

## Amman viesti koskien Covid-19 pandemiaa – 9. huhtikuuta 2020

Amman sydäntä särkee syvästi nähdä kuinka koko maailma kärsii ja itkee tuskasta. Amma rukoilee sydämestään Paramatmanilta Jumalan armoa ja pandemiaan menehtyneiden sielujen, heidän perheidensä ja ystäviensä mielenrauhan sekä maailmanrauhan puolesta.

Kaikkialla ympärillämme käydään nyt monia keskusteluja, tiedotuskampanjoita ja tieteellisiä tutkimuksia liittyen tautiin. Nämä kaikki ovat tarpeellisia pysäyttääksemme tämän katastrofin. Kuinka tauti leviää? Se ei ole kuten tavallinen flunssa. Kun joku on saanut viruksen, hän voi tietämättään tartuttaa sen kaikkiin, jotka ovat hänen kanssaan tekemisissä. Tutkimukset osoittavat, että virus voi levitä jopa metrien päähän pisaroiden kautta, joita levitämme jopa puhuessamme. Joten tartunnan saaneet voivat jopa tietämättään levittää virusta niihin, joiden kanssa ovat yhteydessä. Oireet saattavat ilmaantua vasta 15 päivää tartunnan jälkeen. Mutta sinä aikana jokainen, johon tartunnan saanut on yhteydessä, voi myös saada tartunnan. Sitten näillä henkilöillä saattaa myös kestää 15 päivää oireiden kehittymiseen. Jokainen heistä voi tartuttaa useita muita, jotka taas kehittävät oireita vasta 15 päivän jälkeen. Jos tämä jatkuu, sairaalamme täyttyvät pian potilaista. Lääkkeet loppuvat. Kun vihdoinkin keksitään lääke, on liian myöhäistä.

Joten Amma pyytää nöyrästi teitä kaikkia tottelemaan hallituksen määräyksiä. Yrittäkää pysyä sisällä kodeissanne määrätyn aikajakson ajan. Jos jalkamme on pahasti poikki, emmekö pysy sisällä kahdesta kuuteen kuukauteen kävelemättä, ruuvien pitäessä luitamme paikoillaan?

Teho-osastolle joutuneet ovat paikoillaan useita päiviä. Lapseni, ajatelkaa tätä nykyistä tilannetta niin kuin olisimme kaikki teho-osastolla ja pysykää kärsivällisesti sisätiloissa. Samaan aikaan, lapseni, älkää hukatko itseluottamustanne. Itseluottamus on kuin akku. Voimme käynnistää auton vain akun ollessa ladattu ja valmis. Muutoin, vaikka tankki olisikin täynnä, auto ei käynnisty. Ilman itseluottamusta emme pysty ilmaisemaan vahvuuksiamme ja lahjojamme. Rohkeus ja itseluottamus ovat antivirukset, jotka tuhoaa tämän viruksen. Itseluottamus luo uutta energiaa sisällämme.

Millä tavalla äiti pitää lapsestaan huolta tämän ollessa kipeä? Meidän tulisi ilmaista samanlaista huolenpitoa muita kohtaan. Ole kärsivällinen ja hyväksy tämä sulkutila tarpeellisenä sekä toisten että itsesi suojelemiseksi. Seuraava hengenvetokaan ei ole käsissämme; vain tämä hetki on meidän. Arvostelukyvyyn harjoittaminen tässä hetkessä määrittelee todellisen elinkaaremme; elämä on olemassa vain tässä hetkessä.

Voimme nähdä sen helposti tämän COVID-19 -kokemuksen kautta. Monet ihmiset eivät ole saaneet nähdä vilaustakaan rakkaistaan kuollessaan. Kuolleet joutuivat jättämään kehonsa ilman yhtäkään läheistään vierellään. Joten elämässä on kyse vain tästä hetkestä. Olemme aina yksin, olimme sitten väkijoukossa tai itseksemme. Säilyttäkää tietoisuus tästä ja pitäkää Jumala ainoana päämääränänne. Samaan aikaan, hyväksykää kaikki kuin he eivät olisi erillisiä osia itsestänne. Vaikka aurinko heijastuisi sadasta vesikannusta, on olemassa vain yksi aurinko. Samalla tavoin, yksi ainoa Korkein Itse ilmaisee itseään kaikkien luomakunnan muotojen kautta. Kun oikeaa kättä särkee, lohduttaa vasen sitä, tunnistaen sen osana kokonaisuuttaan. Samoin on nähdessämme toisten surun ja ilon omanamme.

