

TIMO NIKKILÄ

UUTEEN AIKAAN JA ELÄMÄÄN

Kun elämämme perusta ja me muutamme,
niin elämämme ja maailma muuttuvat.



Jos tarve, halu ja jopa addiktioksi asti edennyt
riippuvuutemme ”kuolleesta tavarasta” ei vaihdu
”elävään elämään”, niin emme löydä aidosti uutta.

Aidosti uusi syntyy vain uudelta perustalta.

© Timo Nikkilä 2020

SISÄLLYS

Toive paluusta entiseen – miksi?	3
Haluamme "uuteen" - mitä sillä tarkoitamme?	4
Aidosti uusi syntyy vain uudelta perustalta	5
Mistä löydämme uuden perustan elämällemme?	7
Miksi kulutamme enemmän kuin olisi tarpeen?.....	9
Meidän pitää pysähtyä löytääksemme uuden perustan elämällemme.....	11
Pysähtyminen luo tilaa hiljentymiselle ja mietiskelylle	14
Hiljaisuuteen ei ole tietä	15
Todellisuuden oivaltaminen – elämä on tässä ja nyt...	17
Todellisuuden näkökulma – se miten asiat ovat.....	20
Elämä siinä mitä on – mikä muuttuu?	22
Näkökulman vaihtaminen on ratkaiseva.....	23
Kuinka altistat itsesi uudelle ajalle	24
Kuinka elää uutta aikaa todeksi omassa arjessaan	25
Luodaan elämäntapa, joka ei tapa	27
Ihmiskunnan tulevaisuus.....	28

TOIVE PALUUSTA ENTISEEN – MIKSI?

Toiveemme paluusta entiseen, ennen koronapandemiaa edeltäneeseen elämäämme, on aika luonnollinen ja normaalilta kuulostava reaktio ja toive. Haluamme elää niin kuin olemme eläneet. Mutta onko tämän toiveemme takana joitain syvempiä syitä. Tässä ainakin muutamia:

Haluamme takaisin entiseen, koska emme halua kohdata sitä todellisuutta, jossa juuri nyt olemme ja elämme. Emme halua sopeutua siihen elämään mikä nyt on mahdollista. Emme halua elää tässä ja nyt, vaan aina jossain muualla – tämä toki pitää paikkansa siellä entisessäkin elämässämme. Todellisuuden kohtaaminen sellaisena kuin se kulloinkin on, on kuitenkin tie hyvään ja onnelliseen elämään.

Haluamme takaisin entiseen, koska emme halua muuttaa elämäntapaamme ja alkaa elää toisella tavalla – vaikka niinhän juuri nyt teemme. Emme halua pysyvää muutosta elämäämme, vaikka toisaalta tiedämme, että se on edessämme joka tapauksessa taloustaantumana, sen vaikutusten ja ilmastonmuutoksen ja luonnon tuhon takia, joka etenee edelleen joka päivä, vaikka maailma onkin nyt pysähdyksissä.

Haluamme takaisin entiseen, koska emme halua muuttua. Emme halua muuttaa sitä kuvaa itsestämme, joka elämäämme aiemmin hallitsi. Haluamme takaisin entisen itsemme, koska tiedämme, että emme voi enää elää näissä muuttuneissa elinolosuhteissamme vanhalla minällämme – se tulisi muuttumaan.

Haluamme takaisin entiseen, koska haluamme takaisin entiseen – emme osaa edes kuvitella, että toisenlainen elämä ja elämäntapa voisi olla hyvää ja mielekästä. Emme usko sen olevan mahdollista – vaikka mistä me sen voisimme tietää, jos emme ole sitä kokeilleet. Nyt olisi oiva tilanne elää toisin.

Me voimme sopeutua siihen mikä on nyt mahdollista poikkeustilarajoitusten takia ja myöhemmin pakollista, kun ekologinen katastrofi siihen pakottaa tai sitten voimme tätä sopeutumista vastustaa ja elää kärsimätöntä ja ahdistavaa elämää.

Voimme elää uutta normaalia todeksi tai sitten haikailla takaisin sitä vanhaa normaalia, jota ei enää kuitenkaan ole.

HALUAMME "UUTEEN" - MITÄ SILLÄ TARKOITAMME?

Tällä hetkellä moni pohtii sitä, että palaammeko entiseen vai voisimmeko nyt suunnata johonkin uuteen, kun koronapandemia on muuttamassa elämäämme ja talouttamme rajusti. Mutta mitä tällä ”uudella” itseasiassa tarkoitamme?

Riippuu tietenkin puhujasta onko tämä ”uusi” entinen korjattuna sen valuvioilla, onko se kiertotalouteen perustuva kestävä talous, joka huomioi ilmastonmuutoksen luomat haasteet, onko se nykyistä paremmin heikommista ja köyhistä huolehtiva vastuullisempi hyvinvointiyhteiskunta vai onko se entinen

meno, mutta entistä tehokkaammin, uutta taloutta luoden ja kulutusta kasvattaen? Jokaisella on oma näkemysensä, niin myös ”uudella ajalla”.

Uuden ajan näkökulma uuteen on erilainen. Se on uusi elämäntapa ja yhteiskunta, jotka ottavat lähtökohdaksi ekologisen kestävyys- ja ihmisyytemme eettiset rajat, joita ei saa ylittää. Se on ekologisesti kestävä, sosiaalisesti vastuullinen, psykologisesti järkevä ja fyysisesti terveellinen elämäntapa, ja yhteiskunta, joka tukee tätä uutta elämäntapaamme ja luo sille edellytyksiä yhdessä toistemme kanssa osallisuuteen, vastuullisuuteen ja vapauteen perustuen. Se asettaa tälle uudelle elämäkeskeisen perustan.

Tämä tietenkin edellyttää sitä, että meidän tulee luopua nykyisistä uskomuksista siitä mikä on elämämme perusta ja miten uskomme hyvän elämän ja onnellisuuden olevan saavutettavissamme. Hyvä ja onnellinen elämähän on meidän todellinen tavoitteemme.

Uusi aika ei usko, että löydämme sen itse- ja ihmiskeskeisestä ja kulutukseen keskittyvästä elämäntavastamme, vaan uudesta elämäkeskeisestä suhteestamme itseemme, toisiimme, luontoon ja elämään sen kaikessa moninaisuudessaan ja rikkautessaan.

