

1
2013

9,50 €

Uusi

SAFIIRI

Integraalihenkisyyden Aikakauskirja



Lauri Rauhalan filosofia

- Antiikista aivokuviin
- Bruno Gröning – Jumalan parantavan energian välittäjä

*Aaltojen hohteessa välkkyvän seljän
- norpankin nään!*

Kaukalinnan IX Puutarhakonsertti
sunnuntaina 4.8.2013 klo 14



Heikki Haimi

Kaukalinnan IX puutarha- konsertti

**Oopperalaulaja Juha Kotilainen konsertoi jälleen
Kaukalinnan puutarhassa**



Juha Kotilainen, baritoni
Timo-Juhani Kyllönen, säveltäjä
Eva Comét, sopraano
Eilamaria Leskinen, sopraano
PIANOKVARTETTI BELLE ETAGE
Vyacheslav Grikurov, viulu
Oleg Larionov, alttoviulu
Viktor Kustov, sello
Maria Kamchilina-Larionova, piano
TRIO GAMBAAMO
Pia Rask, laulu, harmooni
Olli Knut, balalaikka
Katri Susitaival, viola da gamba
Samuli Kakko, näyttelijä-laulaja
Elina Kakko, piano
Yllätysesiihtyjä

Tervetuloa kauempaakin!

VIA RY VIA-AKATEMIA

Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki.

Liput 20 euroa. Eläkeläiset, työttömät, opiskelijat ja lapset 15 euroa, perhelippu 50 euroa.
Kahvitarjoilu. Sateen sattuessa konsertti pidetään Kaukalinnan salissa.

UUSI SAFIIRI 39. VSK

Kustantaja:

Via-Akatemian säätiö



Toimituksen osoite:

Uusi Safiiri, PL 4, 58201 Kerimäki

Päätoimittaja:

Terttu Seppänen

050 567 9630, terttu.seppanen@via.fi

Toimittajat:

Laura Itkonen, Sinikka Juntura
ja Tuula Uusitalo

Taitto ja kannen toteutus:

Tomi Leporinne, Avendis

Tämän numeron avustajat:

Börje Fri, Elina Kakko, Päivi Kansanaho-Guo,
Kaisa Pakkala, Emma Nyman, Sami Pajunen,
Matti Rautaniemi, Marja-Leena Salojuuri,
Riitta Wahlström ja Heikki Vuorila.

Uudessa Safiirissa julkaistavat artikkelit
ilmaisevat kirjoittajien omia mielipiteitä.

Toimitus ei vastaa pyytämättä lähetetyistä
kirjoituksista tai kuvista. Toimitus pidättää
itselleen oikeuden muokata tekstejä.

Tilaukset, osoitteenmuutokset, laskutus:

Uusi Safiiri, PL 4, 58201 Kerimäki.

Sinikka Juntura, 015 543 112, 040 8255165.

Tilaukset myös internetin kautta:

www.uusisafiiri.fi

Tilaus tehdään ilmoittamalla Uuden Safiirin
jakeluosoite toimitukseen ja maksamalla
tilaushinta 19.00 euroa (1 vuosi)
tai 36.00 euroa (2 vuotta) Uuden Safiirin tilille:
Kerimäen Op 513 300 - 223577, viite 550.
IBAN FI19 5133 0020 0235 77,
BIC OKOYFIHH

Ilmoitukset:

015 543 112, 040 8255165/Sinikka Juntura
uus.safiiri@via.fi

Ilmoitushinnat sivulla 155

Painopaikka:

Kopio Niini Finland Oy.
Tampere 2013

Ilmestyminen

Uusi Safiiri ilmestyy 2 kertaa vuonna 2013
toukokuussa ja lokakuussa.

Uusi Safiiri tehdään pääosin talkootyönä.
Pyrimme noudattamaan annettuja ilmestymis-
aikatauluja.

Internet:

www.uusisafiiri.fi

ISSN-L 0781-7975

ISSN 0781-7975 (painettu)

ISSN 1799-0475 (verkkojulkaisu)

© Via-Akatemian säätiö

Uusi Safiiri on Kulttuuri-, mielipide- ja
tiedelehtien liitto Kultti ry:n jäsen

Seuraava Uusi Safiiri ilmestyy

lokakuussa 2013.

Kirjoitukset ja materiaali 15.6.2013 mennessä.

Uusi SAFIIRI

Sisällys 1 2013

- 4 Pääkirjoitus**
TERTTU SEPPÄNEN
- 6 Lauri Rauhalan filosofia**
6 Ainutlaatuinen filosofi
12 Holistinen ihmiskäsitys
17 Tajunnan filosofia
22 Mitä on henkinen?
26 Meditaatio
30 Rauhalan innovaatio: Situationaalinen säätöpiiri
35 Lauri Rauhala suomalaisessa filosofisessa antropologiassa
HEIKKI VUORILA
- 42 Miksi kiinnostuin Rauhalan filosofiasta?**
HEIKKI VUORILA
- 44 Lauri Rauhalan holistinen ihmiskäsitys
mielenterveystyössä**
KAISA PAKKALA
- 52 Zenbuddhalaisuus ja humanistinen psykoanalyysi**
KAISA PAKKALA
- 60 Bruno Gröningino oppi ja paraneminen henkistä tietä**
60 Bruno Gröning - Jumalan parantavan voiman välittäjä
65 Oma Jumalakokemukseni
ELINA KAKKO
- 68 Unet henkisen kasvun näkökulmasta tarkasteltuna**
PÄIVI KANSANAH-GUO
- 74 Kolumni: Tuoksua**
BÖRJE FRI
- 78 Antiikista aivokuvaan**
78 Artikkelien näkökulmista
79 Kolmen tien risteyksessä
87 Diotiman tikapuut vai ystävyyden portaat
95 Rakkaus ja järki epätäydellisessä ihmiskuvassa
102 Oikeudenmukaisuus ja elämänsuunnitelma
109 Omista ja toisten aivoista
117 Aivot ja ihmisen kaksi luonnetta
124 Ihmisen henki ja identiteetti
TUULA UUSITALO
- 132 Intuitiivinen älykkyys
- professori Dominique Surelin haastattelu**
RIITTA WAHLSTRÖM
- 134 Kirjakatsaus**
- 152 Via-Akatemia tiedottaa**
- 155 Uuden Safiirin tilaustiedot**
- 157 Ilmoituksia**

Runot: Tuula Uusitalo

Ainutlaatuinen filosofi ja ainutlaatuinen filosofia

Suomalaisen filosofisen antropologian linja rakentuu **J. V. Snellmanin**, **Erik Ahlmanin** ja **Sven Krohnin** elämäntöiden ympärille. Jatkumon täydentää filosofi ja psykologi **Lauri Rauhalan** elämäntyö, jota voidaan pitää ainutlaatuisena.

Lauri Rauhala oli yksi Suomen ensimmäisistä sairaalapsykologeista 1940-luvun lopulla. Hän työskenteli Nikkilän sairaalassa, jossa kertoo saaneensa ns. Nikkilä-herätyksen. Se tarkoittaa, että hän oivalsi potilaan elämäntilanteen ainutkertaisuuden. Tämä johti hänet ajattelussaan pohtimaan kysymyksiä: *Mitä ihminen on? ja Miten ihminen on olemassa tajunnallisena, kehollisena ja suhteessa maailmaan?* **Heikki Vuorila** artikkelisarjassaan valottaa Lauri Rauhalan filosofisen ajattelun ulottuvuuksia.

* * *

Muistan alkuvuodesta erään puhelun: linjalta kuului kunnioitettavaan ikään ehtineen tuntuinen, mutta kuitenkin selkeä ääni, joka sanoi ”Täällä on Lauri Rauhala...”. Puhelun varsinainen asia liittyi julkaistavaan artikkelisarjaan, mutta sitten seurasi mielenkiintoinen keskustelu *Uusi Safiiri* -lehdestä. Lehti oli Lauri Rauhalalle uusi tuttavuus ja hän kyseli siitä. Hän ilmaisi arvostuksensa lehteä kohtaan. Hämmentyneen kiittolisena otin arvostuksen vastaan. Lauri Rauhalan syvä ymmärrys ihmisestä ja ihmisenä olemisesta maailmassa nostaa kommentin täysin omaan luokkaansa.

Omalla tavallaan Uusi Safiiri etsii ja pohtii samoja ihmisenä olemisen kysymyksiä kuin mihin Lauri Rauhala on vastannut ansiokkaasti kirjoissaan, joista tunnetuimpia ovat: *Mitä psyko-*

terapia on ja kuka sitä tekee? Ihmiskäsitys ihmistyössä. Psykykkinen häiriö ja psykoterapia. Humanistinen psykologia. Henkinen ihmisessä. Ihmisen ainutlaatuisuus. Tajunnan itsepuolustus. Mitä meditaatio on? Eksistentiaalinen fenomenologia. Psykologina ja filosofina Lauri Rauhala pysyy ajattelussaan tiiviisti tämän puoleisessa näkyvässä maailmassa ja tieteellisessä argumentaatiossa. Yksityisyydessään hänen kokemismaailmansa ylittää näkymättömäänkin maailmaan, näin olen ymmärtänyt.

* * *

Tahdon kiittää Lauri Rauhalaa hänen elämäntyöstään ainutlaatuisen filosofian luomisessa myös tämän pääkirjoituksen välityksellä. Ja toivon lukijoiden yhtyvän kiitoksiin. Lauri Rauhalan elämäntyö tunnetaan holistisen ihmiskäsityksen nimellä. Työ lähti liikkeelle mielenterveystyön alueelta ja suomalainen psykologia pitää Lauri Rauhalaa johtavana tutkijana. Tämä työ kantaa hedelmää tulevaisuudessa paljon enemmän ja laajemmalle kuin tähän saakka on tapahtunut. Siemenet on kylvetty ja kasvu on lähtenyt liikkeelle. Aika korjaa satoa.

Oman ainutlaatuisen elämäntilanteisuuden oivaltamista ja onnellista kesää!

Terttu Seppänen

Ainutlaatuinen filosofi

Emeritusprofessori Lauri Rauhala (1914–) on puolustanut ihmisen ainutkertaisuutta koko uransa ajan omassa psykologisessa ja filosofisessa työssään. Jussi Backman pitääkin Rauhalaa suomalaisessa tiedemaailmassa ainutlaatuisena, ehkä peräti ainutkertaisena ilmiönä.

Lauri Rauhala syntyi 13.9.1914 Keski- ja Pohjois-Pohjanmaan rajalla sijaitsevassa Sievissä. Paikkakunta on tunnettu hengellisistä herätysliikkeistä, körttiläisyydestä ja vanhoillilestadiolaisuudesta sekä suurista perheistä. Lauri oli 11-lapsisen perheen nuorin. Hänen kasvattajiaan olivat vanhimmat sisarukset. Perheen lapset kasvoivat körttiläisessä hengessä.

Opintielle

Seitsemän vuotta myöhemmin vuonna 1921 Lauri aloitti nelivuotisen kansakoulun, josta hän selvisi vaivatta. Vanhempien sisarusten ansiosta hän osasi jo lukea, kirjoittaa ja laskea ennen kouluun menoaan. Tämän vuoksi hän saikin jättää ensimmäisen luokan väliin. Kansakoulun käytyään hän jatkoi kotitalon töissä.



HEIKKI VUORILA

Lauri Rauhala työhuoneessaan tammikuussa 2013.

Psykologiassa Lauri Rauhala nähdään johtavana suomalaisena tutkijana.

Rauhala hyväksyttiin 18-vuotiaana Kajaanin seminaariin viisivuotiseen kansakoulunopettajien koulutukseen. Pääsykokeisiin kutsutuista sadasta hakijasta hän sijoittui toiseksi parhaaksi. Kajaanin seminaarin rehtorina oli siihen aikaan säveltäjänä tunnettu **Martti Hela** (1890–1965). Kajaanissa Rauhala sai ensimmäisen kosketuksen ihmistieteisiin, kasvatustieteeseen, psykologiaan ja filosofiaan. Siellä koulutus oli jo kansainvälistäkin, sillä kurssi teki silloin opintomatkan Englannin yliopistokaupunkeihin.

Valmistumisensa jälkeen vuonna 1939 Rauhala toimi kolme viikkoa kansakoulun opettajana Oulussa. Opettajan ura katkesi, kun koulu talvisodan kynnyksellä otettiin sotilaskäyttöön ja miehet kutsuttiin asepalvelukseen.

Toisesta maailmansodasta Rauhala kertoo selvinneensä suhteellisen vähäisin henkisin vammoin. Komennus sotaväessä venyi viisivuotiseksi. Talvisodan ajan hän oli pääasiassa koulutuksessa. Väli rauhan ajan 1940–1941 Rauhala oli asevelvollisena sekä yleni upseeriksi ja joukkueenjohtajaksi.

Jatkosodan alussa kesällä 1941 hän haavoitui Rautjärven taistelussa jalkaan. Tämä säästi hänet vaaralliselta ja raskaalta hyökkäysvaiheelta. Asemasodan aikana hän toimi ensin joukkueenjohtajana etulinjassa. Sodan loppuvaiheessa työt vaihtelivat työstä esikunnassa ja talousupseerina.

Asemasotavaiheessa Rauhala hankki itselleen kirjallisuutta. Hän tentti kasvatustieteen arvo-

sanoja Helsingin yliopistoon professori **J. A. Hollolle** (1885–1985). Hollo tunnetaan myös maailmankirjallisuuden ja filosofian suomentajana. Syyskuussa 1944 tuolloin 30-vuotias Rauhala palasi siviiliin. Rauhala teki lopullisen päätöksen jatkaa opintojaan Helsingissä.

Filosofiasta psykologiaan

Rauhala osallistui sodan jälkeen professori **Eino Kailan** (1890–1958) luennoille, jotka keskittyivät filosofian historiaan ja erityisesti **Platonin** filosofiaan. Rauhala kuvaa Kailaa sivistyneeksi humanistiksi, jolle muodolliset rajat eivät olleet tärkeitä. Kun Rauhala yritti suorittaa filosofian approbatur-arvosanaa, Kaila käännutti hänet kahdesti oveltaan sovitusta tapaamisesta huolimatta. Kolmannella kerralla Kaila hyväksyi arvosanan ilman ainuttakaan kysymystä.

Yliopisto-opintojen ohella Rauhala suoritti ylioppilastutkinnon. Hän kävi myös kesäisin kesäyliopiston kursseilla. Vuonna 1947 yksityislukiossa suoritettu ylioppilastutkinto avasi hänelle tien yliopistoon. Tässä vaiheessa hänellä oli koossa kasvatustieteen laudatur ja filosofian approbatur. Jo tällöin hän koki filosofian kutsumukseksen.

Työllistymisen vuoksi hän valitsi pääaineekseen psykologian, jota hän opiskeli Kailan oppilaiden **Kai von Fieandt**in (1909–2000) ja **Arvo Lehtovaaran** (1905–1985) johdolla. Vuonna 1949 hän suoritti filosofian kandidaatin tutkinnon. Pro gradu -työnsä toisena tarkastajana oli **Erik Ahlman** (1892–1952), jonka ajattelulla oli myöhemmin suuri vaikutus Rauhalaan. Samana vuonna hän solmi avioliiton **Esteri Kankaanpään** kanssa (1918 –).

Psykologin työt Rauhala aloitti Sipoon Nikkilässä sijaitsevassa Helsingin kaupungin mielisairaalassa. Myös Ester sai hoitajan paikan Nikkilästä. He työskentelivät Nikkilässä vuosina 1949–1955. Siellä Rauhala tutustui psykiatri **Oskar Parlandiin** (1912–1997).

Jo silloin Rauhala häiritsti, että potilaiden häiriöitä, erityisesti psykooseja, lähestyttiin yksinomaan lääketieteellisen psykiatrian alaan

kuuluvina sairauksina. Psykiatrian hoitomenetelminä olivat silloin muun muassa sähköshokit, rauhoittavat lääkitykset ja lobotomia. Humanistisen koulutuksen saanut Rauhala teki potilaille diagnostisia testejä, joita hän piti selvästi turhina häiriintyneiden potilaiden hoidossa.

Vuonna 1949 valmistuneessa psykologian lisensiaattityössään Rauhala kyseenalaisti unkarilaisen **Léopold Szondin** (1983–1986) kehittämän persoonallisuustestin hyödyn skitsofrenian diagnosoimisessa. Sadasta potilaasta, sadasta mielisairaalan työntekijästä ja sadasta muusta kontrolliryhmän henkilöistä löytyi testin avulla jokaisesta yhtä paljon skitsofreenikkoja.

Nikkilän herätys

Kokemukset sairaalapsykologin työssä saivat aikaan oivalluksen, jota Rauhala kutsuu ”Nikkilän herätykseksi”. Hän pitää tätä uransa kannalta keskeisenä. Mielen häiriöistä kärsivien potilaiden kvantitatiivinen ja tilastollinen luokitus edeltä määrättyihin tautiluokituksiin on väärä lähestymistapa mielen häiriöihin.

Jokainen mielen häiriöstä kärsivä – kuten kaikki muutkin ihmiset – on omassa ainutkertaisessa tilanteessaan. Jokaisella kokemuksella on ainutkertainen merkityksensä häiriintyneenäkin. Toisin sanoen yksilön ja/tai hänen ympäristönsä hyvinvoinnin kannalta epäsuotuisa. Rauhalan mukaan tämä pitäisi ottaa huomioon kaikessa kokonaisvaltaisessa psyykkisessä auttamistyössä, kun se ei tähtää vain määrättyjen oireiden poistamiseen vaan epäsuotuisien kokemistapojen kehittämiseen ja muuttamiseen.

Freudin ja Jungin psykoanalyttinen teoria sai keskeisen aseman Rauhalan ajattelussa. Ei pelkästään psykoterapeuttisen praktiikan tasolla vaan laajemmin tulkitsevana ja ymmärtävänä lähestymistapana ihmiseen. Edelleen psykoanalyysin mukaan häiriöt ymmärrettiin yleisinä luokituksina.

Rauhala lähti vuonna 1954 suorittamaan kliinisen psykologian jatko-opintoja Lontoon

yliopiston psykiatriseen **Maudsley-instituuttiin** psykologi ja persoonallisuusteoreetikko **Hans J. Eysenckin** (1916–1997) johdolla. Vierailu oli pettymys Rauhalalle, joka turhautui sen aikaisiin psykologisiin metodeihin. Eysenckin laboratorion tutkimus koostui behaviorismiin perustuvaan kvantitatiiviseen mittaamiseen.

Rauhala halusi tutustua psykoanalyysiin, johon Maudsley-instituutissa suhtauduttiin kielteisesti. Hän kävi salaa omalla kustannuksellaan jungilaisessa analyysissä, koska piti sitä freudilaista analyysia turvallisempana. Hän jatkoi analyysia myöhemmin Helsingissä.

Rauhala sai ensimmäisen kosketuksen fenomenologiaan **Carl Gustav Jungin** (1875–1961) syvyyspsykologian välityksellä. Jung käyttää ”fenomenologian” käsitettä hyvin vapaassa merkityksessä kuvamaan psykoanalyytikon lähestymistapaa, jolla päästään unien ja myyttien elämyksellisiin sisältöihin sekä niiden edustamiin tiedostamattomiin merkitysprosesseihin.

Nikkilän ja Lontoon herätysten kautta Rauhala lähestyi kansainvälistä suuntausta, jossa lääketieteellinen psykiatrian ja mielisairauden käsitteen kyseenalaistaminen yleistyi 1960-luvulla. Suuntauksen taustalla on ranskalaisen filosofin **Michel Foucaultin** (1926–1984) ”*hulluuden*” käsitteen historiallista syntyprosessia ja sen lääketieteellistymää koskevat tutkimukset.

Rauhalalle tärkeitä tutkijoita olivat myös unkarilaissyntyinen **Thomas Szasz** (1920–2012) ja skotlantilainen **R. D. Laing** (1923–1989). Rauhala sanoo Szaszin ja Laingin tyrmänneen mielitaudin käsitteen, kuten hänkin. Rauhala yhtyy heidän kritiikkiinsä, mutta ei hyväksy sitä, että he eivät kehittele positiivista vaihtoehtoa käsitteen tilalle, kuten hän on tehnyt.

Humanistinen psykologia

1950- ja 1960-lukujen taitteessa syntyi humanistisen psykologian tutkimussuuntaus. Sen ydinajatus on holistinen ja fenomenologiseksiintiaalinen käsitys ihmisen tajunnan rakenteesta, jota voidaan ymmärtää sen omasta

tilanteesta ja näkökulmasta. Tajunta on aina suhteessa niihin tarkoituksiin, tavoitteisiin ja merkityssuhteisiin, joihin se on sitoutunut. Myös tätä samaa Rauhala tavoitteli.

Humanistisen psykologian avainteorietikkoja olivat amerikkalaiset psykologit **Carl Rogers** (1902–1987) ja **Abraham Maslow** (1908–1970). Maslow näki humanistisen suuntauksen ”kolmantena voimana” behaviorismin ja psykoneurologin rinnalla. Humanistista ihmiskäsitystä psykoterapeuttiseen käyttöön sovelsi itävaltalainen **Viktor Frankl** (1905–1997). Franklin eksistenssianalyysiin perustuvan logoterapian elämäntarkoitukseen ja arvoihin perustuvat näkemykset ovat tärkeitä Rauhalalle.

Psykologiassa Rauhala nähdään johtavana suomalaisena tutkijana. Antipsykiatrialla, humanistisella psykologialla ja eksistentiaalisella terapialla on filosofiset juuret **Søren Kierkegaardin** (1813–1855), **Friedrich Nietzschen** (1884–1900) ja **Martin Heideggerin** (1889–1976) ajattelussa sekä **Jean-Paul Sartren** (1905–1980) eksistentiaalisissa.

Rauhala ei ole radikaaleimpia antipsykiatrian edustajia. Hän ei ole milloinkaan kiistänyt henkistä häiriöistä ja epänormaaleista kokemistavoista kärsivien tarvetta ja oikeutta tulla autetuiksi. Hän ei myöskään ole kiistänyt psykiatristen hoitomenetelmien tai toimivien psyykenlääkkeiden merkitystä osana auttamista.

Rauhala on hahmotellut teoreettista perustaa sille laajasti hyväksytylle näkemykselle, että pelkkä lääkehoito tai muu aivofysiologiaan vaikuttaminen eivät riitä mielellisesti häiriintyneen auttamisessa. Tämä selviää parhaiten Rauhalan sekä psykiatrin **Hannu Lauermaan** ja **Seppo K. J. Utrian** vuoropuheluista *niin&näin* -lehden ja *Suomen Lääkärilehden* sivuilla vuosina 2002–2003. Rauhalan mukaan sairastuneen elämäntilanteen hyväksyminen ja ymmärtämi-

nen sekä tästä avautuvien omien ainutkertaisen mahdollisuuksien oivaltaminen edellyttävät jonkinlaista terapeutista auttamista.

Nikkilässä ja Lontoossa muotoutuneen vakaumuksen pohjalta hän alkoi suunnitella väitöskirjan tekemistä. Tämä vei hänet psykologiasta takaisin filosofiaan.

Takaisin filosofiaan

Rauhalan kirjallisen työn avaus oli vuonna 1961 ilmestynyt *Mitä psykoterapia on ja kuka sitä tekee?* Kirjassaan Rauhala esittää näkemyksen psykoterapian humanistisesta, tulkitsevasta ja tapauskohtaisesta luonteesta suhteessa psykiatrian luonnon- ja lääketieteelliseen lähestymistapaan. Vielä tällöin hän pysyttelee psykologian

viitekehyksessä. Fenomenologista lähestymistapaa hän tarkastelee jungilaisessa viitekehyksessä.

Kirjan ilmestymisen jälkeen hän puhui eräässä tilaisuudessa Jungin syvyyspsykologian filosofisista lähtökohdista. Tilaisuuden jälkeen filosofian professori **Sven Krohn** tuli hänen puheilleen sanoen esitelmän olleen ”*lähes puhdasta fenomenologiaa*”. Krohn ehdotti Rauhalaa laajentamaan aihetta filosofian suuntaan ja tekemään siitä väitöskirjan. Rauhala teki työtä pyydettyä ja tie Jungista **Edmund Husserlin** (1859–1938) ja Martin Heideggerin filosofiaan löytyi.

Turun yliopistossa oli Sven Krohnin perustama fenomenologis-hermeneuttinen filosofiafiiri, johon Rauhala kuului. Krohnin filosofisen työn yksi keskeisistä elementeistä on ihmisen yliajallisen henkisyyden ”*ydinihmisen*” tarkastelu. Rauhalan mukaan Ahlman ja Krohn ovat ”*bengen analyysin suurmestareita*”. Hän oli Krohnin keskeisin oppilas. Krohnin teosofisiin ja parapsykologisiin käsityksiin Rauhala suhtautui varauksellisesti.

Rauhala on hahmotellut teoreettista perustaa sille laajasti hyväksytylle näkemykselle, että pelkkä lääkehoito tai muu aivofysiologiaan vaikuttaminen eivät riitä mielellisesti häiriintyneen auttamisessa.

Väitöskirjaansa Rauhala valmisti vuosina 1961–1969. Tällöin hän työskenteli yksityisenä psykologina ammatinvalinnan ohjauksessa sekä opetti ja luennoi erilaisissa tilaisuuksissa. Hän tutustui Husserlin ja Heideggerin fenomenologiaan varsin itsenäisesti. Koska hän työskenteli Helsingissä, Turun fenomenologiseen piiriin osallistuminen ei ollut aktiivista.

Vuonna 1969 valmistui Rauhalan väitöskirja *Intentionality and the Problem of the Unconscious*. Krohn toimi vastaväittäjänä. Suomesa Rauhalan väitöskirja jäi vähälle huomiolle. Muualla väitöskirja kyllä huomattiin. Esimerkiksi teknologian filosofi **Albert Borgman** (1937–) ja humanistisen psykologian edustaja **Joseph Rychlak** (1928–) kiittivät väitöskirjaa. Jungilainen psykologi **Paul Seligman** (1904–1985) näki, ettei fenomenologinen lähestymistapa tiedostamattomaan voi olla psykoanalyttisen praktiikan kannalta hedelmällinen. Rauhalan vastaus Seligmanille oli, ettei hän tähtääkään praktiseen sovellukseen vaan psykoterapian perusteiden filosofiseen analyysiin.

Sven Krohnin jäädessä eläkkeelle vuonna 1970 Turun yliopiston teoreettisen filosofian professuuria hoiti aluksi **Lauri Routila** (1934–). Professori **Juha Tenkun** (1917–2005) siirryttyä Helsinkiin Turun yliopisto käytännöllisen filosofian professuuri tuli täytettäväksi. Rauhala todettiin virkaan päteväksi. Valituksi tuli kuitenkin logiikasta väitellyt, myöhemmin filosofian klassikoihin ja etiikkaan erikoistunut **Juhani Pietarinen** (1936–).

Jälkiviisaasti Rauhala näkee tämän myönteisenä asiana hänen oman ajattelunsa kannalta. Näin hän välttyi hallinnollisesta vastuusta ja vapautui akateemisista julkaisupaineista. Vuodesta 1970 lähtien hän oli filosofian dosenttina Turun yliopistossa. Vuosina 1976–1980 hän oli soveltavan psykologian apulaisprofessorina Helsingissä. Mitään pysyvää oppilaspiiriä hänen ympärilleen ei muodostunut yliopistoaikana.

Rauhalan ihmiskäsityksen analyysia on hyödynnetty ainakin parissakymmenessä väitöskirjassa. Vuonna 1994 Rauhala vihittiin Oulun

yliopiston kasvatustieteen tiedekunnan kunniatohtoriksi. Vuonna 1998 hän sai psykologian emeritusprofessorin arvon.

Hänen 1960-luvulla alkanut kirjallinen uransa on jatkunut aina 2000-luvulle saakka. Rauhala jäi eläkkeelle 1981, jonka jälkeen hänen tärkeimmät kirjoituksensa ovat syntyneet. Hän on ollut kysytty luennoitsija erilaisissa tilaisuuksissa. Samoin hän itse on ollut aktiivinen osallistuja monissa seminaareissa. Kaikki julkiset tilaisuudet hän on joutunut nyttemmin jättämään heikentyneen kuulonsa vuoksi.

Lauri Rauhalan oma mielenkiinto tiivistyy kysymyksiin, ”*Mitä ihminen on?*” ja *Miten ihminen on olemassa tajunnallisena, kehollisena ja suhteessa maailmaan?*” Näitä kysymyksiä hän on tutkinut reilusti yli puolivuosisataa ●

Holistinen ihmiskäsitys

Lauri Rauhala puhuu eräästä hyvin perusteltavissa olevasta holistisesta ihmiskäsityksestä, joka rakentuu kolmesta ihmisen olemassaolon muodosta: tajunnallisuudesta, kehoallisuudesta ja situationalisuudesta eli elämäntilanteisuudesta.

Rauhala näkee, että järjellisyytemme vaatimuksen mukaan ihmiseksi kutsutun olennon on todellistuttava ainakin näissä kolmessa olemismuodossa. Tajunnallisuus puolestaan voidaan jakaa psyykkiseen ja henkiseen. Hänen mukaansa ihmiseen voidaan vaikuttaa jokaisen kolmen olemassaolon muodon kautta.

Miten ihminen on olemassa?

Rauhalan mielestä ihmisen ongelmaa analysoidessaan filosofi joutuu kysymään, miten ihminen on olemassa eli miten hän reaalistuu silloin, kun ihminen tulee ihmistieteissä tutkimuksen kohteeksi. Empiirisen ihmistutkimuksen kannalta on vähemmän tärkeää kysyä, miten ihminen on kehittynyt. Onko hän vuosimiljoonien aikana tapahtuneen evoluution tulos vai onko

Jumala yhdessä aktissa luonut hänet maan to-
musta sellaiseksi kuin hän nyt on.

Rauhala kirjoittaa, että vaikka ihmisen ta-
junta voidaan narkoosissa hetkeksi vai-
entaa, niin hän on tässä tilassa edelleen ihminen.
Myös eräät orgaaniset prosessit voivat ihmi-
seltä puuttua kokonaan tai osittain. Häneltä
voidaan ottaa pois elimiä. Vasta kun ihminen
kuolee ja elintoiminnot häneltä lakkaavat, sil-
loin ei enää voida edellyt-
tää kehollisuutta ihmisen
ylläpitävänä olemispuole-
na. Lisäksi Rauhala ajat-
telee, ettei ihmistä voida
käsittää ilman maailmaa,
jossa hän elää.

Maailmalla hän tarkoit-
taa kaikkea sitä konkreet-
tisesti ja ideaalisesti ole-
massa olevaa, johon ih-
miset voivat olla suhteessa. Vaikka ihmisten
situaatioissa (elämäntilanteissa) on yhteisiä
tekijöitä, niin siellä on jokaisen omia, ainut-
kertaisia elämäntilanteen komponentteja. *Si-
tuationaalisuudella* hän tarkoittaa ihmisen kie-
toutuneisuutta maailmaan oman situaationsa
kautta. *Situaatio* on kehollisen ja tajunnallisen
olemassaolon sijoittumispaikka ja niiden toi-
minnallinen pelitila.

Kehittämäänsä holistista ihmiskäsitystä Lauri
Rauhala on menestyksellisesti soveltanut psy-
kologiaan ja psykiatriaan. Rauhalan ihmis-
käsityksen taustalla ovat **Sigmund Freudin**
(1856–1939) psykoanalyttiset näkemykset,
Carl Gustav Jungin (1875–1961) analyttinen
psykologia, **Edmund Husserlin** (1859–1938)
fenomenologia ja **Martin Heideggerin** (1889–
1976) eksistentialismi. Huomionarvoista on
se, että Rauhala sanoo tätä kehittelynalaiseksi
ihmiskäsitykseksi.

Tajunnallisuus

Rauhala ymmärtää tajunnan inhimillisen ko-
kemisen kokonaisuudeksi. Tajunnan funda-
mentaalin struktuuri on noemaattisuutta

eli mielellisyyttä. Toisin sanoen noemaattisuus
(mielellisyys) on tajunnallisuuden perusluon-
ne, olemus. Noeman eli mielen avulla me ym-
märrämme ilmiöt ja asiat joksikin. Noema on
merkityksen antaja. Noema ilmenee tai se koe-
taan aina jossakin tajunnan tilassa.

Havainnossa tarjoutuu havaintokohteen
noema, joita ovat esimerkiksi esineen muoto
tai koko. Tunteessa tarjoutuu tunteenomainen

noema, joita ovat muun
muassa hyvän tai pelon
tunteet. Unessa tarjoutuu
unenomainen *noema*.

Noema on eräänlainen
tajunnallisen tapahtuman
perusyksikkö. Tajunnan
tapahtumisperiaatteiden,
sen struktuurin analyysin
on aina lähdettävä tästä
perusyksiköstä. *Noemoja*

on suunnaton joukko. Objektien, ilmiöiden
ja asiantiloiden nimet ilmaisevat tai välittävät
erilaisia *noemoja*. *Noemat* suhteutuvat toisiinsa
noemaattisuuden, niiden sisäisen merkitsevyy-
den sitomina. Niillä ei ole konkreettista suh-
detta keskenään. Kun *noema* asettuu tajunnas-
samme suhteeseen jonkin objektin, asian tai
ilmiön kanssa siten, että ymmärrämme tuon
objektin, asian tai ilmiön kyseisen *noeman* avul-
la joksikin, tällöin syntyvät merkityssuhteet.
Näistä merkityssuhteista syntyvät maailman-
kuvamme ja käsitykset itsestämme.

Kun puhutaan inhimillisestä kokemuksesta,
käytetään tajunnan nimen rinnalla tai sen sijas-
ta usein sanoja psyyke tai psyykinen ja henki
tai henkinen. Yleiskielessä näillä termeillä tar-
koitetaan tavallisesti ihmisen olemassaoloa ko-
kevana olentona. Mitään yhtenäistä ja yleisesti
hyväksyttävää käyttöä noilla termeillä ei ole.
Rauhalan mielestä käsitteellinen sekaannus on
näissä yhteyksissä – tieteellisissäkin keskus-
teluissa – erittäin häiritsevää.

Rauhala menee pintaa syvemmälle tajun-
nan tapahtumisperiaatteiden tarkastelussa.
Merkityssuhteet organisoituvat siten, että
uuden *noeman* ilmentymät suhteutuvat jo

*Situationaalisuudella ihmisen ole-
massaolon muotona Rauhala tar-
koittaa ihmisen kietoutuneisuutta
todellisuuteen oman elämäntilan-
teensa kautta.*

olemassa olevaan tiedettyyn ja tunnettuun kokemuserustaan. Vanha kokemustausta toimii ymmärtämysyhteytenä, horisonttina. Tajunnallinen tapahtuminen on sen oman historian varassa etenevää. Tajunnallisen tapahtumisen historiallinen luonne tekee käsitettäväksi sen, miten sen piirissä harjoitettava muutoksiin pyrkivä toiminta etenee kovin hitaasti. Tajunnasta ei voida ottaa pois eikä sinne voida panna mitään esinemäisessä mielessä olevaa vaan kaiken täytyy tapahtua ymmärtämisen kautta.

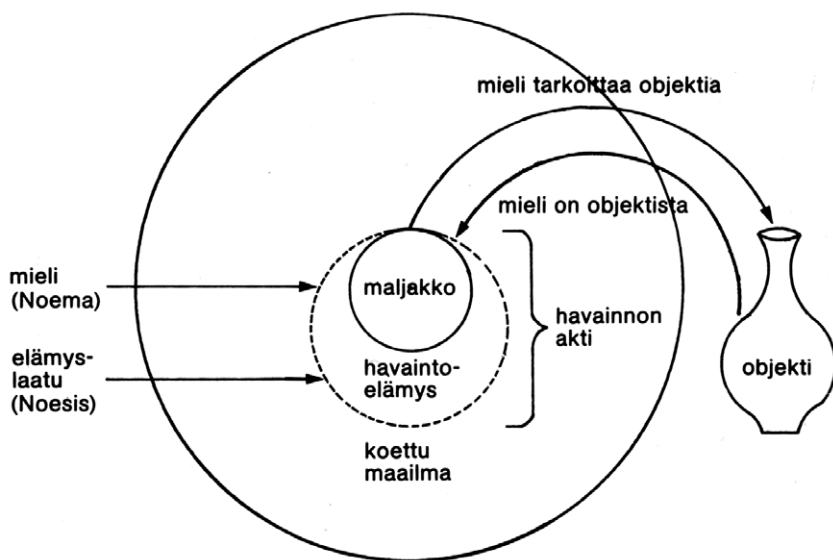
Kehollisuus

Kehollisuus, ymmärrettynä ihmisen olemassaolon perusmuotona, on yritettävä paljastaa sen piirissä esiintyvänä tapahtumisen struktuurina. Juuri tässä kehollisuuden ontologinen käsite saa sisältönsä. Rauhala painottaa, ettei orgaanisessa tapahtumisessa itsessään ole mitään symbolista. Elintoimintojen voidaan tietenkin sanoa symbolisoivan sitä taikka tätä. Elintoi-

minnat eivät myöskään ole suhteissa toisiinsa symbolisesti viestejä välittäen.

