

Nöyryys nähdä

ja tulla
nähdyksi





Kun pikkuriikkinen sammaleen itiökasvi puhkeaa puhumaan, ihmismieli avautuu ihmeelle. Silloin pienestä tulee suurta ja rakkaus heijastuu näkyväksi. Silloin Jumalallakin on asiaa.

TEKSTI: MARJO-KAISU NIINIKOSKI » KUVAT: MARJO-KAISU NIINIKOSKI JA MERJA ELISABETH



Merja Elisabeth on koulutukseltaan taideterapeutti, urheiluhieroja ja diplomiaromaterapeutti. Hän on toiminut pitkään toimittajana ja työskentelee tällä hetkellä vapaana toimittajana.

Metsä on tullut lähelle. Männyt seisovat tukevasti polun reunalla, ja pehmeä sammalmatto peittää suuret kivenlohkareet. Metsä henkii vihreyttä, vaikka ollaan jo melkein siellä, missä syksy väistyy talven tieltä.

Keravalainen luontokuvaaja ja kirjailija Merja Elisabeth eli Merja Kiviluoma on löytänyt luonnon uudelleen. Tai ehkä luonto on löytänyt hänet.

– Olen oppinut arvostamaan kaikkia vuodenaikoja. Ennen ajattelin, että vain kesällä luonnossa on elämää, mutta nyt näen toisin, Merja Elisabeth sanoo.

Kyse onkin näkemisestä. Siitä, että oppii katsomaan. Että uskaltaa antautua kokemukselle, joka liikauttaa jotakin sisällämme. Ja tarjoaa mahdollisuuden nähdä muotojen tuolle puolen.

Sinne, missä asuu kauneus.

– Antautuminen on ollut minulle haasteellista, koska siinä joutuu luopumaan omasta kontrolloimisesta tarpeesta. Oman päättäväisyyden antaminen elämälle tai jollekin itseään suuremmalle tuntuu toisinaan pelottavalta, Merja Elisabeth kuvaa.

– Kasvit tekevät sitä koko ajan. Ne

ovat maailmamme antava ja antautuva osapuoli. Kasvi ei ota mitään henkilökohtaisesti. Meille ihmisille lähes kaikki on henkilökohtaista.

Saarnamiehet päihittänyt viisaus

Merja Elisabeth on julkaissut valokuvateoksen. Heijastuksia (Biomedical Finland Oy, 2017) on koskettava kirja, jossa kasvit kertovat kuvin ja sanoin elämän pienistä suurista asioista.

– Kun kasvit puhuvat, lukija huomaa, että puhuja on hänen sisällään hiljaisena kutsuna johonkin itseä suurempaan.

– Teokseni toimii eräänlaisena sisimmän oven kolkuttajana, herättäenä johonkin uuteen.

Jos lukija avaa kolkuttavalle oven, siitä alkaa hänen oma matkansa.

”Minä en kerro sinulle mitään, mitä et jo tiedä.

Minä vain muistutan sinua siitä, minkä jo tiedät.

Sillä tieto on kätketty sydämeesi, ja kuulet sanomani sielusi kuiskauksissa. Olen sinun oma äänesi, joka hiljaa ja pakottamatta sinussa kaikuu.”

Merja Elisabethin kuvat ja tekstit paljastavat meiltä usein huomaamatta jäävän maailman, joka on jalkojemme juuressa, sammalmättäillä, puiden oksilla ja vesipisaroiden heijastuksissa.

Makrolinssin läpi nähdyt kasvit kertovat sekä pienuudestamme että suuruudestamme.

– Minulle pieni on kaunista. Koska olen kokenut itseni hyvin pieneksi, näen pieniä asioita. Mitä pienempiä ne ovat, sitä kiehtovampina ne minulle näyttäytyvät.

Teoksen keskiössä on näkyväksi ja nähdänsi tuleminen. Meillä kaikilla on tarve tulla nähdänsi omana itsenämme.

– Olen kokenut omassa elämässäni olevani näkymätön. Sen vuoksi tuntui oikealta tuoda näkyväksi nämä huomaamattomat kasvit, joista tuli ystäviä. Niillä on ollut minulle enemmän sanottavaa kuin yhdelläkään saarnamiehellä tai gurulla.

Uskoon tullut teini

Merja Elisabeth istuu kotinsa keittiön pöydän ääressä. Hän on viisikymppinen elämää nähnyt ja sitä ymmärtämään pyrkinyt nainen, joka on vihdoin lakannut etsimästä.

