

VIHAENERGIA MUUTOSVOIMANA

Vihan tunnetta on totuttu pitämään huonona. Se onkin sitä, niin kauan kun sitä huonoksi nimittää ja kokee syyllisyyttä kun on käyttänyt vihaenergiaa. Itsemme syyllistäminen ja tuomitseminen ovat ne rakenteet, jotka sitovat meidät kiinni alempaan ymmärrystasoon. Tällä en tarkoita vastuuttomuutta. Asioilla on yleensä kaksi puolta. Jos annamme jollekin asialle merkityksen huono eli kirvaamme, moitimme tai nimitämme jotain asiaa huonoksi, niin elämä näyttää meille asiasta sen pimeämmän puolen. Taas jos suostumme nimittämään jotain asiaa hyväksi ja vielä kiittämään elämää siitä, niin elämä alkaa pikkuhiljaa näyttää myös asian valoisamman puolen. Hyväksyminen ja kiittäminen ovat avaimia tiedostamaan myös hyvä puolen asiassa.

Kaikilla asioilla elämässä on yleensä kaksi puolta, niin sanottu valon puoli ja pimeän puoli. Niin myös vihalla. Mielestäni tämä toinen puoli on muutosvoima, joka vapautuakseen käyttöön tarvitsee taikasanan, joka on Rakkaus. Hyväksymällä omat vihantunteensa ja suostumalla nimittämään viha energiaansa Rakkaudeksi, saadaan pikkuhiljaa vihan aiheuttama energia palvelemaan Rakkautta.

Miksi on niin, että vihaenergia on opittu näkemään vain negatiivisena ja huonona, jopa tuomittavana asiana. Ihmistä jota manipuloidaan niin ettei hän saa näyttää avoimesti vihantunteitansa ja kokee vihantunteensa jopa tuomittavana on helppo hallita. Silloin muutosvoima ihmisessä on kääntyy ihmistä itseään vastaan. Kun ihminen kokee syyllisyyttä omista vihantunteista hän käyttää valtavasti energiaa tukahduttaakseen ne. Tällöin ihminen on voimaton vastustamaan auktoriteetteja ja muita tahoja jotka haluavat hallita häntä. Kiltit tytöt eivät kiukuttele... kuulostaako tutulta? Jostain syystä sekä kirkon että valtioiden hallitsijat ovat olleet miehiä. Hallitsijoiden motiivina on useinkin ollut hallita eli nauttia vallan tuomasta nautinnosta ja huumasta.

Toinen voimakas energia ihmisessä on seksuaalienergia, joka on myös luomisvoima ihmisessä. Seksuaalienergia, siitä nauttiminen ja jopa sen tiedostaminen on myös monessa kulttuurissa haluttu nähdä huonona ja jopa tuomittavana asiana, vaikka Mestariimme Jeesus Kristus opetti: Älkää tuomitko, ettei teitä tuomittaisi. Aina kun ihminen tuomitsee jotain, tuomitsee hän sen itsessään. Tuomitseminen aiheuttaa sen, että nämä energiat, oli sitten kyseessä viha tai seksuaalienergia, kääntyy ihmistä itseään ja elämää vastaan. Kun joku energia ei ole Rakkauden palveluksessa, se vie ihmiseltä voimaa ja tekee hänet passiiviseksi. Ihminen, jonka sekä vihaenergia että seksuaalienergia ovat tukahdutettu ja hänet on saatu kokemaan syyllisyyttä, (siitä että hänessä on tällaisia tunteita ja ajatuksia) on yleensä passiivinen ja tällaista ihmistä on helppo hallita. Katkeruus on myös tuttu piirre tällaisessa ihmisessä. Häneltä puuttuu sekä luomisvoima että muutosvoima. Lisäksi käytämme valtavia määriä elämän energiaa vihan tunteen tukahduttamiseksi, koska pelkäämme omia vihan tunteitamme. Tottakai sellainen valtava energia pelottaa, jos sitä ei osaa hallita.