Ei ketään eikä mitään vastaan, vaan elämän puolesta.

Aidosti uusi syntyy vain uudelta perustalta

Jos ja kun haluamme aidosti uuden elämäntavan ja yhteiskunnan, joka on ekologisesti kestävä, sosiaalisesti

vastuullinen, psykologisesti järkevä ja fyysisesti terveellinen, niin se ei synny nykyistä jatkamalla tai siltä samalta perustalta, jolta nykyinen elämäntapamme ja yhteiskuntamme ovat syntyneet. Tarvitaan uusi perusta – miksi?

Kuten Einsteinin kuuluisat sanonnat "Emme voi ratkaista ongelmia ajattelemalla samalla tavalla kuin silloin, kun loimme ne" ja "Hulluutta on se, että tekee samat asiat uudelleen ja uudelleen ja odottaa eri tuloksia.", niin myös uusi aika näkee tämän samalla tavalla. Jos haluamme aidosti "uutta", tulee meidän perustaa uuden elämän ja maailman luomiseen uuteen tietoisuuteen, siitä nousevaan ajatteluun ja tekemiseen. Näin emme toistaisi samoja virheitä ja loisi entistä pahempia ongelmia itsellemme.

Jos haluamme edelleen kuluttaa, elää itsekeskeistä elämää, kilpailla toistemme kanssa, käyttää luonnonvaroja itseämme varten yli luonnon uusiutuvan kapasiteetin ja käyttää luontoa kaatopaikkanamme ja toimia yhteiskunnallisesti kuten aiemminkin, niin luomme tämänkin kriisin jälkeen saman vanhan maailman, joka ajaa meidät kriiseihin nyt ja tulevaisuudessa. Ja sitähan emme halua.

Meidän tulee edetä omassa ja kollektiivisessä tietoisuudessamme ja päästä irti nykyistä maailmaamme kantavista ja ylläpitävistä uskomuksista. Meidän tulee löytää tilalle elämäkeskeisiä kestäviä ja eettisiä arvoja ja

maailmankuva, joka ei enää luo tarvetta nykyiselle kestävämmälle elämäntavallamme.

Kun luomme uuden elämästä nousevan suhteen itseemme ja toisiimme ja näemme todellisuuden ja maailmamme tilan sellaisena kuin se on, niin silloin alamme myös elää ja toimia toisin, ja luomme tätä ”uutta” edistämään ja tukemaan myös uuden tavan elää ja toimia yhdessä yhteisöllisesti ja yhteiskuntana.

Jos tarve, halu ja jopa addiktioksi asti edennyttä riippuvuutemme ”kuolleesta tavarasta” ei vaihdu ”elävään elämään”, niin emme löydä aidosti uutta. Aidosti uusi syntyy vain uudelta perustalta.

Mistä löydämme uuden perustan elämällemme?

Jos haluamme uuden elämän itsellemme, niin monesti uskomme sen löytyvän sillä, että alamme vain elää toisella tavalla. Monesti haemme apua myös erilaisista elämäntaito- ja valmennuksista, henkisistä opeista tai kääntymällä uskontojen puoleen, mutta todellista muutosta ei vaan tapahdu. Etsimme ratkaisua, mutta emme sitä löydä.

Maailmankuvamme ja arvomme sekä minkälainen todellisuus- ja ihmiskäsitys meillä on maailmasta ja itsestämme, määrittävät sen miten elämme. Nämä ovat tiedostamattomia juurisyytä, emmekä näe sitä kuinka ne vaikuttavat elämäämme ja elämänvalintojamme tehdessämme oman persoonamme ja luonteemme alla.

Jos kuvamme itsestämme ja maailmasta ja maailmankuvamme ja arvomme eivät muutu, niin elämämme ei muutu ja jatkuu entiseen tahtiin.

Nykyinen vallitseva kuvamme todellisuudesta on mm. materialistinen, mekanistinen, deterministinen ja itse- ja ihmiskeskeinen todellisuus. Nämä ilmenevät modernina ja postmodernina maailmankuvana ja arvoina, jossa elämäämme määrittävät mm. modernin ulkoisen korostaminen kulutuksena, kilpailuna toistemme kanssa ja aineellisen elintason parantamisena itsetuntonne ja ulkoisen olemuksemme parantajina ja mm. postmodernina itsensä toteuttamisena, humanisina arvoina ja moniarvoisuuden korostamisena.

Uuden ajan tulkinta todellisuudesta ja elämästä on mm. tietoinen, orgaaninen, evolutiivisesti kehittyvä ja emergenttinen elämäkeskeinen todellisuus. Nämä ilmenevät evolutiivisena ja holistisena maailmankuvana ja arvoina, jossa elämäämme määrittävät mm. tietoisuuden evoluution ja elämän syvämpi ymmärrys, sisäisen ja ulkoisen todellisuuden yhdentyminen ”yhdeksi ja kokonaiseksi” elämäkeskeiseksi elämänasenteeksi ja omakuvamme vaihtuminen ”itsestä elämään”. Holistinen maailmankuva ja laajempi näkökulma avaavat koko ihmiskunnan ja maapallon luonnolliseksi osaksi omaa todellisuuttamme ja arkeamme ja alamme toimia elämän puolesta.

Tätä elämän paradigman vaihtumista kutsun ”suureksi murrokseksi”. Se avaa tien sellaiseen elämäntapaan ja

maailmaan, jossa ei ole enää ristiriitaa oman itsemme, toistemme, maailman ja luonnon kanssa. Luomamme elinolosuhteet ja maailmantila edellyttävät nyt tätä uutta elämäkeskeistä perustaa, jotta voimme evolutiivisesti sopeutua siihen mitä nyt tarvitsemme selviytyäksemme.

Me löydämme uuden perustan elämällemme avautumalla uudelle elämän paradigmalle ja oivaltamalla, että se on sopivampi ja perustellumpi kuva todellisuudesta ja elämästä ja, joka antaa meille maailmankuvan ja arvot, jotka sopeuttavat elämäntapamme kestäväksi ja vastuulliseksi ja mahdollistavat hyvän ja mielekkään elämän meille kaikille.

Kun elämämme perusta ja me muutamme, niin elämämme ja maailma muuttuvat.