Rauhala näkee, että orgaanisen elämän piirissä elinten ja elintoimintojen keskinäinen informaatio on niiden itsensä sekä ihmisten kokonaisuuden kannalta paljon luotettavampaa ja erehtymättömämpää kuin tajunnan niistä antamat symboliset tulkinnat. Tajunnan antamat tulkinnat siitä, mitä elintoiminta symbolisoi, riippuu tavallisesti tulkitsijan teoriasta tai hänen maailmankatsomuksestaan. Onneksi elintoiminnot eivät ”tiedä” näistä tulkinnoista mitään, eivätkä toimi niiden mukaan.

Rauhalan mielestä orgaanisen elämän eri ilmentymien, kuten sairauksien, ymmärtäminen ihmisen olemassaolon muotona edellyttää mielekkyyssperiaatteen ja kokonaisuudessa vallitsevan dynamiikan huomioon ottamista. Hän näkee selvän eron mielellisyyden (*noemaattisuuden*) ja mielekkyyden välillä. Mielellisyyttä (*noemaattisuutta*) käytetään vain tajunnasta puhuttaessa. Mielekkyyys saadaan kehossa esiin vain orgaanisen tapahtumisen omia konkreet-



Noeman eli mielen avulla me ymmärrämme ilmiöt ja asiat joksikin. Noema on merkityksen antaja. Havainnossa tarjoutuu havaintokohteen noema, joita ovat esimerkiksi esineen muoto tai koko. Lähde: Lauri Rauhala, Psykkinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa. Weiling-Göös 1974, s. 52.

Rauhalan mielestä ihmisen ongelmaa analysoidessaan filosofi joutuu kysymään, miten ihminen on olemassa?

tisia suhteita tutkimalla. Orgaanisen tapahtumisen mielekkyyden osoittaminen edellyttää aina anatomis-fysiologisin metodein suoritettua kuvausta.

Elämä, joka toteutuu orgaanisessa tapahtumisessa ei tule vielä käsitettäväksi. Mitä elämä itse on, näyttää jäävän filosofiselta kannalta arvoitukselliseksi. Elämän tarkoitus ei ole johdettavissa sitä ylläpitävästä aineellisuudesta. Elämä orgaanisena tapahtumana täytynee käsittää samaan tapaan kuin *noemaattisuus* tajunnallisuudessa eräänlaisena viimeisenä analysoimattomana olemuksena.

Rauhala katsookin, että elämä on orgaanisen olemassaolon olemus, kuten *noemaattisuus* on tajunnallisuuden perusolemus. Elämän periaatteiden mukaan tapahtuessaan kaikki organismin osafunktiot muodostavat kokonaisuuden. Korkeimmilla olennoilta, kuten ihmisellä, elämän toteuttaminen jakautuu hyvin suureksi joukoksi ”*osa-tehtäviä*”.

Situationaalisuus

Situationaalisuudella (elämäntilanteisuudella) ihmisen olemassaolon muotona Rauhala tarkoittaa ihmisen kietoutuneisuutta todellisuuteen oman elämäntilanteensa kautta. Situationaalisuuden ymmärtäminen ihmisen kokonaisuuden yhdeksi olemassaolon muodoksi

saattaa olla vaikeampaa kuin tajunnallisuuden ja kehollisuuden ymmärtäminen ihmisen ontologisiksi perusmuodoiksi. Situationaalisuus on käsitettävä siten, että kietoutuessaan situationensa komponentteihin eli rakennetekijöihin ihminen tulee sellaiseksi kuin niiden luonne edellyttää.

Yhtäältä Rauhala näkee, että osa ihmisen *situationin komponenteista* määräytyy kohtalonomaisesti. Ihminen itse ei ole voinut vaikuttaa siihen, mitä ne ovat. Hän ei ole voinut valita vanhempiaan, geenejään, rotuaan, ihonväriään, kansallisuuttaan, yhteiskuntaansa eikä kulttuuripiiriä, johon hän syntyy.

Toisaalta Rauhala katsoo, että ihminen voi valita monia *situationensa* komponentteja. Täten hän voi muunnella *situationaalisuuttaan*. Ihminen voi valita aviopuolisonsa, ystävänsä ja harrastuksensa. Hän ei kuitenkaan voi koskaan valita kohtalonomaisuuden vastaisesti. Esimerkiksi musikaalisesti lahjaton ei voi ryhtyä muusikoksi tai säveltäjäksi.

Lauri Rauhala jakaa *situationin* konkreettisiin ja ideaalisiin komponentteihin. Konkreettisia komponentteja ovat esimerkiksi ravinteet, saasteet, bakteerit, virukset, työpaikkojen ja kotien ulkonaiset puitteet, luonto kaikissa fyysisissä suhteissa. Ideaalisia komponentteja edustavat arvot, normit, henkisen ilmapiirin muodot, uskonnolliset ja aatteelliset virtaukset.

Henkisellä tajunnan tasolla ihminen voi etäännyä oman psyykkisen peruskokemuksen tilasta ja voi siten tarkastella ja analysoida myös oman tajunnan sisällä psyykkistä käsitteistöä ja sen kokemusaineksia. Tällöin psyykkinen objektivoidaan.

Situationaalisuuden tärkeys näkyy ihmisen olemismuotona erittäin selvästi hänen identiteettinsä muodostuksessa. Olemme aina jokin yhteiskunnan jäseniä, koska yhteiskuntarakenteet ovat aina eräs olennainen komponenttiryhmä *situaatiossamme*. Suomessa olemme suomalaisia. Ylläpitäessämme yhteiskuntaa taloudellisten velvoitteiden mukaisesti olemme veronmaksajia. Kristinuskon levinneisyysalueella ja valtionkirkkoon kuuluvina olemme ainakin nimellisesti kristittyjä.

Rauhala mukaan mikään näistä kolmesta olemassaolon perusmuodoista ei voi olla olemassa itsenäisenä ”oliona” vailla toisia ihmisen olemuspuolia. Kukin niistä edellyttää toinen toisensa ihmisen kokonaisuudessa ollakseen itse olemassa. *Situationaalisuudesta* tulevat kokonaisuuteen kehollisuuden kannalta elämän ehdot, esimerkiksi ravinteet ja happi sekä tajunnallisuuden kannalta ne reaalisällöt, joista merkityskokemukset kehkeytyvät. *Situaatio* on myös se pelitila, johon kehollisuus ja tajunnallisuus sijoittuvat.

Tajunnallisuuden jako psykkiseen ja henkiseen

Jo ensimmäisessä kirjassaan ”Mitä psykoterapia on ja kuka sitä tekee?” (1961) Rauhala kirjoittaa muun muassa: ”Muiden korkeasteisten psyykkisten ja henkisten prosessien tapaan itseterapiakin on inhimillisten mahdollisuuksien rajoissa.” Kolmekymmentä vuotta myöhemmin ilmestyneessä kirjassaan ”Henkinen ihmisessä” (1992) Rauhalalla on hyvin selvä näkemys psyykkisen ja henkisen eroista ihmistajunnassa.

Rauhala ottaa henkisen olemuspuolen tarkastelun lähtökohdaksi ihmistajunnan, joka on kokemisen kokonaisuus. Henkinen ihmisessä on kokemuksesta löydettävissä. Hän ei kuitenkaan oleta, että ihmisen henkinen olisi lopullisesti ymmärrettävissä vain kokemuksellisuuden eli tajunnallisuuden oivaltavuuden avulla. Kokemushan on *noemaattisia* edustuksia todellisuudesta ja omasta orgaanisesta ta-

pahtumisesta. Rauhala erottaa tajunnan merkitykselliset sisällöt orgaanisen tapahtumisen mykästä mielekkyydestä.

Kaikki tajunnallinen kokemus ei ole loogisesti samantasoista. Rauhala erottaa **Max Schelerin** (1874–1928) ja **Nikolai Haartmanin** (1882–1950) tapaan kaksi *noemaattista* toimintatasoa, psyykkisen ja henkisen. Rauhala haluaa käyttää adjektiiveja, sillä ne viittaavat, että ihmisellä on kokemusta. Henkinen kokemusalue on loogisessa mielessä korkeampitasoinen kuin psyykkinen.

Psyykkiselle kokemusalueelle tunnusomaista on koettu elämyksellisyys, jokin tajunnan sisäinen virittyneisyys. Psyykkinen on läheisesti sidoksissa orgaaniseen elämään. Psyykkinen taso ei omaa itsetiedostusta. Se ei pysty tarkastelemaan eikä arvioimaan itseään suhteessa maailmaan.

Henkisellä tajunnan tasolla ihminen voi etääntyä oman psyykkisen peruskokemuksen mukana olemisen tilasta. Henkinen voi siten tarkastella ja analysoida myös oman tajunnan sisällä psyykkistä käsitteistöä ja sen kokemusaineiksia. Tällöin psyykkinen objektivoidaan. Jokin psyykkisen tilan, esimerkiksi pelon tai kivun käsite, jolla sitä kommunikoidaan, on siten tajunnan tilana aivan eri tasolla kuin alkuperäinen kokemus. Henkinen toteutuu aina ja jossakin tajunnan tilassa.

Lauri Rauhala näkee, että psyykkisen ja henkisen erottaminen toisistaan täysin itsenäiseksi toimintayksiköiksi on tuskin mahdollista. Vaikka psyykkisen ja henkisen erottaminen on vain osittaista, on kuitenkin tultava tietoiseksi niistä eroista, jotka ovat periaatteessa valtavia. Henkinen on toimivana ylyksilöllistä, jota psyykkinen ei voi koskaan olla. ●

Tajunnan filosofiaa 60 vuotta

Rauhalan mukaan tajunnallisuus on osa ihmisen olemassaoloa, ja se pitää suhteuttaa ihmisen kokonaisuuteen. Hän on tajunnan filosofiassaan lähtenyt ihmisen olemassaolon analyysistä, ja sen tulos on holistinen ihmiskäsitys.

Lauri Rauhalan mukaan ihmisen mielenkiinto omaan elämykselliseen kokemukssellisuuteensa eli tajuntaansa on ikivanhaa perua. Monissa korkeakulttuureissa syntyi ihmisille luonteenomaista tajunnantutkimusta. Vanhimpia todisteita tutkimuksen alkuvaiheista on Veda-kirjallisuudessa noin 4000 vuoden takaa.

Länsimaiset filosofit ovat antiikista alkaen pohtineet tajunnan olemusta ja sen toimintaperiaatteita. Tällöin kokemukssellisuus ymmärretään ajattelun työvälineeksi, mikä edellyttää tutkimusta. Näin tutkivan ihmisen tajunnasta on tullut myös tutkimuksen kohde.

Rauhala näkee, että tajunnantutkimuksen monitasoiseen analyysiin tarvitaan myös filosofista analyysia. Hän sanoo olevansa tajunnan filosofian asianosainen, sillä tajunnallisuuden erikoisluonne ja asema ihmisen olemassaolossa



HEIKKI VUORILA

Lauri Rauhala korostaa tajunnallisuuden erikoisasemaa ja sen tehtävien ymmärtämistä. Tähän tarvitaan "tajuntatiedettä".

sekä maailman jäsentämisessä ovat olleet hänen filosofiansa keskiössä 1950-luvun alusta alkaen. Hän on kuutisenkymmentä vuotta esittänyt ja yrittänyt perustella, että tajunnallisia ilmiöitä ei voida palauttaa (redusoida) luonnontieteen ilmiöiksi.

Hän sanoo, että tajunnallisuuden olemassaolo "ylempänä organisaatiotasona" edellyttää "alempaan organisaatiotason" eli aivot välttämättöminä ehtoina. Siitä ollaan eri mieltä, miten tajunnan ja aivojen suhde käsitetään sekä miten tätä suhdetta tutkitaan.

Esimerkiksi neurotieteilijät luottavat liikaa empiirisen tutkimuksen riittävyyteen. Rauhala ei halua kritisoida neurotieteilijöiden empiirisiä tutkimustuloksia sinänsä, sillä siihen hänellä ei ole tietämyksensä pohjalta edellytyksiä. Häntä ei vain tyydytä kognitiivisen neurotieteen yksipuolinen näkemys tajunnan kokonaisproblematiikasta.

Rauhalan mukaan tajunnallisuus on osa ihmisen olemassaoloa, ja se pitää suhteuttaa ihmisen kokonaisuuteen. Hän on tajunnan filosofiassaan lähtenyt ihmisen olemassaolon analyyseistä, ja sen tulos on holistinen ihmiskäsitys.

Ihminen ei ole homogeeninen kokonaisuus, joka olisi tutkittavissa jonkin yhden reaalitieteen avulla. Ihmisessä erottuu eri olemuspuolia; kehollisuus, tajunnallisuus ja elämäntilanteisuus (situationaalisuus) sekä niiden toisiinsa kietoutuneisuutta ja vastavuoroisuutta. Jokaisella olemuspuolella on oma erityinen olemisen olemistapa.

Tajunnallisuuden erikoisasema

Rauhala korostaa tajunnallisuuden erikoisasemaa ja sen tehtävien ymmärtämistä. Tähän tarvitaan "tajuntatiedettä". Jos neurotieteilijöitä

Rauhala näkee, että tajunnantutkimuksen monitasoiseen analyysiin tarvitaan myös filosofista analyysia.

kiinnostaa kysymys, miten aivot kausaalisesti tuottavat tajunnallisuuden, niin Rauhalan näkemys tajunnan tutkimuksen filosofiasta on paljon monisäikeisempi.

Hän viittaa tajunnan filosofiassa **Edmund Husserlin** (1859–1938) aloittamaan fenomenologiaan. Husserl tavoitteli aluksi tiedon todellistumisen analyysia Kantin transsendentaalifilosofian jatkeena, mutta laajensi analyysin myöhemmin koskemaan myös arkikokemusta ihmisen elämismailmassa.

Rauhala on kirjoissaan osoittanut, että tajunnan todellistumisen analyysin periaatteita voidaan hyvin soveltaa mentaalisten ongelmien kokemuksellisen filosofisen rakenteen selvittelyyn. Hän on omassa tajunnan filosofiassaan kehittänyt käsitteistöään Husserlin ajattelun hengessä.

Rauhala lähtee liikkeelle **Eino Kailan** (1890–1958) jäsenyyksestä, jossa peruskategoriat saavat ihmistutkimukselle järkevät paikkansa. Kaksi pääkategoriaa on tajuton ja tajuinen. Näistä tajuinen jakaantuu tietoiseen ja tiedostamattomaan. Kuten Kailalla, niin myös Rauhalla, tajuisuuden (tajunnallisuuden) perusluonne on elämyksellisyys.

Tajuttomalla tarkoitetaan olemassaoloa ja tapahtumista, johon ei missään olosuhteissa liity elämyksiä. Tajutonta olemassaoloa on mikro- ja makrofysiikan tutkima eloton olio-maailma sekä elollisuuden piirissä hermostoa vailla olevat eläimet ja kasvit. Ihmisessä tajutonta on esimerkiksi selkäytimen toiminta,

solun jakautuminen ja aineenvaihdunta. Tajuttomassa olemassaolossa voi tietenkin olla tapahtumiseen sisältyvää mikrobiologisesti tutkittavaa itsesääntelyä, kuten mukautumista ympäristön vaihteluihin.

Tajuisilla olioilla edellytetään olevan ainakin alkeellista kokemusta omasta tilastaan ja ympäristöstään. Tällaista kokemusta ovat esimerkiksi

nautinto ja kärsimys. Tajuisen olemassaolon ehdonä näyttää olevan hermosto ainakin alkiomaisessa kehitysvaiheessaan. Ihmisen aivosidonnainen kokemuskapasiteetti pysyy käsittämään ainoastaan oman kokemuksen kaltaista tajunnallisuutta.

Tajuttoman ja tajuisen välinen ero on tieteellisessä keskustelussa tärkeä

ihmisen erikoislaatua ja -asemaa valaiseva tehtävä. Ihmisen tutkimukseen käytettäviä käsitteitä ei voi eikä saa ulottaa atomien rakenteen kuvailuun.

Elämyksellisyys on ratkaisevinta

Rauhalan mukaan tehdyssä jaottelussa ratkaisevinta on elämyksellisyys.

Elämyksellisyys viittaa tilaan, jossa vallitsee avoin sisältöjen kokemisvalmius (*noesis*). *Noesis* on sisällöllisesti tyhjä. Sisällöllinen aines, joka elämyksessä koetaan on *noema*. *Noesis* ja *noema* ovat aina yhdessä. Niiden erottelu on teoreettinen.

Vaikka erottelu on teoreettinen, se on tärkeä, sillä tajunnan filosofiassa noemasta alkaa uusi

Elämyksellisyys viittaa tilaan, jossa vallitsee avoin sisältöjen kokemisvalmius (noesis). Noesis on sisällöllisesti tyhjä. Sisällöllinen aines, joka elämyksessä koetaan on noema. Noesis ja noema ovat aina yhdessä. Niiden erottelu on teoreettinen.

sisältöjen todellistumisen analyysi. Husserlin tapaan Rauhala ei väheksy aivojen osuuden tärkeyttä elämyksellisen viritystilän (noesiksen) tuottajana, mutta kokemussisältöjen todellistumisen analyysissä aivot ovat sivuroolissa.

Rauhalan mukaan Husserlin tekemä erottele perustelee ja oikeuttaa kummankin osapuolen (noesiksen ja noeman) olemisrakenteen analyysin ensin omana itsenään. Vasta sitten on mielekäästä toisasteisesti kysyä, miten aivot ja mentaalinen ovat yhdessä.

Kun Rauhala käyttää ilmaisuja mielellinen ja kokemuksellinen, hän tarkoittaa sisällöllistä (noemaattista) tajunnassa etenevää aktisuraan-toa erotukseksi aivokemiallisesta ja -fysikaalisesta tapahtumisesta. Jälkimmäisessä on kyseessä tajuton luonnonviisuus.

Tajunnalla Rauhala tarkoittaa elämyksellisen perustason pohjalta mahdollistuvaa koettujen sisältöjen kokonaisuutta. Tajunta tulee olemassa olevaksi mielellisissä edustuksissa (noemoissa) maailman olioista. Noemat voivat ilmetä vain elämyksellisellä tasolla. Elämyksellisyys on ymmärrettävä sisältöjen kannalta tyhjänä ja neutraalina ilmentämis-potentiaalina (noesis).

Sisältöjen kannalta tajunta voidaan määritellä merkitysten organisoitumisen prosessiksi. Lyhyesti ilmaisten on kysymys merkityksen ongelmasta.

Tajunnan tutkimuksen filosofian ydintehtävä

Rauhalan omissa tajunnan tutkimuksissa keskeinen käsite on ”merkitys”. Hän käyttää ”merkitystä” alaltaan ja sisällöltään väljemmin kuin, mitä filosofiassa yleensä. ”Merkitystä” Rauhalalle ovat kaikki tajunnalliset mielelliset sisällöt ja kokemukselliset tunnelmat.

Rauhalan omissa tajunnan tutkimuksissa keskeinen käsite on ”merkitys”. Hän käyttää ”merkitystä” alaltaan ja sisällöltään väljemmin kuin, mitä filosofiassa yleensä. ”Merkitystä” Rauhalalle ovat kaikki tajunnalliset mielelliset sisällöt ja kokemukselliset tunnelmat

Hän näkee, että merkityksen ja subjektiivisen maailmankuvan todellistumisen analyysit ovat tajunnan tutkimuksessa filosofian ydintehtävä. Merkitykset suhteutuvat toisiinsa subjektiivisessa maailmankuvassa merkitsevyytensä sitomina. Merkitysten maailman tutkimukseen pätee mielellisyyden logiikka.

Rauhalan mukaan neurotieteelliset tutkimukset alkavat heti puhua aivoista, kun eteen tulee *mind-ongelma*. Rauhala käyttää englanninkielen *mind*-sanasta suomenkielessä sanaa *tajunta* eikä *mieli*. Hänen mielestään suomenkielessä *tajunta* on hyvä termi.

Toisaalta sanalla *mieli* on suuri joukko rajoittuneempia käyttötapoja, jotka vastaavat saksan-

kielen *Sinn*, englanninkielen *sense* ja kreikan kielen *noema* sanojen merkityksiä. Näiden vastineena hän käyttää sanaa ”mieli”.

Rauhalaa katsoo suurta hämmennystä merkitystajunnan tutkimukseen aiheuttavan sen, että englannin, saksan ja ranskan kielissä ei ole eri nimeä tajunnalle ja tietoisuudelle. Esimerkiksi englannin *consciousness* ja tavallisesti sen synonyyminä käytetty *awareness* sekä saksan *Bewusstsein* voivat vaihdellen tarkoittaa kumpaakin. Näin on vaikea tulla toimeen ilman erillisiä tajunnan ja tietoisuuden käsitteitä.

Rauhalan näkemyksen mukaan ydinongelma on siinä, ettei tajunnan ja tietoisuuden välille tehdä selvää eroa. Tietoinen on vain laatumääre, jolla ilmaistaan sisältöjen eli merkitysten selkeysastetta. Tietoista on sisältö, jonka ilmeistä läsnäoloa tajunnan kirkkaudessa ei voida järjellisesti kiistää. Tajunta merkitysten kokonaisuutena on loogisesti primaarisinta.

Persoonan itseohjauksellisuus

Rauhala kutsuu ihmisen kokonaisuutta, johon tajunnallisuus (suhteellisen itsenäisenä) yhtenä

Monissa korkeakulttuureissa syntyi ihmisille luonteenomaista tajunnantutkimusta.

osapuolena kuuluu persoonaksi. Rauhala puhuu merkityksen kokonaisuuden ulottuvuudesta, joka on persoonan itseohjauksellisuuden ja kehityksen kannalta huomion arvoinen.

Ensimmäinen taso on psyykinen, jolla hän tarkoittaa subjektiivisessa maailmankuvassa itseohjauksellisuuden kannalta alempia merkityksiä. Se on aina henkilökohtaista.

Psyykkisellä tasolla kokemussisältö on läsnä, mutta siinä ihminen ei pysty itsetiedostukseen, käsitteellisyys eikä yleistyksiin. Esimerkiksi suuttumus voi täyttää koko tajunnan hetkeksi. Suuttumuksen vallassa ihminen on affektinsa vallassa. Vasta henkisen asennemuutoksen avulla hän voi reflektoida suuttumustaan ja todeta sen inhimillisyyden kannalta ala-arvoiseksi. Seurauksena voi olla häpeä henkisellä tasolla.

Toinen henkinen taso edustaa tajunnan korkeampaa toimintamuotoa. *Henkinen* ihmisesä näyttäytyy merkitysten laadussa. Rauhala huomauttaa, että hengen eivät ole itsenäisiä olentoja, jotka kansoittaisivat näkymättömän todellisuuden.

Tajunnan henkisessä muodossa tulee mahdolliseksi minän muodostus. Henkistä tasoa tajunnassa edustavat muun muassa ajattelu, tietäminen, intersubjektiivinen käsitteellisyys, refleksiivisyys, arvojen asettaminen ja eettisyyden mahdollisuus. Itsetiedostuksen johdosta persoonan monitasoinen suhde maailmaan joutuu kriittisen arvion kohteeksi ja näin henkinen itseohjauksellisuus tulee mahdolliseksi.

Henkistä tasoa tajunnassa edustavat muun muassa ajattelu, tietäminen, intersubjektiivinen käsitteellisyys, refleksiivisyys, arvojen asettaminen ja eettisyyden mahdollisuus.

Kolmannella tasolla Rauhala sanoo tekevänsä myönnön sille, että ihmisen olemassaoloon kuuluu myös transsendentssi ulottuvuus. Se on monille ihmisille erittäin tärkeä olettaus. Kaikki eivät kuitenkaan pidä sitä merkitystajunnan korkeimpana tasona.

Rauhalan mukaan transsendenttisen ihmisen olemassaolon ulottuvuuden sijoittaminen merkitysten maailmaan on puolustettavissa. Ainoastaan merkityksien avulla transsendentssi ulottuvuus voidaan käsitellä, tavoitella tai puhua siitä. Rauhala kuitenkin huomauttaa, että on eri asia, vastaavatko nämä merkitykset transsendenttia todellisuutta. Vai voidaanko edes puhua ”todellisuudesta”.

Ihmisen merkitystajunnan perusluonteen toimintaperiaatteiden hahmottelu avaa tien empiiriselle tutkimukselle ja ihmisen auttamiselle. Merkitystajunta on tieto-opillisesti ensisijaisinta. Näin tiedämme, että maailma on, miten se on, miten ihminen on maailmassa. ●

Mitä on henkinen?

Mistä me puhumme, kun puhumme henkisestä? Mitä henkinen oikeastaan merkitsee? Henkisen perusluonteen paljastaminen on filosofian tehtävä. Puhutaan henkisestä olemassaolosta, henki-olennoista ja henkisestä kasvusta puhutaan. Harvoin käy kuitenkaan ilmi se, millaisia ilmiöitä me silloin tarkoitamme.

Henkisyyteen ja henkisen kasvuun on ottanut kantaa myös filosofina ja psykologina tunnettu Lauri Rauhala vuonna 1993 ilmestyneessä kirjassaan ”Henkinen ihmisessä”. Kirjasta ilmestyi korjattu uusintapainos vuonna 2009. Rauhalan kirja on syntynyt tarpeesta selkeyttää tilannetta siinä ”henkisen sekamelskassa”, joka kulttuurissamme vallitsee. Mutta, mitä henkinen oikeastaan merkitsee?

Ihmistajunnan toimintaperiaate

Rauhalan mukaan henki tai henkinen on kulttuurissamme ilmenevistä olemassaolon muodoista eräs vaikeimmin hallittavissa. Olennaisen tärkeää olisi selvittää, mitä näillä käsitteillä tarkoitetaan. Henkisen perusluonteen paljastaminen on filosofian tehtävä.

Hän kritisoi ydinfysiikan professori K. V. Laurikaisen (1916–1997) näkemystä sijoittaa henkisyys atomin sisäiseen maailmaan. Rauhalan mukaan Laurikaisen näkemys on mielekäs atomin oman eheyden olemassaolon kannalta, mutta atomin sisäisessä maailmassa ei ole samanlaista merkityksillä operointia kuin ihmistajunnassa.

Rauhalalle henkisyys on ihmistajunnan toimintaperiaate. Se on merkityksillä operoinnin ideaalinen sfääri ihmisen olemassaolossa. Se on aivoihin sidoksissa, mutta ei ole missään nimessä sama asia kuin aivot ja niiden toiminta.

Jos ihmiset uskovat, että heidän ulkopuolellaan on henkisyyttä, siinä ei ole mitään pahaa. Mutta näistä ihmistajunnan ulkopuolella olevista henkisistä asioista pitää puhua eri tavalla, jotta ne erotuvat ihmistajunnan sisäisestä henkisyydestä. Ne ovat aina olemassa ymmärryksemme ja käsitteidemme kautta. Siksi muodostuukin looginen kuilu käsitteen ja tarkoitteenä olevan henkiolennon välillä.

Esimerkiksi ”kynän” käsite, jolla ihminen operoi omassa tajunnassaan, on radikaalisti eri asia kuin konkreettinen esine itse – tässä tapauksessa konkreettinen kynä. Rauhalan mielestä juuri tämä ihmistajunnan henkisyyden erikoisasema on tarpeellista selvittää.

Yksilöiden henkinen tila

Rauhalan mukaan henkisestä tilasta puhuttaessa, sillä tarkoitetaan ihmisen kokemusmaailman eli merkitysmaailman joko eheyttä taikka kaoottisuutta.

Voidaanko puhua kollektiivisella tavalla kansakunnan henkisestä tilasta? Luontevampaa olisi puhua ensin yksilöiden henkisestä tilasta, sillä heidän kokemusmaailmastaan muodostuu kollektiivinen kokemusmaailma. Sellaisina on pidettävä kulttuurin ilmentymiä. Kulttuurin

luonne heijastaa yksilöiden henkistä tilaa. Kuitenkin olisi ensisijassa tähdennettävä subjektiivista henkeä, koska siihen voidaan vaikuttaa.

Rauhalan mielestä massat eivät pysty ottamaan vastuuta. Vastuunottaminen omasta elämästä jää aina yksilölle itselleen, siksi hän haluaa tähdentää ihmisten yksilöllisyyttä. Juuri sen takia ihmisiä veloitetaan vastuullisuuteen.

Länsimaisen sivilisaation maailmankuvan sisäiset merkityssuhteet ovat kaventuneet, yksipuolisesti materialisoituneet ja ovat voimakkaasti taloudelliseen hyvinvointiin tähtääviä.

Ihminen ei kuitenkaan voi loputtomasti pingottaa elintasoaan.

Rauhala on selvittänyt psyykkisten häiriöiden problematiikkaa filosofisesti. Tutkimuksissaan hän on saanut selville, kuinka psyykkiset ongelmat liian usein biologi-

soidaan. Hänen mukaansa psyykkisissä häiriöissä on varsin vähän biologisesti hoidettavaa.

Suurin osa ongelmista muodostuu ihmisten maailmankuvien sekasortoisuuksista. Ongelmat muodostuvat päämäärien, arvojen, toiveiden ja tavoitteiden ristiriitaisuuksista. Siitä kun ihmiset eivät saavuta tavoittelemiaan asioita ja päämääriä.

Hieman kärjistäen Rauhalan mielestä biologisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen ymmärretään biologis-fysikaaliseksi kokonaisuudeksi. Tästä seuraa se, ettei ihmistajunnan henkinen olemuspuoli näe muita arvoja kuin niitä, jotka lisäävät aineellista hyvinvointia.

Rauhala uskoo että, jos ihminen nähtäisiin moniulotteisena, myöskin henkisenä olentona, hän kokisi myös hyvän olon ja tyydytyksen tunteita henkisissä ulottuvuuksissa.

Uuden tiedon järjestäminen

Rauhalan käsityksen mukaan ihmistajunta järjestää uutta tietoa vaistomaisesti maailmankuvassamme omalle paikalleen. Nykyisin tiedon

Rauhalan mukaan henkisellä tilalla tarkoitetaan ihmisen kokemusmaailman eli merkitysmaailman joko eheyttä taikka kaoottisuutta.



Rauhalan holistinen ihmiskäsitys rakentuu **Edmund Husserlin** (1859–1938) fenomenologiaan ja **Martin Heideggerin** (1889–1976) eksistentiaalisiin.

tulva on niin suuri, ettei tajunta ehdi järjestää uutta tietoa omalle paikalleen. Jos henkinen kapasiteetti on viljelemätön uusille asioille, niin se on myös kyvytön vastaanottamaan uutta.

Hänen mukaansa ihmisen koko elämä on muuttumassa uusien tiedonvälityskanavien mukaiseksi. Elämää järjestetään sellaiseksi, että se vastaa tietokantaa.

Itsetuotetun tekstin, puheen ja ajattelun väheneminen rappeuttaa ihmistä. Vaarana on, että nuorista tulee uuslukutaidottomia. Kaikkea uutta tietoa kohtaan pitää olla kriittinen, esimerkiksi ihmisen ei pitäisi ottaa vastaan pohtimatta kaikkea mitä tiedotusvälineistä tarjotaan.

Rauhalalle tieteellinen toiminta on eräänlainen malli kriittisestä ajattelusta, vaikkakaan jokaisen ei tarvitse omaksua tieteellistä näkemystä. Vaatimattomassa mielessä tieteellinen

Holistisuus syntyy elämäntilanteisuuden, kehollisuuden ja tajunnallisuuden yhteispelistä.

ajattelu olisi kaikille soveltuvaa. Ensin tutustaan aineistoon, jonka jälkeen otetaan kriittinen kanta uuteen tietoon, jota sitten perusteellisesti seulotaan. Ja sitten annetaan oman ajatteluprosessin toimia.

Kuitenkin tieteessä on usein rajoittunut näkemys henkisyydestä. Henkistä on tiedon muodostus, tiedolla operointi ja käsitteellinen ajattelu. Rauhalan mielestä korkeammat arvotunteet, esimerkiksi pyhyys ja kauneus, ovat henkisiä. Niiden viljeleminen ja esille ottaminen olisi hyvin tärkeitä. Ne eivät tietenkään poista taloudellisia puutteita. **Eino Kailan** (1890–1958) mainitsevat syvähenkiset kokemukset toisivat harmoniaa ja eheyttä ihmisten rikkiinäisiin maailmankuviin, korostaa Rauhala.

Länsimainen kasvatuksemme tähtää siihen, että meidän pitää pukea ajatuksemme puheeksi ennen kuin itsekään hyväksymme ajatuksemme. Meidän olisi joskus hyvä antautua positiivisen meditatiivisen tunnelman valtaan, jolla on eheyttävä vaikutus elämäämme. Meditaation avulla saavutetulla rauhoittumisella on mieltä eheyttävä vaikutus.

Ihminen on kokonaisuus

Rauhalalle ihminen on olemassa kokonaisuutena. Rauhalan holistinen ihmiskäsitys rakentuu Edmund Husserlin (1859–1938) fenomenologiaan ja Martin Heideggerin (1889–1976)

Rauhalalle henkisyys on ihmistajunnan toimintaperiaate.

eksistentiaalisiin. Rauhala kutsuu tätä eksistentiaalisiksi fenomenologiaksi niin kuin se ymmärretään W. A. Luijpenin kirjassa (1969). Rauhalan kokonaisvaltainen ihmiskäsitys koostuu elämäntilanteisuudesta (situaationaalisuus), kehollisuudesta ja tajunnallisuudesta.

Jokaisessa pienessä olemassaolon katkelmassa nämä kaikki kolme ovat mukana. Ne edellyttävät toisensa ollakseen itsenäisesti olemassa. Holistisuus syntyy elämäntilanteisuuden, kehollisuuden ja tajunnallisuuden yhteispelistä. Vaikka ihminen on kokonaisuus, häntä voidaan tutkia ja auttaa vain yhden tieteen varassa.

Rauhala tähdentää ihmisen yksilöllistä ainutkertaisuutta. Ihmisillä on myös yhteisiä ominaisuuksia, kuten esimerkiksi kyky puhua. Ja nimenomaan henkisyys on kaikille ihmisille yhteistä. Ihmisen tullessa olemassa olevaksi, hänen kohtalonaan on tulla ainutkertaiseksi. Rauhalan mukaan ihminen ihanteellisissa tapauksissa pystyy ohjaamaan ainutkertaisuuttaan omassa elämässään.

Empiirinen tutkimus voi edistyä eksistentiaalisen fenomenologian pohjalta erityisesti niiltä osin, joissa kehitys on ollut pysähdyksissä ja lukkiutuneena fyysikaalisiin ajatusmalleihin. Paljastaessaan ihmisen kokonaisuuden filosofia on avannut tutkimukselle ja auttamiselle uusia mahdollisuuksia. Psykiatriassa, psykologiassa, psykosomaatikassa ja kasvatustieteessä on otettu käyttöön holistisuuden antamia virikkeitä.

Vaikuttamisen kanavat

Rauhala näkee, että hänen kehittämänsä holistinen ihmiskäsitys sisältää kolme vaikuttamisen kanavaa: elämäntilanteisuuden, kehollisuuden ja tajunnallisuuden. Muun muassa psykoterapiassa, kasvatuksessa ja opetuksessa ihmiseen vaikutetaan tajunnan kautta. Kehollista

vaikuttamista tapahtuu urheilun, liikunnan, voimistelun, lääkkeiden ja ravinteiden avulla.

