

A stylized green logo consisting of several curved, overlapping leaf-like shapes radiating from a central point, resembling a fan or a flower.

Marko Karilahti

# ELÄMÄN ILMIÖITÄ

Havaintoja elämän syivistä kerroksista



Elämän ilmiöitä



Marko Karilahti

# ELÄMÄN ILMIÖITÄ

Havaintoja elämän syvistä kerroksista



Helsinki • 2026

Nimikkeen automaattinen analysointi tietojen, erityisesti mallien, trendien ja korrelaatioiden, saamiseksi tekijänoikeuslain 13b § ("tekstin- ja tiedonlouhinta") mukaisesti on kielletty.

© Copyright ja kustantaja 2026 Marko Karilahti  
[www.markokarilahti.fi](http://www.markokarilahti.fi)

Taitto, kansi ja toimitus: Juha Kuvajainen  
Kannen kuva: Pixabay/Kanenori

ISBN 978-952-88-1852-6 (pehmeäkantinen)  
ISBN 978-952-88-1853-3 (PDF)

Paino: Libri Plureos GmbH, Hampuri, Saksa

## Sisällys

Alkusanat.....	7
Johdanto.....	9
Mitä Reiki minulle on .....	11

### Osa I Peili

1. Simulaation varjossa – mieli ja todellisuus .....	17
2. Projektion laki – peilinä toinen ihminen .....	51
3. Synkronismi – elämä vastaa ajatuksiisi.....	75

### Osa II Voima

4. Kehon kieli – fyysisyyden syvempi merkitys .....	99
5. Perusvoima – kundaliini ja elämän liike.....	111
6. Karma ja syklit – elämän toistuvat opetukset .....	123
7. Virta – energettinen luonnonlaki.....	137

### Osa III Itse

8. Minuus – kuka minä olen?.....	159
9. Ajattomuus ja nyt-hetki.....	171
10. Rakkaus ilman kohdetta.....	179
11. Itsen tunnistaminen ja integroiminen .....	189
12. Mitä seuraavaksi? .....	197

Jälkisanat.....	205
Kirjailijasta.....	207
Lähteet .....	208



## Alkusanat

*If you are a lion and you don't act like a lion,  
it will eat you.*

Tämä lause pysäytti minut vuosia sitten kuntosalilla. En koskaan saanut tietää, mistä se oli peräisin, mutta se jäi elämään sisälleni. Jos sisäinen tuli ei saa ilmetä ulkoisessa elämässä, se kääntyy meitä vastaan – uupumuksena, masennuksena tai outona tunteena, että elämme merkityksetöntä tai jonkun toisen elämää.

Tämä kirja syntyi hitaasti, samoin kuin ensimmäinen kirjani *Reiki – eheäksi ihmiseksi (Taivaankaari 2017)*. Minulle kirjoittaminen ei ole tekninen suoritus vaan matka siihen, mikä minussa on totta. En kirjoita, jos en ole kokenut kirjoittamaani asiaa tai tapahtumaa.

Eräänä päivänä kokemuksenttäni oli kulminoitunut seuraaviin lauseisiin: *”Minä olen Marko Peter Karilahti. Minä olen jäämies Ötzi – ihminen ennen sivilisaatiota. Minä olen neandertalilainen – keholinen tietoisuus. Minä olen Antero Vipunen – suomalaisen mytologian tietäjä. Minä olen harmaa – olento toiselta tasolta. Minä olen kaikki.”*

Tuon ajatuksen myötä aloin ymmärtää, että identiteetti ei ole pysyvä rooli vaan elävä virta – muistiin painunut jälki niin menneistä kuin tulevista mahdollisuuksista. Minuus ei ole sidottu aikaan, biologiaan – eikä edes planeettaan. Kun päästin irti siitä, mitä kuvittelin olevani, elämä alkoi paljastaa, kuka minä oikeastaan olen ja en ole.

*Elämän ilmiöitä* on kokoelma havaintoja, jotka syntyivät kulkiesani syklien, symbolien ja synkronisiteettien läpi. Se on yritys ymmärtää, mitä elämä todella on – ja kuka oikein kokee tämän kaiken.

Kirjoitan sinulle, joka tunnet, että maailma on enemmän kuin mitä silmä näkee. Sinulle, joka olet huomannut toistuvia merkkejä, kysymyksiä ja hetkiä, joita et osaa selittää.

