

Lauri Siirala kulkee

Aistit edellä elämään

Lauri Siirala uskoo elämän ja tämän hetken voimaan, joka virtaa kehomme lävitse. Virta vie meitä yhä lähemmäksi alkulähdettä, kun kohtaamme elämän aistit auki.



Läsnäolo on jatkuva vuorovaikutusta muun luomakunnan kanssa. – Avautuva tietoisuus on uuden selkeämmän havainnon ja kirkastuvan elinvoiman käyttöönottoa, oman ja yhteisen elämämme hyväksi, Lauri Siirala toteaa.

KUKA?

- Lauri Siirala, 73 v
- Syntymäpaikka: Kuopio
- Asuinpaikka: Tampere
- Ammatti: Elämän välittäminen
- Perhesuhteet: Naimisissa
- Harrastukset: Laulu, linnut, unikot
- Elämän motto: Rakkaus kannattaa

Tamperelainen Lauri Siirala, 73, on monipuolinen, pitkän tien kulkenut ryhmänohjaaja ja kouluttaja henkisen hyvinvoinnin saralla. Hänet tunnetaan läsnäolon ja tietoisuustaitojen sanaanantajana. Itse hän luonnehtii tehtävänsä elämän välittämiseksi, sillä elämä ilmenee aina vain tässä hetkessä.

– Tämä hetki on ainoa todellinen hetki. Heti kun yhdyin siihen, elämä alkaa virrata kauttani. Virtaus vie minua yhä lähemmäksi alkulähdettä, josta olen kotoisin, Siirala kiteyttää.

– Läsnaolon ensimmäinen askel on se, että olen läsnä omista aisteistani. Kun löydän yhteyden aisteihini, on helppo irtautua vaikkapa maailman hullunmyllystä. Perus-setti on lopulta yksinkertainen.

Elinvoimaa aamuun

Siirala itse elää sitä, mistä puhuu. Hän on harjoittanut läsnäoloa vuosikymmenet. Kehonäkö on hänelle arvokas väline tietoisuuden tiellä, ja keho vastaa kysymyksiin välittömästi – kun taas mieli ei ole luotettava vastausten antaja.

Siirala kertoo aloittavansa aamunsa etsimällä omaa 'määrrettään'.

– Nukkuessani olen poistunut määreiden maailmasta, joten ensimmäisenä aamulla tunnistin aistini. Löydän lämmön sormisani ja varpaissani. Saan kehoni kautta 'sormituntuman' elämän

voimaan ja sitten nouseen ylös, hän sanoo.

Siirala toteaa hyvästä syystä meidän olevan kädellisiä olentoja, ja nostaa kätensä eteensä niitä tarkastellen.

Elinvoimasta käytetään kulttuurista riippuen monia sanoja, kuten chi, ki, prana. Siiralan tutkimuksen mukaan suomenkielinen versio on löyly.

– Löydän siis kiukaani, joka paikallistuu keskivartalon alueelle. Olen juuri nyt elävä palanen maata, jossa sykkii elämän pulssi ja virtaa elämän löyly.

Hetkeen havahtuminen

Aamutoimet jatkuvat aamupuuron keittelyllä. Läsnä ovat silloin tuoksut, ikkunasta sisään tunkeva valo ja metsämaisema, kodin ruukkukukat – kaikki mikä hetkessä näyttäytyy. Kaikki nekin ovat kutsuja tähän hetkeen.

– Aamulla teen tuhansia vuosia vanhaa liikesarjaa, jonka avulla saan sulatettua yön aikana tapahtuneen jäähmettymisen.

– Saatan istua myös hetken hiljaa ja ottaa tarot-kortin ikään kuin heijastamaan sitä, mitä juuri nyt ilmenee. Saatan käydä metsässä kävelemässä ja nuuhkimassa ilmaa.

Ihmiset sanovat usein ”hyvää huomenta” hyvänä tapana, sitä sen kummemmin miettimättä. Siiralalle hyvän huomenen luominen on tietoista hetkeen havahtumista.

– Chi/prana/löyly on yhdistelmä auringon ja tähtien valoa sekä maan valtavaa elinvoimaa. Olemme maa-olentoina juurtuneita maahan ja samalla yhteydessä kosmiseen energiaan. Hyvä huomen sisältää tämän tiedostamisen.

