

TOMMY
HELLSTEN

Kun
uskalsin
olla totta

Kirja uskosta, rakkaudesta ja
näkyväksi tulemisesta

DOCENDO

KUN USKALSIN
OLLA TOTTA

TOMMY
HELLSTEN

Kun
uskalsin
olla totta

Kirja uskosta, rakkaudesta ja
näkyväksi tulemisesta

DOCENDO



Ensimmäinen painos

© Tommy Hellsten ja Docendo, 2025.

Docendo on osa Werner Söderström Osakeyhtiötä
Lönnrotinkatu 18 A, 00120 Helsinki

Kansi: Justine Florio/ Taittopalvelu Yliveto Oy
Taitto: Taittopalvelu Yliveto Oy

ISBN 978-952-850-234-0

Painettu EU:ssa

Tuoteturvallisuusasioihin liittyvät tiedustelut:
tuotevastuu@docendo.fi

SISÄLLYS

| | |
|--|----|
| Lukijalle _____ | 7 |
| Carita taputtaa käsiään _____ | 11 |
| Harson äärellä _____ | 15 |
| Miten Jumalasta voi tietää mitään, kun Jumalasta ei voi tietää mitään? _____ | 23 |
| Merkillinen mystikko _____ | 27 |
| Miksi mystikko nauraa? _____ | 33 |
| Kaikki tietävät mitä rakkaus on, vaikka kukaan ei tiedä mitä rakkaus on _____ | 37 |
| Sain rakkauslahjan _____ | 43 |
| Kun ilo muuttui huolestuneisuudeksi _____ | 47 |
| Paikka, joka avautuu ylöspäin _____ | 51 |
| Hirsistä tuli pelkkiä seinä _____ | 55 |
| Kaikki murenee käsiin _____ | 63 |

| | |
|---|-----|
| Kala, joka ei tiennyt mitä vesi on _____ | 67 |
| Ei-toivottu lapsi _____ | 71 |
| Rakkaudella räätälöity pesä _____ | 77 |
| Kuka tyhjentäisi syyllisyytaskut? _____ | 83 |
| Viiden L:n polku epätoivosta rakkauteen _____ | 89 |
| <i>Luhistuminen</i> _____ | 90 |
| <i>Luovuttaminen</i> _____ | 97 |
| <i>Luottaminen</i> _____ | 102 |
| <i>Lepääminen</i> _____ | 108 |
| <i>Leikkiminen</i> _____ | 115 |
| Onko Jumala luonut ihmisen, vai ihminen Jumalan? _____ | 127 |
| Jumalan meihin jättämä jälki _____ | 131 |
| Näen koska uskon _____ | 141 |
| Kultaisia vasikoita _____ | 151 |
| Betonilapsi _____ | 159 |
| Elämä ihmeitä täynnä _____ | 169 |
| Hätähuutoja mustasta kuilusta _____ | 181 |
| Tulen kohta elämään _____ | 189 |

LUKIJALLE

Tämä saattaa olla neljäskymmenes kirja, jonka olen kirjoittanut, en ole ihan varma. Kaikki kirjani ovat syntyneet omaa kasvuprosessiani myötäillen. Sisällöt ovat vaihtuneet sitä mukaa kun olen vaihtanut positiota ja kun tietoisuuteni on kasvanut. Tämä on johtanut siihen, että kirjoitan periaatteessa aina samoista asioista, mutta koska itse vaihdan paikkaa, tekstinikin vaihtavat paikkaa. Katselen elämääni ja maailmaa aina uudesta kohdasta ja uudella ymmärryksellä. Kirjoitan siis sittenkin eri asioista, vaikka olen kirjoittanut niistä aiemmin. Leijun ilmiöiden yläpuolella ja katson niitä eri korkeuksista ja eri kohdista. Mitä enemmän tietoisuuteni ja ymmärrykseni kasvaa, sitä korkeammalta ja sitä syvemmin asiainäen.