Miksi kulutamme enemmän kuin olisi tarpeen?

Kulutuksemme on niin itsestään selvä ja arkinen asia, että harvoin pohdimme sitä miksi oikeastaan kulutamme ja mitä tällä kulutuksellamme tavoittelemme? Kuten Maslowin tarvehierarkiasta tiedämme, niin meidän on saatava ruokaa ja suojaa, jotta kehomme pysyy hengissä, koettava turvallisuutta, jotta emme koe olevamme uhattuna, tarvitsemme perheen, ystäviä ja muita sosiaalisia suhteita, jotta tunnemme kuuluvamme yhteisöön, meidän on kehitettävä itsetuntoamme, jotta koemme olevamme merkityksellisiä ja tärkeä osa yhteisöämme ja meidän on saatava toteuttaa itseämme, jotta voimme tehdä sitä minkä koemme itsellemme luonnolliseksi ja mielekkäästi.

Mutta miksi näiden perustarpeiden tyydyttämistemme on johtanut ylenmääräiseen kulutukseemme? Miksi raha, varallisuus, tavarat, elämykset, matkailu, viihde, päihtee jne. ovat nousseet niin suureen merkitykseen näitä tarpeitamme tyydyttäessämme?

Mikään ei varsinaisesti vaadi nykyisenlaista yltiöpäistä kerska-, yli-, turhuus- ja elintasokulutusta näiden tarpeidemme tyydyttämiseksi, vaan paljon vähempi riittäisi siihen. Mutta miksi tämä vähempi ei riitä? Miksi nämä tarpeemme eivät tyydyty, miksi tarvitsemme koko ajan jotakin lisää?

Helppoja syitä ovat tietenkin se, että se on meidän luonteemme, olemme siihen tottuneet, kilpailemme siten toistemme kanssa, pelkäämme häviävämme ja joutuvamme alakynteen, nykyinen elämäntapa, yhteiskunta ja talous edellyttävät sitä meiltä jne. Mutta onko tälle ”tyydytysvajeellemme” jokin syvempi syy? Uuden ajan elämäkeskeisestä näkökulmasta on.

Me olemme menettäneet tai paremminkin meillä ei ole luonnollista yhteyttä itseemme, toisiimme ja luontoon ja näin meistä on tullut toistemme ja luonnon kanssa elämästä kilpailevia yksilöitä. Me emme saa näitä perustarpeitamme tyydytettyä luonnollisesti ja riittävästi, vaan pyrimme siihen yhä lisääntyvällä kulutuksellamme.

Mutta ”ei kannettu vesi kaivossa pysy” kuten sanonta kuuluu. Luonnollisen yhteyden puuttumisen luoma erillisyyden kokemuksemme on luonut meille tyhjyyden tunteen, jota pyrimme täyttämään ulkoisella

kulutuksellamme siinä kuitenkin onnistumatta kuin väliaikaisesti ja lyhyen aikaa. Tyhjyyden tunne palaa ja jatkamme kulutustamme.

Luonnollinen yhteys itseemme, toisiimme ja luontoon tarkoittaa lyhyesti sitä, että koemme olevamme yhtä ja samaa elämää kuin muutkin. Koemme elämäyhteisyyttä, osallisuutta ja yhteenkuuluvuutta kaiken elämän kanssa. Emme näe ja koe itseämme enää erillisenä ja erityisenä yksilönä, jonka tulee puolustaa omaa itseänsä, omia asioita itselleen ja näin suojauduttava muilta erillisiltä ja erityisiltä.

Vaikka perustarpeemme tulisivatkin tyydytetyksi jo paljon vähemmällä, niin puuttuva elämäyhteisyytemme luo meille erillisyyden kokemuksen ja tyhjyyden tunteen, jota sitten pyrimme täyttämään. Syntyy jopa riippuvuus, josta emme pääse irti vaikka haluaisimmekin.

Vasta kun tarve, halu ja jopa riippuvuudeksi edennyttä tarpeemme ”kuolleelle tavaralle” häviää ja vaihtuu ”elävään elämään”, niin kulutuksemme vähenee luonnollisesti ja pysyvästi. Tämä tarve ja halu häviävät, kun emme koe enää itseämme erillisenä ja löydämme elämäyhteisyyden, joka poistaa tyhjyyden tunteemme. Silloin ”kaivomme on aina vettä täynnä”.

MEIDÄN PITÄÄ PYSÄHTYÄ LÖYTÄÄKSEMME UUDEN PERUSTAN ELÄMÄLLEMME

Monesti ajattelempa, että jos tahdomme jotakin uutta, muutosta elämäämme, niin meidän pitää tehdä jotakin

uudella tavalla, muuttaa jotakin elämässämme. Ja näinhän se tietenkin on arkisia elämänvalintojamme tehdessämme. Mutta jos haluamme löytää uuden perustan elämällemme, jota uusi aika tarjoaa, niin tämä ei onnistu. Miksi ei?

Vaikka voimme ymmärtää uuden ajan todellisuutta ja elämää kuvaavat sanat ja määritteet, niin tämän ymmärtämisemme perustana on kuitenkin aina oma todellisuuden tulkintamme ja sen luomat ajatukset ja uskomukset, jotka yleensä poikkeavat uuden ajan näkemyksistä. Uuden ajan ymmärtäminen nykyisen todellisuuskäsityksemme luoman ajattelun ja sanojen tasolla ei avaa uutta aikaa, koska näiden sanojen ja ajatusten takana ei ole todellista uuden ajan ymmärtämiseen tarvittavaa tietoa, joka syntyy uuden ajan todellisuuden oivaltaneesta tietoisuudesta. Kun tätä tietoa uudesta ei ole, niin silloin myös tekemisemme toistaa vain vallitsevaa todellisuuttamme ja sen perustana olevia arvoja ja maailmankuvaa.

Kuinka sitten voimme oivaltaa uuden ajan tietoisuuden ja todellisuuden? Vaihtoehtoja on kaksi.

Nykyistä elämäämme määrittävät ”pinnan alla” olevat arvomme ja maailmankuvamme, jotka ovat monesti meille itsellemme tiedostamattomia. Yllättävää on se, että tämä elämäämme määrittävä perusta muodostuu uskomuksistamme, eikä ole siis mikään pysyvä totuus tai asiantila. Näkemällä, että elämämme perusta muodostuu uskomuksistamme, voimme ymmärtää, että voimme myös näitä uskomuksiamme vaihtaa.