Orgaanisen elämän kieli

Luonnossa Lauri Siirala kertoo kokevansa aistien kautta välittyviä elämän ilmentymiä: kasveja, sään monimuotoisuutta, eläimiä ja muita herättäviä luonnon ilmiöitä. Ulkoiset ovat aina sisäisten symboleja. Mies pyrkii lukemaan orgaanisen elämän kieltä.

Eräs syysaamun tapahtuma oli Suomen pienimmän linnun, hippiäisen, kanssa. Se oli tuupertunut ikkunaan lentäessään.

– Nostin hippiäisen käsiini ja lämmittelin sitä vähän aikaa. Lauloin ja tanssin sille. Yhtäkkiä se kiipesi hihani sisään ja istui siellä aikansa ympärilleen katsellen. Sitten se lensi lähikuuseen.

– Ihmeellistä on, että tämä toistui kahtena aamuna peräkkäin. Molemmat linnut tokenivat takaisin elämään, Siirala selvittää. Youtubessa on myös videoita linnun kohtaamisesta.

Siirala toteaa olevansa kappale elävää luontoa, palanen maata.

– En ole erillinen luomakunnasta, kun liityn aistimisen kautta koettuun olemiseen nyt-hetkessä. Heti kun aistin toisen osan tätä luomakuntaa, vaikkapa toisen ihmisen, kasvin, eläimen tai tuoksun, saan heijastusta siitä, mikä on luonnollista.

Ainoa, joka ei Siiralan mukaan ole luonnollinen, on ajatteleva mieli, sillä se kuvittelee koko ajan olevansa viisaampi kuin luomakunta.

Ajattelusta havaitsemiseen

Lauri Siirala tietää, että maailma on pitkälle investoinut olemassaolonsa mieleen. Olemme luoneet valtavan määrän vaihtoehtoja nykyhetkelle. Pyrimme useimmiten löytämään ratkaisuja mielestä,



Lauri Siiralan mukaan ihminen on aisteissaan läsnäolevana myös älykkäin. Silloin hän yhtyy suurempaan, avautuvaan tietoisuuteen. – Olemme aidoimmillamme 'mielettöminä', hän sanoo.

Uroboros kutsuu itsetuntemukseen

♦ Vanhat symboliset mielikuvat opettavat nykyihmisellekin elämän suuria salaisuuksia. Uroboros on ikivanha symboli, jossa käärme tai lohikäärme syö omaa häntäänsä. Uroboros esittää ”ikuisen kiertokulun” ympyrää, joka ilmaisee sitä, että loppua seuraa kaiken jatkuvassa toistumisessa aina uusi alku.

Uroboroksen katsotaan symbolisoivan syklistyyttä, koska se elää syömällä itseään. Tämän katsotaan merkitsevän elämää ja kuolemaa sekä eroamista ja yhdentymistä.

– Uroboros-symbolissa käärme muodostaa spiraalin eli kahdeksikon. Energiavirta kulkee maan alle ja maan päälle, kuoleman lävitse jälleen elämään.

– Näin kaikki muoto palaa alkulähteeseensä ja jälleen takaisin muotoon. Tätä elämän kiertokulku on, selvittää Lauri Siirala.

Tässä hetkessä ei ole pelkoa

Käärmeen symboli on vanha. Sitä on kuvattu myös elämän

puun ympärille kietoutuneena. Vanhoissa traditioissa käärmeitä on kaksi: toinen valkea ja toinen musta (Yin ja Yang). Näin kaksi muokkaavat vanhan energian uudeksi.

Siiralan mukaan käärme on voimakas symboli elinvoiman heräämiselle ja yhteyden avaamiseen kosmokseen. Elinvoima usein pelottaa ihmistä, varsinkin kun se liittyy seksuaalisuuteen ja kundaliinienergiaan.

– Käärme symboloi myös pelon ja ahdistuksen kohtaamisen tärkeyttä. Jollen ole yhteydessä elinvoimaani, kokemuksestani suodattamaan tietoon ja taitoon nyt, jään kiinni menneisyyteen.

– Jos nykyhetkessä on pelkoa, oman eläiruumiini vastomainen älykkyys puolustaa hengissä säilymistäni vaistomaisesti viimeiseen henkyyseen asti.

