sisälläsi, on se mikä on sinulle totta. Nämä tunteet ja niiden määrittämä todellisuus perustuvat sinun ns. tosiuskomuksiisi – mikä on maailmankuvasi ja arvosi, elinvoimasi perusta - pelko tai rakkaus ja tietoisuuden tilasi ja ajattelusi. Nämä yhdessä luovat sinulle tunteen siitä, että se, minkä koet todeksi, on totta. Muistatko, joulupukkikin oli lapsena monelle meistä täysin totta, kunnes tämä illuusio hajosi. Ei ole mitään syytä olettaa, ettei



meillä aikuisena enää olisi mitään virheellisiä uskomuksia. Emme vain ole tietoisia niistä, ennen kuin ne lakkaavat vaikuttamasta meihin.

Kaikki se, mitä olemme aiemmin elämässämme kokeneet, vaikuttaa siihen, mitä pidämme totena. Kun löydät oman todellisen itsesi, niin tämä todellisuuden näkemisen perusta muuttuu radikaalisti ja luo sinulle kokonaan uuden tavan nähdä todellisuus todellisuutena. Toki ulkoiset seikat ja ympäristö asettavat meille rajoitteita, mutta nekin ovat monesti vain oman ehdollistuneen mielemmme luomia ja asettamia rajoitteita. Me voimme hyväksyä ne todellisen itsemme avulla ja opastuksella. Tämä tarkoittaa siis sitä, että meidän tulee siirtyä ulkoisista ratkaisuksista sisäisiin. Vaihdamme siis näkökulmamme siihen, miten todellisuus oikeasti syntyy. Emme yritä muuttaa ulkoista todellisuuttamme, vaan muutamme ensin itsemme, joka sitten muuttaa ulkoisen todellisuutemme.

**Voiko kuka tahansa löytää tämän vapaan elämän – oletko varma, että myös minä voin sen löytää, vaikka sitä nyt vahvasti epäilen?**

Kuka tahansa, myös sinä, voi löytää todellisen itsensä, koska se on aina ollut olemassa. Tässä ei ole mitään uutta, vaan kysymys on vain ikaikaisen totuuden paljastamisesta. Epäily on se, mikä sinua estää sitä löytämästä. Kun lakkaat epäilemästä ja hyväksyt tämän totuuden, niin todellinen itsesi paljastaa läsnäolossa ja vapaudessa itsensä sinulle sinuna.

**Onko tässä vapaudessa ja vapaassa elämässä eroja ihmisten välillä? Mitä eri vaihtoehtoja tai ilmenemismuotoja siinä on? Tuleeko meistä kaikista heränneistä sitten siis samanlaisia - eikö se vie suuren osan pois ihmisyyttämme ja persoonallisuuttamme? Jos tuo on totta mitä sanon, niin minä en ainakaan halua herätä.**

Tietoisuus ja vapaus, jonka löydämme, on kaikille sama. Mutta kuten sanoin, todellisuuden tulkintasi voi olla hyvinkin erilainen riippuen maailmankuvastasi ja arvoistasi ja kaikesta siitä miten todellisuus sisälläsi syntyy. Se, kuinka vapaata ja luonnollista elämäsi itse elät ja toteutat, on sinun oma valintasi. Sen perustana integraalisessa ja evolutiivisessa vaiheessa on kuitenkin aina mm. sisäinen rauha, ilo, onnellisuus, rakkaus, luovuus ja yhteisöllisyys. Se kuinka koet näitä uusia tunteita ja vapaan tietoisuuden ilmenemismuotoja, riippuu siitä missä vaiheessa evolutiivisesti olet. Kehityksesihän ei missään nimessä pääty, vaan vasta alkaa toden teolla egostasi vapauduttuasi.

Sanoisinkin siis, että päinvastoin. Vasta vapaana ja luonnollista elämää eläessäsi pystyt olemaan täydesti ihminen ja toteuttamaan sitä, olemaan sitä, mitä parhaimmillasi oman potentiaalisi ja kyvykkyyksiesi mukaisesti voit olla. Se, mikä tulee olemaan sinun evolutiivinen tehtäväsi ja kutsumuksesi, ilmenee myös sitten, kun on sen aika.

Tämä oman ihmisyytensä ja persoonallisuutensa kadottamisen pelko on meistä monelle totta. Ehdollistunut uskomuksemme väittää meille käyvän näin ja pyrkivät siten estämään siitä irtipääsymme. Tämä väärä uskomus on voinut vahvistua myös erilaisten henkisyysoppien myötä, tai kaikesta siitä, mitä voimme löytää Internetistä. Tässä kannattaa pitää maalaisjärki kunniaassa.