Kaikilla on
tarve tulla
nähdyksi
omana
itsenään



*"Tässä minä olen. Kukaan ei ole minua ennen nähnyt.
Moni on kävellyt vierestä, moni on polkenut jalkojensa alle.
Vasta sinä näit minut ihmetellessäsi minua.
Sinä annoit minulle uuden elämän,
jota minulla ei ennen ollut.
Minä sain lahjan tullessani nähdyksi.
Minusta tuli kaunis ja puhutteleva, silmissäsi ja mielessäsi.
Kiitos, että huomasit minut."*

Vastaukset kun ovat löytyneet hänen sisältään.

– En halua puhua paljon lapsuudesta, vaikka se onkin osa tarinaani, joka kulkee nyt myös kaikuina kirjani kansien välissä.

Merja Elisabeth kertoo kuitenkin tulewansa erittäin rikkinaisesta kodista, jossa oli länän jatkuva pelko ja turvatomuus. Kotona tämä yliherkkä lapsi kuunteli sängyn alla vanhempiensa riitelyä ja itki sisäänpäin. Koulussa häntä kiusattiin.

– Minusta tuli näkymätön lapsi. En näkynyt kenellekään enkä millekään. Enkä edes itselleni.

Turvattomuuden korvikkeeksi pieni tyttö ryhtyi etsimään Jumalaa. Siitä alkoi etsintä, joka kesti kauan.

– Tulin uskoon 14-vuotiaana ja päädyin karismaattisen seurakunnan toimintaan. Siellä sain toteuttaa musiikillisia puoliani, mutta suuriin kysymyksiin tarjotut vastaukset koin ristiriitaisina. Oikeaoppisuuden korostaminen lisäsi suorittamisen ja syyllisyyden taakkaa minussa.

Seinään lentänyt kirja

Elämän suuret kysymykset eivät jättäneet Merja Elisabethia rauhaan. Hän halusi tietää, mitä järkeä tässä kaikessa on.

– Etsin kiihkeästi vastauksia ydinkysymyksiin kuten siihen, miksi olemme täällä. Mikä on elämäni tarkoitus? Mikä paikka tämä maailma oikein on ja mikä täällä tapahtuu niin paljon pahaa?

Seuraavaksi elämä ohjasi Merja Elisabethin henkisellet polulle, jota hän kutsuu new age -maailmaksi.

Myös sieltä hän etsi vastauksia. Ja myös sieltä hän poistui lähes yhtä tyhjin käsin.

– Tosin sen maailman koin vapaammaksi, eikä ruuvi kiristänyt siellä läheskään niin paljon.

Todellisia vastauksia Merja Elisabeth alkoi saada vasta, kun hän tutustui 90-luvun loppupuolella Ihmeiden Oppikurssiin (IOK).

– Asuin tuolloin Kanadassa. Joku siinä jättiläismäisessä teoksessa kolahetti heti. IOK:n kristillisen terminologian vuoksi minussa kuitenkin nousi voimakas vastustus.

– Heitin kirjan ihan konkreettisesti seinään. Silti tiesin, että jonakin päivänä palaan siihen.

Egolle vaarallinen opus

Tuo päivä koitti 2000-luvun alussa Suomessa. Merja Elisabeth ei voinut

enää ohittaa Kurssia, vaikka tiesikin, että sitä opiskellessaan hän joutui aina sisäiseen myllerrykseen.

– Omasta mielestäni nouseva vuoristorata oli aluksi haastava. Aloin siittä huolimatta sisäistää Kurssin opetuksia yhä enemmän ja ymmärtää, mistä siinä on kyse.

– Tajusin, että IOK on egolle vaarallinen opus. Vaistosin Kurssista myös rakkauden, jota olin lapsena kaivannut. Lopulta oivalsin, että IOK tarjosi minulle vastauksen kaikkiin kysymyksiin, joita olin koko elämäni pohjinnut. Se ei ollut pelkkää teoriaa, vaan joku minussa heräsi ymmärtämään.

Merja Elisabethin tapa selvittää eteenpäin on aina liittynyt luovuuteen. Ensimäinen ja tärkein oli musiikki.

– En tiedä, missä olisin ilman musiikkia. Se ei ole ollut elämässäni niinkään kuuntelemisen vaan luovan tekemisen kautta. Olen säveltänyt ja sanoittanut paljon. Jotkut ovat sanoneet, että musiikkini herättää visuaalisia mielikuvia.

– Musiikin kautta olen aina päässyt arkitodellisuudesta Hengen maailmaan. Sopiva jatkumo tälle löytyi kamerasta. Sitä piti ulkoiluttaa, joten haueuduin luontoon. Siitä alkoi avautua minulle ihan uusi maailma.