Haamut ahdistavat

Nykyihminen kokee useammin itsessään epämääräistä ahdistusta kuin aitoa pelkoa.

– Ahdistus saa ihmisen puolustautumaan ja reagoimaan

ikään kuin hänen henkeään uhattaisiin, vaikka toisen ihmisen asenne tai suhtautuminen uhkaa vain hänen imagoaan tai hänen omaksumaansa identiteettiä. Ahdistamme itseämme ja toisiaamme haamuilla! pohtii Siirala.

Pelko liittyy aina myös menneisyyteen tai tulevaisuuteen. Nykyhetkessä ei ole pelkoa. Meillä on mahdollisuus hyödyntää uutta energiaa, joka ei pelkää mitään.

– Kaikki menneisyys, jota ei ole vielä muunnettu puhtaaksi valoksi tai energiaksi, elää uudelleen ja uudelleen. Tulevaisuus ei ole muuta kuin keskeneräisen menneisyyden kierrätystä tämänhetkisen kehon instrumentin lävitse, toteaa Siirala.

Itsetuntemusta kohden

Uroboros on symboli itsetuntemukselle, suuren muutoksen vanalle. Siirala viittaa kahteen teokseen. Ensimmäinen on **Frieda Harrisin** maalaus Alistair Crowley'n Thoth-

mutta se harvoin onnistuu.

– Olemme aidoimmillamme ’mielettöminä’, sillä mieli on ihmisen luoma todellisuuden korvike.

Siiralan mukaan ihminen on aisteissaan läsnäolevana myös älykkäin. Silloin hän yhtyy suurempaan, avautuvaan tietoisuuteen.

– Tietoisuus lähtee aina nykyhetken aistimisesta, joka mahdollistaa sen laajenemisen. Meidän tehtävämme on ottaa ensimmäinen askel: avata aistimme, juurtua, maadoittua.

– Tyhjässä mielessäni en ajattele, mutta havaitsen kaiken. Tämä antaa minulle välittömästi yhteyden siihen, mistä koostun nyt. Ja se on aina ongelmaton, vaikka elämässä haasteita olisikin.

Siiralan mukaan ongelmaton maailma on aina suurempi ja todellisempi kuin mahdolliset haasteet. Se antaa voimaa avartua. Jos kuitenkin on tarpeen tietää jotakin erityistä elämässä, tieto saavuttaa meidät parhaiten silloin, kun olemme yhteydessä valtavaan kosmiseen valoon eli

tarotpakasta, toinen **Sanna Pelliccionin** maalaus samasta aihepiiristä. Kuvia on toki muitakin.

Lauri Siirala on hyödynttänyt Uroboroksen symbolia projektissaan, joka on antanut ihmisille mahdollisuuden päästä todellisempaan ja rehellisempään nykyhetkeen. Projekti on tarjonnut osallistujille kuuden viikon maksuttoman itsetuntemusmatkan. Käytännössä Siirala on lähettänyt osallistujille kerran viikossa yhden tarot-kortin ja tekstin pätkän sekä toisinaan videon pätkän.

– Kortin sanoman tarkoitus on ollut heijastaa jotakin siitä, mikä kyseisellä viikolla on noussut esiin ja jota on hyvä katsoa juuri nyt. En siis opeta tarot-korttien lukemista, vaan elämän symbolien lukemista.

– On aika luopua tavoista, joilla teen itsestäni vähemmän sitä, mitä todella olen, sekä tottumuksistani tavoitella jotakin, mitä en todellisuudessa ole, hän kiteyttää.

Uroboros saa ilmeisesti jatkoa jossain muodossa tulevaisuudessa.

elinvoimaan.

– Fyysinen kehoni on väylä kaiken eletyn elämän tietopankkiin; näin tiedän, mitä minun tarvitsee tietää juuri nykyhetkessä, kommentoi Siirala.

Reaktiosta vastaamiseen

Suuri osa ihmiselämän käyttäytymisestä on reaktiivista, joka nousee alitajunnasta. Siirala peräänkuuluttaa kaiken tuomista tietoisuuden piiriin niin, ettei elämä olisi vain reagoimista.