**Hyvä, olet nyt saanut minut vakuuttuneeksi, että uusi elämä on mahdollinen ja mahdollinen myös minulle. Mitä sen löytämiseksi minun pitää seuraavaksi tehdä?**

Annan sinulle lyhyet mutta riittävät ohjeet:

- hyväksy kaikki sellaisena kuin on eli
- elä tässä hetkessä ja ole läsnä.

Älä pyri ymmärtämään tätä mielelläsi, vaan antaudu todelliselle itsellesi. Kun olet tietoinen edes hetkellisesti mielesi takaisesta tietoisuudesta ja siitä, että et ole ajatuksesi etkä tunteesi, voit milloin tahansa päättää tulla löytäjäksi ja lopettaa etsimisen. Olet jo perillä. Kun sinusta on tullut löytäjä, niin edelleen hyväksy kaikki ja ole läsnä, kuuntele todellista itseäsi ja toimi läsnäolosta käsin. Tietoisuutesi vakiintuu pikkuhiljaa ja tulet vapaaksi ja pystyt elämään vapaata ja luonnollista elämää. Tässä ei ole siis mitään mitä voisit tehdä tai yrittää tai pyrkiä saavuttamaan.

**Sanot, että en voi tehdä mitään sen löytääkseni, nyt en ymmärrä. Mitä oikein tarkoitat?**

Emme voi tehdä mitään, koska juuri mielesi ja egosi on se, joka koko ajan elää muualla kuin tässä hetkessä. Egosi etsii koko ajan, se ei ole koskaan tyytyväinen, se haluaa aina jotakin, se pyrkii tekemään sellaista mitä ei vielä voi tehdä jne. Eli kaikki tekeminen on mielesi ja egosi toimintaa, mutta todellinen itsesi on olemista ja tietoisuutta, jotka ovat.

Jotta siis pääsisit egostasi eroon, sinun tulee juuri lopettaa tekeminen ja etsiminen – sinusta pitää tulla löytäjä. Mutta älä käsitä väärin. Ei toiminta ja tekeminen pääty vaikka todellisen itsesi löydätkin. Ei. Se ei pääty, mutta sen tekemisen perusta muuttuu täydellisesti. Siitä tulee todellisen itsesi ja vapautesi ilmentämistä ja toteuttamista todellisen ja ilman erillistä syytä olevan ja kokemasi ilon ja luovuuden avulla.

## Heräämisen dialogi

### **Tahto on siis yksi avain murroksessa uuteen todellisuuteen vapaana ehdollistuneesta mielestämme?**

Kyllä, meidän tulee tahtoa vapautta enemmän kuin mitään muuta elämässämme. Meillä tulee olla valmius luopua kaikesta vanhasta elämässämme ja erityisesti omasta henkilökohtaisesta yksilöllisyydestämme, erityisyydestämme ja erillisyydestämme. Meidän on siis vapauduttava näitä ylläpitävästä omakuvastamme.

Murros lopulliseen antautumiseen ja uuteen vapaaseen todellisuuteen ei ole helppo, mutta tie vapauteen ja uutta luovaan intohimoon on meille kaikille mahdollinen nyt ja löydämme sen lähempää kuin uskommekaan – omasta itsestämme. Me emme opi uutta, vaan palaamme todelliseen itseemme, joka olemme aina olleet, olemme nyt ja tulemme aina olemaan. Kysymys on pois oppimisesta ja uuden hyväksymisestä nöyränä, mutta rohkeasti.

### **Miksi radikaalin ja todellisen antautumisen saavuttaminen on niin vaikeaa ja harvinaista, vaikka uuden tietoisuuden saavuttaminen ja vapaana, todellisena itsenämme eläminen, on niin tärkeää juuri nyt?**

Kun jouduin itse kasvatusten tämän vaikean kysymyksen kanssa 10 vuotta sitten, minulla oli suurin osa näistä uuden elämän esteistä, joita seuraavaksi kuvaan. Ja nyt on selvää, että vain minä olen vastuussa näiden uuden elämän esteiden ylittämisestä ja sen uuden elämän, jota olin niin kovasti etsinyt koko elämäni ajan, löytämisestä. Nyt tiedän, että ollessamme tämän suuren hypyn edessä, me kaikki kohtaamme nämä samat esteet. Siksi puhun ”meistä” enkä

”minusta”. Meidän täytyy luottaa elämään, voidaksemme ylittää nämä esteet.