Tämä kirja on yritys sanoittaa hengellisyyttä, siten kuin minä sen käsitan. Kirjoitan itseni kautta ja omaa tarinaani käyttäen. Olen siis varsin subjektiivinen. En julista enkä väitä mitään, kerron vain omista kokemuksistani. Samalla toivon, että vaikka uskaltaudun äärimmäiseen subjektiivisuuteen, näillä asioilla on myös yleistä pätevyyttä eli ne koskettavat monia meistä. Intohimonani ja hartaana toiveenani on onnistua sanoittamaan kristinuskon syvintä pohjavirtaa lankeamatta uskonnolliseen sanahelinään. On helppoa käyttää vanhoja luutuneita käsitteitä avaamatta niiden sisältöä sellaiseksi, että nykyajan ihminen voisi alkaa aavistaa niiden suunnatonta syvyyttä ja korkeutta. Olen myös itse niitä, jotka ovat pettyneet perinteiseen kristilliseen julistukseen. Se ei ole koskettanut minua eikä tuonut elämäni helpotusta. Päinvastoin, olen kokenut huonoutta, koska uskontokaan ei ole minua auttanut. Olen pitänyt itseäni toivottona tapauksena.

Olen vuosikausia rämpinyt tässä hengellisessä ryteikössä, koska hätäni on ollut liian suuri, jotta olisin voinut vain poistua paikalta ja todeta, ettei hengellisyys ole minua varten. Olen jatkanut etsimistä ja kaivannut vastauksia; sellaisia, jotka olisivat todellisia eivätkä pelkkää hyväntahtoista uskottelua. Koska lopulta hengelliset asiat ovat alkaneet aueta minulle ja olen saanut kokea, etten olekaan toivoton tapaus, haluan

yrittää jakaa löytämäni. Aavistan, etten ole ainoa, jolle nämä asiat ovat olleet vaikeita. En siis julista mitään ainoaa oikeaa lähestymistapaa, vaan yritän kuvata vain omaa lähestymistapaani toivoen, että se voisi auttaa jotakuta muutakin etsijää hänen matkallaan.

Loviisassa 20.12.2024

Tommy Hellsten

CARITA TAPUTTAA KÄSIÄÄN

Istun hotellin parvekkeella Fuerteventuralla. Palmut kahisevat tuulessa. Fuerteventura on tunnettu tuulistaan. Muutama päivä ennen tuloani täällä oli ollut kunnon myrsky. En tiedä, nouseeko nyt uusi vai ovatko nämä tuulet jäänteitä vanhasta. Yöllä nukun parvekkeen ovi auki, sillä nautin äänestä, jonka tuuli palmuissa synnyttää.

Saatan olla samassa huoneessa, jossa edesmennyt vaimoni Caritakin aikoinaan kirjoitti kirjaa. Ajatus tuntuu mukavalta. Kenties hän onkin tässä vierelläni ja kannustaa minua. Toivon niin, sillä ollessani viikko sitten osteopaatilla, tämä näki Caritan taputtavan käsiään, kun kerroin, että olen menossa Fuerteventuraan – paikkaan, jossa vietimme yhdessä melkein kaikki talvilomamme. Tästä tuli jotenkin toinen kotimme. Teimme täällä kumpikin paljon töitä, mikä

sai välillä meidät hiukan etääntymään toisistamme, mutta lopulta me aina löysimme toistemme luo takaisin.

Minun oli helppo olla Caritan kanssa, sillä hänen ympärillään ei ollut miinakenttää. Eikä ollut minunkaan. Helppous tuli siitä, että oli tilaa hengittää ja sai olla oma itsensä. Caritan kuoleman jälkeen olen oppinut arvostamaan suhdettamme ja siinä ollutta ilmavuutta vielä enemmän. Silloin se kenties oli muuttunut itsestään selväksi, mutta nyt kun olen saanut siihen etäisyyttä, suhteen sävy piirtyy selkeämmin. Hän oli elämäni nainen, sielunkumppanini ja paras ystäväni. Lisäksi hän oli nainen, joka arvosti minua miehenä ja sai minut tätä kautta myös kasvaamaan miehenä. Ja samaa hän sanoi itsestään naisena. Olen kiitollinen niistä vuosista, jotka saimme viettää yhdessä.