Hän ei aseta mitään näistä kolmesta erikoisasemaan. Elämäntilanteisuuden (*situationaalisuuden*) huomioiminen on tullut mukaan suhteellisen myöhään. Fysiologian professori **Yrjö Reenpäällä** (1894–1976) on ollut Suomessa oma vaikutuksensa siihen, että elämäntilanteisuus on otettu mukaan. Reenpää kehitti yleistä aistinfysiologiaa Kantin, Husserlin ja Heideggerin filosofioiden pohjalta.

Rauhalan mielestä ihmistutkimuksen kannalta tärkeintä on se, että elämäntilanteisuus on pystytty analysoimaan ihmisen kokonaisuuden yhtä olennaiseksi osaksi kuin tajunnallisuus ja kehollisuus. Ihminen on aina suhteessa johonkin. Ihminen ei ole olemassa ilman omaa elämäntilanteisuuttaan.

Rauhalan mukaan toiset ihmiset ovat hänen elämäntilanteisuutensa rakennetekijöitä. Hänen mielestään on sääli, että elämä kodeissa on mennyt niin kiireiseksi, että esimerkiksi päivässä pystytään syömään korkeintaan yksi ateria yhdessä.

Ihmisten väliset suhteet ovat mekanisoituneet. Kuitenkin hienompien tunteiden elinvoimaisuus edellyttää ihmissuhteita, jotka kehkeyttävät ihmistä henkisesti. Reaaliset eettiset tunteet, kuten esimerkiksi vastuullisuus ja rakkaus, tarvitsevat kehittyäkseen läheistä ihmiskontaktia.

Lauri Rauhalan näkemyksen mukaan ihmisen itsetietoisuus on henkisyyden tärkein tunnusmerkki. Vain ihminen voi ajatella oman itsensä tajunnallista kokemusta, johon tietävästi mikään eläin ei pysty. Kun ihminen viljelee ja kehittää henkisyyttä itsessään, hän tulee itsetietoisemmaksi omasta olemassaolostaan. ●

Meditaatio

Lauri Rauhala on harjoittanut meditaatiota pitkään. Hän on myös kirjoittanut useita kirjoja ja artikkeleita meditaatiosta.

Samoin hän on tehnyt tutkimustyötä eri kulttuurien meditaatioperinteistä. Keskeisintä hänen kirjoituksissaan ja tutkimuksissaan on se, että hän liittää ne omiin tajuntaa koskeviin tutkimuksiinsa.

Meditaation tavoitteena hiljainen tajunnantila

Rauhala pitää hiljaisuutta lähtökohtana oma-kohtaiselle henkisyiden viljelylle ja itsensä kehittämiseksi. Hän mainitsee Laotsen ja Buddhan opetuksissa hiljaisuuden tavoittelun olleen keskeistä ja henkisen itsekasvatuksen tärkein metodi. Myös Jeesus vetäytyi erämaahan tavoitellessaan hiljaisuutta.

Monet aikamme ihmiset etsivät hiljaisuutta jonkin luovan tehtävän kautta. Tavallista on myös hiljaisuuden etsintä itsensä rauhoittami-

seksi ja koetun hajanaisuuden eheyttämiseksi. Tällöin hiljaisuuden etsimisellä on selvä terapeuttinen tavoite.

Hän viittaa **Eino Kailan** (1890–1958) *Syvähenkinen elämä* -kirjaan, jossa olennaista on hiljaisuuden arvostaminen. Monilla ihmisillä on varmaan kokemusta hiljaisuudessa toimimisesta. Esimerkiksi kun päämäärättä vaeltaa eri vuoden aikoina luonnossa, voi suorastaan kuulla hiljaisuuden läsnäolon. Se ei ole vain äänten poissaoloa, vaan aistimus ilman aistieliimiä.

Rauhalaan mukaan ihmiset eivät aina tunne hiljaisen yksinäisyyden arvoa. Usein sitä pelätään ja kaihdetaan. Kuitenkin hyvässä parisuhteessa elävillekin on erittäin rikastuttava kokemus olla joitakin päiviä yksin. Omasta persoonasta voi löytyä ydin, jota ei ole ennen tuntenut.

Länsimaaisissa tieteissä hiljaisuutta ihmisen olemassaolon ulottuvuutena ei ole paljoakaan tutkittu. Ihmisten välisissä suhteissa hiljaisuudella on laaja ilmaisullinen ulottuvuutensa äärimmäisen hienosta rakastavaisten keskinäisestä tunnelman välittymisestä katkeran vihamielisyyden äänettömyyskatkokseen saakka. Uskonnoissa hiljaisuus voi olla sekä metodi että päämäärä. Hiljaisuus yhdistyy usein myös kuolemaan.

Ulkoinen ja sisäinen hiljaisuus

Rauhala erottaa ulkoisen ja sisäisen hiljaisuuden toisistaan. Ulkoinen hiljaisuus voi suosia sisäisen hiljaisuuden syntyä. Sisäinen hiljaisuus ei ole luonnehdittavissa vain äänten puuttumisena. Siinä on kyse kokemuksellisuudesta ja siten se on tajunnan tila.

Sisäistä hiljaisuutta ei voi luonnehtia hiljaisena tietämisenä. Tällöin kyseessä on tietämisen mahdollisimman täydellinen poissaolo. Sisäinen hiljaisuus voidaan ymmärtää hyvin monella tapaa.

Rauhala ei lähde kuitenkaan kiistelemään määrittelyistä. Hän tavoittelee luonnostelua sille tajunnan tilalle, jota mystikot kautta aikojen eri kulttuureissa ovat ylistäneet ihmisen kokemiskapasiteetin korkeimpana ja hienoimpana ilmentymänä.

Oman kokemuksensa perusteella Rauhala yhtyy tähän ylistämiseen. Kuitenkin hän koettaa paradoksaalisesti häivyttää tarpeettoman mystisyyden, ja tehdä tämän kokemuksen käsitettäväksi ihmistajunnan omista potentiaaleista käsin.

Tämä on tarpeellista tehdä siksi, että tällainen hiljaisuus saataisiin käyttöön kaikissa

realisiin puutteisiin sijoituvissa ihmisen huollon muodoissa. Niin kauan kuin mystiikka ja uskonnot dominoivat tajunnan ulottuvuuden tarkastelua, ei ole toivoa, että ihmistutkijat, psykologit ja lääkärit ottavat ilmiön vakavasti.

Rauhala haluaa tarkastella sisäistä hiljaisuutta juuri tästä näkökulmasta. Tämä tuo hieman lisävalaistusta siihen, mitä hiljainen kokemus on, miten sitä voidaan tavoitella ja miten se voi olla lähtökohta ulospääsulle umpikujasta.

Profaani meditaatio

Rauhala tarkastelee meditaatiota profaani-uskonnollinen -ulottuvuudella. Tämän jatkumon tarkkaa rajaa ei ole mahdollista osoittaa. Milloin profaanista siirrytään uskonnolliseen ulottuvuuteen tai toisinpäin.

Profaani tarkoittaa pyhän, uskonnollisen tai esoteerisen ulkopuolelle jäävää. Profaani meditaatio tarkoittaa sellaista tapahtumista, jota yritetään ymmärtää ihmisen psykofyysisen olemassaolon pohjalta. Profaani usein suomenneetaan maallinen.

Tajunnan ulottuvuutta, johon meditaatiossa voidaan päästä, ja niitä vaikutuksia, joita tästä kokemuksesta seuraa ihmiseen, voidaan ja pi-

tää tutkia ensisijaisesti profaanilla tavalla. Siis uskonnoista ja mystiikasta vapautetulla tavalla.

Hiljainen tajunnantila on tavoittelun ja tutkimuksen kohteena meditaatiossa. Hiljaisuus ymmärretään silloin levottoman, hajanaisen ja hallitsemattomasti rönsyilevän kokemuksen poissaolona. Meditaatio on ihmisen itsensä tutkimisen ja kehittämisen vanhin menetelmä. Meditaation muotoja on suuri määrä. Rauhala haluaa määritellä meditaatioon seuraavasti: *”meditaatio on ihmisen oman tajunnan tutkimusta ja kontrollia”*. Tavoitteena profaaneissa meditaation muodoissa on itsensä kehittäminen.

Rauhalan mukaan mitään estettä ei ole sille, että kehitellään länsimaista meditaatiota, jossa menettelytapoja ja selityspenusteita etsitään vain ihmisen omista olemassaolon ehdoista sekä rakenteista käsin.

Meditaation sisältö

Profaanin meditaation tavoitteleva sisällöllisesti tyhjä tajunta voi olla lähtökohtana kokemuksellisuuden kehittämiselle ja rikastamiselle. Onnellinen ja ilontäyteinen kokemus ei ole meditaatiossa pelkkä itsetarkoitus.

Sisällöllisellä tyhjyydellä on tehty tilaa maailmankuvalle kehkeytyä ja rikastua ikään kuin sisällöllisesti rasisiteettoman alkutilan pohjalta. Vaikka tajunnalla on pyrkimys täytyä spontaanisti joillakin sisällöllillä, tajunnan alkutilavaiheessa meditoijalle tarjoutuu pieni mahdollisuus valikoida ja suosia kokemusaiheita, joiden hän arvioi kehittävän omaa persoonaansa.

Asiaa kokematon meditoija voi pitää tajunnan tyhjentämistä järjenvastaisena yrityksenä, sillä tajuntahan on olemassa vain kokemuksina. Kokemiskapasiteetti on yleisinhimillisenä mahdollisuutena olemassa ilman sisältöjäkin.

Rauhala haluaa määritellä meditaatioon seuraavasti: ”meditaatio on ihmisen oman tajunnan tutkimusta ja kontrollia”.

Meditaation tutkijat puhuvat tällöin *”puhtaasta tietoisuudesta”*. *Puhtaus* tarkoittaa kokemuksellisista sisällöistä vapaata tajunnan tilaa. **Max Scheler**iä (1874–1928) lainaten Rauhala kirjoittaa syvän autuuden kokemuksen tulevan, jos se on tullakseen, *”puhtaasta armosta”*.

Meditaatioperinteessä tunnetaan tajunnan vapaiden miellevirtojen (assosiaatioketjujen) katkaisumenetelmä. Yksi suosittu on jonkin tavuyhdistelmän, sanan tai useamman sanan (mantra) äänetön ajatuksellinen toisto tajunnassa. Se toimii vapaiden miellevirtojen katkaisijana ja ikään kuin harjana, joka pyyhkii pois ajatustomua.

Edellytyksenä tekniikan toimivuudelle on se, että valittu sana ei helposti liity tajunnan miellevirran osaksi. Siksi sana on hyvä olla vieraskielinen ja silloinkin sellainen, jolla omassa maailmankuvassa ei ole tunnettua käännösmerkitystä. Se voi olla keinotekoinen ja merkitykseltään täysin mieletön tavuyhdistelmä.

Mantra-tutkimuksissaan Rauhala viittaa englantilaiseen **John Blofeldin** (1913–1987) kirjaan *Mantras – Sacred Words of Power*. Blofeld tutki mantroja 40 vuotta kääntyen lopulta buddhalaisuuteen.

Heideggerin ”esiymmärtäneisyys”

Rauhala viittaa sisäistä hiljaista tietämistä koskeissa kirjoituksissaan myös Martin Heideggerin (1889–1976) ”esiymmärtäneisyys” käsitteeseen. Dasein (ihmisen mahdollisuus) esiymmärtäneisyydessään ymmärtää maailmasuhteessaan olemisehtonsa ja realistuu niiden edellyttämällä tavalla. Kyseessä on ymmärtäminen tajuttomasti loogisessa mielessä ennen tajunnallisen tietämisen mahdollisuuksia. Kyseessä ei ole tieto tai tietäminen näiden käsitteiden tavanomaisessa merkityksessä. Tietämistä ja tietoa on varsinaisesti vasta tajunnan tasolla.

Jotta asia voidaan ymmärtää, niin mukaan on otettava Rauhalan käsitteellinen innovaatio ”*situationaalinen säätöpiiri*”. Ihmisen tajunnallisuus on tarkoittavaa suuntautuneisuutta merkitykselliseen todellisuuteen. **Edmund Husserlin** (1859–1938) käsittein ilmaistuna *intentionaalisuutta*, joka toteutuu aina jossakin eksistentiaalisessa tilanteessa, *situaatiossa*.

Situaation tekee mielekkääksi siihen kuuluva mielekkyystausta. Heideggerin käsittein ilmaistuna esiyymmärtäneisyys liittyy aina tiettyyn aikakauteen, kulttuuriin, kieleen, yhteiskuntaluokkaan, sukupuoleen ja koulutustasoon. Näin valikoitunut ihminen kohtaa maailman tiettyä taustaa vasten.

Rauhalan mukaan tämä tausta on ”*säätöpiiri*”, *hermeneuttinen tulkintahorisontti*, joka säätelee ja määrittää tapaa, jolla maailman mielekkyys ihmiselle hänen nimenomaisessa tilanteessaan jäsentyy.

Meditaatio lisää onnellisuutta

Positiivisen psykologian perustajan Martin P. Seligmanin (1942–) mukaan itämaisten mietiskelytekniikoiden säännöllinen harjoittelu hidastaa kiivasta länsimaista mieltä. Useimpien menetelmien on todistettu lieventävän ahdistuneisuutta.

Seligman on harjoittanut transsendenttista meditaatiota 20 vuotta. Tämä auttoi häntä tulemaan levollisemmaksi ja vähemmän ahdistuneeksi. Omasta kokemuksestaan hän voi suositella meditaatiota kaksi kertaa 20 minuuttia päivässä.

Seligmanin kollega **Sonja Lyubomirsky** on määritellyt 12 onnellisuutta lisäävää keinoa ns. onnellisuusaktiviteettia. Yksi näistä on kehosta huolehtiminen, joka perustuu meditointiin. Säännöllinen meditointi johtaa todelliseen onnellisuuteen, koska se herättää tietoisuuden ja irrottaa maallisesta.

Lyubomirskyn tutkimuksiin osallistuneiden onnellisuus, tunne-elämä, stressinsietokyky, kognitiiviset kyvyt ja terveys yleensä ovat parantuneet. Myös havainnot itsensä toteuttami-

sesta ja henkisen kypsyyden lisääntymisestä on viitteitä. Meditaatiolla on ollut myös fysiologisia vaikutuksia: hengityksen hidastuminen, verenkierron elpyminen, immuunijärjestelmän vahvistuminen ja vastustuskyvyn paraneminen.

Positiivisen psykologian verkostoon kuuluva **Jonathan Haidth** (1963–) sanoo meillä olevan luonnollisen pillerin, joka voidaan ottaa määräysten mukaan päivittäin. Tämä pilleri ei maksa mitään, se on **meditaatio**.

Haidth viittaa kirjoissaan muun muassa Buddhaan ja Laotseen, jotka löysivät tien rauhaan ja tyyneyteen, irti päästämisen tien. Hänen mukaan onnellisuushypoteesi on jing-jiang -muotoilun mukainen. Onnellisuus tulee sisältä ja ulkoa.

Nämä positiivisen psykologian onnellisuustutkijat käyttävät meditaatio tutkimustensa lähteenä **John Kabat-Zinnin** (1944–) tietoiseen läsnäoloon perustuvaa stressinhallintamenetelmää, jota on sovellettu menestyksellä masennuksen ja uupumuksen hoidossa. Kabat-Zinn puolestaan perustaa omia näkemyksiään buddhalaisen mietiskelyn traditioon.

Kabat-Zinn ajattelee, että meditaatiolla poistetaan stressi kehosta. Meditointi lievittää sekä fysiologista että psykologista stressiä. Kysymys on aivojen saattamisesta stressitilasta rauhalliseen tilaan. ●

Rauhalan innovaatio: situationaallinen säätöpiiri

Uutta Rauhalan ihmiskäsityksessä on se, että situationaalisuus on ontologisessa mielessä osa ihmistä. Ihmisen psykofyysinen olemassaolo on mahdollinen suhteessa hänen situaatioonsa.

Filosofian tohtori **Jussi Backman** näkee situationaallisen säätöpiirin olevan Lauri Rauhalan ehkä tärkein käsitteellinen innovaatio. Filosofian tohtori **Jukka Hankamäki** tiivistää situationaallisen säätöpiirin käsitteen erinomaisesti: *”Se viittaa tapoihin, joilla ihmisen eri olemuspuolet säätelevät toisiaan ja vaikuttavat toisiinsa”*. Nämä ihmisen olemuspuolet ovat kehollisuus-tajunnallisuus-elämäntilanteisuus (situationaalisuus)

Ihminen on kokeva olento

Uutta Rauhalan ihmiskäsityksessä on se, että situaationaalisuus on ontologisessa mielessä osa ihmistä. Ihmisen psykofyysinen olemassaolo on mahdollinen suhteessa hänen situaatioonsa. Filosofian historiassa mind-body -ongelmaa on pidetty vaikeana ratkaisemattomana tai kielellisenä ongelmana.

Auttamisessa, opetuksessa ja kasvatuksessa tavoitellaan sitä, että ihminen saavuttaisi riittävän itseohjauksellisuuden sekä voisi niin ollen myös ottaa vastuun itsestään.

Rauhalan kehittämä holistisen ihmiskäsityksen situationaalisen säätöpiirin käsite on yksi ratkaisuehdotus mind-body -ongelmalle.

Rauhalan edustamassa ja kehittelemässä toistaiseksi edistyneimmässä ihmisen filosofiassa, eksistentiaalisessa fenomenologiassa dualismin ongelma on ratkaistu hallittavalla tavalla. Siinä jyrkkä irrallisuus ihmisen olemuspuolien väliltä poistuu. Kuitenkin säilyy mahdollisuus puhua kunkin olemuspuolen tapahtumista sen oman rakenteen edellyttämällä tavalla.

Näin vältetään ihmisen olemassaolon homogenisointi. Ihminen on kokeva olento, jota mikään järkevä ajattelu ei voi kieltää. Tajunnallisuus kokemisen kokonaisuutena ei Rauhalan eksistentiaalisessa fenomenologiassa irtoa kehollisuudesta eikä situationaalisuudesta, vaan päinvastoin edellyttää ne ollakseen olemassa.

Situationaalisen säätöpiirin käsite esiintyy Rauhalan artikkeleissa jo vuonna 1973. Heti seuraavana vuonna 1974 kirjassaan *Psykykinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa*, hän kirjoittaa enemmän situationaalisen säätöpiiristä psykoterapian näkökulmasta.

Ihmisen tutkimus alkaa situaatiosta

Psykoterapeuttinen tutkimus alkaa situaatiosta ja tarkastelee koko ajan situationaalisen säätöpiirin kehitystä. Siksi se on riittävän asianmukainen menetelmä eksistenssin ongelman selvittämiseen. Kun varsinaisissa tieteissä pyritään neutraaleihin kuvauksiin, niin psykoterapia edellyttää ainutkertaisen ja subjektiivisen kuvauksen pelkistämistä.

Psykoterapiassa lähdetään päinvastaiseen suuntaan kuin yleisten lakien tavoittelussa. Se on käytännössä yksilöivää; asioita, suhteita ja tapahtumia nimeävää sekä ajoittavaa, paikallistavaa ja subjektiivisesti arvioivaa. Psykoterapiassa ei puhuta esimerkiksi äideistä yleensä vaan minun omasta äidistäni. On yksilöitävä, mitä äitini oli ajallisesti ja paikallisesti määrättyssä tilanteessa. Tälle subjektiiviselle tasolle on aina mentävä, jotta autettavan koetussa maailmassa aktualisoituvat yksilöllisellä tavalla koettua maailmaa realisoivat horisontit.

Rauhala kritisoi sitä, että ihmistutkimus psykkisten häiriöiden kohdalla toistaiseksi on aivan liian yksipuolisesti korostanut yleisiin lainalaisuuksiin tähtäävän tutkimuksen tärkeyttä. Psykoterapia on uraa uurtavasti toteuttanut ihmistutkimuksen yksilön auttamista korostavaa linjaa, jolle situationaalisen säätöpiirin hermeneuttinen analyysi voi antaa sille tarpeellisen filosofisen perustelun ja oikeutuksen. Näin Rauhala kirjoitti jo 1970-luvulla.

Rauhala kutsuu ihmistä kehollisuuden-tajunnallisuuden-elämäntilanteisuuden olemuspuolten vastavuoroisesti eteneväksi prosessiksi situationaalisen säätöpiirinä. Vastavuoroisuus ja läpäisevyys edustavat ihmisen olemassaolossa omanlaatuista dialektiikan muotoa. Situationaalinen säätöpiiri viittaa siihen, että kyseessä on dynaaminen ja itseään säätelevä järjestelmä, jossa eri osatekijät määräävät sen, miten toiset olemuspuolet ovat olemassa. Situationaalisen säätöpiirin ajatusmallin tehtävä on helpottaa ihmisen kokonaisuuden käsittämistä.

Inhimillinen olemassaolo (Eksistenssi)

Eksistenssiä käytetään lyhenteenä ilmaisusta reaalinen inhimillinen olemassaolo. Siihen kuuluvat kaikki ihmiskäsityksen erottamat olemassaolon muodot. Eksistenssiin kuuluu myös ihmisen ainutlaatuista olemassaoloa tähdentävä merkitysvivahde. Eksistenssi on jatkuvaa tapahtumista ja tuleamista.

Eksistenssi vastaa todellistumisen eri muodoissa samoin vaikuttaviin tekijöihin omalle rakenteelleen ominaisella tavalla. Esimerkiksi sydän vastaa kiireeseen ja stressiin toimimalla huonosti. Tajunnassa kiireisyys ja stressi ilmenevät ymmärtämisenä, ahdistuneisuutena tai huolestuneina merkityskoemuksina.

Koettu maailma (Lebenswelt)

Psykoterapian kohteena ja vaikutusalueena olevasta tajunnan sisällöllisestä puolesta käytetään nimitystä koettu maailma. Se on yksilöllisellä tavalla jäsentynyt ja koostunut tajunnallinen kokonaisuus. Koettu maailma rakentuu osista, joita kutsutaan merkityssuhteiksi. Merkityssuhteessa ymmärretään jokin asia joksikin tai jonkinlaiseksi. Psykinen häiriö todetaan koetun maailman merkityssuhteissa. Psykoterapiassa operoidaan merkityssuhteilla.

Horisontti

Tieteenfilosofian aksiomaattisena lähtökohtana on; kaikki ymmärtäminen on aina yhteyksissä ymmärtämistä. Koetun maailman fenomenologisesti analysoitavat tajunnalliset ehdot käsitetään merkityssuhteiksi tai niiden muodostamiksi suhdejärjestelmiksi, joissa jokin uusi saa mielensä. Koetussa maailmassa on jo olemassa olevaa, tunnettua ja tiedettyä. Näitä merkityssuhteita ja suhdejärjestelmiä kutsutaan horisonteiksi.

Rauhalan mukaan situationaalinen säätöpiiri ihmiskäsityksenä velvoittaa täsmentämään kysymistä niin, että päästään paremmin ymmärtämään ihmistä hänen reaalissa ja ainutkermaisessa elämäntilanteessaan. Ihmistutkimuksen tavoitteena on sen selvittäminen, miten kohteena oleva situationaalinen säätöpiiri toimii. Kaikki kysyminen, joka palvelee tämän tavoitteen saavuttamista, on perusteltua.

Itseohjauksellisuus on vastuuta itsestään

Yksityistä ihmistä tutkittaessa hän ei hyväksy, että havainnot irrotetaan tilastoiksi, koska ne eivät merkitse samaa eri situationaalisissa säätöpiireissä. Näin ollen ne eivät ole yhteismitallisia asioita. Situationaalinen säätöpiiri on suhdejärjestelmä, jossa ilmiöt saavat oman erikoisen asemansa ja merkityksensä.

Hänen mukaansa ennustettavuudella ihmistutkimuksessa ei ole samaa asemaa kuin luonnontutkimuksessa. Luonnonilmiöiden ennustaminen on tarpeen niiden hallitsemiseksi, mutta ihmisen kohdalla kaikkea ei tarvitse, ei pidä eikä periaatteessa voi ennustaa. Usein ihmisen asioiden ennustaminen ja tehdyn ennusteen ilmoittaminen ihmiselle on moraalitonta.

Olenaisempaa kuin ennustaminen ja sille perustuva ohjailu on löytää ihmiselle mahdollisuuksia kehittyä omana situationaalisena säätöpiirinä korkeatasoiseksi ihmiseksi, joita hän välttämättä joutuu tekemään omassa itseohjauksellisuudessaan.

Auttamisessa, opetuksessa ja kasvatuksessa tavoitellaan sitä, että ihminen saavuttaisi riittävän itseohjauksellisuuden sekä voisi niin ollen myös ottaa vastuun itsestään. Aidon yksilöllisyyden tavoitteina on muun muassa itseohjauksellisuus omassa elämässä, kriittisyys massavaikutuksiin, itsenäinen luovuus omien mahdollisuuksien rajoissa.

Suurinta haittaa ihmisen olemassaolon itseohjauksellisuudelle aiheutuu siitä, että huonous tai epäsuotuisuus on keskittynyt ihmisen

tajuntaan. Vaikka keho ja situaatio olisivatkin hyvässä kunnossa, niin silti hyvän olemassaolon ylläpito realistisella tavalla vaikeutuu.

Rauhalan mielestä kasvatuksen tulisi edistää itseohjauksellisuuden kehittymistä. Aikuisuudessa sen pitäisi olla maksimaalisesti tehosaan. Hän näkee, että viime aikoina ihmisen oma vastuu hänen kokonaisuudessaan vallitsevasta kielteisyydestä on otettu häneltä pois ja siirretty yhteiskunnan persoonattomille koneistoille. Autettavalta näkyy joskus katoavan vastuu itsestään.

Situaatio on aina ainutkertainen

Ihmisen identiteetin toteaminen situationaalisuuden pohjalta käy hyvin ilmi arkikielestä. Puhuttaessa ihmisestä esimerkiksi opettajana tähdennetään hänen suhdettaan omaan situaatioonsa. Opettajuuden situationaalisuuden muoto on sitä, että ihminen on opettavassa ja kasvattavassa suhteessa toisiin ihmisiin.

Situationaalisuus on käsitettävä aina ainutkertaiseksi. Ohjatessaan elämänsä kulkua persoonallisissa valinnoissaan jokainen ihminen kehittää situationaalisuuttaan elämänsä aikana yhä suurempaan yksilöllisyyteen.

”Maailma” käsite merkitsee Rauhalalle kaikkia niitä mahdollisia ilmiöitä ja asiatioita, joihin ihmiset yleensä voivat joutua suhteeseen. ”Situaatio” käsite merkitsee niitä ilmiöitä ja asiatioita, joihin yksi ihminen tosiasialisesti joutuu suhteeseen. Vaikka ihmisten situaatioissa on aina paljon yhteisiä rakennetekijöitä, situaatio on aina ainutkertainen.

Situaatio on hyvin monitasoinen ja monilaatuinen. Siihen sisältyy sekä konkreettista että ideaalista todellisuutta; esimerkiksi arvot. Eräät situaation osatekijät ovat kohtalonomaisia, muuttumattomia ja peruttamattomia; sukupuoli, rotu, ihonväri, geenistö.

Ihmisen elämänvaiheiden ja kehityksen kuluessa situaatio muovautuu uudelleen. Erilaiset elämäntapahtumat muuttavat situaatiota hyvinkin vaihtelevalla tavalla ja ovat muutoksenalaisia situaation osatekijöitä. Situaatio voi sisältää myös kuvitteellisia osatekijöitä.

Itsetuntemuksen lisääminen

Eksistentiaalis-fenomenologisen neuvonnan (EC) tavoitteena on ihmisen itsetuntemuksen lisääminen. Sen juuret ovat Martin Heideggerin (1889–1976) eksistentialismissa ja Edmund Husserlin (1859–1938) fenomenologiassa.

Eksistentiaalinen neuvonta alkoi kun sveitsiläinen psykiatri ja eksistentiaalinen psykologi **Ludwig Binswanger** (1881–1966) tukeutui Heideggerin eksistentialismiin. Se rantautui Yhdysvaltioihin humanistisen psykologin ja eksistentiaalisen filosofin **Rollo Mayn** (1909–1994) kautta. Sekä Binswangerin että Mayn

nimet ovat Rauhalan kirjojen lähdeluetteloissa jo 1970-luvulta lähtien.

Eksistentiaalisessa neuvonnassa Heideggerin käsite ”*maailmassa-oleminen*” (*in-der-Welt-sein: being-in-the-world*) on tärkeässä asemassa. Heidegger erotti myös kaksi muuta olemisen tapaa:

”*käsillä-oleminen*” (*zuhanden*) ja ”*esillä-oleminen*”. Heideggerin mukaan kysymyksen maailmassa-olemisesta esittää *Dasein*.

Erotuksena realistuneesta inhimillisestä kokonaisuudesta (*eksistenssi*) Heidegger puhuu *Daseinista*, jolla hän tarkoittaa ihmisen mahdollisuutta. Ihmisen olemassaolo edellyttää jatkuvia eksistentiaalisia valikoitumia, koska ihmisen olemassaolo alkuoletuksen mukaan on pelkkä mahdollisuus. Ihminen on käsitettävä jatkuvasti konkretisoituneena eksistenssinä ja joksikin tulemista realisoivana *Daseinina*.

Rauhalan mukaan Heidegger pyrkii paljastamaan sen, ettei ihmisen olemassaolo ole käsi-



Kuvallähde <http://dic.academic.ru/pictures/wiki/files/69/EdmundHusserl.jpg>

Lauri Rauhalan käsitteellisen innovaation "situaationaalisen säätöpiirin" taustalla on Martin Heideggerin eksistentiaalinen filosofia, ja etenkin "maailmassa-olemisen" situationaalisia olemis-ehjoja koskevat ajatukset.

tettävissä ilman maailmaa, jonka osa ihminen on. Heidegger on osoittanut sen, miten perustavalla tavalla maailma on mukana ihmisen todellistumisen rakennetekijöissä.

Rauhala sanoo havainneensa Heideggerin filosofian viitoittaman hyvän linjan mahdollisuudet hengentieteiden tieteenfilosofian kehittelyn kannalta sen jälkeen, kun hän alkoi ymmärtää Heideggerin ajattelua. Rauhala on pyrkinyt kaikissa tutkielmissaan täydentämään heideggerlaista analyysia, jotta hän pääsee sellaisen ihmisen todellistumisen kokonaisstruktuuriin, joka soveltuu yleisellä tasolla ihmistieteiden tieteenfilosofian perusrungoksi.

Heidegger analysoi vain sitä, miten Daseinin maailmassa-olemiseen sisältyy tajunnan

kannalta alustava *esiyymmärtäminen* (*Vorverständnis*). Olemisen analyysiin sisältyy näkemys, miten ihmisen orgaaninen olemassaolo rakentuu ja jatkuvasti muuntuu esiyymmärtämisyyden pohjalta.

Situaationaalisen säätöpiirin taustalla on Heidegger

Kun Heidegger puhuu ihmisen maailmasuhteesta, hän rajaa tämän suhteen "situaatio" käsitteeseen. Osa eksistenssin situationaalisista olemisehdoista on kohtalonomaisia, joita hän ei ole voinut itse valita. Osaa olemisehdoista eksistenssi voi omilla valinnoillaan säädellä. Ihmisen olemisehdot ovat hänen elämänsä kullussa jatkuvien muutosten alaisia. Eksistenssi ratkaisullaan ja valinnoillaan säätelee situationaalia eli joksikin tulemisen ehtoja.

Ihmisen elämässä vallitsee kuolemaan saakka kestävä "*systemin sisäänrakentunut*" vastavuoroisuus yhtäältä eksistenssin orgaanisen ja tajunnallisen olemassaolon sekä toisaalta hänen situationaalisuutensa välillä. Rauhala omista analyysissaan kutsuu tätä ihmisen eksistentiaalista rakennetekijöisyyttä situationaalisiksi säätöpiiriksi, koska tähän kokonaisuuteen sisältyy omanlaatuinen sisäinen itsesääntelyn periaate.

Näin ollen Lauri Rauhalan uuden käsitteellisen innovaation, kuten tohtori Jussi Backman toteaa, "*situationaalisen säätöpiirin*" taustalla on Martin Heideggerin eksistentiaalinen filosofia, ja etenkin "*maailmassa-olemisen*" situationaalisia olemisehtoja koskevat ajatukset. Situationaalisen säätöpiirin Rauhala otti käyttöön jo 1970-luvulla. ●

Rauhala suomalaisessa filosofisessa antropologiassa

Filosofian professori emeritus Reijo Wilenius (1930–) sijoittaa Lauri Rauhalan suomalaisen filosofisen antropologian perinteeseen yhdessä Johan Vilhelm Snellmanin (1806–1881), Erik Ahlmanin (1892–1952) ja Sven Krohnin (1903–1999) kanssa.

Wileniuksen mukaan Snellman, Ahlman ja Krohn edustavat henkisesti suuntautunutta filosofista antropologiaa. Wileniuksen mielestä Rauhalan teos Humanistinen psykologia (1990) on tässä mielessä merkittävä. Myös Rauhalan myöhemmät teokset käsittelevät tätä teemaa: etenkin Henkinen ihmisessä (1992/2009).

Mikä ihminen on?

Filosofisen antropologian keskeinen kysymys on ”Mikä ihminen on?”. Ihmistä tutkittaessa Rauhala haluaa tehdä selvän käsitteellisen eron ihmiskuvan ja ihmiskäsityksen välille. Ihmiskuvalla hän tarkoittaa sitä tulosta, jonka empiirinen ihmistiede ihmisestä tuottaa. Siten voidaan puhua eri tieteiden (psykologian, biologian, sosiologian) ihmiskuvista. Ihmiskäsityksel-



HEIKKI VUORILA

Toisessa kirjassaan *Psyykkinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa* (1974) Lauri Rauhala kirjoittaa filosofisen antropologian ihmiskäsityksestä. Tällä toisella kirjalla Rauhala naulaa itsensä suomalaisen filosofisen antropologian perinteeseen.

lä puolestaan hän tarkoittaa niitä, perustavia edellytyksiä ja oletuksia, joita ihmistutkijalla on tutkimuskohteestaan hypoteeseja asettaessaan ja menetelmiä valitessaan.

Rauhala näkee ihmistutkimusta rasittavan pyrkimyksen aina kieltää jotakin olennaista tutkimuskohteesta. Ihminen ei ikään kuin saisi olla sitä, mitä hän on, vaan tutkijat pyrkivät typistyksillään määrittämään, mitä ihminen tutkimuskohteena saa olla. Tällä Rauhala arvostelee luonnontieteellisiä ihmiskäsityksiä ja tutkimusmenetelmiä.

Lauri Rauhalan mukaan **Max Schelerin** (1874–1928) ansiota on se, että Scheler tarkasteli henkeä yksityisen ihmispersonan näkökulmasta. Hän analysoi sitä, miten henki on keskeinen osa yksilöllisen persoonan rakennetta.

Max Scheler erotti ihmistajunnassa psyykkisen ja henkisen. Psyykkinen on alemmaa tajunnallisuutta, jollaista on myös eläimillä. Näitä ovat muun muassa ahdistuneisuus, pelokkuus, tyytyväisyys ja halut. Henkistä on esimerkiksi käsitteellisyys ja tietämiseen kykenevä, asennetta ottava, ratkaisuja harkitseva ja te-

kevä, arvoja tiedostava sekä vastuuta kantava tajunnallisuus.

Rauhalan mielestä jaottelu on tarpeellinen ja se toimii johonkin rajaan saakka. Olennaista on se, että tajunnallisuus ei ole kauttaaltaan loogisesti samantasoista. Henkinen taso on psyykkisestä erottuva, mutta niiden välinen raja on häilyvä.

Myös **Nikolai Hartmannin** (1882–1950) näkemykset ovat olleet Rauhalalle tärkeitä. Rauhalan mukaan Hartmann on analysoinut fenomenologian piirissä henkistä olemassaoloa kaikkein yksityiskohtaisimmin ja täsmällisimmin. Hartman erottaa ihmiskäsityksen analyysissään ihmisen olemassaolon nelitasoisuuden: materia, orgaaninen, psyykkinen ja henkinen.

Persoonallisuuden idea

Johan Vilhem Snellman lähtee kirjassaan *Persoonallisuuden idea* (1841) persoonallisuuden käsitteestä. Snellmanille itsestään tietoinen henki on persoonallisuus. Se ilmaisee ihmisen sisäisintä luontoa ja samalla hänen henkisen kehityksensä korkeinta tasoa.

