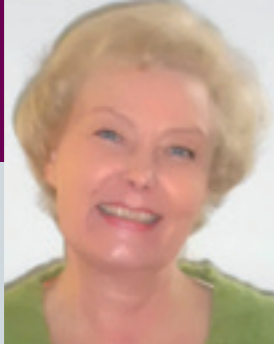


Matkalla itsetuntemukseen



Minä itse – aina paikalla ja kuitenkin niin vaikea tavoittaa, liian lähellä ja siksi niin vaikea hahmottaa.

Jokainen meistä on kiinnostunut itsestään ja meillä on jonkinlainen käsitys itsestämme. Meillä on erilaisia rooleja suhteessa muihin ihmisiin ja meidän käsityksemme itsestämme riippuu esimerkiksi siitä, mikä rooli milloinkin sattuu olemaan päällä. Yleensä julkisivua mielellään kiillotetaan ja virheet sipaistaan maton alle tai ne osuvat silmän sokeaan pisteeseen. Totuuden oivaltamisella itsestä olisi kuitenkin hyötyä kaikille osapuolille.

Tänä syksynä Turun henkisessä keskuksessa otetaan haaste vastaan ja yritetään löytää keinoja itsensä tuntemiseen.

Yleensä, kun puhutaan itsetuntemuksesta, ajatellaan persoonan tuntemista, temperamenttia, kykyjä, taitoja, älyä tai heikkouksia. Monet tällaiset ominaisuudet ovat niin näkyviä, että ne on helppo havaita, mutta ne saattavat olla myös piileviä. Piilossakin olevat ominaisuudet tulevat näkyville, kun käytetään oikeita työkaluja.

Tarja Karlsson esittelee sivulla 7 astrologian mahdollisuuksia itsetuntemusvälineenä.

Samasta aiheesta sekä mm. numerologiasta kertoo Taisto Riimukallio Turun henkisen keskuksen Syksyn avausluennolla. Itsetuntemusta pohditaan koko syksyn ajan mm. antroposofisesta ja monesta muusta näkökulmasta. Koska omien pimeiden puoliensa tunnistaminen ja hyväksyminen on todella vaikeaa, esittelee Irmeli Mattsson ”varjotyöskentelyn” apuvälineeksi siihen. (Katso Turun henkisen keskuksen ohjelma s. 21). Samaa vaikeaa teemaa käsittelee J. P. Jakonen sivulla 8, sekä Hari Jot Kaur artikkelissaan ”Tunnista itsesi toisessa” s. 10.

Turun kuudenottoista Sateenkaaripäivät keskittyvät myös itsetuntemukseen. Seija Aalto ja Seppo Ilkka kertovat siellä olemuksemme henkisistä tasoista. Taavi Kassila käsittelee itsetuntemusta Bhagavad-Gitan ja joogasutrien valossa. Tämän lehden artikkelissaan itsetuntemuksesta sivulla 3 hän toteaa, että persoonallisen itsen tunteminen johtaa lopulta Itsen tuntemiseen, joka on sama kuin jumalallisen tunteminen. Mitä sillä tarkoitetaan ja miten se saavutetaan alkaa ehkä valjeta meille syksyn kuluessa luennoilla.

Myös Kirsi Ranto osallistuu Sateenkaaripäiviin pitämällä ”Pyhä enkelipuutarha”-konsertin lauantai-iltana. Sivulla 18 on hänen alustuksen konserttiin, ”Elämää enkelten kanssa”.

Ehkä sitten, kun oleme sinut korkeamman Itsemme kanssa, toteutuu Kirsi Rannon kehoitus: Ole se valo, mikä olet,

Hyvää tutkimusmatkaa itsen

t. Ulla



Onnea Ruusuportin emännälle

KAISA PAKKALA

Marja-Liisa Haapa-aho syntyi sodan keskelle Maarian Myllyojalla Irja ja Lauri Eskolan esikoistyttärenä. Isä kaatui sodassa Marja-Liisan ollessa kolmen vuoden ikäinen ja äiti jäi kolmen pienen tyttärensä kanssa hoitamaan maatilaa. Ollessaan kuuden vuoden ikäinen, Marja-Liisa ilmoitti, että hänestä tulee tämän talon emäntä ja isäntä. Niinhän hänestä tulikin, joskin vasta paljon myöhemmin. Emäntäkouluun hän lähtikin heti oppikoulun jälkeen ja siitä on ollut paljon hyötyä, joskin varsinainen työura oli toisaalla.