Meidän tulisi totella rajoituksia ja pysyä sisätiloissa. Keralan hallituksen ja keskushallinnon toiminnan johdosta ihmiset ovat tietoisempia. Monista lapsista sisällä pysyminen voi tuntua vaikealta. Se voi johtaa

ahdistukseen ja levottomuuteen. Etenkin karanteenissa olevat voivat tuntea pelkoa ja masentua. Mieli saattaa käyttäytyä kuin huoneeseen lukittu lapsi. Lapsi saattaa saada raivareita. Lapsi saattaa juosta ympäriinsä koska sillä ei ole erottelukykä. Samalla lailla mielikään ei kykene erottelemaan, se ei pysy paikallaan. Liian suuri ahdistus voi johtaa masennukseen. Kireys ja ahdistus ovat nimittäin vapaata riistaa. Joten ihmiset kuluttavat näitä suurissa määrin ja luovat itselleen kaikenlaisia sairauksia. Lapseni, älkää lähtekö tähän mukaan.

Sen sijaan, Amma pyytää kaikkia lääkäreitä, psykiatreja ja psykologeja antamaan jonkin verran ajastaan tarjotakseen apuaan tämän pandemian aikana. Tällaista palvelua tarvitaan nyt. Ottakaa tämä Amman pyyntönä lääkäreille, psykiatreille ja psykologeille. Olitte sitten uskovia tai ette, käyttäkää yksi tai kaksi tuntia päivittäin siihen, että tarjoatte ilmaista neuvontaa sitä tarvitseville. Amrita yliopistossa on useita terapeutteja. Tarvittaessa voimme toimittaa heidän yhteystietonsa. Voitte ottaa heihin yhteyttä jutellaksenne heidän kanssaan.

Ihmiset voivat käyttää tämän ajan rakentavasti kasvattamalla vihannetarhan, hoitamalla mehiläisiä tai istuttamalla puuntaimia. Kun alamme rakastaa luontoa, unohdamme kaiken muun. Alamme puhumaan kasveillemme, nähden niiden olevan siunattuja elämällä. Tosiasiassa luonto on todellinen äitimme. Vihannesten kasvattaminen antaa meille ravintoa ja puhdistaa myös ilmaa ympärillämme. Mielemme pystyy myös paranemaan tämän kautta.

Amma aloitti Vishuthaineettam -tavan kasvattaakseen puiden istuttamisen kulttuuria lastensa joukossa ja palauttaakseen takaisin ihmisen ja luonnon väliltä kadonneen siteen. Nykyään lapset useissa paikoissa ympäri maailmaa jatkavat tätä traditiota, jossa puita istutetaan Vishulle. Vrischikamonnuvrkshamonnun. Se oli iskulause. Amma aloitti tämän vuosia sitten. Amrita yliopiston kampuksella Coimbatoressa on istutettu miljoonia puita.

Amma on ottanut ihmisiä vastaan nyt 48 vuoden ajan. Monet tulevat Amman luokse mielenterveysongelmien kanssa. Piirtämisen, maalaamisen, puutarhanhoidon ja muiden vastaavien harrastusten kautta monet ovat pystyneet vähentämään riippuvuuttaan lääkkeisiin. Kun lääkkeet aloitetaan, niitä ei koskaan pitäisi lopettaa yhtäkkisesti - ainoastaan vähitellen, vähä vähältä lääkärin valvonnassa. Ihmisten, jotka ovat käyttäneet masennuslääkkeitä vuosia, ei pitäisi lopettaa niitä kokonaan, mutta monet saattavat pystyä hitaasti alentamaan lääkannostaan neljännekseen. Tätä on tapahtunut myös alkoholistien ja kroonisten tupakoitsijoiden kanssa. Kun rakkautta luontoa kohtaan on kasvatettu, he ovat pystyneet lopettamaan juomisen ja tupakoinnin. Sadat ihmiset ovat muuttuneet näin, kun heidän rakkautensa luontoa kohtaan on herätetty. Tee jotain taiteellista. Soita ystävillesi ja jaa lohdutuksen sanoja.