Persoonallisuus on itsestään tietoinen vapaa olento, jota voidaan myös sanoa ”ihmisen” käsitteeksi. Vapaus toteutuu ihmisen henkisessä kehityksessä, jonka lähtökohtana on hengen itsetunto. Se on oivallus ajattelun omasta luonteesta. Ajattelu on itsensä tietävä ja tietämisessä itseensä perustuva, vapaa.

Snellmanin mukaan ihmisellä on välitön kokemus omasta ajattelustaan. Hän on ajattelevana olentona jotakin muuta kuin häntä ympäröivä aineen maailma. Tässä maailmassa ihminen havaitsee myös oman kehollisuutensa. Omassa kehossaan hän kokee hengen ja aineen ykseyden. Hän kokee olevansa elävä ykseys kehonsa elinten kanssa sekä omista ajatuksistaan käsin toimiva kokonaisuus, subjekti.

Snellmanilla hengen ja aineen, mielen ja kehon ykseys on selittämätön. Tietoisuuden tosiasia on mielen ja kehon erilaatuiset havainnot. Wileniuksen näkemyksen mukaan tässä Snellman etenee kohti fenomenologiaa. Hän ei voi torjua ihmisen dualismia eikä ykseyttä.

Wileniuksen mielestä Snellmanin kohdalla pitäisi puhua mielen ja kehon erilaisuuden ja ykseyden ihmiskäsityksestä eikä henkisestä ihmiskäsityksestä. Snellmanin ”hengen itsetunnon” käsite sisältää ihmisen perustavat havainnot itsestään. Ihmisellä on hengen varmuus vapaudestaan. Ihmisen itsetunto on sivistyksen ja kaiken tietämisen edellytys. Inhimillinen sivistys syntyy ihmisen itsetajunnasta.

Wilenius ajattelee Snellmanin hengen itsetunnon vastaavan ihmisen välitöntä havaintoa itsestään ajattelevana ja kehollisena olentona. Ajattelun erityinen laatu ja vapaus ovat hänelle yhtä ilmeinen tietoisuuden tosiasia kuin ruumiin olemassaolo, joita mitkään selitykset eivät voi poistaa.

Hengen itsetunnolla Snellman viittaa persoonallisen itsetietoisuuden kokemukseen, jossa piilevä järjellisyys ja pysyvä itsenäinen henki tulevat ihmisessä itsestään tietoisiksi.

Varsinainen minä

Erik Ahlman (1892–1952) pohtii postuumisti ilmestyneessä kirjassaan Ihmisen prob-

leemi (1953) sitä, ”Mitä ihminen on?” ”Mikä on ihmisen olemus, idea?” Ahlman uskoi, että meillä ei ole lopullista ja täydellistä vastausta siihen ”Mitä ihminen on?”. Ahlman kirjoittaa ihmisen laadusta, jota ei voida koskaan ilmaista asianmukaisesti tyhjentävällä tavalla. Laadusta voidaan kyllä saada entistä oikeampi ja täydellisempi käsitys.

Ahlman oli tietoinen ihmisen monitahoisuudesta ja siitä, että ihminen kokonaisuutena voidaan ymmärtää monella eri tavalla. Ihmisessä on hänen eläimellinen tai aineellinen puolensa. Hänessä on myös henkinen, korkeampia arvoja ja lopulta jumaluutta kohti kurottuva olento.

Jokin puoli nähdään aina ensisijaisena ja tämän mukaan muodostetaan kuva ihmisestä. Sillä on suuri merkitys, millainen kuva ihmisestä muodostetaan. Ahlman oli tietoinen aineellisen ja henkisen tasapainon ongelmasta. Hän korostaa omassa ihmiskäsityksessään henkisyttä. Ahlman haluaa johdattaa ihmistä ajattelemaan tunteella ja syventymään ihmisen ideaan.

Hänen mukaansa ihmisen arvokkuus on siinä, mitä ihminen edustaa. Ihmisen arvo voidaan ymmärtää vain niin, että ihmisolemuksen asiallinen sisältö tulee näkyväksi. Ahlman ei kuitenkaan väheksy ihmisen kehollisuutta. Kuitenkin hänen tutkimuksensa kohdistuu ihmiseen henkisenä olentona.

Ahlmanille mieli ja keho muodostavat yhteisen kokonaisuuden. Hän korostaa kuitenkin hengen puhdasta toimintaa, jossa ollaan yhteydessä tietoisien tahdon kanssa. Henki sisältää yliksilöllisyyden. Hengessä yksilö ylittää itsensä biologisena olentona. Ahlman hyväksyy ihmisen kolmijaon keho, mieli ja henki.

Henkisenä ihmisenä ihmisellä on mahdollisuus kohota itsensä yläpuolelle. Hän liittää henkisen ihmisen *itsetajuntaan*. Henkisiä toimintoja ovat ajattelu ja korkeampien arvojen ymmärtäminen, jotka edellyttävät *itsetajuntaa*.

Ahlmanin filosofinen antropologia huipentuu ihmisen ”*varsinaisen minän*” käsitteeseen, joka on henkisen toiminnan liikuttaja. Näin



Henkinen on tajunnallisuuden inhimillinen erikoispiirre, joka todellistuu toiminnassa.

Sven Krohnia (1903–1999) pidetään henkisesti suuntautuneen filosofisen ihmistutkimuksen keskeisenä kehittäjänä.

hän päätyy ”*korkeamman minän*” käsitteeseen. Hän uskoo, että ihmisessä on jotakin korkeampaa, joka selittää arkisen itsensä ylittämisen. Korkeamman minän ihminen kokee vain elämällä sen.

Kun joku on moraalisesti löytänyt itsensä, sillä tarkoitetaan varsinaisen minän löytymistä. Ahlmanille varsinainen minä on kokemuksen asia eikä pelkkää pohdintaa. Varsinaisen minän kokeminen on usein voimakas elämys, joka tapahtuu esimerkiksi jonkin tärkeän ratkaisun yhteydessä. Varsinainen minä vaatii ihmistä suuntaamaan elämänsä tiettyyn suuntaan niin, että ihminen kokee sen omaksi suunnakseen.

Ydinminä

Sven Krohnia (1903–1999) pidetään henkisesti suuntautuneen filosofisen ihmistutkimuksen keskeisenä kehittäjänä. Krohnin ihmiskäsitys on henkisempi kuin Ahlmanin. Ihmisen ja ihmistä ympäröivän aineellis-henkisen todellisuuden välillä on heijastussuhde. Ydinihmisessä kuvastuu Logos, kaikkiallisen järjellisuuden ja arvojen maailma.

Krohn torjuu Ahlmania huomattavasti jyrkemmin materialistisen maailmanselityksen ja siihen perustuvan yksipuolisen ja tyypitetyn

näkemyksen ihmisen henkisistä toiminnoista ja olemuksesta. Kiinnostuksesta ihmisen henkisiin toimintoihin Krohn ottaa huomioon ihmisen kehollisen erikoislaadun.

Kuitenkin hänen ihmistutkimuksensa keskittyy pääasiassa ihmiseen minäolentona. Kaikkein eniten ihmisessä häntä kiinnostaa ydinminä. Vaikka henkiset toiminnot ovat sidoksissa aivoihin ja hermostoon, kukaan tutkija ei ole johtanut henkisiä toimintoja aineellisista. Krohnin analyysin mukaan yritykset samastaa aivotapahtumat ja ihmisen henkisyys eivät ole onnistuneet.

Minä on Krohnille peruskäsite ihmisen ymmärtämisessä. *Minä* on tajunnan jatkuvuuden kokemisen perusta. Ilman *minää* ihmisen moraalinen tajunta ja vapaa toiminta eivät ole ymmärrettävissä.

Krohnin henkisen ihmiskäsityksen tehtävä on syvällisempi kuin Ahlmanin. Sen tehtävä on tunkeutua syvemmälle itsen eli minän olemukseen. Minä liittyy toden, hyvän ja kauniin arvoihin, näkemykseen yleispätevästä ja kaikkiallisesta, jota kohti ihmisen on pyrittävä.

Hän kysyykin, miten on mahdollista, että rajallinen tietoisuus tajuaa totuuden yleispätevän arvon? Mikä on tämän tajuamisen mahdollisuuden ehto? Hän itse vastaa, se on ihmisessä

oleva ehto, joka on hänen varsinainen minänsä, ydinolemus.

Rauhalan mukaan Ahlmanin varsinainen *minä* on tulkittavissa henkiseksi, joka ei häviä biologisessa kuolemassa, vaan sillä on jatkuva olemassaolo ja jälleensyntymisen mahdollisuus. Krohnin ydinihminen on idullaan jokaisessa ihmisessä. Se on yliajallinen ainaisolento, joka ei kuole vaan palaa uudelleen kehoillistuneena reaali maailmaan jatkamaan kehitysprosessiaan.

Rauhala ryhmittää Ahlmanin ja Krohnin hengen analyysin suurmestareiksi. Rauhalasta tuli Krohnin kenties läheisin oppilas. Rauhalan varauksellinen suhtautuminen Krohnin teosofisiin ja parapsykologisiin ajatuksiin loi heidän välilleen jännitteen.

Tajunnallisuus on henkistä

Jo toisessa kirjassaan Psykkinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa (1974) Lauri Rauhala kirjoittaa filosofisen antropologian ihmiskäsityksestä. Jo tällä toisella kirjalla Rauhala nauttii itsensä suomalaisen filosofisen antropologian perinteeseen. Ihminen on todellistunut ainakin materiana, orgaanisena tapahtumisena ja tajunnallisuutena. Nämä ovat riittävän asianmukaisia.

Ihmistä voidaan tutkia materiana. Ihminen on myös orgaanista elämää kuten kaikki muukin elollinen. Näiden kahden olemassaolon muodon lisäksi ihminen on tajunnallinen. Hän kokee tiettyä mielellisyyttä ja on suhteessa maailmaan. Maailmalla tässä tarkoitetaan kaikkea mahdollista, johon ihminen voi olla suhteessa: konkreettiset esineet, ideaaliset oliot, arvot. Käsite ”maailma” on tärkeä siksi, että ihminen on maailmaa tutkiva ja siihen vaikuttava sekä maailmassa todellistuva sen edellyttämällä tavalla.

Rauhalan mukaan ihminen voi tarkastella omaa aineellisuuttaan, orgaanista tapahtumistaan sekä tajunnallisuuttaan. Hän voi myös tietää, että hän ymmärtää ja tietää. Ihminen voi arvostella, kritikoida, hyväksyä tai paheksua aikaisempia kokemuksiaan. Tätä tajunnal-

lisuuden itseä tarkastelevaa aspektia Rauhala kutsuu henkiseksi. Se ei ole aina vallitseva, mutta se voidaan aktualisoida henkisen asennemuutoksen avulla.

Rauhalalle henkinen ei ole mikään henkiolento, eetteristä ja kehosta irrottautuva kuolematon olemismuoto. Henkinen on tajunnallisuuden inhimillinen erikoispiirre, joka todellistuu toiminnassa. Henkisen asennemuutoksen avulla ihminen voi arvioida vihaansa ja todeta, onko se ollut ihmisarvon mukaista.

Hän tarkastelee ehdottamiaan olemassaolon perusmuotoja myös käänteisesti eli jos niitä ei tarvitsisi esittää ihmistä tutkittaessa ja autettaessa. Ilman materiaalista todellistumista ihminen olisi haamu, joka läpäisisi seinä. Ilman orgaanista elämää ihminen olisi kuin eloton graniittiveistos. Ilman tajunnallisuutta ihminen olisi kuin kasvi, joka elää, mutta sillä ei ole oivaltavaa suhdetta ympäristöönsä. Ilman henkisyyttä ihminen olisi kuin eläin, jolla on elämyksiä, mutta joka ei voi tarkastella ja arvostella omia elämyksiään.

Kaikki olemassaolon muodot käsitetään yhtä alkuperäisiksi. Ne eivät ole ihmisen ajattelun luomia luokkia vaan niihin on päädytty pelkistämällä ihmisen olemassaolosta se rakenne, jossa kukin olemassaolon muoto todellistuu. Rauhala nimeää nämä rakenteet seuraavasti: aineellisuus, elämä ja intentionaalisuus.

Aineellisuus on ihmisen olemassaolon lujiin ja konkreettisiin rakenteisiin. Olennaisesti ihmisen olemassaolo on elämän olemista. Näin sana ”elämä” saa aivan erikoisen olemassaolon tavan ja laatuun viittaavan merkityksen. Tajunnan perustava rakenne on intentionaalisuus. Intentionaalisuudella Rauhala tarkoittaa tajunnalle luonteenominaista piirrettä ylittävää aikaa ja paikkaa suhteessa maailmaan. Tajunnan intentionaalisuus on sitä, että tajunnan sisällöt viittaavat johonkin itsensä ulkopuolelle.

Näistä näkemyksistä vuodesta 1974 lähtien Lauri Rauhalan fenomenologia – jollaiseksi hänen ajattelunsa voidaan luokitella – on kehittynyt siihen malliin, jollaisena se tunnetaan lähes 40 vuotta myöhemmin holistisena ihmiskäsityksenä. ●

Rauhalan vuodet

- 1914 syntyi Sievissä 13.9. muutamia viikkoja ensimmäisen maailmansodan syttymisen jälkeen
1921 7-vuotiaana aloitti kansakoulun
1932 18-vuotiaana aloitti kansakoulun opettajan opinnot Kajaanissa
1939 25-vuotiaana valmistui kansakoulun opettajaksi; toimi kolme viikkoa kansakoulun opettajana Oulussa; opettajan työ katkesi talvisotaan (30.11.1939 – 13.3.1940)
1940 26-vuotiaana oli välirauhan (13.3.1940–25.6.1941) aikana asevelvollisena
1941 27-vuotiaana haavoittui jatkosodan (25.6.1941–19.9.1944) alussa kesällä 1941
1942 28-vuotiaana asemasotavaiheessa (1942–1944) luki kirjallisuutta ja tentti kasvatustieteen arvosanoja Helsingin yliopistoon
1944 30-vuotiaana palasi siviiliin ja jatkoi opintoja Helsingissä
1947 33-vuotiaana suoritti ylioppilastutkinnon iltalukiassa
1949 35-vuotiaana suoritti filosofian kandidaatin tutkinnon psykologiasta; solmi avioliiton Esteri Kankaanpään (1918–) kanssa; työskenteli Sipoon Nikkilässä Helsingin kaupungin mielisairaalassa (myös vaimo Esteri toimi hoitajana); valmistui psykologian lisensiaatiksi
1954 40-vuotiaana lähti Lontoon yliopiston psykiatriseen Maudsley-instituuttiin
1961 47-vuotiaana ilmestyi 1. kirja Mitä psykoterapia on ja kuka sitä tekee; aloitti väitöskirjan tekemisen ja työskenteli yksityisenä psykologina
1969 55-vuotiaana valmistui väitöskirja Intentionality and the Problem of the Unconscious (vasta-väittäjä Sven Krohn)
1970 56-vuotiaana filosofian dosentti Turun yliopistossa
1974 60-vuotiaana ilmestyi 2. kirja Psyykkinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa
1976 62-vuotiaana toimi soveltavan psykologian professorina Helsingin yliopistossa
1981 67-vuotiaana jäi eläkkeelle, jonka jälkeen hänen useimmat kirjansa ovat syntyneet
1994 80-vuotiaana vihittiin Oulun yliopiston kasvatustieteen tiedekunnan kunniatohtoriksi
1998 84-vuotiaana sai psykologian emeritusprofessorin arvon
2013 98-vuotiaana asuu Helsingin Töölössä palvelutalossa vaimonsa Esterin kanssa.
-

Lauri Rauhalan tutkielmat, esseet, kokoelmat ja erillispainokset

Englannin- ja saksankieliset

1956 On the Validity of Szondi's Syndromatics of Schizophrenia.

(Reports from the Psychological Institute, University of Helsinki, 3.) Helsinki: University of Helsinki.

1969 Intentionality and the Problem of the Unconscious. Filosofian tohtorinväitöskirja. (Turun yliopiston julkaisuja, B 110.) Turku: Turun yliopisto.

1970 Die Seinsfrage in der sog. neueren Psychosomatik. (Turun yliopiston julkaisuja, B 118.) Turku: Turun yliopisto.

Suomenkieliset

1953 Tutkimus Szondi-testin skitsofrenian syndromatiikan pätevydestä. Psykologian lisensiaatin työ. Helsinki: Helsingin yliopiston Psykologian laitos.

1961 Mitä psykoterapia on ja kuka sitä tekee. (Syvyyspsykologinen sarja, 1.) Jyväskylä: Gummerus, 2. painos 1964.

1972Psykoanalyysin hermeneuttinen tieteenfilosofia. (Turun yliopiston filosofian laitosten julkaisuja, 2/1972.) Turku: Turun yliopisto.

Myös teoksissa

Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä: Maailmankuvan kokonaisrakenteen erittelyä ihmistä koskevien tieteiden kysymyksissä. (Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, 41. / SUFI-tutkimuksia, 8.) Tampere: Tampereen yliopisto, 1993, 3-32.

Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino, 2005, 13-49.

1972 C. G. Jung: Hänen keskeiset teoreettiset ja psykoterapeuttiset käsityksensä sekä niiden tämänhetkinen arviointi. Esitetty Psykiatrian klinikan seminaarissa 26.1.1972. (Folia psychiatrica Aboensia, 4/1.) Turku: Turun yliopisto.

1973 Situationaalinen säätöpiiri psyykkisissä häiriöissä ja psykoterapiassa. (Helsingin yliopiston keskussairaalan psykiatrian klinikan julkaisusarja, 23.) Helsinki: Psychiatria Fennica.

Myös teoksissa

Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä: Maailmankuvan kokonaisrakenteen erittelyä ihmistä koskevien tieteiden kysymyksissä. (Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, 41. / SUFI-tutkimuksia, 8.) Tampere: Tampereen yliopisto, 1993, 33-66. Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino, 2005, 50-91.

1974 Psyykinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa. (Prisma-tietokirjasto, 35.) Helsinki: Weilin & Göös.

1976 Filosofinen orientoituminen psykosomatiikan ongelmaan. Helsinki: Helsingin yliopisto.

1978 Ihmistutkimuksesta eksistentiaalisen fenomenologian valossa. (Helsingin yliopiston Psykologian laitoksen Soveltavan psykologian osaston julkaisuja, 3/1978.) Helsinki: Helsingin yliopisto.

Myös teoksissa

Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä: Maailmankuvan kokonaisrakenteen erittelyä ihmistä koskevien tieteiden kysymyksissä. (Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, 41. / SUFI-tutkimuksia, 8.) Tampere: Tampereen yliopisto, 1993, 67-93. Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino, 2005, 92-124.

1981 Merkityksen ongelma psykologiassa ja psykiatriassa. (Helsingin yliopiston Psykologian laitoksen Soveltavan psykologian osaston julkaisuja, 8/1981.) Helsinki: Helsingin yliopisto.

Myös teoksissa

Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä: Maailmankuvan kokonaisrakenteen erittelyä ihmistä koskevien tieteiden kysymyksissä. (Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, 41. / SUFI-tutkimuksia, 8.) Tampere: Tampereen yliopisto, 1993, 67-93.

Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopisto 2005, 156-204.

1983 Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Gaudeamus. 2, tarkistettu painos 1985. 3. painos 1986.

1983 Jooga-meditaatio ja psyykkisten häiriöiden problematiikka. (Helsingin yliopiston Psykologian laitoksen Soveltavan psykologian osaston julkaisuja, 4/1983.) Helsinki: Helsingin yliopisto.

1986 Meditaatio. (Visio.) Helsinki: Otava.

1989 Ihmisen ykseys ja moninaisuus. Helsinki: Sairaanhoidajien koulutussäätiö. Laajennettu laitos teoksesta Ihmiskäsitys ihmistyössä.

1990 Humanistinen psykologia. Helsinki: Yliopistopaino. Lisäpainokset 1991 ja 1992. 3. painos 1993.

1992 Henkinen ihmisessä. Helsinki: Yliopistopaino. 2. painos 1993.

1992 Mitä meditaatio on? Helsinki: Esoterica Publishing. 2, painos teoksesta Meditaatio.

1995 Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä: Maailmankuvan kokonaisrakenteen erittelyä ihmistä koskevien tieteiden kysymyksissä. (Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta, 41. / SUFI-tutkimuksia, 8.) Tampere: Tampereen yliopisto.

1995 Tajunnan itsepuolustus. Helsinki: Yliopistopaino. 2, painos 1996. 3. painos 2005.

1998 Ihmisen ainutlaatuisuus. Helsinki: Yliopistopaino. 2. painos 1999.

2005 Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino. 2. laajennettu painos teoksesta Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä.

2005 Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Yliopistopaino. Uudistettu laitos teoksesta Ihmisen ykseys ja moninaisuus.

2005 Ihminen kulttuurissa — kulttuuri ihmisessä. Helsinki: Yliopistopaino.

2009 Henkinen ihminen. Helsinki: Gaudeamus. Uusintapainos teoksista Henkinen ihmisessä ja Ihmisen ainutlaatuisuus.

Miksi kiinnostuin Rauhalan filosofiasta

Olin opiskeluaikanani usein kuullut puhuttavan Lauri Rauhalasta ja hänen holistisesta ihmiskäsityksestään. Toiset pitivät häntä psykologina. Toiset taas tunsivat hänet filosofina. Myös monet hoitoalan ihmiset sanoivat Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen olevan heidän alallaan hyvin keskeisessä asemassa. Jäin ihmettelemään, mikä ihmeen Lauri Rauhala.

Syyskuussa 1993 pääministeri Esko Aho asetti työryhmän arvioimaan kansakunnan henkistä tilaa. Työryhmän puheenjohtajaksi valittiin teoreettisen filosofian professori Ilkka Niiniluoto. Juuri tähän aikaan opiskelin teoreettista filosofiaa Helsingin yliopistossa.

Olin kirjoittanut artikkeleita aikaisemmin *Suomi*-lehteen. Lehden 2/1994 pääteemaksi valittiin *Älymystön henkinen tila ja tulevaisuus*, josta kirjoitti päätoimittaja Jyrki Räikkä. Vuoden 1994 alussa ilmestyi Niiniluodon työryhmän virallinen raportti Suomen henkisestä tilasta ja tulevaisuudesta.

Myös Lauri Rauhalalta ilmestyi samaan aikaan *Henkinen ihmisessä* -kirja. Luin sen heti tuoreeltaan. Loppuvuodesta 1993 kävin Helsingissä kuuntelemassa yleisluentoa kirjan aiheesta. Tarjosin *Suomi*-lehteen Rauhalasta haastattelua, joka hyväksyttiin.

Itselläni oli hyvin aktiivinen Rauhala-kausi vuosina 1993–1995. Tapasin Lauri Rauhalan ensimmäisen kerran hänen kotonaan Merikadulla Helsingissä vapun tienoilla 1994 haas-

tattelun merkeissä. Tällöin sain autenttisen ensikosketuksen häneen ja vaimo Esteriin, joka haastattelun jälkeen tarjosi meille kahvit.

Lauri Rauhalan holistinen ihmiskäsitys alkoi kiehtoa minua enemmän. Otin häneen toistamiseen yhteyttä saman vuoden syksyllä uskontotieteen proseminaaria varten. Aiheenamme oli holistinen ihmiskäsitys. Molemmat vuoden 1994 haastattelunauhut ovat edelleen tallessa. Aineistoa on noin neljä tuntia.

Myös Suomen fenomenologisen instituutin seminaari Tampere-talossa joulukuussa 1994 oli merkittävä tapahtuma minulle. Rauhalan aiheena seminaarissa oli *Tajunnan ongelma*. Olen nauhoittanut tämän luennon, jossa muun muassa Sven Krohn ja Martti Siirala kommentoivat Rauhalan näkemyksiä.

Käsittelin talvella 1994–1995 kuudessa eri seminaarissa Helsingin yliopistolla Rauhalan filosofiaa tai hänen näkemyksiään lähellä olevia aiheita; tajunnallisuus, holistinen ihmiskäsitys, Jungin individuaatioprosessi, merkkien merkityksestä koetun merkitykseen, ihmistieteen filosofia, intentionaalisuus fenomenologiassa. Maaliskuussa 1995 ilmestyneessä *Eettisen synergian voima* Juhlakirja Mirja Saloselle 18.III.1995 julkaistiin kirjoittamani artikkeli *Lauri Rauhalan holistinen ihmiskäsitys*.

Tavoitteeni oli tehdä pro gradu tutkielma Lauri Rauhalan holistisesta ihmiskäsityksestä, mutta siihen aikaan Rauhala ei ollut kovin ”muodissa” Helsingin yliopiston filosofian laitoksella. Maisterin tutkintoni tein teoreettisen filosofian laitokselle Ludwig Wittgensteinin holistisesta kielikäsitelmästä.

Filosofian maisteriksi valmistumiseni jälkeen minulle tulikin luova tauko Lauri Rauhalasta

ja hänen fenomenologiastaan. Toki seurasin mitä hän kirjoitti, mitä hänestä kirjoitettiin ja mitä hän julkaisi.

Pari kolme vuotta sitten kiinnostuin positiivisen psykologian onnellisuustutkimuksista. Olen lukenut, kirjoittanut ja luennoinut onnellisuuteen ja kukoistukseen liittyvistä teemoista eri yhteyksissä. Tämän prosessin aikana Lauri Rauhalan ajatukset pulahtivat uudestaan pintaan.

Kun Uusi Safiiri -lehden päätoimittaja **Terttu Seppänen** kysyi syksyllä samoihin aikoihin jälleen kerran, tekisinkö Rauhalasta haastattelun lehteen, asia ei vielä kolahtanut minulle vaan vasta viime vuoden syksyllä.

Nyt lähes 20 vuoden tauon jälkeen kiinnostukseni Rauhalan ajatteluun ja kirjalliseen tuotantoon nousi uudelleen pintaan ja halusin tavata hänet. Sain sovittua tapaamisen 2013 loppiaisen jälkeiselle maanantaille. Hän on muuttanut vaimonsa **Esterin** (1918–) kanssa Merikadulta Töölössä sijaitsevaan palvelutaloon. Kysyin Rauhalalta haastattelua, koska olen tekemässä hänestä laajempaa artikkelisarjaa. Hän vastasi minulle, *”Keskustelemaan voit tulla, mutta haastatteluja en enää anna”*. Sovimme tunnin mittaisesta tapaamisesta. Keskustelumme kesti lähes kaksi tuntia.

Lauri Rauhala on tuonut mukanaan eläkeasuntoonsa tärkeimmät kirjansa. Osan kotikirjastostaan hän antoi muuton yhteydessä pois niitä tarvitseville. Esimerkiksi **Carl Gustav Jungin** teokset Rauhala lahjoitti jungilaisen opintopiiriin käyttöön. Osa kirjoista vietiin varastoon. Tästä huolimatta hänellä on edelleen suurehko kirjasto- ja työhuone Töölön kodissaan. Varovaisesti hän sanoo jo julkais-

seensa ”kaiken”. Tosin Rauhala miettii viime vuosina eri lehdissä olevien artikkelien julkaisemista yhdeksi kirjalliseksi niteeksi. Tähän hän on valmis kirjoittamaan johdantotekstin.

Arkiaskareiden lisäksi Rauhala käy pari kertaa viikossa palvelutalon johdetussa kuntojumpassa. Myös monet kaupassakäynnit 98-vuotias hoitaa itse. Joulun alla hoidettavana olivat silmälasien korjaaminen lähioptikolla. Keskusteluni Lauri Rauhalan kanssa päättyi samaan ystävälliseen tapaan kuin 20 vuotta sitten. Keskusteluun kahvikupin ääressä liittyi myös vaimo Esteri. ●

Heikki Vuorila



Lauri Rauhala on ollut toisinajattelija niin psykologian kuin psykiatrian piirissä. Mielenterveys-työ otti hänet avosylin vastaan, sillä hän antoi menetelmän lähestyä asiakkaan kokemusmaailmaa niin tajunnallisella, kehollisella kuin elämäntilanteeseen liittyvällä sekä elämäntaidollisella tasolla.

KAISA PAKKALA

Lauri Rauhalan holistinen ihmiskäsitys



mielenterveystyössä

Tajunnalliset asiat tapahtuvat ymmärtämisen kautta ja kyseessä voi olla positiivinen tai negatiivinen kehityssuunta.

Aikana, jolloin nuori, kehittyvä hoitotiede tarvitsi ihmistytöhön sopivan ajatusmallin, vastauksia löytyi Lauri Rauhalan holistisesta ihmiskäsityksestä. Psykiatrisen sairaanhoidon opettajat kirjoittivat alan opikirjan yhteistyössä Lauri Rauhalan kanssa. Lauri Rauhala onkin kehittämänsä holistisen ihmiskäsityksen kautta vaikuttanut mielenterveyshyönteön kehitykseen.

Holistisen ihmiskäsityksen kehityshyönteö

Uransa alussa Lauri Rauhala kiinnitti huomiota siihen, ettei ihmisen omaan elämäntilanteeseen ja kokemusmaailmaan kiinnitetty mielenterveyshyönteössä mitään huomiota. Ei lainkaan tutkittu asiakkaan perheongelmia, uskonnollista hätää tai vallankäyttöä, hyljättynä tai kaltoin kohdeltuna olemisen tunnetta, katkeruutta, syyllisyyttä, ahdistuneisuuden, tyhjyyden tai tarkoituksettomuuden tunnetta ym. Niistä johtuvia seurauksia kutsuttiin sairauksiksi. Pohdinnoissaan Rauhala tuli siihen tulokseen, että ne olivat elämäntilanteeseen liittyviä elämäntaidollisia ongelmia eivätkä suinkaan sairauksia. Ne olivat merkkejä siitä, että kyseisen ihmisen kokemistapa itsestään, muista ihmisistä ja elämästä yleensä oli häiriintynyt. Kyseessä olivat siis epäsuotuisat olemassaolo-kokemukset eikä diagnostisoidut sairaudet.

Rauhala halusi tutkia psykiatristen potilaiden kokemusmaailmaa väitöshyönteötä varten. Hän työskenteli tuolloin sairaalapsykologina Nikkilän mielisairaalassa, jonka potilaat olivat pitkälle kroonistuneita skitsofreenikkoja. Hän kääntyi akuuttisairaala Lapinlahden ylläkäärin puoleen ja kysyi lupaa tutkia heidän

potilaitaan. Tyly vastaus kuului, että potilaita tutkivat vain lääkärit. Turun yliopiston filosofian professorin **Sven Krohnin** kohtaaminen muodostui kuitenkin teorian kehittämisen kannalta tärkeäksi. Rauhala piti luennon jungilaisesta psykoterapiasta ja Krohn oli kuuntelemassa yleishöön joukossa. Hän tuli keskustelemaan Rauhalan kanssa luennon jälkeen ja sanoi, että tämän ajattelu oli lähes puhdasta fenomenologiaa. Krohn ohjasi Rauhalan tunnetuimpien fenomenologiien **Martin Heideggerin** ja **Edmund Husserlin** kirjallisuuden pariin. Krohnista tuli paitsi Rauhalan väitöshyönteön ohjaaja ja vastaväittelijä, sekä ystävä ja hengenheimolainen. Rauhala teki väitöshyöntejäänsä *”Tiedostamattoman intentionaalisuus ja ongelmat”* pelkästään teoreettisen tiedon pohjalta. Prosessi kesti kahdeksan vuotta. Tänä aikana kiteytyi Rauhalan malli holistisesta ihmiskäsityksestä.

Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen lähtökohtana on ihmisen kokonaisuus ja sen kolme olemispuolta: *tajunnallisuus*, jossa ylempänä on henkinen ja alempana psyykkinen taso, *kehollisuus*, jossa kyse on ihmisen orgaanisesta puolesta sekä *situationaalisuus*, joka liittyy ihmisen elämäntilanteeseen, elämäntaitoihin ja elämänhallintaan. Varsinkin mielenterveyshyönteössä on tärkeää kuunnella, mitä asiakas kertoo, mistä hän kärsii ja mitä hän kokee. Ihmisen subjektiivinen maailmankuva rakentuu merkityksistä. Rauhalan lähestymistapa on hermeneuttinen, psyykkisesti sairaan kokemusta ymmärtävä. Psyykkiset häiriöt ilmenevät ensisijaisesti tajunnan alemmalla, psyykkisellä tasolla epäsuotuisina kokemuksina. Nuo kokemukset ovat aina merkityksiä jostakin kuten tietoa, luuloa, kokemuksia, tunteita tai uskoa. Vaikka nuo merkityssuhteet ovat epäsuotuisia

ja häiritseviä, ne ovat kuitenkin merkityssuhteita eivätkä muutu sairauksiksi. Rauhala kutsumu niitä psyykkisiksi häiriötiloiksi.

Holistisen ihmiskäsityksen soveltaminen mielenterveystyöhön

Psyykkinen taso on alempi ja jäsentymättömämpi taso, eikä sillä näy vielä harkintaa tai pohdiskelevaa ja reflektointia. Psyykkisellä tasolla koetaan elämyksiä, tunteita, mielihyvää, mielihyvää, pyyteitä, haluja ym. ilman loogista ajattelua. Tajunnallisen asenne muutoksen avulla ihminen voi kuitenkin ottaa tarkastelun kohteeksi vaikka kokemansa vihan jotain toista ihmistä kohtaan, katsella vihaansa ikään kuin ulkopuolisen silmin, objektiivisesti ja etäännyttämällä, esim. mistä se syntyi, miksi se voimistui ja mitä seuraa, jos sen antaa edelleen kasvaa ja onko mahdollista tehdä sovinto tai mielensä avulla hallita omaa tunnetilaansa. Tällä tavoin ihminen on päässyt henkilölle tasolle ainakin tällä kertaa.

Merkityssuhteiden perusteella ihminen jäsentää elämänsä elämänsä elämänsä kuuluvia ilmiöitä. Ne voivat olla vääristyneitä, epäselviä ja heikosti jäsentyneitä ja ihmisellä voi olla itsestään täysin vääriä käsitys tai hänellä voi olla harhoja, irrationaalisia pelkoja, alemmuudentunteja, kaikkivoipaisuuskuvitelmiä tai masennusta. Kun ihminen psykoterapiassa oppii jäsentämään todellisuuttaan uudella tavalla, realiteetit asettuvat paikoilleen ja henkinen taso mahdollistuu. Holistisessa mallissa kaikki osat resonoivat keskenään, ongelmat tajunnallisella tasolla voivat heijastua kehoon esim.

syömishäiriöinä ja psyykkisen tason häiriöt vaikuttavat monella tapaa elämäntilanteeseen, elämäntilanteeseen ja elämäntilanteeseen.

Ihmisen situationaalisuus eli yhteys elämäntilanteeseen koostuu osittain sellaisista asioista, joihin ihminen itse ei ole voinut vaikuttaa, kuten perintötekijät, lapsuuden perhe, synnyinmaa, rotu, ihonväri ym. Ihminen itse on voinut vaikuttaa harrastuksiinsa ja ystäviensä, ammatinsa ja aviopuolisonsa valintaan ym. Elämäntilanne muuttuu kun ihminen vanhenee, sairastuu, joutuu työttömäksi, asunnottomaksi, avioituu, saa lapsia, tulee avioero ym. Jokaisen ihmisen elämäntilanne on ainutkertainen.

Psyykkisen häiriön keskeiset käsitteet ovat: tajunnallisuus, merkityssuhteet ja elämäntilanne ja siihen liittyen elämäntilanne ja elämäntilanne

taidot, jotka voivat olla kadoksissa. Psyykkinen häiriö on sitä vaikeampi, mitä vääristyneempiä ovat merkityssuhteet ja mitä olemattomampi on elämäntilanne ja realiteettien taju. On tärkeää ymmärtää, että psyykkinen häiriö ei ole vain mieleton, järjetön tai harhainen oire vaan aina looginen suhteessa kyseiseen elämäntilanteeseen. Merkityssuhteen juuret ovat usein syvällä lapsuudessa ja se vaikuttaa siihen minäkuvaan, minkä on itsestään suhteessa muihin muodostanut. Myös maailmankuva voi olla vääristynyt. Ihminen voi

Uransa alussa Lauri Rauhala havaitsi, että mielenterveystyössä ei ihmisen omaan elämäntilanteeseen ja kokemusmaailmaan kiinnitetty mitään huomiota. Ei lainkaan tutkittu asiakkaan perheongelmia, uskonnollista hätää tai vallankäyttöä, hyljättynä tai kaltoin kohdeltuna olemisen tunnetta, katkeruutta, syyllisyyttä, ahdistuneisuuden tunnetta ym. Niistä johtuvia seurauksia kutsuttiin sairauksiksi. Pohdinnoissaan Rauhala tuli siihen tulokseen, että ne olivat elämäntilanteeseen liittyviä elämäntaidollisia ongelmia eivätkä suinkaan sairauksia.

koko elämänsä ajan kantaa mukanaan lapsuudessa kokemaansa arvottomuutta ja huononmuuden tunteita joiden pohjana on ollut kaltoinkohtelu tai hyljättyksi tuleminen. Psykoterapialla korjataan juuri tuota negatiivista minäkuva ja maailmankuvaa ja häiriintyneitä merkityssuhteita.