### **Vain jos se sopii meille**

Emme ole valmiita hylkäämään nykyistä elämäämme, vaan vain sen osan, joka meille itsellemme sopii ja jonka olemme valmiita hylkäämään. Nyt tiedän, ettei tämä ole mahdollista.

### **Aina on epäily**

Syvällä sisimmässämme me kaikki epäilemme uutta todellisuutta ja sen hyödyllisyyttä ja tämä estää meitä ottamasta tarvittavaa ”hyppyä” uuteen todellisuuteen. Nyt tiedän, että meillä tulee aina olemaan tämä epäily.

### **Itsensä hemmottelu**

Olemme liian mukavuudenhaluisia ja turvallisuushakuisia ottaaksemme riskin mennä paikkaan, jota emme tunne etukäteen. Nyt tiedän, ettemme voi koskaan tuntea sitä todella etukäteen.

### **Identiteettikriisi**

Ajattelemme olevamme valmiita hylkäämään epätyytyttävän ja stressaantuneen elämämme, mutta sen sijaan olemmekin ehdollistuneet juuri siihen ja tehneet siitä identiteettimme, josta emme halua luopua. Nyt tiedän, että vain huijaamme itseämme.

### **Pelkääminen**

Pelkäämme menettävämme itsemme, vaikka todellisuudessa menetämme vain harhakuivan, egon, ehdollistuneen mielemme, valheellisen omakuvamme. Nyt tiedän, ettemme menetä itseämme, vaan löydämme itsemme.

### **Muutos on liikaa**

Pelkäämme antautua ja hypätä tuntemattomaan, koska pelkäämme, että se muuttaa meitä liikaa. Nyt tiedän, että se muuttaa kaiken.

### **Varmuuden tarve**

Haluamme ymmärtää uutta tietoisuutta ja näkökulmaa ja vasta sitten olisimme valmiita sille. Nyt tiedän, ettemme voi koskaan saada tätä varmuutta – se on rationaalisen mielemme ulottumattomissa.

### **Etsimisen halu**

Olemme henkisyiden ja tietoisuuden etsijöitä ja tutkijoita, emmekä halua lopettaa etsintäämme. Emme todella halua löytää ja aloittaa uutta elämää – emme halua olla löytäjiä. Nyt tiedän, että etsijänä oleminen on hankalinta hylätä, koska se tuntuu olevan ainoa asia, jonka teemme oikein matkalla uuteen elämään. Vasta kun antaudumme olemaan valmis löytämään, löydämme uuden elämän, jota olemme etsineet koko elämämme ajan. Voit kuvata mansikkaa ja sen makua tuhansin sanoin ja kuvin, mutta tiedät sen todella vasta, kun olet maistanut sitä. Uusi elämä odottaa maistajaansa.

## **Olen huolissani siitä, että pitääkö minun olla valmis jättämään koko elämäni?**

Sinun tulee ymmärtää, ettei uudessa tietoisuudessasi ole mitään henkilökohtaista, vaan se on yhteistä kaikille sen saavuttaneille. Siksi sinun tulee olla valmis luopumaan kaikesta henkilökohtaisesta. Nyt on kysymys valmiudesta luopua kaikesta ja se ei edellytä, että konkreettisesti luopuisit kaikesta. Vain sinun ehdollistumisesi näihin ”omiin asioihin” tulee katkaista.

### **Ei henkilökohtaista**

Sinun tulee luottaa vapaiden ihmisten kuvaamaan uuteen tietoisuuteen ja todellisuuteen. Sinun tulee hyväksyä se, että murros uuteen tietoisuuteen muuttaa sinut täydellisesti sisältä käsin ja sisäisesti. Ulkoinen elämäsi muuttuu uuden tietoisuutesi kautta luonnollisesti. Siitä ei sinun kannata kantaa huolta.

### **Kohtaa kaikki, älä välttä mitään**

Sinun tulee elää tässä hetkessä rohkeasti, elää elämääsi sellaisena kuin se vastaasi tulee. Sinulla tulee olla herkkyyttä kokea korkeampia tietoisuuden tiloja hetkellisesti ja sinulla tulee olla tahtoa vapautua egostasi, tahtoa avautua uudelle ja tuntemattomalle. Sinulla tulee olla rohkeutta kohdata murros, rohkeutta vapautua toiseudesta, erillisyydestä, ajasta ja paikasta, nykyisestä maailmankuvastasi ja todellisuuskäsityksestäsi. Sinulla tulee olla luottamusta ja rohkeutta uskoa siihen, että uusi tietoisempi ja vapaampi elämäsi on ”parempi” kuin nykyinen, vaikkakin hyvin erilainen.