Ennen vanhaan ihmiset halusivat tulla juosten kotiin töiden jälkeen. He tunsivat, että kodin sisällä oli turvallista. Mutta nykymaailmassa ihmiset yrittävät parhaansa mukaan päästä pois kotoaan. Koska ilmapiiri kotona on enimmäkseen vihamielinen. Monissa kodeissa perheenjäsenet eivät pysty katsomaan toisiaan tappelematta. Tämä "pysy sisällä" -sääntö on vielä vaikeampi tällaisissa tilanteissa. Ihmiset saattavat kohdata paljon ongelmia tämän takia. Meidän tulisi yrittää ymmärtää toisten heikkoutta ja myös hyväksyä omamme, ja edetä yhteisymmärryksessä ja sovinnossa.

Menomme ovat pienentyneet viime päivien aikana, ollessamme kotona. Siinä missä kulutimme 10 000 rupiaa 10 päivässä, saatamme nyt kuluttaa vain 5 000 rupiaa. Nyt ihmiset eivät voi mennä ostoksille. Amma ei pyydä luopumaan ostoksista. Ihmiset eivät voi ajaa autojaan. Niinpä myös polttoaineeseen käytetty raha säästyy. Niin paljon kuin mahdollista, yritetään käyttää tämä raha ympärillänne olevien köyhien auttamiseen. He ovat veljiämme ja siskojamme. Joten käytetään säästämänne rahat tietoisina dharmasta.

Jokaisella paikalla ja tavaralla on dharmansa. Tiettyä dharmaa täytyy noudattaa teillä. Erilaista dharmaa lentokentillä tai lentokoneessa. Vielä erilaista ajoneuvolla ajettaessa - kuten turvavyön kiinnittäminen jne. On olemassa dharmaa sillekin kun lennämme - miten istua ja käyttäytyä. Täytyy käyttää itsekuria ja olla hiljaa. Tupakointi ei ole sallittua. Kaikkia näitä dharmoja tulee noudattaa. Ja yleensä noudatammekin niitä. Samalla tavalla kaikkeen luonnossa liittyy dharmaa. Mikäli noudatamme tätä dharmaa, voimme palauttaa luonnon tasapainon.

Kun menemme perheen kanssa juhliin tai festivaaleille tai vaikkapa elokuvateatteriin, menemme sinne niin suurella innolla ja ilolla. Samalla tavalla, tehkää sisätiloissa pysymisestä juhlaa. Pysykää iloisina ja sen ohella rukoilkaa muiden puolesta. Henkisyys opettaa meitä kohtaamaan vaikeudet. Henkisyiden periaatteet auttavat meitä kohtaamaan vaikeudet ja voittamaan ne. Kokenut uimari voi nauttia meren aalloista pelotta. Lainelautailijat jopa nauttivat lainelaudan päällä seisomisesta ja jättimäisillä aalloilla surffaamisesta. Ihmiset menevät surffilomille hovin vuoksi. Mutta jos et tiedä miten surffata, voit pudota aaltoihin ja hukkuu.

Henkisyys, henkiset mestarit ja pyhät tekstit opettavat meitä kuinka kohdata elämän haasteet. Henkiset mestarit ovat harjoittaneet henkisyyttä missä tahansa ovat olleetkaan, jopa vankilassa. Tekemällä intensiivisiä henkisiä harjoituksia, he ovat saavuttaneet itseoivalluksen. Oli tilanne tai este mikä tahansa, mikäli mielessä on intoa ja vahvuutta, voimme muuttaa paikan taivaaksi. Vaikka olisitte sisätiloissa, yhdessä huoneessa, vitsailkaa, naurakaa ja olkaa iloisia, kuin olisitte taivaassa. Samaan aikaan pitäkää silmällä mitä tapahtuu ulkopuolella ja edetkää niin kuin on tarpeellista.