Tämän kirjan äärellä en tarjoa vastauksia vaan toisenlaisen näkökulman.

# Johdanto

## **Miksi näistä ilmiöistä kannattaa kirjoittaa juuri nyt?**

Kun ensimmäinen kirjani *Reiki – eheäksi ihmiseksi* julkaistiin loka-kuussa 2017, syntyi sisäinen kysymys: jääkö tämä yhdeksi kokemukseksi vai oliko kyse jostakin syvemmästä, ehkä jopa elämäntehtävästäni? Moni kirjoittaa yhden kirjan, joskus hetken innostuksesta, joskus intuition johdatuksesta. Mutta jos jokin syntyy toistuvasti, se ei ehkä enää ole sattumaa. Silloin liikutaan jo tahdon, lahjakkuuden ja tarpeen kolmiossa. Tämä toinen kirja ei ole syntynyt paineesta todistaa itselleni kykyäni – vaikka sitäkin on ollut – vaan sisäisestä liikkeestä, joka ei antanut periksi ennen kuin aloin kuunnella sitä uudelleen.

Kirjoittaminen ei ole minulle tekninen suoritus. Se ei ole projekti eikä ulkoinen tavoite. Kirjoitan vasta, kun olen kokenut; vasta kun elämä on antanut minulle jotakin, minkä läpi olen kulkenut. Tämä kirja onkin enemmän dokumentti sisäisestä kontemplaatiosta kuin essee tai opaskirja. Se ei yritä opettaa, vakuuttaa tai esittää teoriaa. Se kuvaa ilmiöitä, jotka jokainen meistä kohtaa – mutta joita harvoin pysähdymme tutkimaan syvemmältä.

Motivaationi ei kohdistu kirjalliseen menestykseen vaan oivallukseen. Haluan ymmärtää, mitä elämä oikeastaan on. Miksi jotkut hetket toistuvat? Miksi jokin tietty tunne tai ilmiö nousee esiin uudelleen ja uudelleen – kuin jokin haluaisi tulla nähdyksi meidän kauttamme? Miksi parkkipaikka löytyy juuri silloin, kun toivomme sen löytyvän? Miksi juuri silloin, kun aiomme ohittaa pyöräilijän, tulee vastaan auto, joka estää sen? Mikä logiikka on näiden tapahtumien takana? Vai onko siinä logiikkaa ollenkaan?

Nämä kysymykset eivät ole filosofisia siksi, että niihin olisi vastattava järjellä. Ne ovat filosofisia siksi, että ne koskettavat olemassaolon rakennetta. En väitä tietäväni vastauksia, mutta en voi olla kysymättä.

Erityisesti minua alkoi kiehtoa ilmiö, jota nimitän tässä *merkityksellisyysskorostumaksi*. Tilastollisesti pyöriäilijän ohittaminen tai parkkipaikan löytyminen ei ehkä ole poikkeavaa. Mutta kokemus on kokijalleen merkityksellinen. Se, mitä tapahtuu sisälläni – hetken tunne, pysähdys, ärsytys tai ihmetys – on täysin todellinen. Tilastot eivät näe yksittäistä hetkeä. Elämä näkee sen.

Ehkä elämä on muuttunut simulaatioksi – tai ehkä se on aina ollut sitä. En tarkoita tätä teknisesti vaan kokemuksellisesti. Elämä toimii kuin peili, kuin näyttämö, kuin uni. Se tarjoaa meille vihjeitä, symboleita ja synkronisiteetteja – merkityksellisiä yhteensattumia – joiden kautta voimme alkaa ymmärtää itseämme ja sitä kautta koko maailmaa.

Arki on kerros – se, jossa juomme kahvimme, vastaamme sähköposteihin ja ajelemme kaupungilla. Mutta tuo kerros lepää toisenlaisen ulottuvuuden päällä. Kutsun tätä kerrosta *elämän pohjavirraksi*. Siellä liikkuu syvempi tahto, tietoisuus ja rytmi. Joskus ne koskettavat toisiaan – arki ja pohjavirta – ja silloin tapahtuu jotakin, minkä voimme tuntea, muttemme selittää.