Vaikka et sitä voikaan tietää, ennen kuin olet kokenut suuren murroksen uuteen tietoisuuteesi.

Sinun tulee luopua nykyisen elämäsi mukavuusalueesta ja oltava valmis muutoksen vaatimaan kaaoksen aikaan ja murroksen yllätyksellisyyteen ja vahvuuteen – et kuitenkaan voi siihen valmistautua. Sinun tulee ymmärtää, että todellinen itsesi on valmis ja kykenevä ottamaan elämäsi hallintaansa egosi vallan päättyessä. Sinä et joudu tuuliajolle, vaan päinvastoin saat elämäsi kiinnitettyä elämää ylläpitävään ja uutta luovaan energiaan ja tietoisuuteen.

### **Kokonaisuuden vuoksi**

Me heräämme uuteen todellisuuteen ja vapauteen, emme oman itsemme vuoksi, vaan elämän, evoluution ja kaikkien ja kaiken muun vuoksi – kokonaisuuden vuoksi. Tämän kun ymmärrät, niin silloin tiedät mitä on toimia ilman erillistä ja erityistä minää.

### **Haastavaa, mutta ilmeisesti mahdollista?**

Kyllä.

### **Kiitos.**

### **Se on lähempänä kuin uskotkaan**

Uudessa evolutiivisessa lähestymistavassamme lähestymme todellista itseämme laajimmasta mahdollisesta näkökulmasta. Lähestymme sitä maailmankaikkeuden, evoluution, elämän ja ihmisyyden ja tämän kaiken takana olevan universaalin tietoisuuden



näkökulmasta ja kautta. Emme henkilökohtaisen erillisen ja erityisen omakuvamme ja egomme kautta.

Haluan kuitenkin vielä korostaa mitä tämä uusi näkökulma sinulle merkitsee. Se merkitsee sitä, että ensin sinun on tärkeintä löytää oman mielesi – eli ajatustesi ja tunteidesi - takana oleva tyhjiys, tietoisuus, todellisuus, läsnäolo tai nyt-hetki, miten sitä haluammekin kuvata. Riittää, että löydät tämän läsnäolon ja tietoisuuden edes hetkittäin ja lyhytkin aika sen kokemista riittää. Kun olet löytänyt tämän läsnä olevan nyt-hetken, sinä tiedät, että se on totta ja, että se on mahdollista löytää ja sen tulla osaksi sinua. Tuo tietoisuus, joka itseänsä ilmentää läsnä olevassa nyt-hetkessä on sinun todellinen itsesi – olemisesi ja olemassaolosi perusta.

Haluaisitko nyt maistiaisia tuosta todellisesta itsestäsi ja mielen takana olevasta tietoisuudesta? Monesti meille on annettu sellainen kuva, että oman itsemme löytäminen vaatii vuosien harjoittelua ja henkisiä harjoitteita – meditaatiota, joogaa, pyhien kirjojen lukemista yms. Tämä ei pidä paikkaansa. Tämä väärinkäsitys on kuitenkin aiheuttanut sen, että monet meistä etsivät vuosikausia ja lopulta turhaudumme ja lopetamme pettyneinä etsimisen. Tavoitteenamme on kyllä nytkin etsimisen lopettaminen, mutta löytäjänä. Turhan, tuloksia tuottamattoman etsinnän jälkeen, emme ehkä enää usko mihinkään muuhunkaan. Kuten esimerkiksi siihen, mitä seuraavaksi sinulle todistan.

Oletko valmis ja avoimin mielin? Hyvä. Kysy itseltäsi mielessäsi seuraava kysymys ja jää sen jälkeen odottamaan vastausta. Ja kun vastaus tulee, niin arvioi kuinka pitkä aika oli kysymyksen ja vastauksen välissä. Kysymys kuuluu:

**Mikä on seuraava ajatukseni? . . . . .(odota). . . . . Hyvä.**

Tee tämä muutaman kerran ja havainnoi, muuttuuko tuo aika kysymyksesä ja mieleesi tulevan ajatuksesä välissä. Sillä ei ole väliä, mikä tuo mieleesi tuleva ajatus on.

Huomasitko, että siinä kysymyksen ja mieleesi tulevan ajatuksen välissä ei ollut mitään – sinä odotit sitä ajatusta tulevaksi? Ja se tauko oli ehkä vain sekunnin tai muutaman sekunnin pituinen?