Tämä edellyttää, että pysähdymme ja hiljennymme, jolloin pääsemme ajatustemme takaiseen tietoisuuteen. Hiljaisuudesta käsin voimme nähdä uskomuksemme ja nähdä niiden vaikutuksen elämäämme ja oivaltaa niiden väliaikainen luonne. Hiljaisuudesta käsin voimme luoda uuden elämän itsellemme perustuen uuden ajan ”uskomuksiin”, jotka kuitenkin tiedämme uskomuksiksi.

Toinen paljon rajumpi tapa oivaltaa uuden ajan tietoisuus ja todellisuus, on konfliktin tai kriisin kautta tapahtuva pakkopysähtyminen ja oman luodun omakuvan romahtaminen, sen näkeminen vain luoduksi ajatukseksi ja uskomukseksi. Silloin näemme todellisuuden sellaisenaan ilman tämän luodun omakuvamme luomaa erillisyyttä.

Tämä avaa mahdollisuuden tietoisuutemme laajentumiselle ja elämämme perustan muuttumiselle – mikä sitten muuttaa elämämme ja sen miten siinä toimimme. Tätä pakkopysähtymistä ja oivaltamista kutsutaan yleisesti heräämiseksi. Herääminen aloittaa uuden elämän opettelun ja uusien elämänvalintojemme tekemisen.

Voimme pysähtymällä ja hiljentymällä ja olemalla avoin uuden ajan tiedolle ja uudelle todellisuudelle tai kokemalla jonkin vakavan kriisin elämässämme, joka pakkopysäyttää meidät, oivaltaa uuden ajan tarjoama uusi todellisuus ja elämä. Kumpikaan näistä vaihtoehtoista ei ole helppo tai nopea tie uuteen aikaan, mutta mahdollinen.

Pysähtyminen luo tilaa hiljentymiselle ja mietiskelylle

Kun pysähdymme tai meidät pakkopysäytetään jonkin kriisin takia, niin meille avautuu mahdollisuus ja tilaa hiljentymiselle ja hiljaisuudessa tapahtuvalle mietiskelylle.

Hiljaisuus on tila, jossa pakonomainen ajatusvirtamme on hidastunut ja oivallamme olevamme se tietoisuus, joka on ajatuksistamme, tunteistamme ja aistiemme tekemistä havainnoista tietoinen. Olemme ns. tarkkaileva tietoisuus, joka on kaikesta tietoinen, mutta ei itsessään ole mitään muuta kuin tämä tietoisena oleminen.

Tällöin syntyy välimatkaa ja etäisyyttä näihin ajatuksiimme ja muihin tietoisuudessamme oleviin havaintoihin ja pystymme ne näkemään itsestämme erillisinä tietoisuuden sisältöinä. Näemme, että luotu omakuvamme on myös näistä ajatuksista ja niiden luomista uskomuksista luotu, mutta ei olekaan se todellinen itse, vaan se on tämä tarkkaileva tietoisuus, joka on niistä tietoinen. Tämä on usein mullistava oivallus ja johtaa todelliseen itsetutkisteluun.

Hiljaisuudessa pystymme mietiskelemään eli tuomaan tietoisuuteemme erilaisia uskomuksiamme, sitä mikä todellisuuttamme määrittää ja näkemään ovatko nämä uskomuksemme meille tarpeellisia ja sellaisia, että ne tuottavat sitä hyvää elämää ja onnellisuutta, jota yleensä itsellemme haluamme. Pystymme suhteuttamaan näitä uskomuksiamme ja luotua omakuvaamme siihen

maailmaan ja elinolosuhteisiin, jossa juuri nyt elämme ja näemme olisiko näitä uskomuksiamme muutettava paremmin vallitsevaan maailmaan sopivimmiksi.

Tietoisuuden evoluutiossa ja evoluutiossa yleisestikin on kyse vallitseviin elinolosuhteisiin sopeutumisesta tai näiden olosuhteiden muuttamisesta sellaisiksi, että ne vastaavat uskomuksin luotuja arvojamme ja maailmankuvaamme. Kun arvomme ja maailmankuvamme ovat sopusoinnussa sen kanssa missä ja miten elämme, niin silloin koemme tyytyväisyyttä ja mielenrauhaa elämässämme.

Tällä hetkellä vallitseva maailmantila ja elämänmallimme edellyttävät tämän elämänharmonian saavuttamiseksi uusia elämäkeskeisiä arvoja ja maailmankuvaa, jota uudeksi ajaksi kutsumme.

Ilman pysähtymistä ja hiljentymistä emme pysty poistamaan ristiriitaa oman itsemme, elämämme ja maailman väliltä ja tekemään tarvittavia muutoksia elämäämme. Hiljaisuuteen ei ole tietä, vaan hiljaisuus on tie uuteen elämään.

Hiljaisuuteen ei ole tietä

Kun löydämme hiljaisuuden tietoisuudesta, joka on tyhjä kaikesta, me löydämme tien täyteen elämään. Hiljaisuus on tie elämän oivaltamiseen ja elämiseen täytenä. Ilman hiljaisuutta emme näe elämää kokonaisuudessaan – vain todellisuuden ja uskomukset, jotka mieleemme on luonut ja värittänyt.

Ilman hiljaisuutta elämällämme ei ole pysyvää perustaa, se on vain jatkuvasti muuttuvaa elämän kohinaa. Hiljaisuus luo tilan, josta käsin voimme elää täyttä elämää, emmekä eksy elämän kohinaan.

Hiljaisuudesta käsin näemme kaiken tietoisuuden sisällön eikä sitä silloin rajoita mikään. Silloin näemme sen, kuinka mieleemme luomat uskomukset ovat luoneet meille vain rajallisen ja erillisen todellisuuden, joka ei perustu suoraan todellisuuden näkemiseen ja ymmärtämiseen, vaan uskomuksiimme.

Kun hiljaisuudessa näemme todellisuuden sellaisena kuin se koko täyteydessään on, niin silloin meidän ei tarvitse elää elämäämme näiden uskomustemme rajoittamina ja kahlehtimina, vaan voimme elää elämäämme täytenä koko sen laajuudessaan ja rikkaudessaan.