Voisi kysyä, miksi erotan arjen ja elämän toisistaan. Eikö kaikki ole elämää? On. Mutta erotan ne toisistaan tässä, jotta niistä on helppompaa puhua. Ehkä ne eivät ole syy ja seuraus vaan toisilleen rinnakkaisia liikkeitä. Tai ehkä ne ovat sama asia mutta vain eri mittakaavoissa.

Tämä kirja on yritys pysähtyä niiden ilmiöiden äärelle, jotka tapahtuvat meissä ja ympärillämme jatkuvasti mutta joita emme useinkaan osaa lukea. Se ei tarjoa valmiita karttoja. Se tarjoaa havaintoja. Se ehdottaa, että ehkä elämä on enemmän kuin selvitettävä mysteeri – ehkä se on kieli, jota voi oppia kuulemaan.

*Elämä puhuu meille. Ja ehkä meidän on aika alkaa kuunnella sitä.*

## **Mitä Reiki minulle on – ja miksi se on tämän kirjan kantoaalto**

Olen aloittanut Reikin opiskelun vuonna 2007 ja valmistunut Reiki-masteriksi vuonna 2010. Aikidoa olen harjoittanut vuodesta 2007 lähtien. Nämä eivät ole olleet minulle niinkään oppeja kuin konteksteja, joissa olen tutkinut ihmisyyttä, havaintoa ja merkityksen muodostumista.

Reiki syntyi 1900-luvun alussa Japanissa Mikao Usuin kokemuksesta. Tarina kertoo, että hän vetäytyi Kioton lähellä sijaitsevalle Kurama-vuorelle paastoon ja meditaatioon. Retriittinsä 21. päivänä hän sai kokemuksen, jossa hän havaitsi yhteyden kaikkeen – virran, joka paransi ilman aikomusta, ilman tahtoa. Tätä virtausta hän kutsui nimellä *Reiki* – ”henkinen energia” tai ”elämän voima”. Hän ei perustanut uskontoa eikä menetelmää vaan toi näkyväksi sen, mikä on jo olemassa: tietoisien yhteyden elämän virtaan.

Minulle Reiki ei ole hoitomuoto, uskonto eikä menetelmä. Se on olemisen muoto. Tapa olla suhteessa todellisuuteen – itsen ja maailman välillä virtaava näkymätön hengitys. Kun aikoinaan aloitin Reikin opiskelun ja harjoittelun, luulin sen olevan keino auttaa toisia. Halusin oppia kanavoimaan energiaa, parantamaan ja ehkä ymmärtämään ihmisen ja elämän salaisuutta. Myöhemmin ymmärsin, ettei Reiki ole jotakin, mitä minä teen, vaan tila, jossa kaikki tapahtuu. Se on virtaus johon voi liittyä mutta jota ei voi hallita.

Reikin kielessä energian *kanavoiminen* ei tarkoita siirtämistä vaan sallimista. Energia ei tule jostain ulkoa eikä lähde minusta toiseen. Se virtaa, koska sen luonto on virrata. Kun lakkaan vastustamasta, energia löytää oman uomansa. Siksi Reiki on minulle ennen kaikkea suostumista – suostumista siihen, mitä on. Kuuntelemista ilman aikomusta, katsomista ilman tarvetta muuttaa mitään, koskettamista

ilman päämäärää. Kun tämä tila syntyy, eheytyminen on luonnollinen seuraus yhteydestä.

Reiki on värähtelytila, ei minkäänlaista mitattavaa säteilyä; se on taajuus, jolla tietoisuus ja energia sulautuvat yhdeksi. Se on kuin aalto, joka tunnistaa itsensä hiukkasessa – rajallisena ilmenevä ääretön. Siksi Reiki on elämän perusvärähtelyä, kaiken kantoaalto. Kun siihen virittäytyy, maailma pehmenee, keho kevenee ja mieli kirkastuu. Se ei poista kipua, mutta antaa sille merkityksen. Se ei kiellä varjoa, mutta näyttää, että valo on jo sen sisällä.

Reiki on tämän kirjan näkymätön pohjavire – sen hengitys. Kaikki muu rakentuu sen päälle: simulaatio, projektion laki, kehon kieli, karma ja rakkaus ilman kohdetta. Jos luet tämän kirjan hiljaisesti, huomaat, että jokainen oivallus kumpuaa samasta lähteestä, tietoisuudesta, jossa mikään ei ole erillään.