Ylösalaisin pyllähtänyt maailma

Luonnon helmassa Merja Elisabeth kohtasi viisauden, joka tuntui olevan länän kasvikkunnassa. Se alkoi tarjota uusia näkökulmia. Ja kutsua näkemisen riemuun.

– Vesipisarat kiehtoivat minua, koska ne näyttivät maailman ylösalaisin. Se tuntui osuvalta symboliikalta, koska IOK:n myötä myös oma maailmani oli mennyt aivan ylösalaisin.

– Kasvien kautta nousi esiin erilaisia teemoja. Tajusin, että näillä pienen pienillä olikin suuren suurta sanottavaa.

Merja Elisabeth ei kanavoi kasveja.

– Enemmänkin kyse on siitä, että olen pystynyt antamaan itseni sisällä olevan viestin kasvien heijastettavaksi. Kasvit ovat toimineet peileinä.

Yksi kasvien heijastamista teemoista on antautuminen. Merja Elisabeth muistuttaa, miten pieni metsäkukka antaa meille oman kauneutensa, koska se pyytää meitä näkemään sen saman kauneuden, joka on meissä itsessämme.

– Myös IOK:ssa sanotaan, että et pysty näkemään mitään sellaista ulkopuolellasi, mitä ei ole sisälläsi.

”Huomaatko, etten elämästä kiinni pidä lainkaan,

elämä pitää minusta kiinni ja minut luotiin antamaan.

Otanhan vastaan kaiken sen, mikä tässä hetkessä näyttäytyy.

En minä tunne vastustusta, varteni aina vain antautuu.

Näytänhän minä toki alastomalta, niin suojattomalta olenolta,

pieneltä, hauraalta kukkaselta, joka kasvunsa kasvoi outoon paikkaan.

Näetkö siinäkin rohkeuteni ja rakkauteni?

Siinä kaunistin sinunkin polkusi ja leikin elämän leikkini.

En ole oppinut tuomitsemaan, en arvostelemaan, en kritisoiimaan.

Tulin minä tänne vain antamaan, elämän iloa jakamaan.”

– Vaikka kyse on vain väliaikaisista muodoista, muoto voi myös peilata heijastuksen tavoin meille sitä, mikä on pysyvää. Uskon, että tällä tavoin Jumala näyttää meille.

Kieroon väännetty rakkaus

Toinen voimakas teema on rakkaus. Merja Elisabeth toteaa, että se on asia, joka on saanut ihmisten maailmassa osakseen järjettömän määrän mielenkonsepteja riippuvuuksista seksuaalisii himoihin ja kiintymyssuhteisiin.

– IOK:ssa sanotaan, että rakkaudesta ei voi puhua, eikä se ole taito, jota voidaan oppia. Sen sijaan rakkauden esteistä on mahdollista puhua ja niiden karsimista voidaan oppia. IOK:ssa tähän on olemassa työkalu, todellinen anteeksianto.

Merja Elisabeth sanoo olleensa koko elämänsä ajan rakkauden kerjäläinen.

– Olen etsinyt sitä väliaikaisuuden maailmoista, toisesta ihmisestä. En silti tarkoita, etteikö ihmissuhteissa voisi kokea rakkautta. Rakkaus ei vain ole täältä, mutta se voi heijastua tänne.

– Ego asettaa rakkaudelle ehtoja ja haluaa tehdä siitä orjansa. Pitää olla todella hereillä, ettei lankea ”loveen”, Merja Elisabeth naurahtaa.

”Rakkaus on mielentila, jota kehojen maailma vierastaa.

Keho on kuin pieni aitaus, joka rakkautta määrittelee.

Ja tilaa puolustaakseen se tahtoo rakkauden orjakeen.

Ei rakkaudesta voida puhua, ei sitä voida oppia.

Sen esteitä voidaan poistaa, karsia pala palalta.

Suurin ihmeistä
on aito nöyryys



*Rakkauden tiellä on kaunoja,
anteeksiannon puutosta.
Kun armahdat itsesi kokonaan, voit
rakkaudenkin tunnistaa.
Ei rakkautta tarvitse etsiä, se ei koskaan
jättäisi itseään.
Älä jätä yhtään osaa itsestäsi
ulkopuolelle rakkautesi,
sillä siten opit tuntemaan todellisen
itsesi."*

– Sama koskee totuutta. Ei sitäkään voi-
da määritellä, koska myös se on mie-
len tuolla puolen. Se vain on ja paljas-
tuu, kun esteet sen tieltä on poistettu.

Tee-se-itse -maailma

Merja Elisabethin kirja puhuu myös
surusta, syyllisyydestä, peloista ja
kuolemasta.

– Kasviystävänä kertoi säästäneensä
kyyneleitä, jotta voisin kohdata surun,
jonka olen tukahduttanut.