Pelko on Rakkauden vastakohta. Meillä voi olla vihan kanssa vain joko Rakkaussuhde tai riippuvuussuhde. Rakkaus on minulle sama kuin vapaus ja riippuvuussuhteen takana on aina pelko. Vapaus on tietoisuutta, että on olemassa vaihtoehto omalle käyttäytymiselle ja että nämä molemmat vaihtoehdot ovat yhtä arvokkaita. Toisin sanoen voin joko suuttua tai olla suuttumatta, molemmat vaihtoehdot ovat hyviä, mutta valitsen niistä parhaiten tähän tilanteeseen sopivan. Jos pelkään ilmaista eriävän mielipiteen en ole vapaa. Myöskään silloin en ole vapaa, jos vihan ilmaisut vain itsestään ryöpsähtelevät suustani, enkä voi tehdä asialle mitään. Usein kuvittelemme, että voimme niin sanotusti painaa villaisella meitä kohdanneita tekoja, joita meidän on vaikea hyväksyä ja rakastaa. Todellisuudessa me kyllä maksatamme nämä vääryydet takaisin sopivassa paikassa ja korkojen kanssa tai ne lopulta purkautuvat täysin hallitsemattomasti sellaisessa paikassa ja sellaiselle henkilölle, joka ei ymmärrä käytöstämme. Hän ei osaa nähdä, että väärin puristetusta hammastahnatuubista on syntyneeseen ydinpommin kaltaiseen räjähdykseen liittyy paljon muutakin kuin vain se, että tuubi on väärän mallinen.

Itse huomasin eräissä aikaisemmassa parisuhteessani, että kun uskalsin olla rehellinen itselleni. Huomasin, että olin rakentanut tiilimuurin ja vallihaudan sekä vielä nälkäisiä krokotiileja meidän välillemme, silloin kun hän moitti tai arvosteli minua jostain mikä ei minun mielestäni ollut totta. En uskaltanut tai muka hienona miehenä viitsinyt, kertoa hänelle, että omasta mielestäni en ole sellainen, tai sillä asialla ei ole mitään tekemistä minun kanssa, se on ihan hänen oma juttunsa. Vaikka hän hetken kuluttua pyysikin anteeksi ja minä sanoin, että ei se mitään, sattuuhan sitä. Huomasin kuitenkin, etten päästänyt häntä lähelleni kun hän myöhemmin yritti halata minua, en halunnut ottaa pois sitä tiilimuuria vallihautoineen ja verenhimoisine krokotiileineen väliltämme. Oikeammin en uskaltanut, kun minulla ei ollut tietoisuutta ja lupaa omalta itseltäni, käyttää viha- eli muutosenergiaa ja sanoa, että olen erimieltä siitä asiasta joka koskee minua. Pelko siitä että minua ei rakasteta jos olen eri mieltä asiasta oli se syy miksi annoin kohdella itseäni tällä tavalla.

Mielestäni tehokkain ja julmin tapa kostaa toiselle se huono kohtelu, jonka on saanut on kieltäytyä ottamasta Rakkautta vastaan, kuten edellä kerroin omasta elämästäni.

Jos on antanut loukata tai käyttää itseänsä hyväksi, on tärkeää ottaa vastuu siitä, että on antanut näin tapahtua, eikä niin, että joku on tehnyt jotain minulle. Elämässä on Valta, Voima Viisaus, Vapaus ja Vastuu sidottu sillä lailla paketiiksi, ettei niitä voi erottaa. Jos annat vastuun pois elämästäsi syyttämällä vain itsesi ulkopuolella olevia asioita tai ihmisiä siitä mitä sinulle tapahtuu, annat myös pois vallan sekä voiman päättää elämästäsi. Eli kun joku syyttää sinua siitä, että olet aiheuttanut hänelle jonkun tunnereaktion, voit kiittää häntä luottamuksesta, koska hän antoi sinulle vallan, vastuun ja voiman elämäänsä.

Kertomaani esimerkkiini liittyen, myöhemmin kun uskalsin sanoa mitä ajattelin tai tunsin heti kun koin, että minua tai tekemisiäni arvosteltiin mielestäni perusteettomasti, tai tavalla joka ei tuntunut kivalta, tilanne helpottui. Tiilimuuria ei enää tarvittu, saatoin antaa hänen halata minua ja uskalsin päästää hänet lähelleni kun hän pyysi anteeksi ja ennen kaikkea kykenin häntä rakastamaan. Eli vihaenergia toimi muutosvoimana ja hänen käytöksensä minua kohtaan muuttui sekä kunnioitus minua ja tekemisiäni kohtaan lisääntyi, koska suostuin itse kunnioittamaan itseäni. Tällaisessa tilanteessa on tärkeää tiedostaa motiivinsa eli miksi puutun siihen mitä minusta tai tekemisistäni puhutaan.