Täällä hän on ollut paljon mielessäni. Ehkä siksi toivon, että hän on läsnä nyt tässä kirjoittamisessani. Hänen kuoltuaan kohtasin hänet; tiedän siis, että se on täysin mahdollista. Ajan ja ikuisuuden välissä ei ole kompaktia betoniseinää vaan harso. Sen äärellä olen nämä vuodet Caritan kuoleman jälkeen viettänyt. Kokemus harsosta oli niin mullistava, että tiesin tai aavistin, että tulen pyhittämään lopun elämäni tämän harson äärellä ihmettelylle. Minuun on tämän kautta hiljalleen kutoutunut jotain, mitä olen

nimittänyt taivastietoisuudeksi. Elän edelleen maapallolla, tässä fyysisessä ulottuvuudessa, mutta jokin minussa on yhä enemmän siellä, mihin olen vasta menossa. Tulen yhä tietoisemmaksi harson takana olevasta todellisuudesta. Ikään kuin osa minusta olisi mennyt Caritan kanssa sinne, minne hän meni kokonaan. Siksi nytkin aavistan Caritan läsnäolon enkä vähiten siksi, että hän taputti käsiään kuultuaan, että olen menossa yhteiseen lomapaikkaamme. Ehkä hän seisoo nyt tässä ja taputtaa taas käsiään innostuneena, kannustaen ja rohkaisten.

HARSON ÄÄRELLÄ

Tämä kirjakin syntyy harson äärellä. Kuuntelen siis, mitä minussa kirjoitetaan. En enää kirjoita vaan annan kirjoittaa itsessäni. Kuka minussa siis kirjoittaa? Ja mikä on oma osuuteni siinä tapahtumassa?

Harson äärellä syntyy asioita, jos antaa niiden syntyä. Se mikä syntyy, syntyy läsnäolon tilaan antautuessa. Minussa siis tapahtuu asioita, jos annan niiden tapahtua. Minun osuuteni on uskalluksessa heittäytyä, luopua kontrollista ja antautua avuttomuuden tilaan. Tämä on sitä harson äärellä elämistä aavistaen, kuunnellen ja luottaen. Se on kiehtovaa, sillä juuri siinä syntyy asioita, joiden syntymistä en voi etukäteen suunnitella. Se on myös vaarallista, sillä kun on luopunut kontrollista, ei ole takeita siitä, että mitään syntyy. Tällainen työskentely harson äärellä tekee minusta haavoittuvan. Miksi? Siksi että teen kaiken

ei-tietämisen tilasta käsin. Jos kirjoittaisin tietämisen tilasta käsin, minulla olisi kontrolli ja tarkka suunnitelma, jonka mukaan edetä. Nyt ei ole, on vain pelkkä aavistus. Mitä siis aavistan?

Haluaisin kirjoittaa harsoelämästä, sellaisesta, joka nousee taivastietoisuudesta ja joka synnyttää taivastietoisuutta. Samalla kun sanon näin, tiedän ettei se ole mahdollista. Joudun nimittäin sellaiselle tietoisuuden tasolle, jonne sanat eivät yllä. Koska sanat, joita käytän, eivät yllä sinne, minne kurkotan, ne ovat kaikki vääriä. Mutta koska käytettävissäni ei ole muuta kuin sanoja, minun on käytettävä sanoja, joita minulla on. Näin tehdessäni aavistan, että jotkut lukijat saattavat ymmärtää minut väärin. Koska kaikki sanat ovat joidenkin mielestä joka tapauksessa vääriä, varaudun tulemaan väärinymmärretyksi.

Otetaan esimerkiksi sana Jumala. Se on sana, jota ei voi ymmärtää eikä vangita käsitteisiin. Sana Jumala on varsin latautunut. Nämä lataukset sijaitsevat ihmisten alitajunnassa, ja ne aktivoituvat ihmisen sitä itse huomaamatta. Ne sujahtavat usein tietoisuuteen varustettuna intohimoisella tarpeena olla oikeassa. Jos joku käyttää sanaa Jumala tavalla, joka ei sovi lukijan käsitykseen, syntyy kiire osoittaa tämän sanan käyttäjän olevan pahasti väärässä. Ihminen ei siis kuule sanaa Jumala, vaan sen, mitä tämä sana hänessä herättää.