Mitä tämä meille itse kullekin tarkoittaa, elämä näyttää ja tuo eteemme silloin kun sitä tarvitsemme ja olemme siihen valmiita. Hiljaisuus paljastaa meille, että olemme luoneet itsellemme identiteetin ja erillisen minuuden mielen luomista uskomuksista, joita olemme luulleet itsemme rakennusaineiksi. Mutta koska hiljaisuudessa näemme tämän, niin silloin ymmärrämme, että me olemme tämä tietoisuus, joka mielen luoman todellisuuden ja todellisuuden ilman mieltä näkee.

Myöhemmin, kun kaikki nämä erillisyyden kokemuksemme luoneet uskomukset on vain uskomuksiksi nähty, niin myös tämä tarkkaileva tietoisuutemme häviää ja tulemme yhdeksi tietoisuuden ja sen näyttämän koko todellisuuden

kanssa. Silloin me olemme tietoisuus, todellisuus ja elämä itse – me olemme osa elämänvirtaa ja sen alkulähdettä.

Hiljaisuudessa näemme ensin kaiken sen mitä on, irrallaan itsestämme. Meidän ja maailman välillä on etäisyyttä. Ymmärrämme, että me emme ole maailma tai mitään mistä olemme siinä tietoisia. Kun jatkamme ja hiljaisuus syvenee, maailma ja kaikki siinä oleva häviää. Ymmärrämme, että me olemme tämä hiljaisuus, tietoisuus missä maailma tapahtuu. Ja kun jatkamme ja hiljaisuus syvenee entisestään, niin maailma palaa ja ymmärrämme, että me olemme kaikki mitä on ja tapahtuu. Silloin hiljaisuudesta on tullut elävää elämää pulpuuva lähde, elämämme vankka perusta.

Ilman hiljaisuutta emme näe itseämme ja elämää, että ne ovat yhtä ja samaa olevaisuutta. Ilman hiljaisuutta emme ole mitä voisimme olla.

Todellisuuden oivaltaminen – elämä on tässä ja nyt

Uusi aika vaatii pysähtymistä, mietiskelyä, tukea, rohkeutta, tahtoa ja aikaa sulattaa sitä kuinka nykyinen todellisuutemme on uskomuksistamme tehty, kuten oletus erillisestä itsestämmekin. Tämän oivaltaminen yksin ilman konfliktia tai kriisiä, joka romahduttaa uskomuksemme itsestämme ja luodusta todellisuudestamme, on vaikeaa. Vaikeinta on päästää irti oletuksesta, että on jotakin muuta, sitten kun -tapahtuvaa, jotain uutta ja mahtavaa, joka aukeaa meille kun heräämme. Sen ymmärtäminen,

että olemme aina jo hereillä todellisuudessa, että emme vain oivalla sitä, on niin suuri "pettymys", että emme halua sitä uskoa, vaan odotamme jotakin muuta.

Todellisuus itsessään on hyvin selkeä asia, se mitä on, mutta "itsen" on mahdoton sitä oivaltaa. Miksi? Todellisuuden oivaltaminen vaatii itsen, erillisen omakuvan ja uskomuksen itsestämme erillisenä, sivuun pistämisen. Tämä itse on kuitenkin vain ajatuksin luoduista uskomuksista syntynyt, joten itse asiassa tarvitsemme ajatusten sivuun pistämistä. Ajatukset luovat aina oman tulkintansa todellisuudesta, joka on aina joko mennyt tai tuleva kuva todellisuudesta, ei todellisuus itsessään. Ajattelemalla todellisuutta, sitä mitä on, ei voi oivaltaa.

Ajatukset luovat aina oman erillisen todellisuutensa ja uskomuksemme erillisyydestä ja erillisestä itsestämme. Vain hiljaisuudessa, jossa olemme ajatuksettomassa tilassa tai annamme ajatusten olla täysin huomiotta, voimme oivaltaa sen mitä on, todellisuuden. Oivaltaa että kaikki on aina tässä ja nyt, todellisuus tapahtuu aina tässä ja nyt riippumatta mitä se sisältää tai on sisältämättä.

Todellisuutta ja tietoisuutta siitä ei voi irrottaa toisistaan, vaan todellisuus on aina se mistä olemme tietoisia, oli tämä todellisuus tyhjä tai täynnä. Myös todellisuuden elävä ja muuttuva osa, jota elämäksi kutsumme, on yhtä todellisuuden ja tietoisuuden kanssa. Kun puhumme todellisuuden oivaltamisesta, niin voimme yhtä hyvin puhua tietoisuuden ja elämän oivaltamisesta, koska ne ovat sama asia. Kun oivallamme todellisuuden sellaisena

kuin se on, niin avaudumme tietoisuudelle ja elämälle tavalla, joka luo yhden ja kokonaisen tapahtumisen, jota elämäksemme kutsumme. Me heräämme kaiken ykseyteen, jota uudessa ajassa kutsumme todellisuustietoisuudeksi ja yhteisyyteen kaiken kanssa, jota kutsumme elämäyhteisyydeksi.

Todellisuustietoisuudella tarkoitamme, että näemme todellisuuden sellaisena kuin se on ilman ajatustemme, uskomustemme, kuvitelmiemme ja haaveidemme luomaa näennäistä ja luotua todellisuutta. Elämme siinä mitä on ja tapahtuu, emme luodussa uskomustodellisuudessa.

Todellisuustietoisuus on tietoisuuden laajin taso, joka kattaa kaiken. Se yhdistää tietoisuuden tilan, sen miten koemme todellisuuden, ja tietoisuuden tason, sen kuinka tulkitsemme todellisuutta, yhdeksi ja kokonaiseksi elämän kokemiseksi. Emme jaa enää kokemustamme sisäiseen ja ulkoiseen, vaan ymmärrämme, että ne molemmat ovat yhtä ja samaa tietoisuuden ilmentymää, että todellisuuden dualismikin on luotua ja näennäistä.