Jos motiivini on se että pyrin muuttamaan toista ihmistä tai hänen käytöstään seurauksena on yleensä riita. Hyökkäys on paras puolustus. Se huutaa joka pelkää. Näissä vanhoissa sananlaskuissa on suuri viisaus. Ihmiselle tulee yleensä vastustus silloin kun hän kokee ettei saa olla sellainen kun on. Rakkauden motiivi näin ollen on se, että kokee itsensä tai tekemisensä niin arvokkaana ja kunnioitettavana, ettei tarvitse sellaista kohtelua. Silloin kun ihminen tietää olevansa arvokas, kunnioitettu ja täydellinen Jumalan Rakkauden ilmentymä, juuri sellaisena kun on, mikään ei häntä loukkaa tai saa reagoimaan muiden sanomisiin. Tämä ei tarkoita sitä että on välinpitämätön ympäristön suhteen tai että ihminen olisi itserakas. Itserakkaalta ihmiseltä puuttuu omaa rakkautta persoonaansa kohtaan joten hän tarvitsee sitä itsensä ulkopuolelta ja on siitä riippuvainen. Eli hän yrittää kaikin keinoin saada ympärillä olevat ihmiset kehuaan ja ylistämään häntä. Tähän asti kaikki selvää ja tuttua vai?

”Mutta mitä minä teen kun en uskalla sanoa kuitenkaan mitään, vaikka muut kuinka loukkaavat minua?” Kuulen sinun ajattelevan. Tai et kykene hallitsemaan vihan purkauksiasi, ne tulevat aivan automaattisesti. Monelle varmasti tuttu tilanne.

Ensimmäinen vaihe on tutustua omiin vihantunteisiinsa. Voit mennä metsään tai merenrannalle huutamaan. Jos vihantunteiden ilmaiseminen on vaikeaa, voit aloittaa hiljaisemmalla äänellä huutamisen ja koventaa ääntä sitten kun uskallat. Tämä on sitä siedätyshoitoa. Toinen hyvä tapa on esim. patjan tai tyynyn hakkaaminen. Hakkaamisessa on hyvä käyttää keppiä tai jos haluaa hakata pelkällä kädellä, kannattaa laittaa käteen hansikas. Alussa saattaa tuntua ettei mitään tapahdu, mutta kun jonkun aikaa on huutanut tai hakannut alkaa vihan tunne nousta pintaan. On tärkeää tarkkailla itseään, miltä se tuntuu, ainoastaan vain tarkkailla ja pyrkiä olemaan samaistumatta tunteeseen. Se ei ole aina helppoa, mutta siihen oppii.

Eräs hyvä keino tutustua vihan tunteeseen on kuvitella lähettävänsä paljon valoa, rakkautta ja siunausta niille ihmisille, jotka ilmaisevat vihantunnettansa. Tässä toimii peilivaikutus,

eli ihminen todellisuudessa lähettää valoa, rakkautta ja siunausta omille vihantunteilleen. Seuraavaksi on tärkeää kertoa itselle, että tämä energia on hyvä, eli hyväksyä tämän energian olemassaolo. Meillä on taipumus tulla sokeiksi itsessämme niille asioille, joille olemme antaneet merkityksen huono. Tämä ei tarkoita etteivät muut ihmiset niitä ominaisuuksia meissä huomaisi. Sellaista asiaa on mahdotonta muuttaa itsessään jota ei edes näe.

Asioilla on yleensä kaksi puolta. Kun antaa asialle merkityksen huono, niin elämä näyttää ja toteuttaa sen asian huonoa puolta ja kun antaa asialle merkityksen hyvä, niin elämä näyttää ja toteuttaa hyvää puolta kyseenomaisessa asiassa.