Mielemme on kuin joku, jonka jalat ovat poikki. Tämä henkilö yrittää aina tukeutua johonkin toiseen liikkuaan eteenpäin. Mieli on kuin köynnös, yrittäen levittää oksiaan. Se kurottaa jatkuvasti kohti lähellä olevia puita tarttuakseen tiukasti kiinni ja levittyäkseen. Jos pidämme ulkokasvia sisällä, se yrittää kurottaa kohti auringonvaloa jokaisesta huoneen kolosta tai ikkunasta. Samalla tavoin mieli on aina riippuvainen toisista; se ei ole koskaan itsenäinen. Mieli on kuin autistinen lapsi. Autistisen lapsen äidillä täytyy olla paljon kärsivällisyyttä. Kukaan muu ei pysty asumaan lapsen kanssa. Aivan kuten äiti pitää huolta tällaisesta lapsesta, meillä tulee olla kärsivällisyyttä toisiamme kohtaan.

Tällä hetkellä emme pysty pitämään ajallista väliä ajatustemme ja toimintamme välillä. Tämän takia ajatuksemme ilmenevät tunnepurkauksina. Jos pystymme luomaan hieman rakoa ajatustemme ja tekojemme välille, saamme tunteemme paremmin hallintaan. Koska pieni väli on luotu siinä ajassa. Siinä välissä, valo voi loistaa. Valon loistaessa, aivan kuten auringolle altistetut siemenet eivät idä, ei ole paikkaa vihalle. Meidän tulisi pystyä seisomaan sivussa ja seuraamaan tapahtumia tarkkailijan lailla. Meihin ei vaikuta kun ongelmat, kuten onnettomuus tai jopa kuolema, osuvat jonkun toisen kohdalle. Henkisyys opettaa meille, että meidän pitäisi pystyä säilyttämään samanlainen tarkkailijan asenne kaikissa tilanteissa. Tarkkailijan asenteen lisäksi meidän tulisi pysyä valppaana ja huomaavaisena kaikissa teoissamme. Samalla meidän tulisi rukoilla toisten puolesta.

Tällä hetkellä meillä on tietämystä, muttei tietoisuutta. Meillä on tietoa, muttei erottelukykä. Vaikka meillä on pää, tulemme siitä tietoiseksi vasta kun meillä on päänsärkyä. Ajatelkaamme, että luonto on antanut meille tämän karvaan kokemuksen, jotta meistä tulisi tietoisempia. Jos murramme kätemme tai jalkamme, se osa kehosta turpoaa heti. Sama tapahtuu nyrjähtämisen kanssa. Kehomme reagoi niin suojellakseen kyseistä raajaa.

Samalla tavoin, luontoäiti on antanut meille tämän kokemuksen, jotta se voi parantaa itsensä. Tänä aikana esimerkiksi savu ja muu ilmansaaste tehtaista ja ajoneuvoista on vähentynyt radikaalisti. Monin tavoin luonto parantaa itseään. Ehkäpä luonto yrittää suojella itseään. Meidän tulisi nähdä jokainen ihmiskunnan hakkaama puu ruumisarkkuna, jota rakennamme itsellemme. Nostaakseen tietoisuutta tästä, luonto on iskenyt takaisin tällä tavoin. Maapallosta on tullut kuin tuberkuloosista kärsivä; se tarvitsee hoitoa. Maapallo on saastunut. Samoin vesi. Tehtaista peräisin olevat saasteet lisääntyvät. Puut, jotka olisivat voineet puhdistaa ilmaa, on kaadettu. Niinpä ilmakehän on saastunut. Olemme riistäneet kaiken. Maaperä on saastunut kemiallisista lannoitteista.