Elämäyhteisyydellä tarkoitamme, että ymmärrämme ja koemme olevamme yhtä ja samaa elämää kaiken muun elämän kanssa, että me emme ole erillisiä emmekä riippumattomia luonnosta, sen elinvoimasta, monimuotoisuudesta ja ekosysteemipalveluista. Uudessa ajassa luomme uuden yhteyden itseemme, toisiimme, luontoon ja maailmaan elämän kautta ja ymmärrämme, että vain yhdessä voimme pelastua edessämme olevasta ekologisesta ja sen luomasta sosiaalisesta katastrofista.

Todellisuuden näkökulma – se miten asiat ovat

Monesti kuvittelemme ja jopa uskomme, että todellisuus, se miten näemme maailman ja miten sitä tulkitsemme, on meille kaikille sama todellisuus. Perinteinen tiedehän sanoo, että me tarkastelemme objektiivista todellisuutta ja teemme siitä havaintoja ulkopuolisena. Kvanttifysiikka tämän jo kumoaa, mutta en mene nyt siihen.

Mikä määrittää näkemämme ja tulkitsemämme todellisuuden? Se on näkökulma. Joko tiedostettu tai tiedostamaton näkökulma.

Kun teemme havaintoja todellisuudesta ja tulkitsemme sitä, niin teemme sen aina omasta subjektiivisesta kokemuksestamme käsin, johon vaikuttavat niin koko eletty elämämme, sen kokemukset ja tapahtumat, vallitsevat arvomme ja maailmankuvamme kuin todellisuus- ja ihmiskäsityksemmekin. Todellisuus, josta teemme tulkinnan, arvion ja muodostamme mielipiteen, on aina tämän kaiken vaikutuksesta syntynyt näkemys siitä mikä on totta ja todellista juuri meille. Jokaisella meistä on oma näkökulmamme ja oma todellisuutemme, jonka pohjalta sitten teemme elämänvalintojamme ja päätöksiä siitä miten elämme.

Ongelmia tulee jos tämä näkökulmamme ja sen mukaan tehty tulkintamme todellisuudesta on vahvasti ristiriidassa sen kanssa mitä tämä todellisuus on ilman tätä tekemäämme tulkintaa ja arvottamista. Pitää muistaa, että todellisuus ilman tulkintaa ja näkökulman ottamista, on yksi ja sama todellisuus.

Ristiriita ratkeaa, kun ymmärrämme, että näin on ja pyrimme näkemään todellisen todellisuuden ja toimimaan sen mukaisesti. Tämä edellyttää sitä, että ”osaamme” olla läsnä sille mitä on, oivallamme tietoisuuden mikä on tietoinen kaikesta siitä mitä koemme ja näemme, mutta ei osallinen siihen mitä koemme ja näemme. Näemme todellisuuden sellaisenaan ja elämme siitä käsin.

Mikä muuttuu, kun alamme noudattaa todellisuuspohjaista elämää? Silloin emme perusta näkemyksiämme, päätöksiämme ja toimintaamme vanhaan tottumukseen, perinteeseen tai mututietoon, tunnepohjaisesti esimerkiksi säälin, myötätunnon, vihan, katkeruuden tai koston tunteisiin, ulkoisten auktoriteettien vaikutukseen tai painostukseen olivat nämä sitten yhteiskunnan, politiikan tai kirkon vaikuttajia, eri painostus- ja lobbausjärjestöjen suostutteluun tai painostukseen, omaan etuun oli tämä sitten rahallista tai muuta henkilökohtaista hyötyä tai siihen mitä oma maailmankuvamme ja arvomme ohjaavat meitä tekemään, vaan siihen miten asiat todella ovat ilman näitä uskomuksia ja vaikuttimia.

Pyrimme näkemään vallitsevan käsillä olevan tilanteen sellaisena kuin se tosiasioiden valossa näyttää olevan ja toimimme sen mukaisesti. Jos kohtaamme esimerkiksi ihmisen, joka on koditon ja nälkäinen, ei häntä auta pohdiskelumme siitä onko hänen vallitseva olotilansa hänen omaa syytään, jonka hän on oman toimintansa kautta aiheuttanut, onko se vallitsevan poliittisen järjestelmän, yhteiskunnan tai tietyn ideologian

aiheuttamaa, onko se ajan hengen ja kulttuurin mukaisesti väistämätöntä joillekuille, onko se meidän vai yhteiskunnan tehtävä auttaa häntä, tunnemme häntä kohtaan sääliä tai myötätuntoa tai se, että pelkäämme että meitä vain käytetään hyväksemme, jos autamme häntä.

Usein tämän pohdiskelun jälkeen, joka useimmiten tapahtuu aivan automaattisesti alitajunnassamme meidän itsemme sitä sen tarkemmin edes huomaamatta, teemme päätöksen olla tekemättä mitään ja koditon ja nälkäinen on edelleen koditon ja nälkäinen. Häntä auttaa kuitenkin sillä hetkellä vain se, että hänelle tarjotaan katto pään päälle ja ruokaa pöytään.

Kohtaamme siis kodittoman ja nälkäisen sellaisena kuin hän on, kodittomana ja nälkäisenä. Emme kohtaa häntä omien tunteidemme ja uskomuksiemme kautta, vaan sellaisena kuin hän on.

Tämä ei tietenkään tarkoita sitä, että voimme heti tarjota hänelle asunnon ja ruokaa, mutta perustaessamme toimintamme todellisuuteen, aloitamme ongelman ratkaisun oikeasta suunnasta ja tosiasioihin perustuen. Näin meidän tulisi toimia kaikessa elämässämme, jolloin ratkaisisimme todellisia ongelmia, emmekä vain ongelmia, jotka näemme oman näkökulmamme takia, mutta joita todellisessa todellisuudessa ei edes ole.

ELÄMÄ SIINÄ MITÄ ON – MIKÄ MUUTTUU?

Kun omaksumme uuden ajan itsestä vapaan tietoisuuden, todellisuuden sellaisena kuin se on ja näkökulmamme

maailmaan vaihtuu itsestä elämään, niin elämämme alkaa muuttua. Elämällämme on nyt uusi perusta mikä ilmentää itseään elämässämme.