Yksinkertaista, vai mitä? Mutta eihän tässä ole mitään järkeä ja miten vihaa voisi nimittää hyväksi? Arvaa onko tullut koskaan mieleen? Ja heti monta kertaa. Olen kuitenkin itsepintaisesti pitänyt kiinni siitä, että tämä asia ja tunne on hyvä, vaikka järki on sanonut jotain aivan muuta. Tässä kohtaa on hyvä muistaa, että järki on pelkkä tietokone, joka toteuttaa ja järjesteleeri järjestykseen niitä asioita, joita sinne on ohjelmoitu, mutta ei itsessään luo mitään uutta. Se, että kerron vihantunteelle tai mille muulle asialle tahansa, että se on hyvä, on järjen uudelleen ohjelmointia. Niissä asioissa ei ole mielestämme mitään järkeä, jotka puuttuvat järkemme ohjelmistoista. Siksi eri ihmisille sama asia voi olla hyvinkin järkevä tai aivan järjetön. Eli kyse on vain ohjelmiston laajuudesta. Käytännössä ohjelmiston laajuus näkyy suvaitsevaisuutena. Kun päättäväisesti olen ohjelmoinut aivoilleni uutta ohjelmaa, niin pikkuhiljaa elämä on alkanut näyttää ja toteuttaa myös hyvää puolta kyseenomaisessa asiassa.

Jos haluaa vapautua vihaenergian hallinnasta ja alkaa hallita itse omia vihan tunteitaan on käytettävä taikasanaa Rakkaus, joka tässä ja muissakin tilanteissa antaa ihmiselle vapauden. Jälleen uusi ohjelma tietokoneelle, eli aivoille. Annetaan vihan tunteille uusi nimi esim. Minä olen Rakkaus vihantunteitani kohtaan. Vapauteen kuuluu myös se, että suostuu antamaan itselleen anteeksi ne tilanteet joissa vihan tunne on hallinnut, eli käyttäytyi toisin kuin olisi halunnut.

Näiden ”työkalujen ” avulla vapaudut pikkuhiljaa tilanteeseen, jossa itse saat päättää kuinka käyttädyt. Joissakin tilanteissa huomaat, että vihantunteen ilmaisuksi riittää pelkkä ei -sana, hyvin kohteliaasti sanottuna. On kuitenkin tilanteita, joissa kauniisti sanottu ei -sana ei tuo toivottua tulosta. Joskus toinen ihminen voi olla niin voimakkaan tunnekuohun vallassa, ettei hän ole edestietoinen siitä kuinka käyttäytyy, eikä muutenkaan oikein hereillä, joten hänet joutuu herättämään. Tällöin voimakas karjaisu voi olla hyvä herätyskeino. Käytännössä olen huomannut, että jos käytän vaikka karjaisua ”nyt suu kiinni!” ja teen sen täysin tietoisesti, koska huomaan, että selittely johtaisi vain riitaan, tilanne menee nopeasti ohi. Tärkeää on tiedostaa motiivinsa, ettei tee sitä sen takia, että toinen on huono tai väärässä, vaan suostuu arvostamaan itseään niin paljon, että tarvitsee parempaa kohtelua. Tässä tilanteessa tulee mieleeni Eino Leinon sanat: Ei kenkään ihminen paha oo, vaan toinen on heikompi toista. Mielestäni suurin osa ihmisistä ei aina kykene hallitsemaan pahuutta itsessään. Ihminen itsessään ei ole paha. Nyt vain täytyy miettiä, että kumpi on tärkeämpi, toisessa ihmisessä oleva pahuus, vai itsessäni oleva Jumalallisuus, sillä jos kumarran toisessa ihmisessä olevaa pahuutta, niin pyllistän itsessäni olevalle Jumalallisuudelle.

Mielestäni hyvä esimerkki löytyy Raamatusta, kun Jeesus ajoi rahanvaihtajat ja kauppiat pois Isänsä huoneesta, pyhästä paikasta. Rahanvaihto ja kaupankäynti eivät itsessään ole tuomittavia tai väärin, mutta heidän toimintaansa ohjasi ahneus eikä Rakkaus. Samalla lailla sinun olemuksesi on Jumalan huone, eikä sinunkaan tarvitse ottaa omaan olemukseesi vastaa toimintaa, jota ohjaa ahneus. Kyse ei ole toisten ihmisten tuomitsemisesta, vaan oman Jumalallisuutensa kunnioittamisesta. Jumalahan loi ihmisen omaksi kuvakseen. Varmaankin Jeesus oli yrittänyt kauniilla puheella suostutella rahanvaihtajat ja kauppiat pois Isänsä huoneesta, mutta huomannut että pelkkä puhe ei tehoa. Minun tehtäväni ei ole tuomita toista ihmistä, tai tekoa, vaan ainoastaan huolehtia oman Jumalallisuuteni kunnioittamisesta. Mieluimmin vielä lähettää tälle henkilölle ja teolle paljon valoa, rakkautta ja siunausta.