HEIKKI VUORILA

Lauri Rauhalalla on ollut suuri vaikutus suomalaiseen mielenterveystyöhön.

Elämäntaito on ihmisen suhdetta maailmaan ja kanssaihmiisiin. Tärkeää on tiedostaa, haluaako tai onko resursseja korjata merkityssuhteitaan ja suhdetta itsen ja muihin ihmisiin ja edetä psyykkiseltä kokemisen ja tunteiden tasolta henkiselle, positiivisemmalle tasolle. Kaikilla ei ole varaa pitkiin vuosia kestäviin ja kalliisiin terapioihin, mutta jo tietoisesti tuleminen asioista voi muuttaa elämänasennetta, jolloin sosiaaliset suhteet helpottuvat. Lääkehoito ei ole mikään ratkaisu pidemmän päälle, mutta Lauri Rauhala on realistinen myös psyykenlääkkeiden käyttöön nähden tarvittaessa.

Psyykkiset häiriöt ja epäsuotuisa tai suotuisa olemassaolo

Epäsuotuisuus voi näkyä esimerkiksi käyttäytymishäiriöinä, jolloin on vaikeaa sopeutua yhteiskunnan arvoihin, normeihin ja muihin pelisääntöihin, mikä heijastuu koulunkäyntiin, työntekoon ja ihmissuhteisiin. Tutkittaessa käytöshäiriöisten poikien taustaa, huomattiin, että he toistivat samaa käytösmallia kuin isänsä:

holtittomuutta, empatian puutetta, väkivaltaisuutta ja epärehellisyyttä ja isillä oli myös omien lastensa pahoinpitelyä ja hyljeksimistä. Pojat olivat ottaneet kohtalonsa omiin käsiinsä ja lähtivät taistelemaan pahaa maailmaa vastaan kotona oppimillaan keinoilla.

Epäsuotuisuus voi olla masennusta, ahdistusta, alemmuudentuntoja, pelkoja, harhaisuutta ym. Näissä psyykkisissä oireissa on kyse epäsuotuisista merkityssuhteista. Realiteettitaju on heikentynyt esim. paranoidisissa harhoissa, joissa toiset ihmiset ja koko maailma näyttäytyy siinä valossa, jonka oma mieli antaa. Alemmuudentuntoinen kokee itsensä huonommaksi kuin muut, masentunut taas näkee asiat synkinä ja toivottomina. Ahdistunut ihminen jännittää ja pelkää toisia ihmisiä ja erilaisia tilanteita. Kaikissa näissä oireissa on takana virheellisiä ja vääristyneitä merkityssuhteita. Rauhala puhuu mieluummin epäsuotuisista kokemuksista kuin sairauksista.

Tajunnallinen epäsuotuisuus heijastuu myös kehoon, elämäntilanteeseen ja elämänhallintaan. Psyykkiset häiriöt haittaavat päivittäisiä

toimintoja, työtä, raha-asoiden hoitoa, omista lapsista ja muista velvoitteista huolehtimista ja ihmissuhteita. Seurauksena voi olla työttömyyksiä tai asunnottomaksi jääminen, avioero tai jatkuva epäonnistuminen parisuhteissa ja muissa ihmissuhteissa, lasten huostaanotto ym. Huonossa elämäntilanteessa tarvittaisiin juuri hyvää elämäntaitoa, mutta juuri tässä tilanteessa voivat haihtua kaikki entisetkin voimavarat.

Tajunnalliset asiat tapahtuvat ymmärtämisen kautta ja kyseessä voi olla positiivinen tai negatiivinen kehityssuunta. Negatiivinen se on silloin, kun tajunnassa esiintyy karkeasti vääristyneitä merkityssuhteita. Positiivista on se, kun tiedon, ymmärryksen ja elämänkokemuksen myötä ihminen kehittyy myös henkisesti. Mielen avulla ihminen ymmärtää asioita.

Tajunnallisuus on sikäli tärkeä, että tietoiset valinnat tehdään tajunnan ratkaisujen varassa. Siksi myös ihmisen kehittymiseen ja kasvattamiseen tähtäävä toiminta käyttää hyväkseen juuri tajunnan kanavaa. Psykoterapeuttinen työskentely tähtää juuri ymmärryksen kasvuun, itsehallintaan ja vastuun ottamiseen itsestä. Tajunnan avulla ihminen voi vaikuttaa omaan elämäntilanteeseensa. Situationaalinen säätöpiiri on holistinen kokonaisuus, jossa osat resonoivat keskenään. Hyvät ja huonot asiat heijastuvat kehoon, mieleen ja elämäntilanteeseen.

Elämäntaidolliset ongelmat ja elämänhallinta

Kun situationaaliseen säätöpiiriin tulee esim. jokin aggressio, se esiintyy tajunnassa merkityssuhteena ja kehossa adrenaliinin erityksenä ja taistelu-pako-puolustusreaktioina, jotka kuuluvat psyykkiselle tasolle. Asiaa voidaan ryhtyä käsittelemään myös henkisellä tasolla, jolloin

otetaan toisenlainen näkökulma. Epäkypsyydet ja psyykkiset häiriöt aiheuttavat elämäntaidollisia ongelmia. Tällaisia ongelmatyyppejä ovat esim. vastuuttomuus, arvokokemusten kehittymättömyys, itsetunnon epävakaisuus, tunnekylmyys, ihmissuhdehankaluudet, esteettinen epäherkkyys, epäkypsyydet aviopuolisena ja vanhempana, tunteiden hallinnassa esiintyvät ongelmat ym. Tämän tyyppisistä häiriötiloista Rauhala käyttää nimitystä elämäntaidolliset ongelmat.

Edellä mainitun tapaisia ongelmia ei hoideta kuten sairauksia. Niitä voitaisiin Rauhalan mielestä kehittää suotuisammiksi kasvatustyöllä

ja muilla parhaiksi katsotuilla jatkotoimenpiteillä. Juuri tämän tyyppisten ongelmien kanssa mielenterveyshoidon tekijät joutuvat usein tekemisiin. Luottamuksellisessa hoitosuhteessa näitä elämäntaidollisia ongelmia voidaan käsitellä myös siten, että perheenjäsenet tulevat mukaan ongelmien ratkaisuun. Joskus työnteki-

jä voi huomata, että psyykkisellä tasolla oleva ajattelu muuttaa positiivisenkin asian negatiiviseksi ja silloin on hyvä kuunnella myös muita perheenjäseniä menemättä kuitenkaan kenenkään puolelle. On hyvä ohjata keskustelua sellaiseen suuntaan, että asiakas itse oivaltaa asioita.

Psykoterapeuttinen tajunnan kautta vaikuttaminen

Lauri Rauhala on itse kouluttautunut jungilaisen psykoterapian psykoterapeutiksi Englannissa ja saanut pätevyyden tähän työhön Suomessa. Hän on sitä mieltä, että psykoterapeutit riippumatta omasta viitekehyksestään vaikuttavat etupäässä tajunnan tason kautta eivätkä juurikaan puutu elämäntilanteeseen. Työn kohteena on maailmankuvan ja minäkuvan työstäminen. Maailmankuvassa tulee näkyviin ihmisen elämäntaidon aste ja se ker-

Rauhala on sitä mieltä, että perustui pa teraia mihin tahansa teoriiaan, hoito keskittyy maailmankuvan syntyyn ja kehitykseen. Pyrkimyksenä on saavuttaa sellainen maailmankuva, että yhteiselämä muiden kanssa sujuu.

too asiakkaan suhteesta maailmaan ja itseensä ja myös muihin ihmisiin. Psykoterapia on aina pitkäkestoista ja korjaavaa ja siihen turvaututaan kun maailmankuva poikkeaa liikaa keskimääräisestä. Luonnollisesti on tärkeää asiakkaan oma motivaatio ja myös henkiset ja taloudelliset resurssit. Joskus on lähiympäristön sietokyky niin kovilla, että siltäkin taholta tulee painetta terapian aloittamiseen.

Rauhala on vahvasti sitä mieltä, että perustuipa terapia mihin tahansa teoriaan, hoito keskittyy maailmankuvan syntyyn ja kehitykseen. Pyrkimyksenä on saavuttaa sellainen maailmankuva, että yhteiselämä muiden kanssa sujuu. Tavoitteina ovat maailmankuvan realisoituminen, kokemusten tasapainottuminen ja uusien merkityssuhteiden luominen entisten vääristyneiden tilalle. Tarkoituksena on luoda myös uutta ymmärrystä ja ajattelua ja sen myötä parempaa elämäntaitoa. Korjautumisprosessi psykoterapiassa on hidas, sillä vanhat piintyneet merkityssuhteet ja entinen ymmärrystapa pitävät pintansa ja ne ovat myös osaltaan auttaneet elämähallinnassa. Kyseessä on siis vanhan ja uuden ymmärtämistavan välinen kilpailutilanne. Motiivi psykoterapian jatkamiseen tulee monesti juuri siitä, että elämä helpottuu elämäntaidon lisääntyessä. Psykoterapia etenee psyykkisen ja henkisen tason vuoropuheluna ja eräänlaisena taistelutantereena. Psyykkiseltä tasolta on päästävä refleктоivalle henkisel tasolle ja yhä kasvavaan itseymmärrykseen. Psyykkisen tason primäärikokemus voidaan henkisel tasolla ottaa kriittisen tarkastelun kohteeksi. Entisiä merkityssuhteita voidaan verrata uusiin. Näin voidaan myös ymmärtää epäsuotuisan merkityssuhteen synty- ja kehitysprosessi.

Uusien oivallusten kautta saadaan aineksia itsetiedostukseen ja etenevään henkiseen kasvuun, joka tuo mukanaan myös elämäntaidon kehittymistä. Psykoterapiassa tapahtuva muutosprosessi tapahtuu ymmärtämisen kautta. Psykiatrisessa työssä erikoissairaanhoitajien toiminta usein lähestyy päätoimisten psykoterapeuttien työtä. Heillä ei kuitenkaan muiden työvelvoitteidensa vuoksi ole mahdollisuutta

paneutua yksittäisten asiakkaiden hoitoon samalla intensiteetillä ja työajalla kuin päätoimisten psykoterapeuttien. Heillä ei myöskään ole psykoterapeutin koulutusta ja pätevyyttä juuri tähän työhön. Kuitenkin he omalta osaltaan auttavat asiakasta eteenpäin henkisen kasvun tiellä. Lauri Rauhala arvelee, että pysyvään maailmankuvan ja merkityssuhteiden muutokseen päästään vain päätoimisten koulutettujen psykoterapeuttien monivuotisella psykoterapialla.

Lopuksi

Lauri Rauhalan holistisella ihmiskäsityksellä on ollut suuri merkitys hoitotieteessä, mutta etenkin mielenterveytyksen kehityksessä. Holistisesta ihmiskäsityksestä on tullut peruslähtökohta ja luonnollinen tapa ajatella. Rauhala on joutunut taistelemaan saadakseen edustamansa teorian käytäntöön. Nyt hänellä on mahdollisuus seurata, kuinka työn hedelmät elävät ja voivat hyvin. Uudet sukupolvet ottavat hänen ajatuksensa itsestäänselvyyksinä ja luonnollisena tapana ajatella. Uskon, että suurin kiitos tulee kuitenkin niiltä tuhansilta asiakailta, jotka inhimillisemmän mielenterveytyksen ja psykoterapian avulla ovat kokeneet eräänlaisen uudestisyntymisen ihmeen. ●

Lähteet:

Ahlfors, Leena & Sova, Ina & Saarikoski, Mikko, Psykiatrinen auttamistyö, Weilin Göös, Helsinki, 1992
Rauhala, Lauri, Ihmiskäsitys ihmistyössä, Gaudeamus, Helsinki, 1986
Rauhala, Lauri, Henkinen ihmisessä, Yliopistopaino, Helsinki, 1992
Puhakainen, Jyri, Persoonan puolustaja. Lauri Rauhala ihmistutkimuksen pioneerina, Like, Helsinki, 2001

Kirjoittaja FM Kaisa Pakkala on tehnyt elämäntyönsä psykiatrisena sairaanhoitajana, psykoterapeuttina ja terveydenhuollon lehden toimittajana.



Tahdon kaikki

*Yksi jumalaisen kaunis oli
Toisen äly herätti jo huomioni
Osasi kolmas taiten suudella
Neljäs sydämeni ovet avata.
Entä sitten viides tuo?
Ihanasti soljui sävelvuo.
Kuudes tosi hauska oli, lystikäs
Kuolemaan saakka uskollinen oli seitsemäs.*

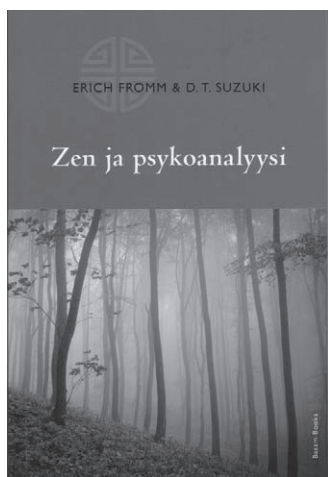
*Pienen toiveen
Universumiin nyt sujautan.
Samassa persoonassa kaikki nämä haluan!*

Tuula Uusitalo



KUVAAJA: KEVIN HUTCHINSO
Kuvallähde en.wikipedia
Lisenssi: Creative Commons
nimeä2.0:Raakaversio

Buddhan patsas San Francisco Zen Centerissä



Erich Fromm & D. T. Suzuki
Zen ja psykoanalyysi,
suomentaneet: Mika Pekkola & Matti
Rautaniemi
Basam Books, Helsinki, 2012.
192 sivua.

Zenbuddhalaisuus ja humanistinen psykoanalyysi

- vihdoinkin suomeksi

Tuntuu, että vasta nyt 2000-luvulla on tullut aika hyväksyä zenbuddhalaisuuden ikiaikaista viisautta mielenterveystyön avuksi. Ihmiset haluavat kehittää itsetuntemustaan, mutta haluavat edetä pidemmälle kuin selvittää ainoastaan oman persoonansa tiedostamattoman puolen asioita. Fromm kirjoitti paljon eksistentiaalisesta kriisistä ja sen aiheuttamasta tyhjyyden ja tarkoituksettomuuden tunteesta ja neuroottisista oireista. Ihmiset ovat tänä päivänä kiinnostuneita henkisistä asioista ja nyt tietoa on kaikkien saatavilla helposti.

KAISA PAKKALA

Basam Books on tehnyt todellisen kulttuuriteon julkaistessaan kirjan ”*Zen ja psykoanalyysi*” vuonna 2012. Kirja koostuu luennoista, jotka **Erich Fromm** (1900–1980) ja **D.T. Suzuki** (1870–1966) pitivät Meksikossa vuonna 1957. Fromm kutsui kotiinsa Meksikossa joukon psykoanalytikoita tarkoituksestaan lähentää zeniä ja psykoanalyysia toisiinsa. Fromm oli vakuuttunut, että zen voisi auttaa länsimaaisia ihmisiä tunnistamaan eksistentiaalista kriisiään, johon olivat ajautuneet kapitalistisen kulutusyhteiskunnan ja yhteiskunnassa kasvavan epätasa-arvon myötä. Erich Fromm ja D.T. Suzuki ovat vuosikymmeniä sitten jo edesmenneet. Ehkä tämä aika on valmis ottamaan vastaan heidän välittämänsä sanoman! Varsinkin mielenterveystyön ammattilaiset länsimaissa ovat kiinnostuneita zenbuddhalaisuuden välittämästä teoriasta ja keinoista vastapainona yhä lisääntyvälle medikalisaatiolle. Frommin humanistinen psykoanalyysi tuntuu



Erich Fromm kirjoittaa.

Kiitokset International Erich Fromm Society.

myös sopivan juuri tämän ajan ihmisille, jotka yhä enenevässä määrin pohtivat eksistentiaalisia kysymyksiä kuten elämänsä tyhjyyttä ja tarkoituksettomuutta.

Zenin ja psykoanalyysin kohtaaminen

Zen ja psykoanalyysi ovat kumpikin teorioita, jotka käsittelevät ihmisluontoa ja inhimillistä hyvinvointia, joista toinen edustaa itämaista, toinen länsimaista ajattelua. Psykoanalyysi tähtää mielen sairauksien parantamiseen, zen taas valaistumiseen. Psykoanalyysia on jatkuvasti kehitetty alkuunpanijansa **Sigmund Freudin** (1856 – 1939) ajoista lähtien paremmin sopi-

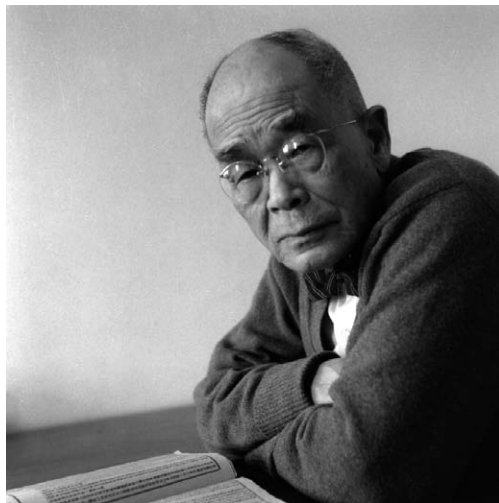
vaksi nimenomaan mielenterveystyön tarpeisiin. Fromm erottautui Freudin deterministis – luonnontieteellisestä linjasta humanistis – eksistentiaaliseen suuntaan sekä oli ahkera kirjailija ja tavoitti näin ollen suuren joukon ihmisiä, joilla ei ollut varaa kustantaa itselleen monia vuosia kestävästä kalliista psykoanalyttisesta hoitoa. Zenissä yhdistyvät Intiasta peräisin oleva järjellisyys ja abstraktio kiinalaiseen realismiin ja käytännöllisyyteen. Psykoanalyysi ei ole millään lailla uskonnollinen, Freudia itseään pidetään suorastaan ateistina huolimatta juutalaisuskoisesta taustastaan.

Länsimailla pidetään zenin heräämis- ja valaistumiskokemuksia uskonnollisina tai mys-

tisinä kokemuksina. Vaikka zenissä ei ole varsinaista Jumalan kategorialla, Suzuki on hyvin perehtynyt sekä Vanhaan että Uuteen Testamenttiin ja käyttää luennoissaan länsimaisille kuulijoille paljon vertauskohtia kristinuskosta selventääkseen zeniä. Vaikka sekä zen että psykoanalyysi ovat teorioita ihmisluonnosta ja tarjoavat mahdollisuuden muutokseen ja parempaan elämään, eroavaisuudet näiden kahden välillä tuntuvat suuremmilta kuin yhtäläisyydet ja aluksi tuntuu että eroavaisuudet ovat jopa ylittämättömiä. Vaikka erot ovat suuria, psykoanalyttikot ja muut mielenterveystyön ammattilaiset länsimaissa osoittavat yhä suurempaa kiinnostusta zenbuddhalaisuuteen tänä päivänä.

D.T. Suzuki on buddhalaisen filosofian professori, jonka kirjoituksia pidetään buddhalaisen kirjallisuuden klassikkoina, jotka löytävät uusia lukijoita vielä vuosikymmeniä ilmestymisensä jälkeenkin. Suzukin ansioita on myös se, että hän toi 1960-luvulla zenin länsimaihin. Fromm syntyi ortodoksijuutalaiseen perheeseen Saksassa, mutta vieraantui uskonnostaan ja hänet tunnetaan psykoanalytikkona, joka kritisoi länsimaista kulutuskulttuuria ja talousjärjestelmää. Hän oli kehittämässä Frankfurtin ns. Freudmarxilaisen koulukunnan kriittistä teoriaa. Fromm pakeni 1930-luvulla Yhdysvaltoihin Saksassa nousevaa kansallissosialistista liikettä ja juutalaisvainoa. Hän tuli Yhdysvaltoihin juuri sopivasti todistamaan kulutuskulttuurin nousua. Kapitalismi ja materialistiset arvot olivat huipussaan, mutta hyvinvoinnin sisällä vallitsi tyhjyys. Narsismi, itsekkyyden ja epätasa-arvo olivat huipussaan. Sairas yhteiskunta sai ihmisetkin sairastamaan. Fromm ei ajatellut, että psykologian tehtävänä olisi auttaa ihmisiä sopeutumaan, vaan lisätä elämänhallintaa ja kykyä päättää itse omasta elämästään. Zenbuddhalaisuudessa Frommia viehätti sen antiautoritaarisuus.

Aluksi Fromm tutustui zeniin Suzukin kirjojen kautta ja osallistui myöhemmin hänen luentoihinsa Columbian yliopistossa. Vuon-



T. D. Suzuki
Kiitokset Tom Haar

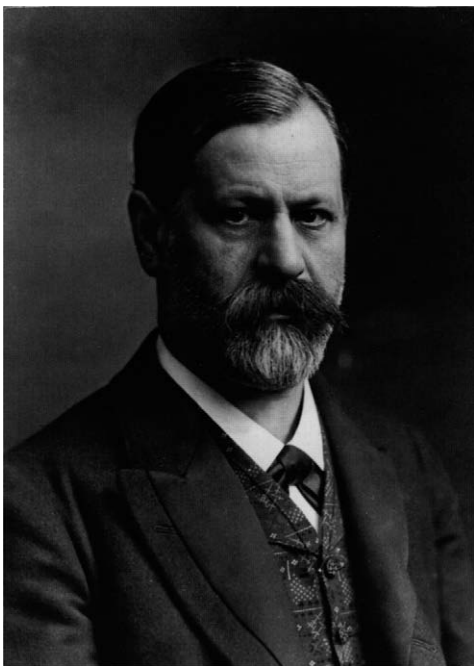
na 1957 hän kutsui Suzukin Psykoanalyttisen Seuran järjestämään kongressiin kotiinsa Meksikoon. Mukana oli 50 psykoanalytikkoa, jotka osallistuivat sekä Frommin että Suzukin luentotilaisuuksiin ja yhteisiin työpajoihin. Suzukin läsnäolo teki suuren vaikutuksen läsnäolijoihin. Hän oli oma vaatimaton itsensä ja sai pelkällä olemuksellaan tieteellisen tunnelman muuttumaan. Hänessä oli sanoinkuvaamatonta aitoutta, ystävällisyyttä ja lapsenomaisuutta. Hän tuntui havaitsevan todellisuuden kirkkaasti ja realistisesti ilman harhakuvitelmiä, mutta pystyi kuitenkin katsomaan tosiasioita lapsenkaltaisella viattomuudella ja luottamuksella. Suzukin ja Frommin tuolloin pitämät luennot julkaistaan nyt tässä kirjassa vuonna 2012 vuosikymmeniä heidän kuolemansa jälkeen. Heillä saattaa olla paljonkin annettavaa tämän ajan ihmisille.

Frommin humanistinen psykoanalyysi ja eksistentiaalinen kriisi

Fromm oli sitä mieltä, että länsimainen ihminen oli rationaalisuudessaan ja asioiden älyl-

listämisessään edennyt liian pitkälle. Tunteet oli torjuttu ja eliminoitu pois irratiionalisina. Ihminen oli oppinut hallitsemaan tunteitaan, luontoa, tekniikkaa ja yhä lisääntyvää omaisuuttaan. Omistava ja valtaa pitävä luokka hallitsi niitä, joilla ei ollut rahaa eikä valtaa. Kuitenkin he olivat ahdistuneita ja onnettomia, rahalla he saivat kustannettua itselleen kallista psykoanalyttista terapiaa. Eksistentiaalisessa kriisissään ihmiset olivat epätoivoisia, ahdistuneita ja masentuneita eivätkä pystyneet kohtaamaan tunteitaan. Turvattomuuteensa he hakivat apua Jumalasta, joka vaati nöyryyttä ja tottelevaisuutta.

Psykoanalyysin humanistis-eksistentiaalistiset suuntaukset pyrkivät löytämään vastauksia länsimaisten ihmisten kriiseihin. Perustana oli Freudin ajatus, että ihmisen on tutustuttava tiedostamattomaan puoleensa ja siellä piilevään irratiionaliseen ainekseen. Psykoanalyysi tuli



Sigmund Freud vuonna 1905

Kuva: LUDWIG GRILLICH (1856–1926)

Kuvalähde Wikimedia commons Sigmund Freud um 1905.jpg

kalliiksi, sillä se edellytti lääketieteellisen koulutuksen lisäksi terapeutin oman psykoanalyysin, jotta tämä vapautuisi oman tiedostamattoman puolensa painolastista. Koska psykoanalyysi kesti vuosia, oli selvää, että vain hyvin varakkaat ihmiset Yhdysvalloissa pystyivät rahoittamaan itselleen psykoanalyttisen terapian.

Psykoanalyttisen terapian menetelmänä on vapaa assosiointi. Kun lähestytään vaarallisia ja oireita aiheuttavia alueita, potilas reagoi vastarinnalla eikä halua käsitellä juuri näitä asioita. Terapeutti aktivoituu juuri tässä kohden eikä päästä potilasta pakenemaan. Pitkän hoidon aikana tunteet purkautuvat suurella paineella, kun lähestytään ongelmien perimmäisiä alkukohtia. Juuri nämä affektiiviset tunteenpurkaukset ovat tärkeitä, sillä pelkkä analyttikon älyllinen tulkinta ei auta. Kun tiedostamattoman puolelta saadaan tietoiselle tasolle ja keskustelun alle oireita aiheuttavaa aikaisemmin tiedostamatonta ainesta, vaikutus on puhdistava ja vapauttava. Potilas, joka tähän asti on ollut ikään kuin vankina omassa kehossaan, saa parhaassa tapauksessa takaisin omat energiansa, luovuutensa, elämänilonsa ja toimintakykynsä. Hän voi aloittaa elämänsä ikään kuin puhtaalta pöydältä, erällä tapaa uudestisyntyneenä.

Fromm huomasi työssään, että yhteinen nimittäjä hänen oirehtivissa asiakkaissaan oli vieraantuminen omasta itsestään, muista ihmisistä, elinympäristöstään ja luonnosta. Elämä ikään kuin valui pois. Hän huomasi myös, että hoidon päämääränä ei saa olla vain oireista vapautuminen vaan hyvinvointi ja elämänhallinta. Ihmisen tulee olla todella elossa, *”tulemisen tilassa”* ja löytää oma todellinen Itsensä ja itseytensä.

Jokaisessa kulttuurissa ja yhteiskunnassa on omat pelisääntönsä. On vaikeaa elää yhteisössä, joka edustaa erilaista arvomaailmaa kuin oma. On myös olemassa ihmisyyden perusperiaatteet, humanistinen omatunto, joka koskee koko ihmiskuntaa. Ihminen voi myös luopua inhimillisyydestään, jota omatunto edustaa. Hitlerin Saksassa sivuutettiin jokaiselle ihmiselle kuuluvat ihmisen perusoikeudet ja eetti-

set periaatteet. Jokaisessa ihmisessä piilee sekä inhimillinen ihminen, että peto. Hitler valitsi pedon. Juutalaisvainot ovat varmasti syvästi vaikuttaneet Frommiin, vaikka hän itse pääsi ajoissa turvaan Yhdysvaltoihin, jossa hän tosin kohtasi toisenlaiset ongelmat.

Frommin humanistisessa psykoanalyysissa tiedostamaton edusti universaalia ihmistä, jonka juuret ulottuvat Kosmokseen, ja joka toteuttaa humanismia käytännön elämässä. Kun tietoisuus laajenee, herättää unesta ja vedetään harso silmien edestä ja tuodaan valo myös hämärään luolaan sinne jääneille käyttäen Platonin luolavertausta. Tapahtuu oivalusta ja tiedon lisääntymistä kun muutetaan tiedostamatonta tietoiseksi. Fromm oli sitä mieltä, että tiedostamattoman kohtaaminen ei koskaan ole älyllinen vaan affektiivinen tapahtuma. Kyseinen prosessi on persoonaa ravitseleva, spontaani ja äkillinen ja se avaa silmät. Tunteen purkausta edeltää usein ahdistus, mutta jälkeensä ihminen tuntee itsensä vahvemmaksi ja varmemmaksi. Tiedostamattoman paljastumisen prosessi on sarja toinen toistaan laajempia syvällisiä kokemuksia, jotka ylittävät teoreettisen ja älyllisen tietämyksen rajat. Psykoanalyttisen menetelmän tarkoituksena on tuoda tiedostamatonta irrationaalista materiaalia päivänvaloon ja tietoisuuteen. Tiedostamaton on ikään kuin kellarivarasto, jolle ei ole löytynyt tilaa ylemmissä kerroksissa. Freudille tiedostamaton merkitsi torjuttuja viettipohjaisia haluja, jotka olivat ristiriidassa sivistyneen elämän kanssa.

Viisi askelmaa zenbuddhalaisuuteen

Kouluttautuminen zeniin käynnistyy siitä, että tuleva oppilas kiinnostuu zenistä ja hankkii itselleen zenmestarin opettajakseen. Koulutusta ei voi verrata mihinkään länsimaiseen koulutusjärjestelmään ja se voi tuntua hyvinkin irrationaaliselta, joskin oppilas myöhemmin huomaa että menetelmä on ollut hyvin tarkoituksenmukainen. Koulutuksen edistyminen on kiinni

oppilaasta, ei opettajasta. Mikäli oppilaalla ei riitä motivaatiota ja sitkeyttä jatkoon, hän voi yksinkertaisesti lopettaa. Buddhalaisen menetelmän tavoitteina ovat: tehdä hyvää, välttää pahaa, puhdistaa sydämensä ja ymmärtää, että tämä on *Buddhan Tie*.

Koulutuksessa on kuitenkin tietty runko. Viisi askelmaa jakaantuu tiedollisiin ja affektiivisiin sekä konatiivisiin eli yritystä ilmaiseviin vaiheisiin. Ensimmäiset kolme askelmaa ovat tiedollisia ja viimeiset kaksi affektiivisia eli tunteita herättäviä. Kolmas askelma on eräänlainen siirtymävaihe pois älyllisyydestä, jolloin tieto muuttuu eläväksi ja yritystä ilmaisevaksi, toisin sanoen *”sana tulee lihaksi”*. Viimeisillä askelmilla oppilas joutuu venyttämään ymmärryksensä äärimmilleen.

Länsimaiselle zenoppilaalle voi olla vaikeaa päästää irti älyllisyydestä. Mestarilla on kuitenkin keinonsa älyllisyyden karsimiseen. Oppilas voi saada läimäyksen tai korvatillikan tai napautuksen kepeistä esittäessään vääränlaisen kysymyksen vaiheessa jossa hänen pitäisi jo olla vapaa älyllisyydestä. Kolmas vaihe on ratkaiseva ja sitä Suzuki kuvaa termillä *”sana tulee lihaksi”*. Idässä puhutaan *”jylisevästä hiljaisuudesta”*. Itämainen hiljaisuus muistuttaa ”pyörremyrskyn silmää, myrskyn keskusta, mitä ilman mikään liike ei ole mahdollinen”. Länsimailla korostuu todellisuuden liikkuva ja näkyvä puoli ja muu jää huomiotta. Todelinen *”Minuus”* syntyy *”Minästä, joka tarkkailee asioita Äärettömyyden näkökulmasta”*. Tämä *Minä* ei enää koe pelkoa eikä ahdistusta, sillä hän on vakaa eikä vaadi itselleen mitään oikeuksia eikä myöskään yritä herättää huomiota toisten silmissä. Ahdistusta voi olla kahdenlaista: neuroottista ja eksistentiaalista. Neuroottinen ahdistus sammuu kun eksistentiaalinen ahdistus poistuu. Kun Minuus löytyy, kaikki on hyvin!

Neljännessä askelmassa *”poistutaan hurrikanin silmästä ja ollaan keskellä myrskyä ja samalla myrsky itse”*. Tässä Vaiheessa kohdataan vastakohdat: hyvä ja paha, rakkaus ja vi-

ha, musta ja valkoinen, pimeys ja valo, kaudus ja rumuus ym. Nämä kaikki ilmiöt ovat maailmassa ja zenoppilas joutuu keskelle tätä kahtiajakoa. Tämä on se vaihe, jossa zenoppilas aloittaa todellisen rakkauden (**karuna**) mukaisen elämän. Hän aloittaa hiljaisen työskentelyn kaikkien muiden olentojen hyväksi. Koko olemassaolo on tästä lähtien omistettu muiden ihmisten palvelemiselle. Zenin harjoittajan kardinaalihyveiksi muodostuvat: anteliaisuus, sääntöjen noudattaminen, nöyryys, energisuus, mietiskely ja viisaus.

Neljännessä askelmassa zenin harjoittaja valmistautuu lopulliseen päämääräänsä ja viides askelma merkitsee päämäärän loppuun saattamista. Zenin tarkoituksena on etsiä valaistumista, nyt tehtäväksi muodostuu toisten auttaminen kohti valaistumista. Zenoppilaasta on tullut zenmestari. Opinttiellä koettu heräämiskokemus (**satori**) on eräänlainen rajakokemus, jota länsimaissa pidetään uskonnollisena tai mystisenä kokemuksena. Satori-kokemus rikkoo kilvoittelijan tyynen ja rauhallisen tasapainoisen tilan (**samadhi**). Heräämiskokemus on rajatila tietoisuuden ja tiedostamattoman välillä. Kun tämä taso kerran tavoitetaan, tavanomainen tietoisuus imee itseensä tiedostamattoman sisältöjä. Sillä hetkellä äärellinen ihmisen mieli ymmärtää, että se on juurtunut *Äärettömyyden*. Kristinuskon kielellä se merkitsee sitä, että *”sielu kuulee suoraan tai välillisesti Elävän Jumalan äänen”*. Mooses oli tässä tilassa silloin kun kuuli Jumalan ilmoittavan nimekseen: *”Minä olen se, joka olen”*.

Suzukin *”Kosminen Tiedostamaton”* on olemisen ontologinen perusta, eriytymätön alkutila, josta kaikki ilmiöt ovat peräisin. Zen-menetelmän perimmäisenä tarkoituksena on yhteyden saaminen todellisuuden perimmäiseen olemukseen. Suzuki käyttää myös nimitystä *”absoluuttinen subjektiivisuus”* ja *”Todellinen Itse”*. *Kosmisen Tiedostamattoman* tunteminen tarkoittaa täysin toisenlaista tietämisen, kokemisen ja tuntemisen tapaa kuin mihin varsinkin länsimailla olemme tottuneet tiedemaailmassa. Samalla *Kosminen Tiedostamaton*

on jotain hyvin yksinkertaista ja tuttua, se on ”tavanomainen mieli”, ihmisen luonnollinen tila, joka lapsilla on luonnostaan, mutta josta me aikuiset olemme vieraantuneet. Selventääkseen ajatusta hän vertaa ajatusta Jeesuksen kehotukseen tulla lapsen kaltaiseksi.

Koan ja ”Prajna”-intuitio

Koan on eräänlainen asiakirja, ongelma tai tehtävä, jonka jokainen tuo syntyessään mukanaan ja josta hän yrittää ottaa selkoa ennen kuolemaansa. Jossakin vaiheessa ihminen joutuu eräänlaiseen *”kolmen tien risteukseen”*, eksistentiaaliseen kriisiin, joka on umpikuja, josta ei enää voi edetä älyllisen ajattelun avulla. **Sören Kierkegaard** on kuvannut tätä *”hyppynä tuntemattomaan”*. Entinen elämä ei enää tyydytä ja se on jäänyt taakse, mielessä on tyhjyys. Kierkegaard ilmeisesti kävi läpi jonkinlaista eksistentiaalista kriisiä. Oli sisäinen pakko jättää entinen, tuttu ja turvallinen elämä, mutta tulevaisuudesta ei ollut mitään suunnitelmia. Edessä oli kuilu ja vaarana kuilun pohjalle putoaminen ja tuhoutuminen. Kierkegaard joutui tekemään monta hyppyä tuntemattomaan edetessään esteettiseltä eettiselle ja sieltä uskonnolliselle ja lopulta kristilliselle eksistenssitasolle. Hän oli koko elämänsä ajan eräänlaisessa *”tulemisen tilassa”*.