Monet turkulaiset muistavat Marja-Liisan Turun yliopistollisen keskussairaalan äitiyspoliklinikan osastonhoitajana,

mitä virkaa hän hoiti nelisenkymmentä vuotta. Tämä ei kuitenkaan estänyt tätä voimanaista toimimasta vapaa-aikanaan myös seurakuntaneuvostossa ja politiikassa. Maariassa hän toimi maatalousnaisten puheenjohtajana, kuten äitinsäkin aikoinaan ja perusti Maarian kulttuuriyhdistyksen, jossa pidettiin mm. kuvataideleirejä, kursseja, luentotilaisuuksia ja esitettiin näytelmiä.

Remontoituaan lapsuudenkotinsa Maarian Myllyojalla hän perusti Ruusuportin, henkisen keskuksen, jonka tarkoituksena on edistää henkistä ja fyysistä hyvinvointia. Ruusuportti on saanut nimensä ruusupensaista, jotka taloa ympäröivät ja joista Marja-Liisa on jakanut taimia ystävilleen. Isoisä Wilhelm rakennutti Myllyojan talon sata vuotta sitten. Silloin, vainon aikana, salissa pidettiin lukemattomia salaisia kokouksia isänmaan ja Maarian hyvinvoinnin edistämiseksi. Tämä sali on entisessä mallissaan. Nyt siellä pidetään kaikille avoimia kursseja, luentotilaisuuksia ja konsertteja. Vanha talo ja sen emäntä elävät tässä ajassa ja ovat valmiita ottamaan vastaan uuden ajan haasteet.

Sateenkaarisanomat

ISSN-L 2323-3923 • ISSN 2323-3923 (Painettu)
Sateenkaarisanomat on Konsan perinne- ja kulttuuriyhdistyksen julkaisema henkistä ja fyysistä hyvinvointia edistävä lehti. Sateenkaarisanomat julkaisee mm. yhdistysten tapahtumakalentereita sekä ilmoituksia kursseista ja terapiasta. Sateenkaarisanomat ilmestyy kaksi kertaa vuodessa, seuraava lehti ilmestyy tammikuussa. Kotiin kannettuna lehti maksaa 10 euroa vuodessa, lehden voi myös noutaa jakelupisteistä. Kysy lisää puh. 044 5929324.

Päätoimittaja: Ulla Oksanen • **Osoite:** Virusmäentie 9, 20300 Turku • **Puhelin:** 044 592 9324 • **Pankkiyhdistys:** TOP FI 06 5710 0420 3183 21 • **Jakelupisteet:** Turku: Forum Sauna (Kurjenmäenkatu 17) • Eliksiiri (Kauppiaskatu 8) • Konsan Kartano (Virusmäentie 9) • Turun ja ympäristön kirjastot • Era Nova (Kasarminkatu 2, Helsinki) • Jofielin pikku putiikki, (Laukontori 9 B, Kehräsaari, Tampere) • **Taitto:** Susanna Ylä-Pynnönen • **Painopaikka:** Winbase Oy, Kaarina 2015 • **Painosmäärä:** 3000 kpl

Lisää juttuja nettilehdessämme, lue!
www.sateenkaarisanomat.net
www.konsankartano.fi

Sydämellisesti tervetuloa
75-vuotispäivilleni
Maarian Myllyojalle,
Paimalantie 374
17.10. klo 13 lähtien
~ yllätysohjelmaa ~
Marja Liisa Haapa-Aho
P.S. Kukat poimin mieluiten Paattisten Osuuspankin tililtä FI31 5710 6620 0267 96

Itsetuntemus



TAAVI KASSILA

Kun puhumme itsetuntemuksesta, tarcoitammeko itsetuntemusta vai Itsen tuntemusta? Tällä on näet suuri ero. Tosin parhaassa tapauksessa itsetuntemus voi johtaa Itsen tuntemukseen.

Itsetuntemus voisi tarkoittaa arkielämän kielenkäytössä sitä, että me tunnemme oman luonteemme, sen millaisia me olemme, mistä me pidämme ja mistä me emme pidä. Psykologia voisi määritellä kuitenkin itsetuntemuksen astetta syvemmin, että opettelemme tuntemaan oman alitajuntamme. Meillä kaikilla saattaa olla traumoja, joita olemme saaneet varhaislapsuudessa ja joita on hyvä käsitellä terapeutin tai ystäviemme kanssa tai vaikkapa tekemällä taidetta. Tällä tavoin itsetuntemuksemme avartuu.

Saatamme ihmetellä, miksi meidän pitäisi tutustua itseemme. Kyllähän me toki tunnemme itsemme, olemmehan itsemme kanssa aina ja kaikkialla. Ongelma on siinä, että meillä saattaa olla kieltomekanismeja, minkä takia me kieltäydymme myöntämästä itsellemme jotakin itseämme koskevaa asiaa. Saatamme vaikkapa käyttää liikaa alkoholia ja me kiellämme tämän tosiasian. Niinpä itsetuntemus tarkoittaisi tässä tapauksessa sitä, että me katsomme totuuden peiliin ja myönnämme itsellemme tosiasian: minä

olen alkoholisti, olen kateellinen tai olen valanhaluinen. Tai että en hyväksy itseäni, koska lapsuudessani vanhempani eivät hyväksyneet minua sellaisena kuin olin.