Muutokset eivät tapahdu itsestään, vaan meidän tulee olla jatkuvasti valppaana ja hereillä, sillä monet asiat tapahtuvat ns. vanhasta muistista ja ovat selkäytimessämme. Mutta koska todellisuutemme on vaihtunut, niin silloin kun toimimme entiseen tapaan, koemme jonkin jumittavan meitä ja tämä ilmenee niin kehossamme kuin mielessämmekin erilaisina tuntemuksina ja ajatuksina. Silloin meidän tulee pysähtyä ja huomata tämä entinen toimintatapamme ja lopettaa sen tekeminen. Hiljentymällä saamme uudestaan yhteyden siihen mitä on ja koemme läsnäoloa kaikessa.

Näkökulman vaihtaminen on ratkaiseva

Ollennaisin asia uudessa elämässämme on se, että näkökulmamme siihen on muuttunut. Emme puolusta enää itseämme, omi asioita itsellemme, vastusta muutoksia tai kiellä omia tunteitamme tai ajatuksiamme – kohtaamme ne tyynesti ja otamme niistä selvää.

Näkökulmamme on ”ei mitään eikä ketään vastaan, vaan elämän puolesta”. Emme vastusta elämää tai kiellä sitä miten asiat ovat, vaan annamme elämän tapahtua omillaan, mutta olemme siitä koko ajan tietoisia. Emme osallistu väittelyihin tai vastakkainasetteluun, koska ymmärrämme mielialojen olevan uskomuksista syntyneitä, joille kaikille on oma perustelunsa ja perustansa. Ymmärrämme, että oma uusi elämäkeskeinen

perustamme ja perustelumme eroavat aiemmista, mutta niidenkin tiedämme olevan vain uskomuksia, joista tosin olemme tietoisia. Meillä ei ole syytä puuttua elämänvirtaan.

Kun katsomme elämäämme ja todellisuutta ympärillämme, niin otamme elämän, toisten ja maailman näkökulman, emme enää aiempaa oman itsemme tai oman etumme näkökulmaa. Me emme luo uutta elämäämme tai maailmaa vastustamalla nykyistä ja taistelemalla sitä vastaan, vaan elämällä toisin – elämän ja yhteisen edun puolesta.

Kuinka altistat itsesi uudelle ajalle

Kun uuden ajan todellisuus ja tietoisuus alkavat avautua meille, niin voimme tätä avautumista edistää mm. seuraavasti:

- vaihdamme tietoisesti näkökulmamme pois itsestä elämään – pyrimme näkemään elämän ilman itseämme ja itsemme vaikutusta – aluksi tosi vaikeaa, mutta siihenkin oppii
- elämme kuin uusi elämämme olisi jo totta – elämme sitä todeksi arjessamme, emmekä odota, että jonakin päivänä saavutamme uuden elämän – ymmärrämme, että se uusi elämä on aina tässä ja nyt
- teemme jotakin uudella tavalla, yksi asia kerrallaan ja olemme valppaita sen suhteen mitä tuntemuksia nämä muutokset aiheuttavat

- osallistumme, vaikutamme, olemme aktiivisia – uusi elämä ja yhteisyys syntyvät vain tekojen kautta, me olemme elämää eteenpäin vievä elinvoima

Kuinka elää uutta aikaa todeksi omassa arjessaan

Uusi elämämme tarkoittaa sitä, että elämme siinä mitä on, näemme todellisuuden sellaisena kuin se on ilman uskomuksiemme ja erillisen itsemme luomaa varjoa ja toimimme tämän todellisuuden pohjalta elämänvalintojamme tehdessämme.

Yhdistämme tavallisen arkemme ja hiljaisuuden – on aika toimia ja on aika olla hiljaa. Kaikki meditaation muodot ovat hyväksi, eikä niiden tarvitse olla mitään ihmeellistä – kävely kaupungilla tai metsässä toimii aivan yhtä hyvin kuin muutkin meditaatioharjoitukset. Kunhan vain muistamme, että meditaatio on huomiottoman huomion antamista kaikelle – pysähdy, ole hiljaa, ole poissa, elämä tapahtuu – siinä riittävä ohje. Ja kun erilaisia uskomuksia ja ajatuksia nousee pintaan, niin kohtaamme ne, näemme ne tyhjiksi ja annamme niiden sitten mennä.

Myös ruokavalioimme muuttaminen käynnistyy usein kuin itsestään – alamme kiinnittää siihen huomiota ja valitsemme mahdollisimman terveellisen ekoeettisen ruokavalion. Alamme harrastaa luonnollista liikuntaa ja luonnossa oloa – olemme avoimia sille mitä elämä meille tarjoaa ja nautimme siitä.

Kuuntele elämää, älä omia ajatuksiasi.

LUODAAAN ELÄMÄNTAPA, JOKA EI TAPA

Entä jos emme palaisikaan entiseen, vaan jatkamme tätä nykyistä "uutta normaalia" ja aloitamme täten myös ilmastonmuutoksen ja luonnontuhon ratkaisemisen - annamme talouden ja valtion sopeutua meihin ja siihen mikä on edessämme joka tapauksessa.

On aika onnetonta, että vaikka nyt olisi ainutlaatuinen aika pysähtyä ja harkita elämäntapaamme uusiksi, niin teemme kaikkemme, jotta palaisimme takaisin entiseen ja uusiin entistä tappavampiin kriiseihin.

Paluuta entiseen ei pidä nyt haikailla, vaan tätä ja vielä pienempää kulutustasoa pitäisi jatkaa. Kukaan ei tätä kuitenkaan uskalla sanoa ääneen. Pitää sopeutua alemmalle kustannustasolle ja elämän rytmile, koska se on joka tapauksessa edessämme

Nykyinen järjestelmä ei uutta elämää suojelevaa ja kestävämpää elämäntapaa kykene luomaan, sillä se elää siitä, että se saa aina enemmän. Talous haluaa enemmän kasvua ja voittoja, sijoittajat enemmän tuottoja, vuokranantajat enemmän vuokratuloja, poliitikot haluavat enemmän veroeuroja, järjestöt enemmän jäseniä ja tukea, kansalaiset enemmän hyvinvointia ja turvaa, yksilöt haluavat enemmän rahaa, tavaraa, elämyksiä jne. Kaikki haluavat enemmän ja siksi saamme kaikki lopulta vähemmän, paljon vähemmän.