Yliopistomme on tehnyt tästä tutkimusta paikassa, jonne on kaadettu lääkkeiden jätteitä. Maaperä testattiin ja siitä löydettiin korkeita myrkkypitoisuuksia. Istutimme sinne useita puita ja annoimme niiden kasvaa. Kun maaperä jälleen testattiin, myrkyt olivat poissa. Tämä paljastaa puiden juuriston suuren roolin maaperän saastumisen vähentämisessä. Myös puiden lehdet ovat tärkeässä roolissa ilman puhdistamisessa. Olemme kaataneet puita umpimähkään. Tämän takia olemme ensinnäkin menettäneet ilmanpuhtauden. Tehtaiden saasteet lisääntyvät. Otsonikerros on köyhtynyt. Ilmakehään tämän köyhtyneen otsonikerroksen läpi tulevat UV-säteet ovat vaikuttaneet haitallisesti terveyteemme. Otsonikerros, joka toimii näiden säteiden suodattimena on rappeutunut.

Amma ei syytä tieteen tai teknologian kehitystä. Tiede ja teknologia ovat auttaneet taistelemaan maailman nälänhätää vastaan kasvattamalla tuotantoa. Suurin osa tästä tutkimuksesta on tehty vastauksena kasvavan populaation ravinnontarpeisiin. Kuitenkin tällä tavalla olemme luoneet vain nopean, väliaikaisen ratkaisun. Nämä toimenpiteet lyövät eteemme nyt tämän kaltaisia kokemuksia. Vaikka lannoitteen määrä asetettiin viiteen prosenttiin, alkoivat maanviljelijät lisäämään sitä maaperäänsä 25 prosenttia maksimoidakseen tuotantonsa. Tämä ei ainoastaan saastuttanut maaperän, me myös unohdimme, että näistä sadoista piti tulla ruokaamme.

Kaiken seurauksena immunitettimme on heikentynyt. Kutsumme sitä allergiaksi, mutta siihen ei ole olemassa mitään parantavia lääkkeitä. Samoin ei ole lääkkeitä, jotka parantaisivat korkean verenpaineen. Ei lääkkeitä, jotka parantaisivat diabeteksen tai kilpirauhassairaudet. Tai korkean kolesterolin. Kyllä, paljon edistystä, monia löytöjä ja keksintöjä on tehty, kuten munuais- ja sydänsiirrot, muttei mitään, mikä parantaisi nämä sairaudet kokonaan. Mikä tahansa sairaus onkaan, siihen määrätään antibiootteja. Lääkkeet tuovat helpotusta, mutta lopulta niillä kaikilla on sivuvaikutuksia. Ne ilmaantuvat vain muutaman vuoden päästä lääkkeiden aloittamisesta. Näin asiat menevät tällä hetkellä.

Humalassa oleva kuski törmäsi toiseen autoon ja tappoi sitä ajaneen kuskin. Onnettomuutta tutkinut poliisi huusi humalaiselle. "Tämä mies kuoli, koska olit humalassa?" hän sanoi. "Ei, ei, poliisi. Ei se ole minun vikani," vastasi kuski. "Syyllinen on tankissa oleva polttoaine!" Tällaista on kun syytämme Jumalaa näistä katastrofeista. Tämä luonnon vastaisku johtuu omasta ymmärryksen puutteestamme. Huonoksi menneet siemenet eivät koskaan idä ja anna meille toivomaamme hedelmää. Saamme takaisin

vain sen mitä olemme antaneet. Jos kylvämme kuoria, saammeko mitään? Saamme vain sen hedelmän, jonka siemenen olemme kylväneet.

Meidän tulisi suhtautua tähän antaumuksella ja sillä tietoisuudella, että ainoastaan Jumalan tahto voittaa. Meidän tulisi toimia tietoisina siitä, että Jumalan voima ohjaa meitä ja meidän tulisi asennoitua antaumuksella (jotta meistä tulisi tehokkaita työvälineitä Jumalan käsissä).