Omaa itseämme koskevien tosiasioiden myöntäminen on viisauden alku.

Kun myönnämme itsellemme sen mitä me olemme, me pääsemme eteenpäin. Meidänhän ei tarvitse jäädä sellaisiksi kuin olemme. Jos vaikkapa syömme liikaa ja myönnämme sen itsellemme, tämän tosiasian tunnustaminen tarjoaa meille mahdollisuuden muuttua.

Henkisyys ja itsetuntemus

Kun pyhät teokset puhuvat itsetuntemuksesta, ne tarkoittavat jotakin syvempää kuin psykologia.

Ensinnäkin mukaan tulee jälleensyntymisen oppi. Kaikki ongelmamme ja traumamme eivät välttämättä tule tästä elämästä. Sanokaamme, että meillä on täysin irrationaalinen veden pelko eikä tässä elämässä ole koskaan tapahtunut mitään traumattista suhteessa veteen. Selitys voi piillä siinä, että me olemme vaikkapa hukkuneet jossakin edellisessä elämässä. Tällöin jälleensyntymisterapia saattaa auttaa meitä vapautumaan tällaisesta pelosta.

Ramana Maharshi, yksi Intian valaistuneista mestareista, tapasi sanoa, että meidän ei tarvitse analysoida kaikkia roskaa. Riittää että lakaisemme roskat ja hei-

tämme ne pois. Sama pätee traumoihimme tai virheellisiin toimintamalleihimme. Ottakaamme esimerkki: jos poltamme tupakkaa, meidän ei välttämättä tarvitse tietää, miksi me poltamme ja kuinka kaukaa edellisistä elämistä tällainen riippuvuus juontaa juurensa. Riittää, että lopetamme tupakanpolton ja ongelma on ratkaistu.

Lamppu ja likatahrat

Jos vertaamme sieluumme, puhdasta tietoisuuttamme, lamppuun, silloin mielessä olevat traumat olisivat lampun pinnalla olevia likatahroja. Jos likatahroja on paljon, lampun valo himmenee. Tämän johdosta jooga ja muut henkiset traditiot suosittavat, että ryhdymme puhdistamaan mieltämme.

Miten mieltä voi puhdistaa? Luopumalla riippuvuuksista, elämällä terveesti, tekemällä hyviä tekoja ja henkisiä harjoituksia, kuten meditaatiota. Tämän seurauksena me alamme muuttua. Samalla käsityksemme itsestämme alkaa muuttua. Raitistunut alkoholisti ei ole enää samanlainen ihminen kuin juova alkoholisti. Eikä entinen maallinen ihminen ole enää sama kuin se, joka nyt etsii kokemusta elämän jumalallisesta alkulähteestä.

Entäpä, mitä tapahtuu kun olemme puhdistaneet mieleemme kokonaan? Mitä jää jäljelle? Puhdas tietoisuus, valaistuneisuus, puhdas rakkaus ja myötätunto jäävät jäljelle. Tällöin me huomaamme olevamme yhtä kaikkialla läsnäolevan jumalallisen tietoisuuden kanssa.

Niinpä, itsetuntemus johtaa lopulta Itsen tuntemukseen, joka taas on sama asia kuin jumalallisen tunteminen. Me emme pelkästään usko Jumalaa vaan koemme Hänet. Tätä päämäärää kohden me kuljemme harjoittaessamme henkisyttä.

Eri henkiset perinteet tarjoavat meille eri teitä yhteen ja samaan päämäärään, korkeimpaan Itsen tuntemukseen.

Taavi Kassilan luento ”Jooga ja itsetuntemus Bhagavad-Gitan ja joogasutrien valossa” Sateenkaaripäivillä la 26.9., katso s. 23

Tulkintoja • Kursseja • Opetusta
ASTROLOGIASTA
valoa elämäntilanteeseen avuksi aikaasi
Lisätietoa: <https://sites.google.com/site/astrologisiatulkintoja/home>
Varaa aika 045 6350 800, tarja.karlsson@mbnet.fi
Tarja Karlsson on Turun Astrologisen Seuran ry:n perustaja ja Suomen Ammattiastrologit ry:n jäsen

Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys ry
www.henkisyys.fi

Valon Sydän
• numerologia
• hoitoja: Matrix / TFT
• kursseja
050 534 4643
www.valonsydan.fi