Englannin kielessä suhtautumistapaa kuvataan kahdella sanalla: ’react’ ja ’response’. Ensimmäinen on reagoimista, toinen on harkitumpaa vastaamista. Responsibility (ability to respond) sana merkitsee vastuunottamista eli kirjaimellisesti kykyä vastata.

– Olen joka hetki vastuussa siitä, miten vastaan tämän hetken tarpeeseen ja tarkoitukseen. Kuukaan toinen ei voi tätä vastuuta ottaa tai tulla siitä tietoiseksi, sen voin tehdä vain minä itse. Tietoisuus maan päällä on lopulta

Terapeuttista työskentelyä

♦ Lauri Siirala vietti lähes 30 vuotta aikuiselämästään Kanadassa, Yhdysvalloissa ja Sveitsissä, joissa hän toimi muun muassa lastensuojelutyössä, opetustyössä, kansainvälisessä ihmisoikeustyössä ja Ontarion sosiaaliministeriössä. Suomessa hän on asunut pysyvästi noin 25 vuotta.

Siiralalla on runsaasti kokemusta erilaisista toiminnallisista ja vuorovaikutukseen pohjautuvista menetelmistä ja psykofyysisestä terapeuttisesta työskentelystä sekä ryhmien että yksilöiden kanssa. Hän ohjaa elävän hiljentymisen ja tietoisuustaitojen kursseja ja retriittejä ryhmille, sekä toimii työnohjaajana. Lauria voit tavata myös yksityisesti tai kumppanin kanssa parisuhdekonsultaatioiden merkeissä.

Iina Pennanen on Siiralan elämänekumppani. Hän on suunnitellut, järjestänyt ja mainostanut T:mi Dharmenin tilaisuuksia ja kurssitoimintaa yli 20 vuoden ajan, toimien yhteyshenkilönä, tiedottajana, välittäjänä ja sisällöntuottajana. Seuraava retriitti ”Ajattoman sylissä” järjestetään loppiaisviikonloppuna (5.–7.1.2018) Sipoossa, Sopukan koulutuskeskuksessa.

Lähde: laurisiirala.fi

kiinni minusta, Siirala sanoo viitaten jokaiseen henkilöön.

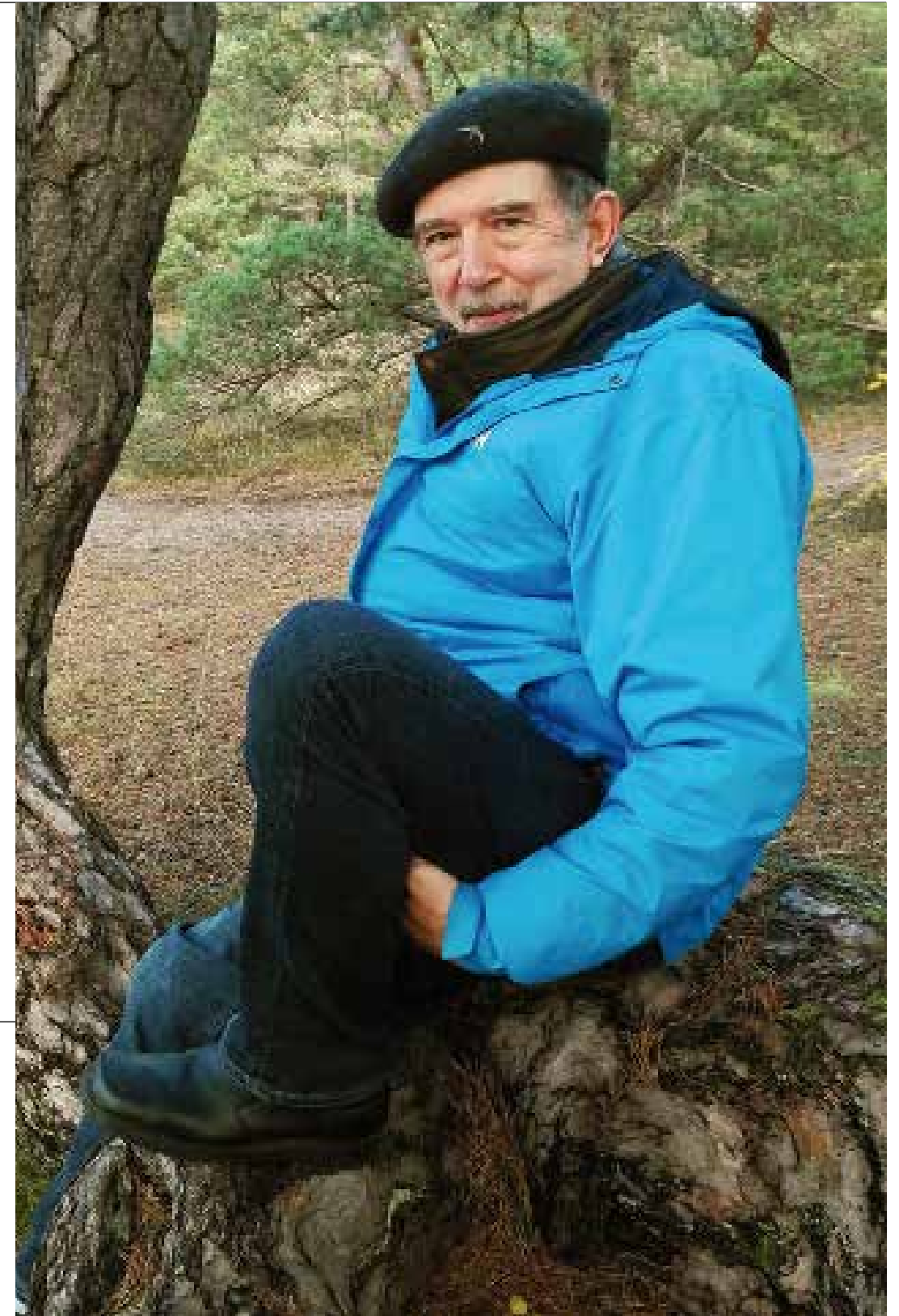
Olemme kuin kela, jossa elämme vilisee miljardeja bittejä halua, huolta, murhetta, kiintymystä, surua, vihaa ja ärtymystä. Jos antennit eivät ole sunnattu syvemmälle, ihminen jää reaktioiden armoille.