Tavallinen järki kehottaisi välttämään näin epävarmaa hyppyä, mutta kun ihmisessä herää *”prajna”-intuitio*, kaipuu transsendentaaliseen viisauteen kasvaa ja tuo hyppy tuntemattomaan on tehtävä. *Prajnassa* ei enää ole vastakkainasettelua. Kirjassa viitataan useaan otteeseen **Benedictus Spinozaan**, jonka *Scientia Intuitiva, Intuitiivinen Tieto* asetetaan korkeimmaksi tiedon lajiksi. Siinä asioita katsellaan *”Äärettömyyden näkökulmasta”*. Alin tiedon laji on *Mielletieto*, josta on kuitenkin edettävä *Rationaalisen tiedon* tason kautta tavoittaakseen korkeimman tiedon tason.

Luennoissaan länsimaisille ihmisille Suzuki vertasi Paavalin Korinttolaiskirjeessä kuvailemaa

vertausta: *"Nyt katselemme kuin kuvastimesta, mutta silloin näemme kasvoista kasvoihin. Nyt tietoni on vielä vajavaista, mutta kerran se on oleva täydellistä, niin kuin Jumala minut täydellisesti tuntee". "Nyt" viittaa rajattuun ja ajalliseen, "kerran" taas äärettömyyteen, joka vastaa Suzukiilla "prajna"-intuitiota. Se tarkoittaa siis sitä, että näkee Jumalan sellaisena kuin hän on, ei vain häivähdyksiä Hänestä. Katson häntä "kasvoista kasvoihin", koska olen hänen kaltaisensa.*

"Prajna"-intuitio edustaa alkuperäistä taitoa, josta kaikki on syntynyt. Se ei ole sokea ja tiedoton, sillä oma tietämättömyys hämärtää peilin ja saa unohtamaan, että se on todella olemassa. Oma sokeus on esteenä. Tahito on samaa kuin viisaus ja rakkaus yhdessä ja Jumalassa on viisaus ja rakkaus yhdessä ja toinen seuraa toista. Zenoppilas joutuu umpikujaan kun mestari ei hyväksy oppilaan älyllistä lähestymistapaa Koaniin. Olisikohan tässä kyse eräänlaisesta "Jaakobinpainista"? Ilmeisesti oman elämän koanin ratkaisussa auttaa "prajna"-intuitio.

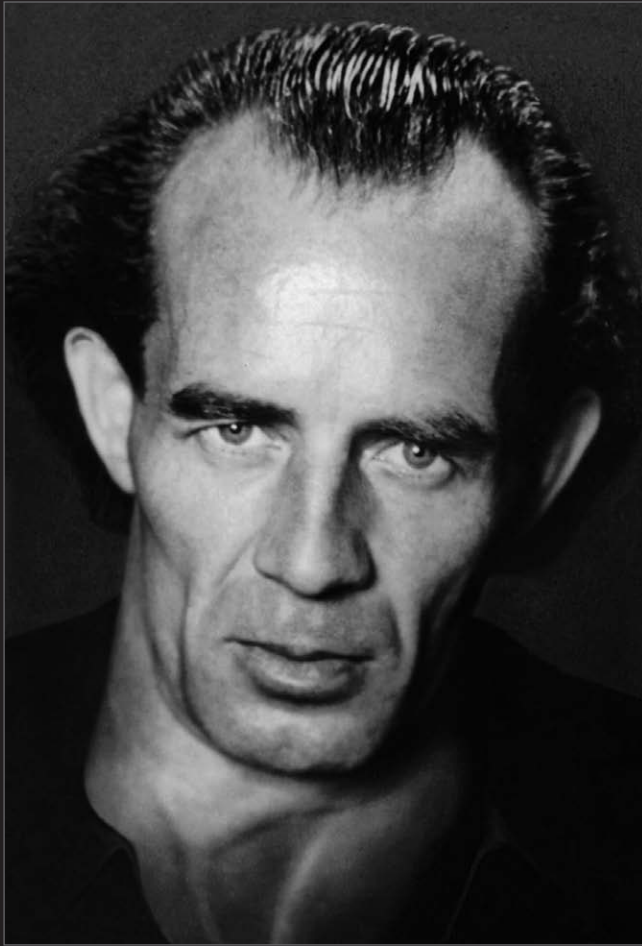
Lisäviisautta eksistentiaalisen kriisin ratkaisuun

Tämän kirjan alkuteos ilmestyi vuonna 1960 ja jostakin syystä sen suomentaminen tapahtui vasta vuonna 2012. Muita Frommin kirjoja suomennettiin 1960-luvulla ja ne olivat suosituja varsinkin mielenterveystyön ammattilaisten piirissä. Ensimmäinen psykoanalyttisesti suuntautunut psykoterapiaosasto tuli suuren vastustuksen myötä Lapinlahden sairaalaan vuonna 1966. Tuntuu, että vasta 2000-luvulla on tullut aika hyväksyä zenbuddhalaisuuden ikaikaista viisautta mielenterveystyön avuksi. Ihmiset haluavat kehittää itsetuntemustaan, mutta haluavat edetä pidemmälle kuin selvittää oman persoonansa tiedostamattoman puolen asioita. Fromm kirjoitti paljon eksistentiaalisesta kriisistä ja sen aiheuttamasta tyhjyyden ja tarkoituksettomuuden tunteesta ja neuroottisista oireista. Ihmiset ovat tänä päivänä kiin-

nostuneita henkisistä asioista ja nyt tietoa on kaikkien saatavilla helposti.

Ehkäpä Suzukin mainitsema *Koan*, umpikuja, tavoittaa tämän ajan ihmisen. Elämä tuntuu tyhjältä ja tarkoituksettomalta, paikalleen ei enää voi jäädä, mutta vaatii uskallusta jättää kaikki entinen taakseen ja tehdä tuo hyppy tuntemattomaan, jonka seurauksena voi pudota kuilun pohjalle ja tuhoutua. Toisaalta voi löytää oman elämäntehtävänsä ja alkaa määrätietoisesti toteuttaa sitä. Suzuki oli zenmestari, jonka elämäntehtävänä oli toisten ihmisten ja koko luomakunnan palveleminen ja zenbuddhalaisuuden levittäminen länsimaihin. Hän onnistui siinä erittäin hyvin, joskin Suomeen tämä ikaikainen viisaus tuli viiveellä. Parempi myöhään kuin ei milloinkaan. ●

Kirjoittaja FM Kaisa Pakkala on tehnyt elämäntyönsä psykiatrisena sairaanhoitajana, psykoterapeuttina ja terveydenhuollon lehtorina.



Bruno Gröning:
"Ottakaa se ajatus vastaan, että Jumala on suurin lääkäri ja luotakaa ja uskokaa, että jumalallinen voima auttaa ja parantaa!"

Bruno Gröning

- Jumalan parantavan
voiman välittäjä

Bruno Gröning opetti, että ajatukset ovat henkisiä voimia ja ne vievät ihmisen tekoihin. On tiedettävä, että kaikki riippuu meistä itsestämme, olemmeko ajatuksillamme yhteyksissä ylös vai alas. Ihminen on oman onnensa seppä.

ELINA KAKKO

ARTIKKELIN KUVAT SAATU BRUNO GRÖNINGIN YSTÄVÄPIIRILTÄ.

”*Luota ja usko, jumalallinen voima auttaa ja parantaa*”, opetti **Bruno Gröning** (1906 – 1959). Jokainen ihminen kykenee virittäytymään (*einstellen*) Jumalalliselle voimalle ja virralle (*Heilstrom*).

Bruno Gröning tiesi mistä sairaus johtuu, mitä sairaus on ja miten siitä pääsee eroon. ”*Jokainen sairaus tulee pahasta, se on pahaa ja se voidaan poistaa vain hyvän avulla*”, Gröning opetti.

Bruno Gröningin mukaan ihminen on kahden voimalähteen välisessä jännitystilassa: negatiivisten eli tuhoavien ja positiivisten eli rakentavien voimien. Jokaisen elävän olennon on käytävä tällaista elämäkampppailua. Ihminen voi ottaa näitä voimia tietoisesti vastaan, mutta enimmäkseen se tapahtuu tiedostamattomasti. Ihmisen ajatuksellisesta ja henkisestä suuntautumisesta riippuu, mille energialle hän avautuu. Positiiviset ajatukset sitovat ihmisen jumalalliseen voimalähteeseen, josta virtaa vahvistavia ja parantavia energioita. Kirjeopisto Vian opiskelijoille on tuttua ajatusten kanssa työskentely positiivisilla, korkeammilla tasoilla. Myös Gröning opetti, että ajatukset ovat henkisiä voimia ja ne vievät ihmisen tekoihin. On tiedettävä, että kaikki riippuu meistä itsestämme, olemmeko ajatuksillamme yhteyksissä ylös vai alas. Ihminen on oman onnensa seppä.

”*Ottakaa se ajatus vastaan, että Jumala on suurin lääkäri ja luottakaa ja uskokaa, että jumalallinen voima auttaa ja parantaa!*” Kun ihminen pyytää Jumalalta parantavaa virtaa, Hän lähettää sitä. Silloin täytyy ajatuksissa irrottautua pahasta eli sairaudesta ja olla huomiomatta sitä enää. Kaikki ajatuksellinen voima pitää keskittää tervehtymiseen ja pyytää parantavaa virtaa. Ja niin Jumala lähettää parantavaa voimaa. Ihminen vastaanottaa, mutta hänen täytyy virittäytyä voiman vastaanottamiselle. Tervehtymiselle on siis oltava sisäinen edellytys. Sairaana on päästettävä irti: ihmisen pitää

muuttaa asennettaan, sillä huolestuneisuus, pelokkuus ja kiinnipitäminen sitovat ihmisen voimakkaasti sairauteen, vaikka hän haluaisikin päästä siitä eroon. ”*Se jota sairaus askarruttaa, pitää siitä kiinni ja sulkee tien jumalalliselta voimalta.*” On tärkeää erota sairaudesta henkisesti, tietoisesti ja täydellisesti sekä odottaa parantavien voimien virtaamista. Sen jälkeen seurataan kehon reaktioita: parantava virtaus voi aiheuttaa erilaisia tuntemuksia kuten kihelmöintiä, voimakasta virtauksen tunnetta tai lämpenemistä. Voi myös esiintyä epämiellyttäviä tuntemuksia, aivan kuin sairauden oireita. Näitä Gröning nimitti säätelykivuiksi (*Regelung*). Oleellista on huomata, että ne merkitsevät nyt paranemisprosessia eli ne ovat tervehtymisen merkkejä, koska kehossa on alkanut muutos. Regelung-ilmiön loputtua tapahtuu täydellinen vapautuminen tai ainakin merkittävä oireiden häviäminen.

Bruno Gröning sanoi, ettei ihmisen ole kovinkaan helppo ymmärtää, miten parantumisen voi kokea kehossa, koska ihminen on vieraantunut tuntumastaan oman kehonsa hallintaan. Kehon täytyisi olla sellaisessa tilassa, että se saa käyttöönsä uutta energiaa. Ihminen vaan ei enää tiedä, miten se on mahdollista. Vasta kun ihminen on valmis sisäiseen rauhaan, energian vastaanottamiseen ja ottaa kehonsa huomioon, parantuminen voi tapahtua. Gröning kehotti ihmistä vertaamaan itseään paristoon ja huolehtimaan siitä, että se on aina ja yhä uudelleen ladattu. Paitsi että silloin itse on elinvoimainen, voi voimaa vastaanottaessaan pyytää myös toisten puolesta, jolloin voima välittyy myös heihin. Kun ihminen kuuntelee hyvää, tahtoo hyvää ja on myönteinen, hän kokee kehossaan Jumalan Totuuden ja Jumalan Voima vahvistaa häntä niin, että hän voi kohdata elämän aina myönteisesti. Ensimmäinen vaatimus onkin, että on rauhallinen ja näyttää



8

Bruno Gröning parantamassa

hyvän tahdon kaikessa. Oikeanlainen nöyryys on myös tärkeä edellytys onnistumiselle. Lisäksi meidän pitää muistaa pyytää Jumalalta *"suures-ti"* eikä vaatimattomasti anellen. Meidän pitää rohkeasti pyytää (ei kuitenkaan vaatia) Jumalallista järjestystä ja täydellistä terveyttä; ensin itselle ja sitten toisille. *"Älkää vaatiko mitään, vaan pyrkikää siihen. Luottakaa ja uskokaa ennen kaikkea siihen, mitä tarvitsette itseänne, kehoanne ja koko elämäänne varten."* Ihmisen pitää avata sydämensä ja kätensä ja antaa Jumalan Armovoiman virrata sisimpäänsä, ja se tapahtuu, minkä pitää tapahtua.

Bruno Gröningin elämä

Bruno Gröning syntyi Danzigissa vuonna 1906 työläisperheeseen. Jo pienenä lapsena hän ky-

keni vaikuttamaan parantavasti ihmisiin ja eläimiin. Ensimmäisen maailmansodan vuoksi hän kävi vain muutaman vuoden kansakoulua. Hän työskenteli eri aloilla ja joutui myös armeijaan ja sotavankeuteen. Tunnetuksi hän tuli 1949 erään pojan parantumisen johdosta, tilanteessa jossa lääkärit olivat jo luopuneet pojan hoidosta. Maailmanlaajuista huomiota herättivät myös hänen läheisyydessään tapahtuneet joukkoparantumiset. Gröning ei kirjoittanut kirjoja eikä kokenut sitä edes tarpeelliseksi, vaan levitti oppiaan esitelmien muodossa. Hän kertoi, että hänen esitelmiensä tarkoituksena oli, että kanssaihmiset oppisivat ennen kaikkea saamaan sisimpänsä järjestykseen. Hän ilmoitti seuraavansa sitä, jota kaikkien ihmisten pitäisi seurata eli yksinomaan Jumalaa. Hän lahjoitti elämänsä kaikille maapallon ihmisille ja auttoi,

missä vain kykeni auttamaan antamalla ihmisille takaisin heidän kadottamansa yhteyden Jumalaan. Gröning seurasi sisäistä tehtäväänsä, jota hän nimitti *"jumalalliseksi tehtäväksi ja rakkaudenpalveluksi"*.

"Olkaa hyvät alkääkö koskaan sanoko, että minä olen teidät parantanut. Ei! Usko Jumalaan, yhteys Jumalaan, se on parannuksenaalto, jonka olette ottaneet vastaan, joka menee kehooni kautta ja kehooni läpi. Pyydän, että ette kohdistaa minulle kiitosta tästä parantumisesta. Kiitos kuuluu yksinomaan Jumalallemme. En vaadi keneltäkään korvausta. Mutta odotan, että rukoillette koko loppu elämänne ajan Jumalaa." Nämä Bruno Gröningin sanat kertovat siitä, että hänen parantamistyönsä oli pyyteetöntä ja tapahtui Jumalan palvelijana sekä kanssaihmisinä. Hän toimii edelleen Jumalan armosta parantajana henkitasolta käsin ja on luvannut auttaa ihmisiä. Hänen kuviensa kautta virtaa parantavaa voimaa.

Gröningin elämä ei ollut helppoa siinä mielessä, että hän joutui kokemaan petetyksi tulemisen, harhautukset, väärennökset, hyväksikäytön ym. Hän kuitenkin käsitti asian eikä tahtonut olla näille ihmisille vihainen ja uskoi oikeudenmukaisuuden korkeaan lakiin. Bruno Gröningin ystäväpiirin kotisivuilla kerrotaan näin: "Bruno Gröningin tapauksesta keskusteltiin kiivaasti ja mielipiteitä kaihtamatta kaikissa yhteiskuntaluokissa. Tunteenpurkaukset kuohuivat korkealle. Papit, lääkärit, toimittajat, juristit ja psykologit osallistuivat Bruno Gröningistä käytyyn keskusteluun. Hänen ihmeparannuksensa olivat toisille korkeamman mahdin armonlahja, toisille huijausta. Lääketieteelliset tutkimukset kuitenkin vahvistivat parantumisten todenperäisyyden. Mutta myös vastavoimat olivat valppaina. Vaikutusvaltaiset lääkärit, kirkon virkamiehet, juristit ja entiset avustajat tekivät kaikkensa estääkseen Bruno Gröningin toiminnan. Parantamiskiellot vainosivat häntä. Häntä vastaan lähdettiin käymään oikeutta. Kaikki pyrkimykset saattaa hänen toimintansa säännöllisiin uomiin epä-

onnistuvivat. Näin kävi osaksi vallassa olleiden yhteiskunnallisten voimien vastarinnan vuoksi ja osaksi hänen avustajiensa kykenemättömyydestä tai ahneudesta johtuen. Bruno Gröningin kuollessa Pariisissa tammikuussa 1959 viimeinen oikeudenkäynti häntä vastaan oli juuri käynnissä. Oikeudenkäynti keskeytettiin, eikä lopullista tuomiota koskaan annettu. Monet kysymykset jäivät kuitenkin avoimiksi." Gröning itse sanoi, että jollei hän saa parantaa, hän palaa sisäisesti. Hänen kuolinsyynsä diagnosoina oli vatsasyöpä.

Grete Häusler (1922 – 2007) oli ensin lujaisti skeptinen, mutta koettuaan henkilökohdaisesti parantumisen kolmesta parantumatomasta sairaudesta, hänestä tuli Bruno Gröningin läheinen ystävä. Tämän kokemuksen jälkeen hän perusti ystäväpiiriin ja yhteisöjä ensin Itävaltaan ja sitten ympäri maailmaa. Koulutuskirjeessään hän kertoo, että Bruno Gröningin kautta ei tapahtunut yksinomaan parantumisia, vaan ihmisten sydämet tulivat taas lämpimiksi; sydän sykki elämänvirtaa, kadotti kovuutensa ja elämä pääsi sen sisälle. Ja kun ihminen oli muuttunut, hänellä oli taas rakkautta sydämessään itseään, Taivaan Isää ja lähimmäistään kohtaan. Grete Häusler on sanonut: *"Etsiä Jumalaa, löytää Jumala, tunnistaa Jumala, se on jokaisen ihmislapsen elämäntehävä täällä maan päällä. Meidän pitää jälleen rakastaa omaa elämäämme, silloin rakastamme jälleen Jumalaa. Oppikaa elämään tietoisesti."*

Bruno Gröningin ystäväpiiriin yhteisöt

Bruno Gröningin yhteisöjä on ympäri maailmaa, jokaisessa maanosassa. Ystävät paneutuvat Bruno Gröningin oppiin ja jakavat sitä eteenpäin avunetsijöille. Kaikki tehtävät hoidetaan vapaaehtoistyönä ja vapaaehtoisin lahjoituksin. Yhteisö on vapaa eli kirkkoihin, uskontoihin ja maailmankatsomuksiin sitoutumaton ja se vie eteenpäin tietoa henkiparannuksesta. On huomattava, että kyse on opista eikä esimerkiksi uudesta uskonnosta tms. Käännytystyö

on ehdottomasti kiellettyä ja ystävän on kun-
nioitettava ihmisen vapaata tahtoa. *"Ihmisel-
lä on velvollisuus vakuuttua itse kaikesta. Niin
se on aina elämässä, ei millään muulla tavalla.
Teidän ei tarvitse uskoa. Teillä on vain yksi vel-
vollisuus, vakuuttua siitä itse! Mikä on totuus, se
teidän täytyy ensin tuntea itse, siinä teidän täy-
tyy ensin elää itse, siitä teidän täytyy vakuuttua
itse. Kun olette vakuuttuneet ja kun elätte täällä
niin, täällä, missä on totuus – silloin Jumala on
läsnä"*, opetti Gröning.

Pääsy paikallisiin yhteisöihin on mahdollista
jokaiselle. Se ei velvoita mihinkään taloudel-
lisesti eikä lainopillisesti eikä siitä ole kustan-
nuksia. Toiminta on maailmanlaajuista ja se
rahoitetaan yksinomaan vapaaehtoisten lah-
joitusten pohjalta. Yhteisötunteja pidetään
säännöllisesti. Lääketieteellisissä ammateissa
työskenteleviä varten toimii oma ryhmä (*MWF*
= *Medizinisch Wissenschaftliche Fachgruppe*).

Bruno Gröningin esikuvan mukaan tapah-
tumissa ja ryhmissä ei tehdä diagnooseja eikä

hoideta, ei käytetä mitään terapiamuotoja, ei
tutkita, ei kielletä ottamasta lääkkeitä, käymäs-
tä lääkeillä tai menemästä hoitoon. *"Suurin
lääkäri on Isä Jumalamme"*, opetti Gröning.
Jokainen parantuminen on lahja ja jumalalli-
nen armo. Siksi parantumisen lupaaminen on
mahdotonta eikä sitä ystäväpiirissä myöskään
anneta. Bruno Gröning sanoi Jumalan olevan
Lähetin ja itseään hän nimitti transformaatoriksi eli muuntajaksi. Hän pystyi ottamaan
jumalaista voimaa vastaan ja välittämään sitä
eteenpäin niin paljon kuin kyseessä oleva hen-
kilö siihen uskoi. Ihmisen pitää uskoa siihen,
että hyvä on voimakkaampi kuin paha ja niin
ihmisestä tulee oman elämänsä hallitsija ja hän
voi ottaa vastaan parantavan voiman. Kysymys
on rakkauden vastaanottamisesta, joka sen jäl-
keen voi saada muodon. *"Se ei ole pysäytettä-
vissä. Koko maailmassa pitää parantumisen ta-
pahtua"*, Gröning sanoi. ●



Bruno Gröning sai valtavat ihmisjoukot liikkeelle

10

Oma Jumalakokemukseni

Elämänpolkuni jatkuu täydellisessä luottamussuhteessa Jumalaan ja siihen, että kaikki Hyvä tulee Häneltä. Paranemisen ja parantumisen näen mielen tasolla tapahtuvana Eheytymisenä, joka myötätunnossaan ja armossaan virtaa myös fyysisen kehon läpi.

ELINA KAKKO

”Luottakaamme aina Herraan Jumalaan. Hän on Isämme, Joka haluaa antaa meille aina pelkkää hyvää!” Tämä Bruno Gröningin opetus kertoo sen, mihin oma Jumala-kokemukseni on kasvanut kipuvaiheiden kautta. Lapsuudenperheessämme uskottiin Jumalaan, mutta sain sellaisen käsityksen, että Jumala on rankaiseva Taivaanissä; sellainen Herra, jota täytyy joka ilta rukoilla, jotta hän ei rankaisisi tavalla tai toisella. Lapsuudenkodissani oltiin sitä mieltä, että Jumalan kanssa keskusteleminen on mahdotonta. Minusta se oli kummallista, sillä tunsin lapsena rakastavan yhteyden Häneen. Kun olen tutkinut Jumala-kokemustani nyt aikuisiällä ja antauduttuani Polun kulkijaksi ja tutkijaksi, huomasin itsessäni sellaisen vanhan ajatusmallin, että Jumalaan ei voi luottaa. Epäluottamus juontaa toki kasvatuksestani. Mutta sille löytyi muitakin selityksiä käymässäni regressioterapiassa. Terapiassa käsiteltiin kaksi menneiden elämien kokemusta. Voihan olla,

että nämä kokemukset eivät ole tosia, mutta sillä ei ole minulle merkitystä; mutta sillä on todella ollut suuri vaikutus, että niiden kautta rakensin luottamussuhteen Jumalaan uudelleen. Sen myötä vapautui valtavasti elämänenergiaa käyttööni sekä tehtäväni täällä ihmisenä maapallolla selkeytyi. Lisäksi sain käsitellä kuolemanpelkoani ja siihen liittyviä illuusioitani.

Regressiokokemuksessa näin itseni juutalaiseen yhdyskuntaan kuuluvana miehenä, joka omisti elämänsä Jumalan palvelemiselle. Se oli koko elämäni perusta ja kivijalka, koko elämäni sisältö. Minulla oli vaimo ja lapsia. Käännös hurskaasta epätoivoiseksi ja petetyksi mieheksi tapahtui, kun yhteisön valtasi isorokko tai rutto tai jokin muu raju kuolemaa kylvänyt kulkutauti. Hautasin lapseni ja vaimoni yksi kerrallaan. Se tuotti äärimmäistä tuskaa ja vihaa: Jumala oli pettänyt uskollisen palvelijansa. Regressionäysnä näin sitten hirttosilmukan, joka ilmeisesti oli sen elämäni tienpää. Koetin päästä hirttämiskokemuksen läpi, mutta sitä minun ei annettu enää kokea. Ennen kuolemaani tein päätökseksi olla ikinä luottamatta elämään ja Jumalaan. Toisessa regressiokokemuksessani olin aivoleikkauksessa, joka vaikutti lobotomialta tai vastaavalta. Minulla oli ollut elämässä joitain henkisiä kykyjä, joita ei katsottu hyvällä. Ennen leikkausta päätin lujasti – edellisen elämäni tapaan, olla luottamatta yhtään mihinkään: ihmiseen, elämään tai Jumalaan. Kun nämä menneiden elämien päätökset tulivat tietoisuuteeni, se vaikutti koko fyysiseen kehooni erittäin voimak-

kaasti. Onnekseni läsnä oli taitava henkinen terapeutti, joka rauhallisesti ohjasi minut kokemusten läpi. Kuinka arvokasta olikaan saada purkaa tällaiset koko elämisenkaareen vaikuttavat päätökset! Ymmärsin myös sen, että ihmisellä joka kovasti tahtoo kieltää Jumalan, voi olla takanaan tällaisia kokemuksia: hän on mitä todennäköisimmin joskus jossain aikaisemmassa elämässään kokenut totaalisen luottamuspulan. Voimmehan nähdä, että sitä tapahtuu vieläkin kaiken aikaa! Näen asian nyt Vihkimyspolkuun kuuluvana vaiheena: syvän kärsimyksen ja jumalaeron myötä voi jossain vaiheessa astua Kotitielle ja kääntää kasvonsa uudelleen kohti Jumalan Valoa. Ihmisen on vain tehtävä päätös. Jumala kyllä odottaa lastaan palaavaksi. *"Jumala ei jätä lapsiaan yksin, ei koskaan jätä heitä pulaan ja suojelee heitä, auttaa heitä, parantaa kaikki haavat ja haluaa ottaa heidät Isän sydämelleen. Hän haluaa olla yhtä lastensa kanssa ikuisessa rakkaudessa ja harmoniassa."*

Niinpä elämänpolkuni jatkuu täydellisessä luottamussuhteessa Jumalaan ja siihen, että kaikki Hyvä tulee Häneltä. Paranemisen ja parantumisen näen mielen tasolla tapahtuvana Eheytymisenä, joka myötätunnossaan ja armossaan virtaa myös fyysisen kehon läpi. Voidaan kai sanoa, että sairaus on negatiivista karmaa. Niin se varmaan onkin, mutta eikö negatiivinen karma tule jumalaerosta? Eli juuri tässä hetkessä valitessani Jumalan ja Hänen Voimansa, voin antaa Mieleni palata Kotiin Jumalaan ja antaa Parantavan Voiman virrata kaikkien olemuspuolteni lävitse. Nyt.

Kokemuksessani takaisin kehotietoisuuteen

"Ihminen tuhlaa elämänsä, hän ei enää koe sitä, ei enää edes itsessään, ei enää edes kehossaan. Ihminen ei tiedä, mitä tehdä elämällään. Hänhän ei tiedä ollenkaan, mitä elämä on. Elämä on Jumala. Rakasta elämää, Jumalaa, Jumala on kaikkialla. Mutta käytä se myös hyödyksesi, älä haaskaa sitä."

Bruno Gröningin opin kautta olen löytänyt uudelleen suhteen kehooni. Ymmärrän hyvin

sen, että jossain vaiheessa henkistä polkuani kehoni oli minulta hukassa. Vaikka tein joogaharjoituksia, nekin alkoivat kääntyä enemmänkin psyykkisiksi harjoituksiksi, sillä tavoitteeksi alkoi aina vaan nousta jonkin korkeamman tajunnantilan saavuttaminen. Mietin mitä nimenomaan kehollinen joogaharjoitus todella on? Se on kehon hoitoa ja samalla kun hoidamme fyysistä kehoamme, esimerkiksi joogalla eli liikkeen ja hengityksen yhteyden kautta, saa muutkin olemuspuolemmme hyvää tekevää virtausta osakseen. Kyse ei olekaan sinänsä joogasta trendi-ilmiönä tai käsitteenä, vaan siitä, miten se ymmärretään ja mitä sillä tehdään. Minusta sellainen jooga, jossa tehdään liikkeitä, pitäisikin nähdä juuri keholisena harjoituksena. Jos taas tehdään dynaamisten liikkeiden lisäksi hyvin hitaita pitkiä venytyksiä, fyysinen kokemus avaa tunnetiloja sekä nostaa ajatuksia pintaan ja päästää kehoon jumittuneita tunnelukkoja vapautumaan. Siitä edelleen voidaan päästä mentaalille tasolle ja edelleen aina budhiselle tasolle asti ja saattamaan tietoisuuteen tullut tunnetila ja ajatus anteeksiannon ja armon piiriin. Kehon kanssa voi keskustella: siltä voi kysyä ja se vastaa omalla tavallaan. Kysymys onkin siitä, osaako kuunnella tai pysähtyykö kuuntelemaan kehonsa viestejä; palaako juurilleen, ihmisyyden kynnykselle. Kokemukseni mukaan se antaa toisenlaisen lähtökohdan olla ihmiskunnan palvelijana. Jeesus opetti: "Olla maailmassa muttei maailmasta". Se on hieno opetus. Onkin hyvä muistaa, että kehomme on maailmasta ja sen kautta voimme olla maailmassa palvelemissa. Se on elävä organismi, jonka kautta Jumala voi toimia täällä niin kauan kuin se on tarpeellista kaikkien kannalta.

Minusta on tärkeää, että henkisellä polulla vakavasti oleva ihminen on myös kehossaan eli käyttövälineessään läsnä. Voihan olla, että kehosta tekee itselleen illuusion ja siten elää sellaisessa kuplassa, että kehosta ei tarvitse välittää, kun se ei ole todellinen tai on sitä tai tätä. Siinä illuusio sitten saa seurakseen toisen illuusion. Toisaalta kehollinen illuusio voi saa-

da viitakseen toisenkin ääripään eli ylihuolehtivaisuuden ja sen myötä elämä alkaa pyöriä kehon negatiivisen tarkkailun ympärillä. Tai henkisen tien kulkijalla voi olla jotain muitakin itsepintaisia illuusioita siitä, miten kehoa pitäisi hoitaa: miten syöttää, juottaa ja liikuttaa. Bruno Gröningin oppi on mielestäni hyvin yksinkertainen: meille on tärkeää tuntea, mitä kehossa tapahtuu. *"Mitä pelkkä puhuminen hyödyttää, jos mitään ei tunne."* Tärkeää onkin siis kuunnella sitä, mikä nousee ihmisen sisältä – myös kehotietoisuudesta, sillä fyysinen taso voi yllättävästi antaa vastauksia moniin astraalikehon probleemoihin ja illuusioihin.

Keho on kommunikointivälineemme, josta on pidettävä huolta, jotta se kommunikoi si parhaalla mahdollisella tavalla Jumalan ja ihmiskunnan hyväksi. Mitä se tarkoittaa, että keho on kommunikointiväline? Sitä, että sen kautta pystyy kommunikoimaan niin itsensä kuin toistenkin kanssa. Monesti psyykkiset tai henkiset kokemukset voivat tarvita myös kehoallisen kokemuksen, jotta ihminen ymmärtää oivalluksen juuriaan ja ytimiään myöten. Ne voivat olla negatiivisia tai positiivisia kokemuksia, joita voi objektiivisestikin tarkkailla, mutta pyrkikäämme aina ja vain Hyvään. Elämän virtaus on positiivista virtaa. Ihmisen pitäisi päästää Hyvä olemuspuoliensa lävitse sekä täytyä Siinä ja Sillä. Kehollisessa joogaharjoituksessa voi olla läsnä liikkumattomassa asanassa ja antaa Virtauksen tulla ylhäältä, ja nimenomaan ylhäältä! Keho tulee sitten vastaan ja ohjautuu sisältäpäin. Näin mielestäni voisi omassa kokemuksessani toteutua Jooga eli Yhteys, joka ei kuitenkaan sulje kehoa pois siitä kokemuksesta.

"Ajatelkaa joka päivä kehoanne! Ottakaa joka päivä uutta, toisin sanoen hyvää voimaa vastaan. Se tapahtuu silloin, kun sulkeudutte ulkomaa-ilmalta. Teidän täytyy myös huolehtia siitä, että teillä on määrättyjä varastoja, voimavarastoja."

Tämän pohtiminen on ollut minulle tärkeä opinvaihe: miten yhdistää inhimillisyys, ihmisyyys, Henkisyys ja Vihkimyspolku niin, että ne tukevat toisiaan parhaalla mahdollisella tavalla.

"Ihmisen on tiedostettava itsensä", sanoi Bruno Gröning. Omassa tajunnassani ymmärrän, että on tiedostettava kaikki olemuspuolensa. Vihkimyspolun vaiheesta tietenkin riippuu, mikä tietoisuuden taso on. Jokaisen on kyettävä elämään myös fyysisen kehonsa kautta, jotta Rakkaus voi ankkuroitua Maahan ja ihmiskuntaan. Ja kun elämä on Jumala, silloin ne yhdistyvät myös fyysisellä tasolla, koska fyysinen taso on elävää sekin. Niin Jumala voi toimia keskuudessamme ja viedä kauttamme Armon ja Rakkauden sanomaa. Ihmisyydestä tulee jumaluuden käyttöväline, inhimillisyydestä sen heijastuma.

Usko ja tahto hyvään

"Jumala on rakkaus ja elämä. Ilman rakkautta ei ole elämää. Jumala on elämä itse." Bruno Gröning opetti, mitä varten saimme täällä maan päällä elämän lahjaksi: jotta kävisimme elämänkamppailua pahaa vastaan, pyytäisimme Jumalaa auttamaan niin, että voittamme pahan. Saamme elää täällä saavuttaaksemme täydellisyyden ja yhtyäksimme Isään Jumalaan. Niinpä tiedämme, keitä me olemme: Jumalan lapsia ja meidät on ajateltu hänen kaltaisikseen, kun vain seuraamme Häntä. *"Uskoka aina hyvään. Uskoka aina menestykseen! Ihminen ei voi uskoa pahaan ja samanaikaisesti odottaa apua Jumalalta. Se ei käy päinsä. Sen vuoksi uskoka aina hyvään!"* ●

Lähteet:

Bruno Gröningin ystäväpiirin julkaisuja:
Bruno Gröning: Annan Teille pienen elämänviisauden no 3.

Gräte Häusler: Oivalluksia ja viisauksia
Johdatus Bruno Gröningin oppiin
www.bruno-groening.org: jonka kautta on mahdollista liittyä Bruno Gröningin ystäväpiiriin ja saada johdatus Bruno Gröningin oppiin.



Kirjoittaja Elina Kakko on KM, musiikkipedagogi, jooganopettaja ja Bruno Gröningin ystävä



Unien kautta ihminen voi elää ja kokea sellaista mitä ei tässä elämässä pysty kokemaan.

UNET

henkisen kasvun
näkökulmasta tarkasteltuna

Joissakin kulttuureissa unien viestejä on pidetty arvokkaina.
– Onko länsimainen nykyihminen vieraantunut unistaan?

PÄIVI KANSANAHO-GUO

Uniin on suhtauduttu eri aikoina ja eri kulttuureissa eri tavoin. Länsimaisissa kulttuureissa valvetodellisuutta on perinteisesti pidetty unia tärkeämpänä. Monissa ei-länsimaisissa kulttuureissa sen sijaan unen ja valveen todellisuudet ovat rinnakkaisia.

Unien kertomisella on ollut myös tärkeä merkitys. Erityisesti luonnonkansojen keskuudessa ihmiset ovat kokoontuneet aamulla kertomaan unensa. Unien viestejä on pidetty arvokkaina. Unet kun ovat tuoneet esim. varoituksen vaarasta, ennustuksen tulevasta tai unissa on saatu opetusta ja ohjausta. Jotkut kalastajat ovat esim. kertoneet unessa saaneensa tiedon missä on hyvä kala-apaja ja seurattuaan unen ohjeita kalastajat ovat todellakin saaneet hyvän kalasaaliin.