Useimmiten tällaiseen sanaan liittyy lukuisa määrä menneisyydessä syntyneitä tunteita. Tunteet voivat olla niin voimakkaita, että ne sumentavat ihmisen ajattelun. Pahimmassa tapauksessa ne synnyttävät oikeassa olemisen vimman, joka voi johtaa jopa siihen, että sanaa väärin käyttävä pitää eliminoida. Silloin pyrkimyksenä ei ole ymmärtää, mitä sen lausuja sanalla tarkoittaa, vaan tarve osoittaa toisen olevan väärässä ja jopa vaarallinen. Mitä suurempia tunteita johonkin sanaan liittyy, sitä suurempia intohimoja se herättää.

Tämä on luonnollisesti ihmisen egon toimintaa. Egon keskeisimpiä tarpeita on oikeassa olemisen tarve. Voidakseen olla oikeassa, ego tarvitsee lähelleen ihmisiä, jotka ovat väärässä. Tämä taipumus antaa egon ohjata on ihmiskunnan suurimpia tragedioita. Miljoonia ihmisiä on tapettu oikeassa olemisen tarpeen synnyttämässä hulluudessa. Juuri sama hulluus vei Jeesuksen lynkattavaksi roomalaisessa kidutusvälineessä.

Joskus yritämme lähestyä asioita, jotka ovat niin korkealla tietoisuuden tasolla, ettei ajattelumme niihin yllä. Näitä asioita voi lähestyä vasta sitten, kun on uskaltanut tietämättömyyden tilaan.

Mitä on sitten tietämättömyyden tila ja miten tuohon tilaan pääsee? Se on tila, jossa ihmisen ymmärrys on osoittautunut riittämättömäksi. Egolla on tarve

olla oikeassa, hallita tiedolla ja ymmärryksellä. Tämän egon illuusion on siis paljastuttava juuri siksi, mikä se on: illuusio. Vasta illuusion paljastuminen luo edellytykset lähestyä ei-tietämisen tilaa, jossa ei enää kiistellä siitä, kuka on oikeassa tai kuka käyttää oikeaa sanaa. Kun tietää, että kaikki sanat ovat joka tapauksessa vääriä, ei ole enää mitään, missä olla oikeassa. Silloin keskustelua leimaa nöyryys ja avoin kuuntelu. Jos ihminen kuvittelee jo tietävänsä kaiken ja olevansa oikeassa, hän on tilassa, josta käsin ei voi syntyä korkeampaa tietoisuutta. Hänen tietämisensä asettuu esteeksi korkeamman tietoisuuden syntymiselle. Niinpä vain tyhjentyksen ja nöyrytyksen kautta ihminen voi avautua korkeammalle tietoisuudelle.

Kuka siis on se, joka minussa kirjoittaa, jollen minä tee sitä itse? Mistä tiedän, etten se sittenkin ole vain minä, vaikka toisin väitän? Kun kysymys esitetään tällä tavalla, paljastuu, että ihmisen järki on asialla. Järki, jonka on saatava kaikki hallintaan, jotta se ei paljastuisi riittämättömäksi. Järki, joka on egon palveluksessa, toimii juuri näin. Se vaatii vastauksia, jotta sen kontrolli säilyisi. Tai pikemminkin kyse on kontrollin illuusiosta, sillä loppujen lopuksi järki on riittämätön ja kyvytön instrumentti suurten kysymysten ratkaisemiseksi. Kun ego väistyy korkeamman tietoisuuden tieltä, ihminen ei etsi enää vastauksia suuriin

kysymyksiin järjeltä. Miksi? Siksi, ettei hänen tarvitse. Hänellä on jo vastaukset ja hän saa ne elämällä todellisuudessa.

Todellisuus opettaa koko ajan sellaista, mihin järki ei kykene. Todellisuudessa eläminen opettaa viisautta ja on samalla viisauden edellytys. Järkevä ihminen ei välttämättä ole viisas, mutta viisas ihminen on useimmiten myös järkevä. Viisaus nimittäin on se maasto, jossa järkikin oppii kukoistamaan.

Järki ei ole tietoisuuden vastakohta, se on sen palvelija. Se ei enää ole seula, jonka lävitse suuret kysymykset huuhdotaan, jotta totuus selviäisi. Totuus on jo tietoiselle ihmiselle selvinnyt, joten hänen ei enää tarvitse sitä etsiä. Hän elää siinä.