– Omien tunteiden kohtaaminen ja
tukahdutettujen energiavirtojen va-
pauttaminen on olennaisen tärkeää.
Siihen ei lapsi kykene, mutta kun se
nousee myöhemmin uudelleen esiin,
silloin on oikea aika.

IOK korostaa, että me olemme itse
luoneet tämän maailman. Ja että se on
vain mieleemme heijastumaa, jota yllä-
pitää alitajuntamme sopukoissa oleva
syyllisyys.

– Olen ollut järjetön syyllisyyssimuri.
IOK sanoo, että syyllisyys pyytää ran-
gaistusta ja se sen saa. Uskon, että se
lymyä alitajunnassa jopa heillä, jotka
eivät koe syyllisyyttä.

– Siitä seuraa automaattisesti pelko,
joka aiheuttaa loputtoman hyökkäyk-
sen ja puolustautumisen kierteen. Lo-
pulta kuitenkin vahingoitamme ensi-
sijaisesti itseämme.

*"Kun mieli hyökkäsi toista vastaan, se
hyökkäsi ensin itseään vastaan.
Pahaa ei tehty toiselle, vaan ensin omalle
itselle.*

*Pelko piti paikoillaan, sai
puolustamiseen turvaamaan.
Se sai ihmisen uskomaan, syyllisyyden
maailmaan.*

*Kun syyllisyytesi haihtua saa mielesi
sopukoista,
kukaan ei tule haavoittamaan
viattomuuden lasta."*

– Mieli on hauska vekkuli. Moderni
fysiikka tietää, että näkö- ja kuuloha-
vaintoja ei ole oikeasti olemassa. Kaik-
ki näkemämme ja kokemamme ovat
aivojen tulkitsemaa dataa. IOK sanoo,
että näkemäsi maailma on itseäsi kos-
keva kannanotto.

*"Maailma on vain mielikuvitusta,
mielen suurta kuvitusta.
Kuvittaja kuvittaa maailman, ja vain*

sellaisena sen näkee.

*Jos muuta tahdot nähdä, kuvita
maailmasi uudelleen.*

*Kun kauneus on katsojan silmässä, se on
todella lähellä!"*

Paluupostissa annettu lahja

Merja Elisabeth on kiitollinen kasviys-
tävilleen, jotka ovat auttaneet häntä
tulemaan näkyväksi. Kun omassa si-
simässä oleva herkkyys ja kauneus
saavat tulla nähdyiksi, alkaa tapah-
tua ihmeitä.

*"Ihme tapahtuu itsestään, kun mieli
luopuu esteistään.*

*Sinulla on oikeus ihmeisiin, niihin
kauniisiin hetkiin,
joissa lahjoja jaettiin, ja sinut aidosti
nähtiin.*

*Ihmeet eivät ole näytöksiä, eivät
maagisia yhteyksiä.*

*Ihmeet ovat luonnollisia, mielenrauhan
innoittamia,
kiitollisuutta aikaansaavia, ikuisuuden
heijastuksia."*

Ehkä suurin ihmeistä on aito nöyryys,
joka liikuttaa kasviystävien ystävää
yhä uudelleen ja uudelleen.

– Tarina alkoi siitä, että itse näin kas-
vin, mutta se loppuu siihen, että kasvi
huomasikin minut. Kuitenkin raja näh-
dyn ja näkijän välillä hävisi pikkuhil-
jaa. Yksilöllisillä muodoilla ei ollut enää
merkitystä. Jäljelle jäivät sisältö ja itse
näkeminen, joka näkee muotojen läpi.

*"Tässä minä olen. Nyt olet minut
nähtyt.*

*Kävelit viereeni, luokseni hetkeksi
pysähdytit.*

*Sinä annoit minulle tehtävän, jota
minulla ei ennen ollut.*

*Minäkin sain lahjan nähdessäni sinut.
Sinusta tuli kaunis ja puhutteleva
silmissäni ja mielessäni.*

Kiitos, että kuljit kanssani.

*Kuljen yhä kanssasi
huurrettuna heinänä, kauniina ruusun
nuppuna,
kuivuneena lehtenä, kukoistavana
kukkasena,
ravitsevana kasvina ja valon heijasteena.
Löydät minut läheltäsi. Olen tullut
jäädykseni."*

ultra

Jutun sitaattit ovat Merja Elisabethin
teoksesta Heijastuksia.

www.merjaelizabeth.com/heijastuksia



Merja Elisabeth on kohdannut valokuvausten ja makrokuvien välityksellä kasvi-
kunnan viisauden, kauneuden ja lempeyden.