On myös kulttuureja, joissa unitodellisuutta on itse asiassa pidetty tärkeämpänä kuin valvetodellisuutta. Näissä kulttuureissa uskotaan, että ihmisen todellinen olemus vapautuu unen aikana toimimaan ja valvetodellisuus on vain harhaa.

Unien näkemisen merkitys

Eri aikakausina unilla on ajateltu olevan erilaisia merkityksiä. Unien aikana on mm. kysytty neuvoja erilaisilta henkisiltä neuvonantajilta. Koska kaikkia unia on ollut vaikea tulkita, on ollut omia unien selittäjiä, eräänlainen unitulkkien ammattikunta.

Unien kautta on ajateltu voitavan pitää yhteyttä rajan taakse siirtyneisiin sukulaisiin ja ystäviin. Unissa on myös haettu parannusta sairauksiin. Mm. antiikin kreikkalaiset, heprealaiset, egyptiläiset, kiinalaiset ja japanilaiset käyttivät erityisiä unien haudontaan tarkoitettuja pyhättöjä, temppeleitä, joihin kokoonnuttiin nukkumaan ja hakemaan parannusta. Kunkin uskonnon edustaja odotti näkevänsä oman jumalansa tai uskontoon sopivan pa-

rantajahahmon, joka paransi tai antoi ohjeet miten sairautta piti hoitaa. – Pahoja unia on pidetty taas paholaisen työnä tai unennäkijän omana varjona.

Entä onko länsimainen nykyihminen vieraantunut unistaan? Nykyisen tieteellisen käsityksen mukaan unien on ajateltu mm. vahvistavan muistijälkiä aivoissa. Unien kautta ihminen voi käsitellä vaikeita elämäntilanteita ja löytää kriisitilanteisiin uusia näkökulmia. Stressiunet ovat heijastusta stressaavasta työstä tai elämäntilanteesta. Toistuvat unet voivat olla stressiunia, seurausta koetusta traumasta tai sitten niillä on jokin tärkeä sanoma. Osaa unista on aina pidetty vain mitättöminä, täysin irrationaalisina oman mielen tuotteina. Unia onkin luokiteltu hyviin ja huonoihin, merkityksellisiin ja merkityksettömiin.

Onko ihminen unensa luoja, unen vastaanottaja vai aktiivinen toimija?

Monien kulttuurien mukaan ihminen on joko seenkin passiivinen unen katselija. On myös kulttuureja, joissa unennäkiällä on aktiivinen rooli. Esim. Uuden Meksikon zunit ajattelivat, että heidän sielunsa poistuu unen aikana ruumiista ja voi toimia itsenäisesti.

Raamatun monissa kertomuksissa Jumala ilmoittaa tahtonsa unien välityksellä. Vanha Testamentti kertoo juutalaisten unentulkintaperinteestä samoin kuin juutalaisten Talmud. Myös Koraani kertoo Muhammedin ilmestyksistä ja näyistä.

Muinaisessa Mesopotamiassa unia pidettiin suuressa arvossa ja ne luokiteltiin kolmeen pääryhmään: Ilmoitusunet, jossa jumaluus ilmestyy ihmiselle ja ilmoittaa sanoman, symboliunet, jotka tarvitsevat erityisen tulkinnan sekä realistiset tai fyysiset unet, jotka johtuvat ruumiillisista syistä.

Luonnonkansojen keskuudessa ihmiset ovat kokoontuneet aamulla kertomaan unensa.

Aristoteles ja **Platon** kumosivat tämän käsityksen, että unet olisivat jotenkin jumalallista alkuperää. Aristoteles piti unia nukkujan henkisenä toimintana ja vertasi niitä veteen heijastuviin kuviin. Platonin mielestä ihmissielu toimii sekä unien alkuperänä että välittäjänä.

Länsimaiseen unentulkintaperinteeseen on vaikuttanut **Artemidoros Daldislaisen** ”Suuri Unikirja”, joka ilmestyi toisella vuosisadalla. Siinä unet luokiteltiin joutouniin ja jumalilta peräisin oleviin oraakkelilauseisiin sekä visioihin ja ennusuniin. Enneunet jakautuivat vielä selvänäköuniin ja vertauskuvallisiin uniin.

Suomalaisessa unentulkintaperinteessä ei ole selvää luokitusta. Tutkijat ovat löytäneet kuitenkin neljä erityyppistä ryhmää: enneunet, toistuvat unet, realistiset eli tosiunet ja erikoisuudellaan huomiota herättävät unet. Aiemmin Suomessa puhuttiin myös unihuppias tai unikakkiainen –nimisestä olennosta, joka antoi unet ja neuvoi unien aikana.

H. P. Blavatskyn mukaan yleensä muistamme unina alemman mielen mekaanisen toiminnan. Sen ohella on todellisia tapahtumia, joissa toimijana on ihmisen korkeampi Minä. Näitä tapahtumia muistamme vain harvoin täysin oikein. Osa näistä tapahtumista saattaa painautua osittain fyysisiin aivoihin, mutta nämä irralliset muistot saattavat sitten sekoittaa mielikuvitukseen. Kuitenkin Blavatskyn mukaan unet ovat itse asiassa hajanaisia poimintoja sisäisen ihmisen elämästä ja kokemuksista, joiden hämärä muistelemisen häiriintyy heräämishetkellä. ”Täysin tuntematon maa ovat tieteelle korkeamman minän todelliset unet ja kokemukset, joita myös nimitetään uniksi, vaikka niistä ei tätä nimeä pitäisi käyttää”, kirjoittaa Blavatsky ja jatkaa: ”Minämme näet elää omaa erillistä

elämäänsä joka kerta, kun se vapautuu aineen kahleista eli fyysisen ihmisen nukkuessa. Tämä Minä on todellinen ihminen.”

Itse olen tutkinut omia uniani aktiivisesti jo n. 25 vuoden ajalta. Unet olivat jo sitä ennenkin hyvin merkittävässä roolissa lapsuudestani lähtien. Äitini isä näki paljon enneunia ja kertoi tavanneensa kuolleita tuttaviaan unissaan. Äitini näki myös hyvin selkeitä ja tarkkoja enneunia omasta elämästään. Olen myös itse nähnyt unia, jotka ovat myöhemmin toteutuneet. Eniten on kuitenkin ollut kokemusta erilaisesta unen aikana saadusta opetuksesta ja ohjauksesta. Oman tarkasteluni pohjalta olen luokitellut unet seuraavasti:

Mielikuvitusunissa luomme itse mielessämme tarinan, jonka muistamme aamulla unena. Myös jokin ulkoinen ärsyke voi nivoutua osaksi unikertomustamme. Esim. ulkona alkaneen sateen johdosta unessammekin alkaa sataa. Tämä unityyppi on kaikkein yleisin.

Itsehoidollisissa unissa jokin tapahtuma on jäänyt askarruttamaan tai painamaan mieltämme ja unen aikana käymme näitä tilanteita uudelleen läpi vähän eri näkökulmasta katsottuna ja eri vaihtoehtoja puntaroiden. Nukkuessamme mieleemme siis työskentelee löytääkseen ratkaisun ongelmiimme ja tästä tuleekin sanonta ”olla viisaampi yön yli nukuttuaan”.

Opiskelu-unissa kertaamme opiskelemiamme asioita vahvistaaksemme niiden muistijälkiä.

Enneunissa saamme tiedon tulevista tapahtumista. Joskus kyse voi olla yksinkertaisesti siitäkin, että prosessoimme jotain tapahtumaa mielessämme ja pystymme päättelämään miten tilanne etenee, mitä tuleva tuo tullessaan. Joskus enneunelta vaikuttava uni voi olla kuitenkin vain heijastusta omista toiveista tai pelois-

ta, ei muuta. Varsinaisesta enneunesta voidaan kuitenkin puhua silloin, kun tieto tulevasta tapahtumasta tulee unitajuntaamme korkeamman minämme tai jonkun opastajan ohjaamana. Enneunilla on se merkitys, että pystymme paremmin valmistautumaan johonkin tulevaan tapahtumaan. Joskus tosin voi nähdä sellaisiakin tapahtumia, joilla ei ole näkijälle itselleen suurtakaan merkitystä.

Muistot unina. Joskus voi nähdä unta, jossa itse on toinen henkilö kuin mitä tässä elämässä on. Osa tällaisista unista on puhtaasti mielikuvitusta. Osa voi kuitenkin olla heijastusta jonkin edellisen elämämme tapahtumista ja itsenämme kokemamme hahmo on aikaisempi ruumiillistumamme. Nämä muistot saattavat sotkeutua myös mielikuvitukseemme niin että unesta tulee puoliksi mielikuvituksella rikastettu muisto.

Telepaattiset unet. Joku henkilö on ajatellut meitä niin vahvasti, että tuo ajatuskoostuma tavoittaa meidät unen muodossa. Jonkun ajatusta emme ehkä huomanneet päiväkiireidemme vuoksi, mutta unen aikana se tulee unitietoisuuteemme. Jotakin ajatusta emme puolestaan halua hyväksyä, mutta unen aikana tiedostamme sen. On myös mahdollista, että joku saattaa ajatella meitä vahvasti itse hereillä ollessaan, meidän nukkuessamme, että viestin vastaanottaminen ei ole mahdollista muutoin kuin unena. Tähän samaan luokkaan kuuluu myös se, kun jostain syystä katselemmekin toisen ihmisen unta. Tällaista voi tapahtua, kun kaksi henkilöä ovat hyvin läheiset toisilleen. Esim. äitinä olen kokenut katsovani hetken aikaa lapseni unta sen jälkeen kun olin antanut energiahoitoa lapselleni. Olen nähnyt unena myös mieheni illalla ajattelemia ajatuksia.

Selkounissa sekoittuu valvetietoisuus ja unitila. Unissa tiedostaa olevansa unessa ja alkaa tuottaa sellaista unta kuin haluaa.

Symboliset unet. Joskus ihminen ei pysty kohtaamaan jotain asiaa suoraan, vaan se tulee unissa symbolien kautta esille. Toisinaan unen pohtiminen, asian itse oivaltaminen on erityi-

sen tärkeää ja siksi jotain viestiä ei anneta liian suoraan, vaan symbolin muodossa. Liian suoraan annettuna viesti ei olisi yhtä opettavainen.

Seuraavia uniksi kutsumiamme tapahtumia voidaan itse asiassa pitää nukkumisen aikana tapahtuvina todellisina tapahtumina.

Opetusunia voimme saada suoraan unikoulussa. Auttajamme ja opastajamme saattavat myös kulkea vierellämme ja kehottaa tekemään tiettyjä ratkaisuja. He rohkaisevat meitä suunnitelmiamme toteuttamisessa. Auttaja voi myös varoittaa meitä tekemästä virheitä. Aina emme näe auttajiamme, kuulemme ehkä vain heidän äänensä tai tunnemme heidän läsnäolonsa. Tämä voi johtua siitä, että emme kykene näkemään heitä tai siitä, että kaikki auttajat eivät välttämättä ole ottaneet selvästi havaittavaa muotoa itselleen. Itsehoidollisissa unissa ihminen voi luoda itse jonkin arkkityyppisen auttajahahmon omaan uneensa ja itse asiassa käy silloin sisäistä dialogia oman itsensä kanssa. Opetusunissa olemme kuitenkin tekemisissä jonkun todellisen henkioppaan tai opastajaankelin kanssa.

Toiminta unen aikana. Tähän luokkaan kuuluu paljon erilaisia tapahtumia. Ihminen voi tehdä nukkuessaan paljon auttamistyötä, harjoitella erilaisia asioita, tehdä edessä olevia asioita ennakolta tai tavata tuttavien ja ystäviä. Tällöin on mahdollista, että molemmat ystävykset muistavat aamulla saman unen aikaisen tapahtuman. Tähän todelliseen kohtaamiseen voi myös sekoittua osittain mielikuvituksellista unta.

Erilaisia lähestymistapoja unien käsittelyyn

Eri psykoterapioissa voidaan keskustella merkityksellisistä unista ja niiden käsittelyyn on erilaisia lähestymistapoja. Hahmoterapiassa voidaan esim. näytellä unen kunkin elementin osaa, oli kyse sitten henkilöstä tai asiasta. Tämä perustuu siihen ajatukseen, että kaikki kuvat unessa ovat unennäkijän osia. Unennäkijä voi asettua

Unia on luokiteltu hyviin ja huonoihin, merkityksellisiin ja merkityksettömiin.

kunkin unikuvansa asemaan vuoronperään. Unennäkiä kuvittelee kuinka hänen unihenkilönsä olisivat vuorovaikutuksessa. Tavoitteena on löytää kaksi ristiriitaista roolihahmoa: hallitseva ja heikompi osapuoli. Konfliktin luonne ”käskevän” ja ”alamaisen” välillä edustaa ristiriitaa unennäkiässä. Unennäkiän tehtävänä on saada ”alistettu” pitämään puolensa ”pomoa” vastaan ja ilmaisemaan tarpeensa selvästi ja vakuuttavasti. Kun unennäkiä saa ”alistetun” osan itsessään pitämään puolensa, hänestä tulee ehyempi.

Selvä- tai selkounissa (lucid dreaming) on kyse siitä, että unennäkiä tiedostaa unessa olevansa unessa ja vaikuttaa aktiivisesti unen kulkuun. Taka-ajatus on, että uni hyödyntää kaikkia henkisiä ja emotionaalisia voimavaroja paremmin kuin valvetajunta ja siksi on hyvä tehdä tietoista ongelmaratkaisua unien aikana.

Ohjausta voi harjoitella eri tavoin ja siihen pitää sitoutua useiden viikkojen, kuukausienkin ajaksi, sillä taito ohjailla unia kehittyi lapsilla keskimäärin viidessä viikossa, lyhyimmillään kahdessa viikossa. Oletus on, että aikuisilla aika on vielä pidempi. Ohjausta voi harjoitella esim. seuraavalla tavalla:

Ensin pitää valita rauhallinen paikka. Pitää valita tietty unen aihe ja muotoilla aihe selväksi lauseeksi: ”Haluan uneni neuvovan minua...”, ”Haluan nähdä lentämisunen.” Pitää uskoa, että tällainen uni todella toteutuu. Pitää keskittyä halettuun uneen mahdollisimman rennossa tilassa.

Unen jälkeen voi kysyä unikuvalta esim. ”kuka olet?”, ”miksi teet niin ja niin?” tms.

*Kun ihminen tulee tietoiseksi unissaan, niin tarvitaan erottelukykä oivaltamaan mistä hän tulee tietoiseksi: tietoiseksi oman mielen-
sä tuotoksista vai todellisista tapahtumista.*

Myös unien jakamisen toisten kanssa on huomattu edistävän kykyä selkouniin. Unien tietoisessa muokkaamisessa auttaa myös se, että kiinnittää valvetietoisuudessa huomiota unissa oleviin seikkoihin tai ryhtyy toimiin, joilla on yhteyksiä toivotunkaltaiseen uneen. Esim. voi opetella oikeasti paikkaamaan polkupyörän kumin, jos haluaa sen tehdä myös unissaan tai voi opetella kutsumaan apua mielessään.

Kun ihminen tulee tietoiseksi unissaan, niin tarvitaan erottelukykä oivaltamaan mistä hän tulee tietoiseksi: tietoiseksi oman mielen-
sä tuotoksista vai todellisista tapahtumista. Jos alkaa tietoisesti ohjata uniaan, vaikuttaa-
ko siis vain mielikuvituksen luomaan ainekseen vai vaikuttaako siihen mitä oikeasti tekee unen puolella. Joka tapauksessa ohjailtu mielikuvitusunikin voi vaikuttaa valvetodellisuuteen (esim. ihmissuhteisiin), sitä voi verrata visualisointiharjoitukseen.

Unien merkitys henkisen kasvun näkökulmasta

Unia voidaan siis tarkastella eri lähtökohdista. Hyvin yleinen tapa on tulkita unia symbolien kautta. Symbolit voivat olla yleismaailmallisia tai kulttuurisidonnaisia. On myös henkilökohtaisia symboleita. Myös väreillä on merkitystä unien tulkinnan kannalta. Tutkijoiden mukaan yleisin väri unissa on vihreä, ruskean ja punaisen on uskottu tuovan onnea.

Toinen lähtökohta on se, että unia ei tarvitse ymmärtää. Tulkintaa tärkeämpi on itse

unen kokeminen. Tämän näkökulman voi ymmärtää siltä pohjalta, että ihminen oppii kokemusten kautta. Kaikkien kokemusten ei tarvitse olla todellisia, ihminen voi oppia eläytymällä unikuviin.

Unien kautta ihminen voi elää ja kokea sellaista mitä ei tässä elämässä pysty kokemaan. Unissa voi nähdä myös tulevaisuuden potentiaalisia vaihtoehtoja päätöksentekonsa helpottamiseksi. Ennenunia näkee noin puolet ihmisistä, niistä ei vain yleensä kerrota, koska sellaista pidetään niin poikkeuksellisenä. Joidenkin uskomusten mukaan hyviä enteitä ei myöskään pitäisi kertoa, ettei hyvää onnea menetä.

Voiko ihminen sitten muuttaa todellisuuttaan muuttamalla uniaan? Ainakin pelkojaan voi käsitellä unien avulla (esim. totuttautuminen pelottavaan tilanteeseen). Luonnettaan voi jalostaa myös unien aikana. Ihminen voi lisätä toisten ihmisten ymmärrystä katsomalla asioita unissa toistenkin näkökulmasta tai ottamalla etäisyyttä, saamalla objektiivisuutta tilanteen tarkasteluun. Näin voi positivisoida ihmissuhteitaan. Unia voi käyttää myös ongelmanratkaisun apuna. Lisäksi unet voivat syventää itsetuntemusta. Ne auttavat ihmistä näkemään omia alitajuisia pelkoja ja estoja ja työskentelemään niiden kanssa. Näin unien avulla ihminen pystyy rakentamaan omaa tietään kohti hyvää elämää. ●

Lähteet

Blavatsky, H. P. (2010) Unet. Kysymyksiä ja vastauksia unien näkemisestä
Garfield, Patricia (1999) Luovaan unennäköön
Kaivola-Bregenhøj, Annikki (2010) Kerrotut ja tulkitut unet. Kulttuurinen näkökulma uniin



Kirjoittaja Päivi Kansanaho-Guo on psykologi ja Kirjeopisto Vian raja-joogan, ajatusjoogan harjoittaja.

Blavatskyn uniluokitus

- 1) Profeetalliset unet. Korkeampi Itse painaa nämä unet muistiimme. Nämä unet ovat yleensä yksinkertaisia ja selviä.
- 2) Allegoriset unet eli aivojemme kiinni saamat ja mielikuvituksemme vääristelemät hämärät välähdykset todellisuuksista. Nämä ovat vain puoleksi totia.
- 3) Unet, joita lähettävät adeptit, hyvät tai pahat, mesmerisoijat tai hyvin voimakkaiden järkiolentojen ajatukset, joiden tehtävänä on saada meidät tekemään mitä he tahtovat.
- 4) Unennäöt tapahtumista, jotka kuuluvat menneisiin ruumiillistumiin.
- 5) Varoittavat unet toisia varten, jotka eivät ole itse vastaanottokykyisiä
- 6) Sekalaiset unet
- 7) Unet, jotka ovat pelkkiä mielikuvia ja kaaosmaisia unia, jotka aiheutuvat ruoansulatuksesta, mielen ahdistuksesta tai muusta sen kaltaisesta ulkoisesta syystä.



Kasvien ja kukkien tuoksut ovat merkityksellisiä ihmisille – esimerkiksi hyasintin tuoksun tiedetään lievittävän surua ja masennusta.



Tuoksuja

Talven kuluessa puutarhamme peittyi valkoiseen lumeen. Lumesta kohoavat edellisen kesän kasvien ja kukkien varret ja versot, sikäli kun niitä on jätetty alasleikkamatta ajatuksena puutarhan talvi-ilmeen monipuolistaminen. Talvinen puutarha on melko väritön ja tuoksuton. Puron solina on hiljentynyt pakkasen otteessa. Vesi puronuomassa on jäänytynyt kunnes lämpötila taas nousee ja jää sulaa virtaavaksi virraksi auringon herättäessä puutarhan ja puron keväiseen syleilyynsä.

Seuraavaksi nousevat, joukolla ja yksitellen, maan povesta ihanat kasvit joiden juuret ovat olleet suojassa maan sisällä talvehtimassa. Puutarha täyttyy kuin taikasauvan iskusta orastavalla vihreydellä ja kukilla. ”Puutarhahuoneen” ilme muuttuu nopeasti ruskean eri sävyistä vihreän eri sävyihin ja kukkien moniin erilaisiin väreihin. Puutarhan elämään tulee valoa ja väriä. Mukaan tulee myös uusi elementti: Tuoksu.



Ensimmäisten kasvien joukossa nousevat aikaiset sipulikukat, lumikellot ja kevätsahraa-

mit eli krookukset. Vähän myöhemmin erilaiset narsissit ja tulppaanit värittävät puutarhaa pehmeästi ja suloisesti. On kuin ne laulaisivat tuoksuillaan ja väriiloistollaan kevään ylistystä. Moni istuttaakin ennakoiden hyasintinsipuleita puutarhaansa. Tämä kukka on yksi keväisen puutarhan suurimmista tuoksuelämyksistä. Pidetty joulukukka on, jos mahdollista, vieläkin vaikuttavampi puutarhaan istutettuna sillä viileä ulkoilma vahvistaa ja syventää hyasinttikukkien värejä. Hyasinttien tuoksu on mahtava – mielestäni yksi koko puutarhavuoden tuoksumailman parhaista. Parhaat puutarhahyasintit saadaan kun istutetaan kasvin hyvänkokoiset sipulit syksyllä kuten tulppaanit ja narsissit n. 15 – 20 cm:n syvyyteen multaan. Tämä hyasintituoksuelämys puutarhassa on sekä vaivan että kokemisen arvoinen.

Karhunlaukan valkoisten kukkien tuoksu on vuorostaan erilainen. Se on hyvin lähellä valkosipulin tuoksua. Karhunlaukka kuuluu niihin kasveihin, joita jo aikoinaan viikingit mahdollisesti levittivät pitkin Ahvenanmaata ja Suomen saaristoa kauppatiekoillaan Venä-



jälle. Karhunlaukka on nimittäin erinomainen lehtivihannes jonka maku muistuttaa valkosipulia. Keväinen salaatti syntyy helposti nuorista vuohenputken ja karhunlaukan lehdistä. Tämän todellisen lähiruokasalaatin ainekset ovat parhaimmillaan vain muutaman viikon ajan touko-kesäkuussa. Sen jälkeen karhunlaukka hiljalleen vetäytyy maahan ja vuohenputken lehdet tulevat kokoa kasvaessaan liiankin väkeviksi.



Kasvien ja kukkien tuoksuilla on ehkä suurempikin merkitys meille ihmisille kuin tulomme ajatelleeksi? Onhan todettu, että *hyvät tuoksut, kuten useimpien kukkien ja kasvien, ovat samaa värähtelevää energiaa kuin värit, äänet ja ajatukset*. Tämä tieto on ollut ihmisillä jo hyvin kauan. Tuoksujen tietoinen käyttö on tullut arkeemme esim. lukuisissa erilaisissa parfyymeissä, rohdossa ja tuoksuöljyissä. Ihmisen tarve miellyttää toisia ihmisiä on johtanut meitä osaltaan kasvien tuoksujen käyttöön. Egyptissä naiset hieroivat muinoin kanelilla ihonsa halutessaan miellyttää vastakkaista sukupuolta. Monissa kulttuureissa on tuoksujen maailma ollut myös oiva avain tietoisuuden muuttamiseen. Suitsukkeita ja tuoksuöljyjä on poltettu erilaisten jumalten kunniaksi ja erilaisissa uskonnollisissa seremonioissa. Samalla ihminen on saavuttanut muuntuneita tietoisuuden tiloja. Suitsukkeet ovat jokapäiväisessä käytössä idän kulttuureissa, niin kodeissa kuin luostareissa ja tempeleissäkin.

Suomessa meitä saattaa rajoittaa tuoksujen käytössä nykyään vallitseva varovaisuus niiden käytössä yhteisissä tiloissa kuten teatterissa tai elokuvissa. Moni ihminen on sairastunut ns. tuoksuallergiaan.

Silti Suomessakin suitsukkeita käyttävät myös erilaiset parantajat työssään potilaan rentouttamiseksi tai hoitamiseksi. Tuoksuja suitsukkeita poltetaan myös meditaatio tilaisuuksissa, jotta ilmapiiri kohoaa ja läsnäolijoiden on helpompi päästä erilaisiin korkeampiin tietoisuudentiloihin.



Onko ympäristömme kasvien lajeilla ja lajikkeilla sitten väliä? Onko väliä sillä mitä omassa puutarhassa tai kaupungin puistossa kasvaa? Mitä ilmeisimmin on. On värejä, muotoja ja tuoksuja joiden energia vaikuttaa ympäristön ja ihmisen auraan. Orvokit ovat puutarhoissa suosittuja – niitä on pidetty nöyryyden symboleina. Hyasintin tuoksun tiedetään lievitävän surua ja masennusta. Laventelin tuoksu rentouttaa kehoa ja lievittää stressiä, mikä taas tekee ihmisen henkisesti valppaammaksi. Narsissien tuoksu on sekin ihmistä rentouttava. Omenakukan tuoksu tynnyttää tunteita ja luo onnellisuutta sekä menestyksen tunnetta. Rosmariinin tuoksu auttaa pääsemään eroon aikansa eläneistä ajatusmalleista ja on sisäisen rauhan luoja. Ruusujen tuoksu kuuluu kesään! Juhannusruusu tuoksuu ihanasti ja kuuluu ehdottomasti suomalaiseen kesään. Hajuvesien tekijöiden mielestä ruusu on kukkien kuningatar. Syreenin voimakas tuoksu on parantava ja selkeyttää ajatuksia sekä virkistää muistia. Edellä olen maininnut vain muutamia tunnettuja kasveja ja niiden tiedettyjä vaikutuksia. Puutarhoissa ja puistoissa on satoja erilaisia kasveja jotka omilla ominaisuuksillaan vaikuttavat ympäristöömme ja meihin ihmisiin. Kukista ja kasveista puhuttaessa ei sovi unohtaa myöskään enkeleitä, jotka liittyvät hyvin tähän samaan meitä elähdyttävän energian aiheeseen. ●

*Tämän vuoksi
meiltä odotetaan niin paljon*

*Tarvitaan
vähän kummallisia ihmisiä.
Tarvitaan meitä,
jotka emme heti ole sinut
elämän kanssa.*

*Meitä odottavat ne tehtävät,
jotka muut iloisesti jättävät tekemättä
elämää eläessään.*

*Koska tiedon täytyy
ensin levitä siiviksi,
ajatuksen silkkilangaksi
kehrääntyä.
Koska rakkauden on noustava aurinkona
kaikkien puutarhojen yli.
– Meillä on niitä unia, niitä unia
niin paljon.*

Tuula Uusitalo

Kun ajatuksiaan lähtee virittelemään, on helppo alkaa muinaisesta Kreikasta. Siellä ovat nykyisen länsimaisen ajattelun juuret, siellä on tuttuja vanhoja tarinoita, myyttejä, jotka ovat kiertäneet eri aikakausina ja tuntuvat sisältävän jotain ymmärrettävää, mutta vetävät kuitenkin maton alta, jos niitä ajattelee ilman henkisen tien antamaa lisäperspektiiviä. Vaikka tarinat ovat vanhoja, ne ovat säilyneet muun muassa näytelmissä ja kerrotut edelleen jotain ihmisen henkisestä tiestä ja sen mysteereistä.

Se, että mysteerit on kätkeyty näytelmiin, antaa sellaisen näköalan ihmiselämään, että siinäkin on kyse tapahtumasarjasta, jonka takana on "kirjoittaja", "ohjaaja" ym. Toisin sanoen yksilön ja ihmiskunnan kehitystä eteenpäin vieviä voimia kuten Jumala ja Ikuinen Itse – joita emme ehkä huomaa, koska huomiomme on kiinnittynyt siihen tarinaamme, jonka fyysisissä puitteissa jouddumme suorittamaan karmaamme ja jolla koemme olevan oma juonensa. Ja logiikkansa, johon muun muassa kuuluu oikeudenmukaisuus.

Vielä antiikkiakin vanhemmilta ajoilta – ja ties kuinka pitkälle hamaan tulevaisuuteen – rakkaus on aina yksi pysyvistä aiheista. Se on musiikin, taiteiden ja runouden käyttövoima. Mitä rakkaudesta ajatellaan ja minkälaiset rakkauden muodot milloinkin ovat pinnalla, on vahdellut aikakaudesta toiseen – tajusin tämän, kun aloin pohtia lapsuuteni aikaa ja sen rakkauskäsityksiä. Minkälaisella rakkaudella on mahdollisuuksia nykyajassa, erityisesti siinä pitkälle kehittyneessä henkisessä nykyajassa, joka

ilmenee esimerkiksi silloin kun aikaisemmissa elämissä toisensa tunteneet ihmiset kohtaavat toisensa monien kierrosten jälkeen. Entä mikä on rakkauden suhde rationaalisuuteen ja mikä sen pitäisi olla?

Nämä kaikki kietoutuvat yhteen sen asian kanssa, että jos maailma on yksi, niin miten on mahdollista, että se voidaan ymmärtää niin erilaisilla, jopa ristiriitaisilla tavoilla. Ykseyteen liittyvät mitkä ilmeisimmin näkökulmien moneus, jota on tulkittu esimerkiksi monadiopin avulla. Monadit ovat kuitenkin puhdasta metafysiikkaa, johon en tässä aio puuttua. Nykyajan ihminen tarvitsee konkreetimpaa otetta.

Aivot kantavat tätä konkretiaa. Nehän ovat materiaa, ainetta, mutta sillä lailla järjestynyttä, että se ilmentää nimenomaan ihmisen tajunnallisuutta, hänen luonnettaan ja pyrkimyksiään. Aivojen rakenteesta on opittu jo paljon – muun muassa aivokuvausten ansiosta.

Kirjoittaessani huomasin, että aivotutkimuksen antaman, koko ihmistä koskevan lisäinformaation kautta minun on mahdollista ymmärtää sellaisia asioita, jotka muuten eivät mahtuisi ihmiskuvaani. Huomasin myös, että kahteen aivoja käsittelevään artikkeliini kehkeytyi elementtejä, jotka vastaavat muiden artikkelien sisältöihin. Lopuksi päädyin pohtimaan ihmisen henkistä puolta, joka kokoo nämä moninaiset elementit yhteen.

Samoin kuin viime numerossa pyydän, että kursivoidut kohdat luettaisiin hitaammin miettien sitä missä mahdollisesti on tavannut niitä asioina tai mitkä ne mahdollisesti voisivat merkitä.

Kolmen tien risteyksessä

Myytit ovat tuhansia vuosia vanhoja, ne on aikanaan tehty erilaisilla aivoilla ja tietojärjestelmillä kuin mitä nykyajan ihminen käyttää ja siis erilaisen mieltämiskyvyn kautta. Silti niitä voidaan pitää osana keskustelua, jota käydään vieläkin.

Ihmiset ovat aikojen alusta olleet järjestyneet erilaisiksi suunniksi, joilla on myös omat kehityksiensä ja *vihkimyksensä*, joiden kautta ihmisen tieto lisääntyy. Tavallinen pohdiske-
lija voi nähdä oman elämänsä problematiikka-
sa heijasteita näistä vanhoista kehitysmalleista. Näiden havaitsemisesta voi olla hyötyä, kun yrittää löytää omaa tietään.

Vihkimykset ovat ihmiskunnan vanhasta perinteestä kumpuavia, usein yhteisöllisin ri-

tein merkittyjä henkisiä käännekohtia – tai askelmia, joiden kautta ihminen pääsee tiedon ja osaamisen lisääntyttä seuraavaan kehitysvaiheeseen. Nykyisessä maailmassa ne näkyvät enemmänkin henkisten tai esimerkiksi terveysongelmien voittamisena kuin organisoituina riitteinä. Erilaisia siirtymäriittejä on kuitenkin olemassa ikään kuin malleina joihin verrata. Ihmisen elämänkaaren jaksotus erilaisiin kriisivaiheisiin ja niiden ylittämiseen noudattaa väljästi tätä mallia. Kriisien ratkaiseminen vie eteenpäin sekä yhteisön jäsenenä että omakoh-
taisesti yksilönä.

Myytit ja henkisen tien logiikka

Jos filosofia edustaa (pääasiassa) rationaalista vasenta aivopuoliskoa, niin myytit vastaavat vähemmän rationaaliseen oikeaan aivopuoliskoon ja myös joihinkin hyvin kauan sitten

kehittyneisiin aivokerroksiin – jos saisi viitata yleiseen käsitykseen aivojen toiminnasta. Molemmat kuitenkin käsittelevät sitä yhtä ja ainoata tärkeää asiaa: ihmisen elämää ja kehitystä. (Myös aivojen kuntoon saaminen edellyttää molempien aivopuoliskojen käyttämistä – tämä sivuhuomautuksena.)

Monet sadut, tarinat ja myytit ovat niin vanhoja, että voi olettaa niiden säilyttäneen jotain sellaista tietoa, joka on olemassa kukaties jos-sain alitajunnan syvänteissä, mutta jotka pitäisi avata korkeamman tajunnan kautta, sillä nykyihmisen normaalitajunta ei niitä ota vastaan – luultavasti siksi, että aivot ovat jäsentyneet eri tavalla, eivätkä ole valmiit ottamaan tietoa tällaisen materiaalin kautta.

Henkisen tien ilmiöitä ja niiden sisäistä logiikkaa seurattessani minulla on alkanut vahvistua käsitys siitä, että myytit on alkuaan tarkoitettu kuvaamaan erityyppisiä kehitystilanteita mutta nykyihmisen kannalta oudolla sadunomaisella tavalla. Tilanteiden mallit ovat samat, mutta aika ja yleinen kehitystaso ovat kokonaan erilaiset. Kyse on myös viisauden opettamisesta. Myytit sisälsivät kertomuksen, jonka vaiheita saattoi elää läpi rituaalisena muotona mutta myös tunteen kautta *mysteereissä*.

Niistä on myös kirjoitettu näytelmiä, jolloin tarinat ovat säilyneet. Näytelmät ovatkin eräänlainen myyttisen tiedon varasto – viihdyttämisen varjolla ihmisille voidaan vielä nykyäänkin opettaa henkisen tien problematiikkaa, vaikka sen alkuperä olisikin häivytetty. Taidetta ja näytelmiä ei nykymaailmakaan vieroksu, sillä ne on erotettu taiteen kategoriaan, joka ei vaadi uskomista. Kokemisen mahdollisuutta sen sijaan on voitu siirtää kaukaisesta menneisyydestä nykyisyyteen niiden kautta. Se, että myyttejä käytetään draamojen pohjana, auttaa niiden ymmärtämistä ei-rationaalisella tasolla. Rationaalisuus saa rauhassa vetää torkut teatterin katsomossa tai TV:n ääressä kotisohvalla ja palata sen jälkeen johtoasemaansa.

Muinaisia draamoja esitetään edelleen, sillä ihmiset vaistoavat niihin sisältyvän yleispätevän aineksen. Kertomus kuvaa usein sankaria, joka

tekee virheitä ja joutuu vakaviin vaaroihin, jopa onnettomuuksiin ja kuolemaan. Kertomusten sanomaa ei välttämättä löydä heti, mutta ne vaikuttavat hyvin vanhojen tajunnankerrosten ja vanhakantaisten aivo-osien kautta ja ovat niiden toiminnassa *mielekkäitä*.

Muinaisessa Kreikassa ihminen saattoi tunnistaa myyteistä oman itsensä, jumalien vaikutuksen ja yhteisölliset tabut, joiden rikkomisen vuoksi myyttinen sankari joutui kärsimään. Jumalien vaikutus antoi ihmisille ymmärryksen siitä, että sankari oli johdatuksessa, (vaikka kokikin itsesyytöksiä) ja ettei tarkoitus ollut syyttää ketään, vaan että kertomuksella oli viime kädessä positiivinen sanoma.