## **Aikidon hengessä**

Aikido syntyi 1900-luvun alun Japanissa Morihei Ueshiban, O-Sensein (Suuri opettaja), oivalluksesta. Hän oli mestari monissa taistelulajeissa ja ymmärsi, että todellinen voima syntyy yhteensointumisesta elämän liikkeeseen. Näin syntyi tie, jossa *ai* merkitsee harmoniaa, *ki* elämänvoimaa ja *do* polkua – harmoninen tie yhdistettynä elämänvoimaan.

Kun astun tatamille, en harjoittele taistelua. Astun virtaan, joka ei vastusta mitään. Jokainen hyökkäys on aalto, joka etsii tasapainoa. Kun liityn siihen oikealta paikalta, hyökkäys lakkaa olemasta. Jäljelle jää liike, joka korjaa itsensä. Aikido on luonnonlaki liikkeen muodossa: virtaus, joka löytää liikkeessä oman tiensä.

Harjoitus on kuuntelemista koko olemuksella. Jos keho jännittyy, virta katkeaa. Jos mieli yrittää hallita, liike menettää rytminsä. Siksi todellinen Aikido tapahtuu tietoisuudessa, ei lihaksissa. Kun mieli tyyntyy, keho näkee. Liike on silloin katsomista liikkeen kautta.

Aikidossa ei ole olemassa käsitteitä ”sisään” tai ”ulos”, ei hyökkäystä eikä puolustusta. On vain yksi virtaus, joka ilmenee eri tavoin – joskus pyörteenä, joskus tyvenenä. Kun tämä ymmärretään, Aikido ei ole enää kamppailulaji vaan elämän kieli: tapa liikkua maailmassa ilman vastustusta.

O-Sensei sanoi: ”Aikido on rakkauden ilmenemistä.” Se on tietoisuutta yhteydestä. Kun hyökkäys lakkaa olemasta, myös minä lakkaan olemasta erillinen. Jäljelle jää vain liike, joka virtaa kaiken läpi – sama liike, jota kutsumme elämäksi.

## **Työkalut maailman energioiden ymmärtämiseen**

Reiki ja Aikido ovat minulle kaksi erilaista ovea samaan huoneeseen. Toinen avautuu hiljaisuuden kautta, toinen liikkeen. Niiden kautta olen oppinut aistimaan sen, mikä ei näy – elämän energian hienovaraiset säikeet, jotka kietovat kaiken toisiinsa.

Kun asetan käteni keholle tai katselen maailmaa Gyoshihon hiljaisuudessa, opin näkemään värähtelyjen maiseman: miten ajatus muuttaa muotoaan energiaksi ja energia ajatukseksi. Tatamalla sama tapahtuu liikkeessä – jokainen hyökkäys, jokainen askel, jokainen käänнос paljastaa sen, miten maailma toimii: ei erillisten voimien törmäyksenä vaan jatkuvana sointuna, jossa jokainen sävel pyrkii harmoniaan muiden kanssa.

Reiki opettaa minulle olemisen resonanssia, Aikido sen dynamiikkaa. Toinen näyttää, miten energia lepää, toinen miten se liikkuu. Niiden kautta olen alkanut hahmottaa elämää pikemminkin energian aaltoiluna kuin tapahtumien sarjana – virtaavana tietoisuutena, joka muuttaa muotoaan, mutta ei koskaan katoa.

Kun pysähdyn tämän ymmärryksen äärelle, huomaan, että kaikki ilmiöt – ihmiset, ajatukset, tunteet ja tapahtumat – ovat vain erilaisia tiivistymiä samasta energiasta. Reiki ja Aikido ovat minulle kartta ja kompassi tässä näkymättömässä maailmassa, keinoja tunnistaa, miten energia virtaa, missä se pysähtyy ja miten se löytää taas liikkeen. Ne ovat työkaluja ymmärtää todellisuutta suoran kokemuksen, ei pelkästään mielen kautta. Ne ovat avaimia siihen, mitä tarkoittaa olla elossa.