Olemme luoneet elämäntavan, joka luo näennäistä turvaa ja hyvinvointia lyhyellä tähtäimellä, mutta ajaa meitä yhä

kiihtyvällä tahdilla kuolemaan. On syy sitten ilmastomuutoksen, luonnontuhon, saastuneen ilman, veden, maaperän, ympäristömme kemikalisoituminen tai terveyden ylläpitomme medikalisoitumisen, niin kaikki nämä ovat nykyisen elämäntapamme tuottamia. Elämäntapamme on ”tappava virus”, johon meillä ei ole ”rokotetta”, eikä tule, jos nykyinen jatkuu.

Tämä ”enemmän”-kierre voidaan katkaista vain sillä, että me tavalliset ihmiset tulemme järkiimme ja ymmärrämme, että me emme saa sitä onnellisuutta ja aitoa hyvinvointia, mitä tämä nykyinen elämäntapamme on meille aina luvannut. Hetkellisiä ”pikavoittoja” toki saamme, mutta ”pelisaldomme” on koko ajan yhä pahemmin miinuksella.

Me odotamme nyt ”muutoshalua” ja muutosta väärältä suunnalta. Ei sitä tee talous- eikä poliittinen järjestelmä, sen teemme me ihmiset, kun niin päätämme. Kysehän on meidän elämästämme ja maailmasta, ei järjestelmien. Eikä siinä ”kommunismia” tarvita, että heikommista ja köyhistä pidettäisiin huolta - myötätuntoa ja ymmärrystä kylläkin siitä mikä on elämässä olennaista ja tärkeää.

Me joko hyväksymme kuoleman tai luomme elämäntavan, joka ei tapa.

Ihmiskunnan tulevaisuus

Ohessa 6 erilaista tulevaisuusskenaariota nykyisestä täystuhoon ja mahdollinen ratkaisu. Todennäköisesti eri skenaariot toteutuvat eri puolilla maailmaa eri vahvuuksin,

mutta jokin näistä muodostunee seuraavien vuosikymmenten kuluessa globaalisti vallitsevaksi.

EI MITÄÄN DRAMAATTISTA

Elämämme jatkuu kriisien jälkeen kuten ennenkin, uusia kriisejä tulee, mutta niistä selvitään, teknologia ja lääketiede kehittyvät ja pystyvät vastaamaan yhä paremmin kriisien aiheuttamiin poikkeustiloihin, demokraattinen järjestelmä vahvistuu ja ottaa yhä paremmin huomioon ihmisten hyvinvoinnin, ilmastonmuutokseen ja luonnontuhoon vastataan teknologian ja elämäntapamuutosten avulla sitä mukaan kuin tilanne sitä vaatii – ihmiskunta selviytyy ja sopeutuu muuttuviin olosuhteisiin, kaosta eikä romahdusta tapahdu.

JATKUVA POIKKEUSTILA

Nykyistä elämäntapaa jatketaan normaalisti, pandemioita ja muita globaaleja kriisejä tulee yhä kiihtyvään tahtiin, yhteiskunnat elävät yhä enemmän jatkuvaa poikkeustilaa ja niihin sopeutumista, levottomuudet ja yhteiskuntarauhan järkkymiset lisääntyvät, taloudellinen aktiviteetti vähenee, ilmastonmuutos ja luonnontuho vähenevät – elämästä tulee jatkuvaa sinnittelyä ja lisääntyvää kurjuutta, ihmiskunta jää jumiin ”poikkeustilaan”.

DEMOKRATIAN KUOLEMA

Globaalit kriisit kuten talouskriisit, pandemiat ja kärjistyvä ilmastonmuutos ja kasvava turvattomuuden tunne

nostavat valtaan populistisia ja nationalistisia ääriryhmiä eri puolilla maailmaa, valtiot sulkeutuvat ja eristäytyvät, syntyy diktatuureja ja ”isoveli valvoo” -yhteiskuntia, globaali talous sakkaa, syntyy väkivaltaa ja sotia alueiden ja valtioiden kesken, ilmastonmuutos ja luonnontuho vähenevät väliaikaisesti – elämästä tulee ”pakkovallan” alla olevaa kurjuutta ja kaaosta, jossa ihmisoikeuksilla ei ole enää merkitystä.

TEKNOUTOPIA

Globaali taloudellinen ja poliittinen valta lyöttäytyvät yhteen, luovat ”teknoutopian” ja vetäytyvät omiin suojattuihin oloihinsa, muu maailma jätetään omilleen tappelemaan keskenään kutistuvista luonnonvaroista ja muista resursseista, suuret väestökeskittymät ajautuvat kaaokseen ja kurjuuteen – maailman väestömäärä romahtaa radikaalisti, jäljelle jää pieni ”tekohengitetty” vähemmistö.

NOPEA EKOKATASTROFI

Ilmastonmuutos kärjistyy ja riistäytyy, suuret alueet maapalloa tulevat asumis- ja viljelyskelvottomiksi, ruoantuotanto romahtaa, pitkät kuivuusjaksot aiheuttavat globaalin vesipulan, kuolleisuus kasvaa radikaalisti ja sään ääri-ilmiöt tekevät tuhojaan – luonnon ekosysteemit hajoavat ja ihmiskunta ajautuu lähelle sukupuuttoa.

ROMAHDUS JA SUKUPUUTTO

Nykyinen, aineelliseen ylikulutukseen, luonnonvarojen ylikäyttöön ja talouden kasvuun perustuva,

elämäntapamme jatkuu, ajaudumme sosiaaliseen kaaokseen ja ekologiseen katastrofiin, yhteiskuntia ja valtioita ylläpitävät rakenteet ja instituutiot romahtavat, käynnistyy ”kaikkien sota kaikkia vastaan – maailman väestömäärä romahtaa ja ihmislaji mahdollisesti jopa kuolee sukupuuttoon vuosisadan loppuun mennessä.

HERÄÄMINEN JA UUSI ALKU

Ihmiskunta herää siihen, että nykyinen elämäntapamme pitää muuttaa radikaalisti, kollektiivinen tietoisuutemme herää kriisien luomien shokkien kautta ”itsestä elämään”, kulutusta ja ilmastopäästöjä ajetaan alas radikaalisti, uusi elämäntapa ja yhteiskunta syntyvät uudelta elämäkeskeiseltä pohjalta - ihmislaji säilyy ja sopeutuu osaksi luonnon kestävästä ekosysteemistä.

Kiitos!