– Halusin tai en, se, mitä teen tai olen, menee koko ajan jake-luun itseni ulkopuolelle. Olen palanen maata ja kosmista elämää. Viestitän olemustani ja yhteyttäni joka hetki kollektiiviseen rihmastoon. Jos vain reagoin, lähetän senkin viestin eetteriin.

Ajan loppu

On selvää, että maailman paniikki näyttäytyy ympärillämme. Maailma on Siiralankin mielestä hullu ja yhä hullummaksi käy.

– Maailma on tuhon partaalla.



Elämme monella tavalla kestä-mättöntä ja sietämättöntä aikaa.

Ranskalainen filosofi, **Paul Valéry** (1871–1945), sanoi kuitenkin ”Tuuli yltyy, on rohjettava elää”. Se on totta tänäänkin.

– Joka päivä tulee jotakin, joka pyrkii horjuttamaan läsnäoloani. On haastavaa pysyä ei-reaktiivisena. Pyörremyrskyn tullessa ainoa tyyni ja hiljainen paikka on sen silmässä, myrskyn ytimessä.

Korjausliike on Siiralan mukaan yllättävän pieni. Se pitää vain tehdä uudelleen ja uudelleen ja uudelleen. Jeesukselta kysyttiin aikoinaan, mitä tapahtuu, kun Jumalan valtakunta tulee. Vastaus oli kaksi sanaa ”aika loppuu”.

– Aika ja kuolema ovat ihmisten keksintöjä. Yhteys, jonka pyrimme avaamaan, on yhteys siihen, mistä olemme kotoisin. Se

on muodoton, ikuinen, ääretön ja kuolematon todellisuus.

– Ajan loppu on nyt. Heti kun astun tähän tilaan, jossa aika loppuu, olen yhteydessä ajattomaan ja kuolematomaan lähteeseen. Mitä vähemmän luon aikaa, sitä helpommin vain astun seuraavaan hetkeen. On hyvä elää ajattomasti. Nyt. □

Teksti: Merja Kiviluoma
Kuvat: Iina Pennanen



Lauri Siirala lauloi hippiäiselle, joka kätkeytyi hänen hihansa alle.