Tässä tilanteessa on tärkeää erottaa ihminen ja hänen tekonsa toisistaan. Nämä sanat tulivat eräälle ihmiselle, jolle olin tehnyt kukkatippa tulkinnan ja sekoittanut käyttöpullon. Hän oli ihminen, joka antoi käyttää itseänsä hyväksi, eikä uskaltanut sanoa ei. Vihan tunne voi kohdistua

myös omaa elämäänsä kohtaan, silloin on tärkeää muistaa, että ihminen on vain ja ainoastaan vihainen itsellensä. Miksikä itselleen? Koska ei ole suostunut sallimaan onnellisuutta ja rakkautta itsellensä siinä asiassa.

Tällöin vihaenergiaa voi käyttää elämältä vaatimiseen. Esimerkiksi: Minä tarvitsen itselleni rakkautta tässä asiassa. Tärkeää on oivaltaa, että kun vaatii jotain, niin vaatii elämältä, eikä joltain tietyltä taholta tai henkilöltä, koska ihmisen kapea-alainen mieli ei aina voi ymmärtää elämän mahdollisuuksia. Oikeastaan vaatiessaan ihminen puhuu itselleen.

Kun olemme tulleet todella tietoiseksi, siitä valtavasta energiasta jonka suuttumus aiheuttaa ja oppineet näkemään sen hyvänä, niin seuraava vaihe on energian suuntaaminen. Sillä hetkellä kun koemme tämän energian, kysymme itseltämme, mihin elämän muutokseen haluan tämän energian suunnata. Jos esimerkiksi koen suuttumusta siitä etten saa tarpeeksi hellyyttä, niin käytän tämän energian, niin että minä tarvitsen hellyyttä, eikä niin että onpa surkeaa, kun kukaan ei minua helli.

Moni meistä tietää jo, että luomme elämäämme sanoin, kuten kirjoitettu on ” Sanalla Jumala loi maan ”. Jos käytämme valittamisen sanoja, elämä näyttää meille valittamisen arvoisia asioita ja kun käytämme kiitoksen ja ylistyksen sanoja, elämä näyttää meille kiitoksen ja ylistyksen arvoisia asioita.

Negatiiviset ajattelumallit ovat vain opittuja, mutta kun niitä on käytetty tarpeeksi kauan, ne ovat muodostaneet negatiivisen energiakentän ja tämän vuoksi tarvitaan paljon positiivista energiaa, jotta saadaan muutos aikaan. Kun vihaenergia positiivisessa muodossaan yhdistetään positiiviseen ajattelumalliin, saadaan elämässä muutoksia aikaan hyvinkin nopeasti.

Kaikkiin edellä mainittuihin muutosprosesseihin kannattaa pyytää korkeimman siunausta tai siltä mikä itse kellekin pyhää. Myös suosittelen pyytämään apua valon, voiman, viisauden, rakkauden jne. muodossa, siltä mikä itse kellekin on Pyhää. Koen, että pelkän persoonani voima ei riitä muuttamaan mitään persoonassani, yritin yli kymmenen vuotta muuttaa elämäni pelkän persoonani voimalla, koska olin oppinut kunnan miehen roolin, jossa täytyy pärjätä yksin ilman apua. Tuloksena yksin yrittämisestä oli väsyminen ja loppuun palaminen. Koen, että minä olen elämäni luoja ja muutosvoima tulee muualta kuin persoonastani.

Lopullinen vaihe muutosprosessissa on tiedostaa Minä Olen -muodossa se asia, jota on luomassa elämäänsä. Esimerkiksi Minä olen kauneus. Minä olen vauraus. Minä olen vapaus. Minä olen ilo, jne.

Eli lyhyesti: Löydä sisältäsi tukahdutetut kiukuntunteet, hyväksy ne elämään kuuluviksi, anna niille paljon rakkauttasi ja suuntaa tämä energia elämää rakentavaksi, elämän tuhoamisen sijaan. Kuten puukolla voi leikata leipää, niin sillä voi myös elämän tuhota. Jos joku käyttää puukkoa vahingoittaakseen, onko se puukon vika?

Paljon siunausta luomistyöllesi ja voimia toteuttaa,
sekä ennen kaikkea uskoa sinulle toivoo

Juha Kalevi Tulkki
0400-890051
016-250251
juhatulkki@hotmail.com