## **Reikin kantoaalto**

Reiki on hiljaisuuden kieli, Aikido liikkeen kieli. Toinen hengittää, toinen liikkuu, mutta kumpikin kertoo samasta virrasta – elämän rytmistä, joka virtaa meissä ja meidän kauttamme. Tämä kirja on kirjoit-

tettu tuossa virrassa – ei etsiäkseen totuutta vaan ollakseen totuudessa, ei tehdäkseen mitään vaan antaakseen elämän liikkua sellaisena kuin se on.

Reiki on minulle ennen kaikkea tapa katsoa maailmaa. Se ei ole hoitomenetelmä tai energia; se on näkökulma olemassaoloon – tapa nähdä todellisuus ykseytenä. Reikissä ei ole vastakohtia. Siinä on vain virta, joka kulkee läpi kaiken. Kun ajattelen, että ”annan reikiä”, tiedän, ettei mikään kulje minusta toiseen ja että elämä virtaa itsensä kautta. Minä olen läsnä, kuuntelen ja annan sen tapahtua.

Reikin ytimessä on syvä luottamus siihen, että kaikki on jo valmis. Ei tarvitse korjata, ei muuttaa, ei lisätä mitään. Tietoisuus itse virtaa, ja sen virran luonne on parantava, koska se palauttaa meidät siihen, mitä olemme olleet koko ajan: ehyitä, täydellisiä, eläviä. Hiljaisuus on sen peruskieli. Kun mieli hiljenee, energian liike alkaa näkyä. Kun lakkaamme yrittämästä, virta alkaa näkyä ja tuntua. Silloin jokainen hengitys on pysähtymistä, jokainen katse tunnistamista, jokainen liike osa suurempaa tanssia, jossa ei ole esiintyjää eikä yleisöä.

Reiki on minulle myös todellisuuden rakenne. Kaikki, mitä havaitsemme, on energiaa, joka värähtelee eri taajuuksilla – ja Reiki on tuo perustaajuus, se kantoaalto, josta kaikki muut sävyt nousevat. Ihmisen mieli tulkitsee sen muodoksi, nimeksi ja tarinaksi, mutta itse virta ei muutu. Se on sama virta, joka saa kasvin kasvamaan, veden kiertämään ja ihmisen rakastamaan. Kun palaamme tähän virtaan, palaamme kotiin.

Tässä mielessä Reiki on muistamista. Se on muisto omasta alkuperästämmme – valosta, tietoisuudesta ja läsnäolosta, joita emme voi menettää, vaikka kuinka eksyisimme omiin uskomuksiimme. Siksi kirjoitan tätä kirjaa Reikin hengessä, en selittääkseni vaan osoittaakseni siihen suuntaan, jossa muistaminen voi tapahtua jokaisessa omalla tavallaan. En väitä tietäväni, miten virta toimii, mutta voin kertoa, miltä se tuntuu, kun sen antaa kulkea.

Reikin kantoaalto on kuin sydämen sykkeen hiljainen tausta, joka ei koskaan lakkaa. Joskus sen kuulee selvästi, toisinaan se jää arjen melun alle. Mutta aina se on siellä – odottamassa, että pysähdymme ja kuulemme sen jälleen.

|

**Peili**







**Elämän ilmiöitä** on matka kokemukseen, jossa arki ja näkymätön kietoutuvat toisiinsa. Se ei tarjoa vastauksia vaan avaa tilaa nähdä. Kirja kuljettaa lukijaa projisoinnin, synkronisiteetin, kehon viisauden, mielen rakenteiden ja rakkauden luonteen äärelle – ei teorioina vaan elettyinä todellisuutena.

Mitä jos elämä ei ole vain sattumanvarainen tapahtumien ketju vaan jotakin, joka tapahtuu sinussa ja sinun kauttasi? Tämä kirja ei pyri muuttamaan sinua. Se kutsuu sinut huomaamaan, mitä jo on.

Jos olet joskus pysähtynyt ihmettelemään elämän outoja yhteensattumia, tunteiden syvyyttä tai sitä, kuka oikeastaan kokee tämän kaiken – tämä kirja puhuu sinulle.

**Marko Karilahti** kirjoittaa ihmisyydestä sisältä käsin: mitä tapahtuu, kun lakkaa etsimästä valmiita malleja ja alkaa tarkkailla suoraan omaa kokemustaan? Mitä jää jäljelle, kun tarinat hiljenevät?



ISBN 978-952-88-1852-6

KL 17.3