Kuka siis minussa kirjoittaa, jollen itse sitä tee? Vastaus on Jumala. Jumala kirjoittaa minussa. Mistä tiedän tämän? Siitä, että elän läheisessä yhteydessä Jumalaan, tunnen hänet, elän hänessä ja hän elää minussa. Elän intuitiivisessa läsnäolon tilassa, paikassa, joka avautuu ylöspäin. Se avautuu kohti selittämätöntä, kohti mysteeriä.

Mutta kuinka voin väittää tuntevani Jumalan? Koska hän on ilmoittanut itsensä minulle. Hän on tehnyt sen ottamalla minut rankkaan käsittelyyn. Hän haluaa minun heräävän unestani, hän haluaa että minussa murtuu se, mikä on asettunut todellisuuden esteeksi. Hän haluaa herättää minut tiedostamattomuuden

unesta. Hänen tarkoituksenaan on tehdä minusta niin pieni, että silmäni avautuvat sille, mikä on egoni ulkopuolella. Hän luo murtumia egooni, jotta sisälle pääsee valo, tietoisuuden valo.

Minussa ei voi olla tyhjiötä; kun ego väistyy, tulee tilaa Jumalalle. Egon johdolla eläminen on elämän ottamista omiin käsiin, tarkoituksena löytää ratkaisu sisimmässä asuvalle pelolle. Pelko on aikoinaan valettu sisimpääni, koska olen joutunut elämään rakkaudettomuudessa.

Me ihmiset olemme rakkauden muotoisia. Olemme rakenteellista rakkauden tarvetta. Astuessamme rakkauden ulkopuolelle astumme heti epätoivoon. Tämä epätoivo synnyttää vähitellen egon, jonka varaan me jättäydymme, koska emme tunne rakkautta. Koska emme tunne Jumalaa.

Jos astumme rakkauteen, löydämme Jumalan, koska Jumala ilmenee rakkautena. Monet erehtyvät luulemaan, että Jumala ilmenee uskonnollisuutena, mutta näin ei ole. Jumala ei ole uskonnollinen, Jumala on rakkaudellinen. Tässä on uskonnollisuuden ja hengellisyyden välinen ero. Ego kaappaa hengellisyyden ja tekee siitä uskonnollisuutta, jotta sillä säilyisi kontrolli. Samalla uskonnollisuudesta häviää rakkaus ja ego astuu keskiöön. Näin syntyy egon hallitsemaa toimintaa, joka näyttää hengellisyydeltä muttei sitä ole. Se on egon harjoittamaa vallankäyttöä, joka on

Ihminen, johon Rakkaus on tarttunut

”Pelko ja kauhu on valettu sisimpääni jo varhain ja niin syvälle, että siitä on tullut osa rakennettani. Olin ei-toivottu lapsi. Jo silloin minuun istutettiin krooninen kauhu.

Kipuni oli niin suuri, että minun täytyi lähteä selvittämään, mistä tässä kaikessa on kyse. Haavoistani kasvoi samalla ammattini.

En arkaile kertoa näitä asioita itsestäni, sillä tiedän, etten ole tässä yksin. Minunlaisiani on tuhansia. En ole myöskään guru, jonka pitää vaalia kuvaa, joka minusta on muodostunut. Olen vain ihminen, johon Rakkaus on tarttunut.

Vaimoni Caritan kuoltua tajusin, että ajan ja ikuisuuden välissä ei ole betoniseinää vaan harso. Kokemus oli niin mullistava, että tiesin – tai aavistin – että tulen pyhittämään lopun elämäni tämän harson äärellä ihmettelylle. Samalla usko sai elämässäni aivan uudenlaisen merkityksen. Olen sittenkin ollut toivottu lapsi, ja ollut sitä koko ajan. Toivotuna oleminen vain löytyi ylempää kuin olin luullut.”

– Tommy Hellsten

Tommy Hellsten on arvostettu kirjailija ja terapeutti. Hän on julkaissut kymmeniä kirjoja, mm. *Virtahepo olohuoneessa*, *Elämän paradoksit*, *Saat sen mistä luovut* ja *Pysähdy – olet jo perillä*.

17.3.

Kansi: Justine Florio/
Taittopalvelu Yliveto Oy
Kannen kuva: Tommy Hellsten

DOCENDO
www.docendo.fi



ISBN 978-952-850-234-0