Mistä tässä oli siis kysymys? Ensimmäinen johtopäätös on tämä: sinä et voi olla ajatuksesä tai mielesi, koska sinä olit se, joka odotti sitä ajatusta tulevaksi. Sinun täytyy siis olla jotakin muuta. Sinä, se todellinen sinä, onkin juuri tuo jokin, joka sitä ajatusta odotti. Sinä olet se jokin mielesi takana, joka havaitsi sen mielessäsi olleen ajatuksesä. Mieti tätä tarkkaan. Oletko samaa mieltä? Aivan. Ehdollistumisemme mieleemme tarkoittaa siis lyhyesti sanoen juuri tuota väärinkäsitystä – luulemme että me olemme ajatuksemme ja tunteemme eli mieleemme, vaikka nyt tämän pienen harjoitteen jälkeen tiedämme, että emme ole. Sinä et ole mielesi.

Toinen johtopäätös: tauko, joka oli kysymyksen ja ajatuksesä välissä, oli itse asiassa se mielen takana oleva universaali tietoisuus, jota olemme löytämässä. Se jokin, joka on siis se todellinen itsesi, on universaali tietoisuus, läsnä oleva nyt-hetki tai itämaisen perinteen mukaisesti pysyvänä olotilana ns. ”valaistuminen”, jota miljoonat ihmiset ovat etsineet vuosisatojen ajan. Sinä ja minä, me kaikki olemme tuo tietoisuus, joka tässä harjoitteessa ilmensi itsensä ”tyhjyytenä” kysymyksesä ja mieleesi tulleen ajatuksesä välillä. (The Secret of Quantum Living - Frank J. Kinslow kirjan harjoitusta mukaillen)

Liian yksinkertaista ollakseen totta? Niinpä, tämä on yksinkertaista, mutta totta. Juurihan sen itse pystyit kokemaan ja tekemään oikeat johtopäätöksesi siitä. Jos todella nämä äskeiset johtopäätöksesi pystyt sydämessäsi todeksi tuntemaan ja oivaltamaan niiden merkityksen tai ne jopa resonoivat sinussa esimerkiksi ”kylminä väreinä tai kananlihoina” ihollasi, niin sinä et ole enää etsijä, vaan sinusta on tullut löytäjä.

Pysähdytään tähän hetkeksi – vedä muutama syvä hengitys nenäsi kautta sisään, odota hetki ja sitten puhalla ulos suun kautta. Tee tämä muutaman kerran ja tunne todellinen itsesi tässä hetkessä. Se olet sinä.

---

Kuten äsken huomasimme, se universaali tietoisuus, jonka olemuksia vapaus, ilo, sisäinen rauha, onnellisuus ja rakkaus ovat, ei löydy meidän ulkopuoleltamme, vaan sisältämme. Myös sinä, minä ja kaikki se mitä olemme etsineet, ovat osa tuota tietoisuutta, joka on jo sisällämme. Se suuri salaisuus on, että sinä ja minä, me kaikki, me olemme aina olleet tuo tietoisuus, olemme sitä juuri nyt ja tulemme aina olemaan. Sitä ei tarvitse etsiä vaan löytää, kuten juuri äsken teimme. Ja valinnan siitä teet sinä – haluatko olla vielä etsijä, vai haluatko olla löytäjä.

## **Illuusiosta herääminen. Nyt.**

Ego on illuusio elämästä, jota ei ole oikeasti olemassa, ei ole ollut eikä tule olemaan.

Ego on erillisyyden illuusio – illuusio itsenäisestä minästä.

Ego on erityisyyden illuusio – illuusio ainutkertaisesta ja -laatuisesta minästä.

Ego on ajan illuusio – illuusio menneestä ja tulevasta.

Ego on saavuttamisen illuusio – illuusio paremmasta elämästä myöhemmin.

Ego on vapauden illuusio – illuusio valinnanvapaudesta ja vapaasta tahdosta.

Elämä ilman egoa on vasta aitoa elämää yhdessä ja yhtenä kaiken olevaisuuden kanssa. Se on elämää itseydessä, toiseudesta vapaana ja ajattomassa hetkessä, vapaana kaikista illuusioista.

Elämä ilman egoa mahdollistaa todellisen itseyden toteuttamisen, vapaamman elämän ja vapauden. Se on elämää puhtaimmillaan. Se on elämää, jossa on jo kaikki. Kaikki.

Herääminen uuteen todellisuuteen on sen oivaltamista, että meidän tulee vain herätä egon luomasta illusioista. Mitään muuta sinun ei tarvitse tehdä, tietää, tuntea tai havaita. Vain herätä.

Ja voit herätä nyt heti, sillä se on ainoa hetki mitä meillä on ja koskaan tulee olemaan. Voit aivan hyvin herätä nyt, koska muulloinkaan et sitä voi tehdä.

Herää nyt.

Nyt.