Millaisia ovat tekomme? Eräällä miehellä oli kaksi poikaa. Miehen syntymäpäivänä nuorempi poika toi isälleen lahjaksi kellon. Ojentaessaan lahjan, poika sanoi, "Isä, tänään on syntymäpäiväsi. Olen ostanut sinulle kalliin kellon syntymäpäivälahjaksi. Tähän päivään mennessä vanhempi veljeni ei ole antanut sinulle yhtään vastaavanlaista lahjaa." Isä kysyi, "Rakas poikani, mistä sait rahat kellon oston?" Poika vastasi, "Isä, käytin luottokorttiasi ostaakseni kellon." Meikin käyttäydymme kuin tämä lapsi. Meillä on asenne, että 'Minä teen' ja 'Minä annan'. Sen sijaan meidän tulisi toimia antaumuksella, 'Se on jumalan voima, joka virtaa lävitseni.' Luonnon lakien mukaan luonto on työn johtaja ja ihminen on työntekijä.

Amma puhuu nyt niiden kielellä, jotka eivät usko Jumalaan. Itse asiassa Amma näkee Jumalan ja luonnon samana. Sanatana Dharman mukaan luomakunta ja luoja eivät ole kaksi; ne ovat yksi. Kultainen koru on tehty kullasta ja koru on jo olemassa kullassa. Valtameri ja sen aallot eivät ole olennaisesti erilaisia; sekä valtameri että aallot ovat vettä. Amma näkee Jumalan luonnossa. Mutta nyt Amma puhuu laajemmassa merkityksessä, tavalla, jonka ne ketkä eivät usko Jumalaan voivat ymmärtää. Joten, ihminen on työntekijä ja luonto on johtaja. Tässä suhteessa johtaja on paljon vahvempi, sillä on supervoimat. Maailmassamme näemme, että työntekijöiden lopettaessa työnteon, yritys menettää tuottoja ja joutuu lopulta sulkemaan. Mutta luonnon maailmassa, kun johtaja lopettaa työnteon koko maailman täytyy sulkeutua. Jokaisen tulisi muistaa tämä totuus. Ihmisen tulisi siirtää egonsa syrjään ja tunnistaa, että luonnonvoimat ovat todellinen isäntä. Meidän tulee kehittää asennetta, että emme ole muuta kuin luonnon palvelijoita. Lopettakaamme viimeistään nyt röyhkeytemme ilmaiseminen luontoa kohtaan. On tullut aika nöyrytyä luonnonvoimien edessä. On tullut aika anoa luonnolta anteeksiantoa kaikkien rikkomustemme tähden. Meidän tulisi harjoittaa nöyryyttä, käskynalaisuutta ja kunnioitusta. Luonto komentaa meitä heräämään ja katsomaan ympärillemme. On tullut aika hylätä välinpitämätön asenteemme, jonka mukaan luonto vain kantaa, kärsii ja antaa anteeksi kaikki ne nöyryytykset, joita me jatkuvasti kasaamme sen päälle. Herättääkseen ihmiskunnan, luonto soittaa koväänistä sireeniä COVID-19 muodossa.

Amman lapset saattavat olla sitä mieltä, että Amma puhuu karusti. Amma ei puhu näin saadakseen lapsensa pelkäämään tai ahdistumaan. Totuus on aina hieman karu; se ei yleensä ole kovin suloinen. Tästä eteenpäin meidän tulisi olla äärimmäisen valppaita ja varovaisia. Meidän tulisi antaa henkisille ajatuksille sama arvo ja etusija, jonka annamme materiaaliin tavoitteisiin tähtääville ajatuksille ja teoille. Viimeistään nyt ihmiskunnan tulisi ponnistella niin kovasti kuin mahdollista lopettaakseen luonnonlakien rikkomisen. Se on tarpeen tässä ajassa. Tämä on luonnon viesti meille.

Toivon, että lapseni pystyvät muokkaamaan elämänsä tämän mukaisesti.

Amman ajatukset ja rukoukset ovat aina lastensa luona.

Lapseni, olette kaikki Amman sydämessä.

Seiskäämme yhtenä joukkona ja toimikaamme yhdessä rakkaudella, myötätunnolla ja kärsivällisyydellä.

Rukoilkaamme hartaasti, sulavin sydämin.