Nykyisinkin Elämä itse tuottaa tilanteita, joita ei voida ratkaista pelkällä rationaalisella päättelyllä vaan joista on löydettävä aikakausi-en lävitse kulkeva myyttinen ulottuvuus, joka – tavalla tai toisella – tulee yllättäen elämäämme. Minä, ihminen, keskellä omaa mysteeriani. Jumalallisessa johdatuksessa. Avuttomuuden läpi. Vaikeuksien läpi. Kohti oman itseni suurempaa tuntemista. Kohti suurempia toimintamahdollisuuksia.

Rinnakkaistarina

Eräässä filosofian suunnassa ihminen on määriteltä tarinaa kertovaksi olennoksi *homo narrans*. Ihminen identifioi itsensä siihen tarinaan, jota hän kertoo itsestään ja johon hän lisää jaksoja aika ajoin. Jos on olemassa sopiva myytti, siitä voi tulla ihmisen yksilöllisen tarinan rinnakkaistarina. Oma tarina ja myyttisen sankarin tarina saattavat kohdata useastikin elämänkaaren eri vaiheissa. Henkisellä tiellä tämä on ollut tärkeää. On voitu havaita, ettei ihminen olekaan yksin tiellään vaan että muut ovat kokeneet samanlaisia vaiheita ja ratkaistavia ongelmia, joissa oma luonne punnitaan: menestystä ja menetystä, omantunnon tuskia, oikeamielisyyttä, vääryyksiä jne. – siten että ne kuuluvat kehityskaareen. Ihmiset ovat mieltäneet itsensä saman sankarin toisinoiksi ja saaneet niistä arkkityyppejä ja niitä vastaavia

käyttövälineitä ja käyttövälineiden henkisiä aisteja itselleen.

Arkkityypit ovat nykyihmisen kannalta kak-
sitahoinen asia. Ensiksikin on hyvä tiedostaa ne
jossain määrin ja samalla tuoda niitä eettisen
kontrollin ja rationaalisen ajattelun piiriin –
etteivät niiden alitajuiset vaikutukset korostuisi
väärällä tavalla. Ikivanhoissa henkisissä raken-
teissa ja kokemistavoissa on paljon negatiivista
ja nykyaikaan kelpaamatonta. *Latenteina* ne
voivat kuitenkin olla merkittävä taustavoima
ja kykyjen lähde, ei niitä kokonaan pidä yrittää
poistaa, yleensä se ei edes onnistu kovin hyvin.
Tarvitsee ihminen liskon aivotkin vaikka on jo
kaukana edellä kehityksen tiellä.

Kun ihmisen on aika itsenäistyä henkisesti
tiellään, hänen pitää osata toimia omien ark-
kityyppiensä kanssa: ne eivät saa liikaa mää-
rätä ihmisen ratkaisuja, mutta koska niissä
on voimaa ja oikeatakin tietoa, ihmisen pitää
osata käyttää sitä hyväkseen. Arkkityyppien,
ja myyttisten tarinoiden kautta voi löytyä
hyviäkin pikavalintoja monimutkaisten on-
gelmien ratkaisemiseksi – absoluuttinen to-
tuus ei ehkä löydy sieltä enempää kuin rati-
onaalisesta päättelystä, mutta eteenpäin
voi päästä.

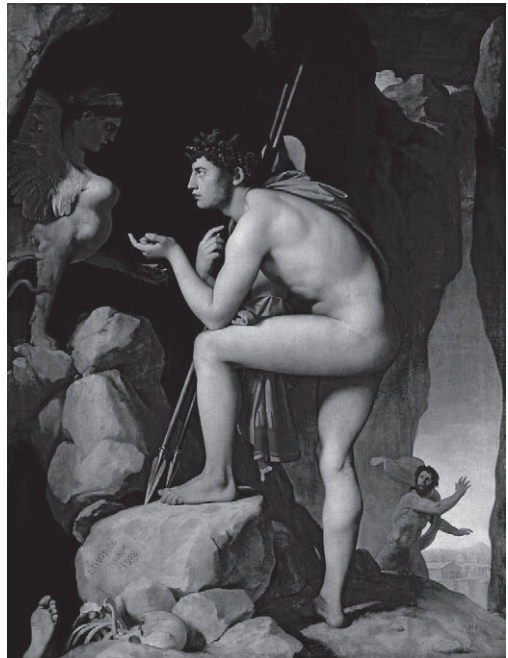
Historia muistuttaa Oidipuksen tarinaa

Eri aikoina myyteistä on saatu erilaisia, kul-
loinkin ajankohtaisia teemoja. Esimerkiksi
1800- ja 1900-lukujen vaihteessa, kun psyko-
logiassa kehitettiin psykoanalyysiä, löydettiin
Oidipuksen tarina, ja **Sigmund Freud** otti siitä
Oidipus-kompleksin merkitsemään psykolo-
gista sukupolviritiriitää. Alettiin puhua sym-
bolisesta isänmurhasta itsenäistymisprosessin
osana. Nyt on henkisempi aika. Oidipuksen
myytistä saattaa löytyä uutta pohdittavaa.

Historia on osoittanut, että aina kun ollaan
ottamassa jotain merkittävää kehitysharppaus-
ta, seurauksena on ollut juuri tämän viimeisen
vaiheen korottaminen ja uuden aatemaailman
näennäinen taistelu vanhempaa aatemaailmaa
vastaan ihmisten mielissä – mikä jollakin ajat-

Oidipus ja Sfinks

Oidipus vapautti Theban kaupungin sitä vai-
vaavasta sfinksistä vastaamalla sen arvoi-
tukseen: "Mikä kulkee aamulla neljällä jalalla,
päivällä kahdella ja illalla kolmella jalalla".
Oikea vastaus kysymykseen oli ihminen: hän
konttaa lapsena, kävelee aikuisena ja käyt-
tää vanhuksena kävelykeppiä. Oidipuksen
oikeasta vastauksesta tyrmistyneenä sfinksi
surmasi itsensä.



Kuvailähde Wikipedia

Oidipus ratkaisee Sfinksin arvoituksen, Jean Auguste Dominique Ingresin maalaus.

telun tasolla saa toisilleen vastakohtaiset *hyvän ja pahan kategorioiden* tunnusmerkit.

Historiasta voi löytää esimerkkejä: vaikkapa ristiretket kristinuskon tuomiseksi Suomeen. Pyhät paikat otettiin uuden uskonnon käyt-
töön, vanhojen jumalien nimistä ja muodois-
ta tuli paholaisen symboleja jne. Uuden opin
nimissä tehtiin aluksi melkein pelkkää pahaa.
Menneisyyden uskonnot sananmukaisesti yri-
tettiin tappaa silloin kielestä, maantieteellisistä
sijainneistaan, ajanlaskusta jne. – Mistä luon-



Löytölapsi Oidipus. Oidipus oli löytölapsi, jonka hänen vanhempansa olivat hylänneet. Nimi Oidipus merkitsee "paksujalkaa" lapsen vammautuneiden nilkkojen vuoksi, mutta nimi voidaan kääntää myös "merestä nostetuksi". Tämä jälkimmäinen tulkinta on siinä mielessä kiinnostava, että se viittaa maailmanluomistarinoihin ja alkusyntyyn.

nollisesti seurasi kristinuskolle negatiivista karmaa sovitettavaksi – siitä ei millään kiemurte- lulla pääse eroon. Kristinuskossa oli kuitenkin ajan kehitysvirike, sen kautta Suomi tuli osaksi suurempia kulttuurivirtauksia – eikä sen jäl- keen ollut enää mahdollista palata vanhaan.

Mm. **Rudolf Steinerilla** oli hiukan saman- lainen tapa tulkita historiaa – viimekädessä henkiset virikkeet ovat tärkeimpiä. Silloin kun pahuutta on mukana, sen oikea asema on toi- mia henkisten virtausten katalysaattorina, he- rättää ihmiset negatiivisuuden kautta. Ihmisen parhaita kykyjä on erotuskyky ja se voimistuu, kun joutuu taistelemaan pahaan vastaan.

Ihmiskunnan historia muistuttaa tältä osin tarinaa Oidipuksesta: taistellaan aiemmin val- linnutta kehitysvaihetta vastaan vaistomaisesti,

sitä edes tunnistamatta tai muuten miettimättä asian eettisiä puolia. Motiivit näyttävät tulevan tiedostetuista konflikteista ja niiden hallinta- pyrkimyksistä, mutta ovat tosiasiaa *tiedosta- mattomia mutta välttämättömiä* kehitysvirike- keitä. Tappeleminen menneisyyttä vastaan vei kohti parempaa elämänmuotoa. Sen takana oli kuitenkin metafyyysisiä henkisiä virtauksia.

Oidipus ajautuu tarinassaan ongelmasta on- gelmaan – niin kuin ihmiskuntakin – mutta ei hän mikään luuseri ole. Isästä selvittyään Oi- dipus kohtaa siis sfinksin ja voittaa sen. Hän myös hallitsee hyvin valtakuntaansa. Silti Oi- dipusta vastassa on entistä pahempi ongelma, Iokaste, jonka kanssa Oidipus solmii avioliiton, saa lapsia ja hallitsee – itse asiassa erinomi- sesti. Oidipus ei vain tiedä, että juuri Iokaste

on hänen äitinsä. Mikä taas johtaa – vaikkakin tahattomasti – yhteisön lakeja rikkovaan tilanteeseen.

Laittoman tilanteen oivaltaminen hämmentää Oidipuksen kokonaan. Se nostaa myös jumalien rangaistuksen hänen ja hänen yhteisönsä päälle, vaikka, huomauttaa, se kaikki oli ennustettu jo etukäteen. Oidipus on ratkaissut elämänsäkaarensa liittyvän ongelman, siirtynyt seuraavaan vaiheeseen niin kuin asiaan kuuluukin, mutta silti jumalat ovat vihaisia, sillä lakeja on rikottu. Voiko tällaista asiaa ennustaa, ja jos voi, niin miksi sellaista pitää ennustaa? Entä mikä jää Oidipuksen itsensä tehtäväksi? Kulkea läpi ja kuolla? Vain henkisytyteen varautumaton ihminen ajattelee niin.

Henkistä ongelmanratkaisua

Kun ihminen istuu teatterin katsomossa tai kotona TV:n ääressä, hän uskoo sen mitä hänelle näytetään – vaikka hän tietäisi sen olevan ”vain” esitystä. Hän ottaa sen vastaan aivosoluillaan, jotka alkavat kopioida sitä ihmisen omiin malleihin. Hän elää läpi sankarin epätietoisuuden siitä miten vaikeudet pitäisi kohdata. Tarinan kuulija / näytelmän katsoja joutuu koetukselle sankarihahmon taistellessa itseään ja kohtaloaan vastaan. Voisivatko jumalat olla epäoikeudenmukaisia? Miksi sankari pakoetaan tilanteeseen, missä hänellä kaiken järjen mukaan ei ole selviytymismahdollisuuksia. Tämäkö on ihmisen tie? Joku ulkopuolinen kohtalo määrää eikä kerro aikeistaan? Miten tällaisesta selvittää?

Vai onko takana kuitenkin jokin hyvänsuopa kehitysvoima? Henkisen tien kulkijana sanoin, että on. Mutta tämän tietoisuuden on tarkoitus aueta vähän kerrallaan, jotta ihmisen pysyisi kokonaisena ja voimistuisi taisteluissaan.

Sfinksin näennäisen ristiriitainen kysymys paljastaa, että kyse on ihmisestä ja ihmiskehitykseen liittyvistä muutoksista. Loput saa initiaatti oivaltaa ja soveltaa elämäänsä.

Kaikkialla maailmassa on pohdittu samoja ongelmia. Jokaisella ihmisellä on vaikeuksia. Jokainen haluaa kuitenkin selvittää niistä ja päästä positiiviselle kaarelleen, oli kyseessä henkisen tien ongelma, vihkimystehtävä tai vaikka sairaus. Tähän selviämistahtoon – sen voimaan ja älykkyyteen – luotetaan, ja sitä sovelletaan. Toisin sanoen ihminen voi virittää ja saattaa toimimaan esimerkiksi halun parantua mielensä ja kehonsa sairauksista sekä muunlaisen ongelmanratkaisukykyänsä. Otetaan ihmisen oman tarinan avuksi rinnakkaistarina, myytti. Tätä on käytetty muinaiskreikkalaisessa psykoterapiassa.

Muinaisessa Kreikassa Epidauroksen suuressa terveydenhoitokeskuksessa myyttisten näytelmien vaikutus koettiin nimenomaan terapeuttisina unina. Tarkoitus oli, että myyttisen näytelmän katsoja näkee unen, joka nostaa piilotetut ongelmat pintaan ja antaa viitteitä eteenpäin. – Ongelmiin päästään käsiksi käyttämällä sopivia henkisiä käyttövälineitä ja vastaavia aivokerroksia.

Vertailun vuoksi: Toinen myyttinen lainrikkoja oli Parsifal, joka ampui pyhän linnun, mutta lopulta hänestä tuli veljeskuntansa pelastaja. Niin oletettavasti kävi myös Oidipukselle, mutta tarinan symboliikka piilottaa sen, kunnes asia omakohtaisesti oivallettuna avautuu. Vielä kurjemman elämän koki Kullervo, joka hänkin vietti lapsuutensa väärässä perheessä ja lopulta päätyi viettelemään sisarensa, jota ei ollut koskaan tuntenut. Lieneekö Kullervokin ollut alkuaan terapeuttinen myytti, jonka viisaudet on täytynyt hakea syvemmistä tajunnan kerroksista? Ehkäpä myös Jobin tarinalla on samanlainen tarkoitus?

Tällaisiin myyttihin kätkeytyy ilmiselvä *koan* – toisin sanoen ne muistuttavat zen-buddhalaisuudessa käytettyjä paradoksaalisia tarinoita, joiden henkinen ratkaisu tuo initiaatille valaistuksen.

Kun luulee, että
nyt on voitettu ja
kaikki on hyvin,
pitää varustautua
tekemään lujasti
työtä edellytyksien
saamiseksi sille, että
asiat todella voisivat
olla hyvin.

Aung San Suu Kyi

Valaistus tulee vasta, kun ajattelun tie on estetty. Zen estää sen. Silloin aiempi vähäisempi tieto katoaa. Se on kuin tyhmä mies, jolla on unelma. Hän tietää minkälainen, mutta ei pysty kertomaan sitä. Koanista Joshun koira

Vaikka ajatteleva on tärkeintä mitä ihminen voi tehdä, sen heikkoutena on usein urautuminen ja pitäytyminen vanhoissa asenteissa. Se tarvitsee aika ajoin sykäyksiä, jotka pakottavat sen uusiutumaan. Tarina voi kertoa yhden, näennäisesti yhteneväisen tason ja tapahtumasarjan, mutta oikeanlainen, tervehdyttävä myytti jättää ratkaistavia kysymyksiä. Elämä itse on koan.

Enää ei riitä, että ajattelemme itsestäänselvyyksien kautta – tai samaistamme itsemme johonkin valmiiseen kuvitelmaan. Sen sijaan ”pelastumme” toisin sanoen läpäisemme kokeen, jos annamme taustalla olevan moniulotteisen todellisuuden tuottaa olemassaolomme lisäulottuvuuksia. On mahdollisuus kätkeä vähäksi aikaa se tieto, joka meillä jo on, ja katsoa itseämme ja olemassaoloamme avoimin silmin.

Silloin uuden tiedon säde pyyhkäisee ylitsemme ja antaa taas osviittaa eteenpäin.

Sfinksi ja tajunnallinen nyt-hetki

Oidipuksen tappelunnujakka tuntemattoman oikean isänsä kanssa tapahtuu näytelmäkirjailija Sofokleen mukaan *Kolmen tien risteyksessä*. Tarinoiden ja näytelmien koulimalle arkaaiselle maagis-myyttiselle tajunnan kerroksilleni suomalaisestakin kansanperinteestä tuttu *Kolmen tien risteys* vihjaa, että Oidipuksen tarina kertoo symbolisesti mysteeristä, arkkityypisistä vihkimystapahtumasta, joka johtaa kehityksen seuraavaan vaiheeseen. – Voisin sanoa, että numero kolme on kaikkien myyttien ja henkisten salaisuuksien äiti, sillä totunnaisesti ihmisen ajattelu noudattaa kaksiarvoista on/ei -logikkaa, jonka rajoituksista meidän pitää nyt päästä eteenpäin.

Mukana on sfinksi, pelottava eläinihminen, ennustuksia – ja myös jumalat puuttuvat asiaan. Lisäksi mukana on Teiresias, monen muunkin myytin sokea tietäjä. Teiresiasa on miehen ja naisen ominaisuuksia ja sikäli hän muistuttaa shamaaneja, jotka pukeutuvat naisiksi voidakseen toimia maailmankaikkeuden eri osien välittäjänä. Teiresias on siis ylittänyt sukupuolten rajat ja edustaa siten hänen ”kolmatta tietä”. Kolmen tien risteys viittaa kreikkalaisessa perinteessä kaikessa salaperäisyydessään myös tuonpuoleiseen. Teiresias edustaa salaista tietoa elämästä ja kuolemasta, ajattelen, että hän on myös vihkijä, hierofantti siinä missä Oidipus on initiaatti, vihkimyksen ottaja. – Kokonaisuus on silloin monen asian tulos, moniulotteinen, myös tulkinnallisesti moneen suuntaan venyvä mysteeri.

Myyttien *Kolmen tien risteys* tuo ihmisen tajunnalliseen *nyt-hetkeen* uudenlaisen sanoman: on mahdollista juuri nyt olemassa olevien haasteiden pohjalta löytää uusi ymmärrys, korkeampi taso, risteyskolmas tie, ennalta määrätty mutta samalla ennalta arvaamaton ja samalla positiivisempi kuin aiemmat. Kolmen tien risteyksessä voidaan voittaa kuolema de-

moneineen tai ainakin päästä paratiisimaisen Elysioniin tekemällä valintoja. – Peritty negatiivisuus siis kuolee ja Oidipus saavuttaa sillä erää itsehallinnan.

Sfinksin kysymys viittaa ihmisen kehityskaa-reen, sen voi ymmärtää kehityksen metaforana. Vaikka ei oman elämänsä mysteeriä kokonaan pystyisikään tajuamaan – sitä kautta päästään kuitenkin seuraavaan kehitysvaiheeseen. Joten ymmärtämisestä on alettava.

Taistelu menneisyyden kanssa

Kun katselee historiaa taaksepäin, voi nähdä kuinka jokaisen menestystarinan takana on ollut synkkä puolensa – jälkikäteen katsottuna se vielä korostuu, sillä ihmiskunnan etiikka on kehittynyt. Tarinan henkinen juoni kulkee kuitenkin hyvyyden lisääntymisessä, minkä valossa menneisyyttäkin on katsottava. Ihmisen on pyydettävä anteeksi ja sovitettava menneisyyden kauheuksia vaipumatta niiden mukanaan tuomaan epätoivoon.

Silloin, kun olemme tilanteen keskellä, oman omantuntonne ja ratkaisujemme varassa, olemme hyvin usein (itsellemme/yhteisöllemme, tilanteesta riippuen) uuden, vasta esiin nousevan kehitysvaiheen puolella. Se tuntuu niin paljon oikeammalta kuin oikeassa olemisestaan väkisin kiinnipitävä ”vanha valta”, jolle alamme vaistomaisesti lastata pahuuden tunnusmerkkejä päästäksemme varmasti sen ylitse. Kiihkeys liittyy muutosvaiheeseen ja usein myös ”vanha valta” pitää kiihkeästi kiinni omasta oikeassa olemisestaan. Voi olla, että jossain vaiheessa osatkin vaihtuvat. Nuorista radikaaleista tulee vannoutuneita konservatiiveja, kuten on havaittu. Näillä yllättävillä muutoksilla on vastineensa ihmisen aivotoinnassakin, jota käsittelemme artikkelissa *Aivot ja ihmisen kaksi luonnetta*.

Tuijotamme kuitenkin kahtiajakoisessa ajattelussamme todennäköisesti väärää puuta. Tuijotamme sormeaa, joka osoittaa kuuta, niin kuin zeniläisyydessä varoitetaan. Viimeistään silloin kun päästään korkeammille tasoille pitää alkaa

nähdä elämää laajempänä kokonaisuutena.

Ajan kanssa on hyväksyttävä se ymmärrys, että uusi johon olemme menossa samoin kuin vanha, josta olemme poistumassa, ovat ainoastaan tiettyjä ihmisen ja ihmiskunnan kehitysvaiheita, jotka joskus korvataan taas uudemmilla uusine ideoineen. Kun päästään maaelämän päätepiisteeseen, maaplaneettavihkimykseen, kaikki positiivinen kootaan yhteen ja ymmärretään katsomalla tästä lopputilanteesta alkuun päin. Se, mikä on ajallisessa jatkumossa ollut epäloogista ja käsittämätöntä, saa silloin merkityksensä ja logiikkansa. Sen jälkeen alkaa uusi matka kohti uusia seikkailuja... kohti uusia tehtäviä jne. Uusia kertomuksia ratkaistavine salaisuuksineen. Uusia paranemisia niistä totuuksista, jotka ovat lakanneet viemästä ihmisiä eteenpäin.

Kun siis ymmärretään tulevaisuuden positiivisuus ja monipuolisuus, voidaan katsoa myös kauemmas menneisyyteen ja ymmärtää, että sielläkin on paljon hyvää ja vieläkin enemmän hyvän raaka-aineita, joilla kaikilla on paikkansa ihmisten elämässä ja kehityksessä.

Vastakohdat kokonaisuuden osina

Kaikki se mitä taistelujen merkkiaamasta historiallisesta jatkumosta voimme kerralla tiedostaa, on se, että keskenään taistelevat vastakohdat voidaan nähdä suuremman kokonaisuuden pieninä vaikkakin merkityksellisinä osatekijöinä. Niiden tärkeimmät motiivit ja johtoaiheet ovat syvällä pinnan ala- ja yläpuolella, menneisyydessä ja tulevaisuudessa tai muissa ulottuvuuksissa – siellä missä vastakohdat muodostavat yhteistä kokonaisuutta vaikkakin ne näyttäytyvät aluksi ristiriitoina tajunnassamme.

Ristiriita vaatii valintaa. Se luo ”joko-tai”, ”taistele-tai-pakene” -tilanteen. Vanha vai uusi? Rakkaus vai järki? Perusvalinta on hyvä pahaa vastaan. Mutta aina on vastassa kysymys siitä miten sitä sovelletaan todelliseen elämään? Vastakohtia hahmotettaessa peruskysymys kuuluu: kumpi on hyvä, kumpi paha? Silloin ih-

minen on kuin teatteriesitystä seuraava lapsi, joka koko ajan haluaa tietää, mitkä näytelmän henkilöt ovat hyviä mitkä pahoja. Vastakohtaparit vetoavat loogiseen aistiimme, mutta hyvienkin perusteluiden valossa näkee vain sen, mihin valo osoittaa.

Esimerkiksi voi ottaa kaskun juoposta, joka yömyöhällä etsii avaintaan katulyhdyn alta. Tulee toinen juoppo, joka kysyy, ”O-oletko varma, että pudotit avaimen juuri tähän paikkaan?” Jolloin ensimmäinen vastaa: ”En ole, mutta tästä näkee etsiä!” Toinen juoppo lähtee toisen lyhdyn alle: ”Täällä näkee vielä paremmin.” – Löytääköhän kumpikaan heistä mitään? Tai jos löytävät, niin jotain kokonaan muuta kuin mitä ovat etsimässä.

Joskus joudumme todellisiin ongelmiin. Kun lähdemme yhdenlaisista perusteluista, saamme päinvastaisen tuloksen kuin toisista, ihmiselle yhtä tärkeistä perusteista. Hyvä ja paha saatavat vaihtaa paikkaa näkökulman mukaan: syntyy paradoksi, *koan*. Olemme taas Kolmen tien risteyksessä.

Kun henkisellä tiellä tulee ongelmia juuri silloin kun luulee jotain oppineensa tai saavuttaneensa, voi muistaa Oidipuksen myyttiä ja ymmärtää olevansa *Kolmen tien risteyksessä*: silloin henkisellä puolella testataan, pystyykö henkinen initiaatti löytämään vihkimystiellään sen ratkaisun, joka vie juuri häntä eteenpäin kohti oman valtakuntansa hallintaa. Pääseekö irti asiaan liittyvästä negatiivisesta menneisyydestään, ratkaiseeko hän arvoitukset, hoitaako asiat hyvin, sovittaako jumalien vihaa synnyttävän, kenties vieläkin vanhemman karman, löytääkö sisäisen Itsensä? Henkisen tien kuljijalla on kaikki tämä huolenaiheenaan ja tavoitteenaan. Mutta hänellä on takanaan myös pitkä kehitys ja sen mukanaan tuomaa viisautta, kykyä selviytyä kaikesta. Jos ei muuten, niin ajan kanssa.

Kun filosofiset keskustelut käydään järjen tasolla, tiettyjen kategorioiden puitteissa, myytit antavat niille lisän, jossa kategoriat ohittava viisaus ja suora yhteys todellisuuteen antavat lisäulottuvuuksia ja uusia mahdollisuuksia.

Vihkimyksissä paradoksit aukeavat ja syntyy uusia perusteita, joista voi jatkaa eteenpäin. **Aung San Suu Kyin** vastaus Myanmarin tilanteesta kyseleville toimittajille kertoo viisauden: *Silloin kun luulee, että nyt on voitettu ja kaikki on hyvin, pitää varustautua tekemään lujasti työtä edellytyksien saamiseksi sille, että asiat todella voisivat olla hyvin.* ●

Diotiman tikapuut

vai ystävyysden portaat?

Jälleensyntymän suuressa jatkumossa ihmiset ovat tärkeitä toisilleen jälleensyntymien, menneissä elämissä tapahtuneiden avioliittojen, ystävyyksien, yhteisten tehtävien ja niitä suorittavien henkisten yhteisöjen kautta. Edellisistä elämistä siirtyneet suhteet – tai oikeastaan niiden heijastumat – ovat tärkeitä myös niille yhteisöille, joissa nämä ihmiset milloinkin ovat mukana. Rakkaus eri muotoineen on ihmeellinen voima, mutta ystävyys voisi olla enemmän esillä.

Kun niin monet ihmiset aikaisemmista elämistä tulevat uudelleen kohdalle, niin on jollakin tavoin selvittävä rakkauden kanssa. Sitä tulvii ihmissuhteiden kautta ja sillä on vaarana muuttua myös vihaksi, ellei se ole harmonisoitunut. Rakkaus on ikään kuin hajonnut spektrin eri väreiksi. Rakkauteen liittyy sekä turvallisuus että jännittävyys, uskollisuus ja flirttailu tuntemattomien kanssa, jatkuvuus samoin kuin yllättävyyskin.

”Se mitä jää ylitse” on tärkeää luonnonvoimissa. Seksuaalisuudessa on sama piirre. Platoninen rakkaus on tarpeen, jotta nämä jäänösenergiat pääsevät käyttöön. Se mitä jää ylitse sen varsinaisesta suvunjatkamistavästä on kaiken kulttuurin ja uskonnollisuudenkin avain. Kun Kristus-rakkaus laskeutuu kaikkein korkeimmilta tasoilta näiden päälle ja sisään, ihminen – henkisen Tien

Se oli rakkautta ensi silmäyksellä ja kesti kokonaisen päivän.

kulkija – voi löytää tavan ilmentää korkeinta ihmisyyttään.

Platoninen rakkaus

Unenpuoleni ottaa kantaa siihen mitä mietin, myös kirjoitusaiheisiini. Yleensä en muista uniani, mutta tiedostan unenpuolen vaikutuksen. Joskus myös muistan unen ja ymmärrän sen välittämän kommentin, niin kuin tällä kertaa, tänä aamuna:

Olin vanhassa sokkeloisessa talossa. Omassani. Se oli puinen, kaksikerroksinen ja valoisa, pääosin vaalean sinisellä maalattu. Olin siellä piilossa, enkä halunnut, että minut löydettäisiin. Ajattelin, että minua ei ymmärrettäisi, arvioitaisiin väärin. Asetuin porrastasanteelle pitkälleni ikkunan eteen. Olin tasan ylä- ja alakerran välillä. Ikkuna oli mattalasia, siitä ei näkynyt lävitse. Kuulin, että ulkopuolella liikkui ihmisiä, ja olin aivan hiljaa. Sen talon merkitys oli platoninen rakkaus. Olen nuorena nähnyt ja kokenutkin platonista rakkautta, sen välikerroksia ja myöhemmin törmännyt siihen, että koko asiaa ei enää ymmärretä eikä pidetä huomionarvoisena.

Platon pelkisti rakkauden ideansa *Diotiman tikapuihin*, joissa yksilön kauneuden ja viisauden rakastaminen vähitellen kehittyi ja kehityksessään nousee yleismaailmalliselle ideatasolle, viisauden ja kauneuden ideoiden rakastamiseen. Alkuperäinen rakkauden kohde, se kaunis ja viisas ihminen, on siinä tämän kehityksen käynnistäjä, voitaisiin sanoa katalysaattori. Tai näin jälkimaailma on asian ymmärtänyt.

Todellisessa elämässä Platonin hahmottelemia Diotiman tikapuita ei kuitenkaan kiiverä vain ylöspäin vaan vuoroin ylöspäin ja alaspäin. Edestakaisin. Ja myös sivusuuntaan – otta-

malla huomioon aivan toisenlaisiakin asioita. Ja jos mahdollista, eri askelmilla myös viisautaan, eri kerroksissa, eri tasoilla. Ja opitaan myös ystävyyttä.

Taipumus platoniseen rakkauteen saattaa olla perinnöllistä, ainakin omilla vanhemmillani oli siihen taipumusta.

Isäni rakkaus filosofi Raili Kauppiin oli ujoa, platonisen rakkauden klassikkolaatua. Raili Kauppi oli vanhan koulun tiedenainen, joka omistautui täysin tieteelleen. – Myös äidilläni oli platonisia rakkaussuhteita, vaikkakin niitä lapsena ymmärtänytään.

Olen itse 16-vuotiaana kokenut rakkauden leimahduksen. Se oli puhtaasti platoninen, pelkkään kauneuteen perustunut, ei mihinkään muuhun. Se oli rakkautta ensi silmäyksellä ja kesti kokonaisen päivän. Jokin mystinen suurenuslasi näytti erään ikäiseni tytön ylimaallisen kauniina – mitä hän kuitenkin oli lähinnä minun sen hetken tajunnassani. Mikä tämän illuusion aiheutti, ei ole vielääkään tiedossani, mutta se tunkeutui tietoisuuteeni rakkauden *kaiken voittavilla* tunnuksilla.

Se ei ollut ystävyyttä, koska ystävyys liittyy olennaisesti siihen, että tuntee toisen ja luottaa häneen. Itse asiassa se rikkoi ystävyysideaa vastaan, sillä pyysin tätä näkökenttäni yllättäen haltuunsa ottanutta, jumalallista kauneutta ilmentävää ihmistä rikkomaan pitkäaikaiselle ystävälleen antamansa lupauksen – näennäisesti pienen, mutta kuitenkin. Säikähdin syntyneyttä tilannetta tajuttuani tehneeni väärin, ja samalla myös kauneuden illuusio haihtui yhtäkkiä.

Tämä platoninen rakkaus ei ehtinyt siis syventyä tai latistua mihinkään suuntaan, sen vaikutus oli aivan erilainen, se synnytti eräänlaisen periaatteellisen kiellon: älä tee omalla rakkauttasi haistaa toisen ihmisen ihmissuhteille.



Dante ja Beatrice. Jumalaisessa näytelmässä Beatrice vei kirjailija Danten kaikkein korkeimmille tasoille. Maalaus John William Waterhouse (1849–1917)

Olen myöhemminkin kokenut erilaisia kauneus-rakkauden ja jopa kauneus-viisaus-rakkauden leimahduksia, mutta elämä ei ole antanut niille mahdollisuuksia kestää kuin vain vähän aikaa.

Tällaisia tapauksia on muun muassa kirjallisuuden historiassa. **Dante** tapasi **Beatricen** vain kerran – ollessaan yhdeksänvuotias, ja kenties kerran joskus myöhemmin. **Petrarca** juuri ja juuri tuns **Lauran**, jolle omisti sonettinsa. Näin ainakin tarinat kertovat. Yksipuolinen etärakkaus on platoniselle rakkaudelle ominainen optio ja suuri inspiraation lähde taiteilijoille, jotka sellaista tarvitsevat.

Mitä on tapahtunut?

Platonisesta rakkaudesta puhuttiin vielä 1950-luvulla. Mitä on tapahtunut tällä välillä ja onko se kuinka fataalia?

Se mitä yhteiskunnassa tapahtui 1960-luvulla, oli seksuaalinen vapautuminen ehkäisy pillereiden ansiosta, se vei pitkäksi aikaa ihmisten mielenkiinnon uutena mullistavana asiana. Platoniselle rakkaudelle ei ollut samantilaista tarvetta kuin aikaisemmin. Kyse oli myös naisen oikeuksista, mikä on ollut tarpeellinen kehitysvaihe koko ihmiskunnan kehityksen

kannalta. Sen jälkeen on seurannut homoseksuaalien oikeuksien käsitteleminen, mikä puolestaan on vienyt viime vuosikymmeninä yleisen mielenkiinnon, oikeudet kun on pitänyt saada voimaan yhteiskuntien eri tasoilla.

Tämä kehitysvaihe on puolestaan aiheuttanut kahtiajaon, jonka puitteissa ihmiset ovat alkaneet etsiä identiteettiään, ”tulla kaapista” jne. Onko hetero vai homo? Kumpaan lajiin tai yhteisöön kuuluu? Nykyiseen ajatteluun näyttää sopivan se, että tärkein osa identiteetistä etsitään seksuaalisesta suuntautumisesta. Silloin ollaan tekemisissä paitsi yhteiskunnan asennoitumisen myös yksilön sisäisen etsinnän kanssa ja ohjataan se valmiisiin puitteisiin.

Identiteetin etsintä on jämähtänyt tähän, koska muutakaan ei ole ollut näköpiirissä – ainakaan yhtä vahvasti. Identiteetin etsintä seksuaalisen suuntautumisen kautta on peittänyt näköalaa siltä, että vielä muutama vuosikymmen sitten platoninen rakkaus oli erittäin tavallinen rakkauden muoto – joka kulki pääasiassa ystävyyden tai etäisen ihailun tunnuksilla, mutta joka saattoi sisältää myös voimakkaita tunteita ja filosofisia ulottuvuuksia – vähän eri lailla eri ihmisillä. Tilalle siis tuli maallisempia seksuaalisia – mutta myös



Petrarca kirjoitti maailmankuulut sonettinsa Lauralle. Kummatkin olivat naimisissa tahollaan.

kehittyneempiä henkisiä rakkauden muotoja, kuten Kristus-rakkaus, henkisen tien korkein rakkaus.

Integraalipsykologian mukainen ajatus on, että ennen kuin voi onnistua korkeimmassa, eli Kristus-rakkaudessa, tulee ”alempien” rak-

kauden laatujen olla kunnossa. Tarkoitan kunnossa olemisella sitä, että niiden käyttövälineet, niihin tilannekohtaisesti liittyvä tunne-elämä samoin kuin elämänvalinnat toimivat harmonisesti ihmiskokonaisuuden hyväksi. Että niiden varjolla ei tehdä pahaa. Tai että niitä ei turhan päiten torjuta.

Paljon vaadittu, mutta vaatimuksiahan elämä asettaa. Ja ellei ihminen huomaa lähteä mukaan näihin elämän tuomiin vaatimuksiin, niin kohtalo hoitaa sen asian omalla tavallaan. Voimme kuvitella, kuinka maailma ihmissuhteineen rikastuisi ja monipuolistuisi eritasoisten rakkauksien kautta, mutta yhtäkkisenä muutoksena ne aiheuttaisivat mylläkän, joka myös murtaisi yhteiskunnan sääntöjä ja aiheuttaisi hankaluuksia ihmisten mielissä, sillä eettisiä rajoja pitäisi määritellä uudelleen niin paljon kuin mahdollista. Tällainen mylläkki tapahtui 1960-luvulla, mutta osa sen vaikutuksista on jo haalistunut.

Eri käyttövälineisiin liittyviä rakkauden muotoja pitäisi kuitenkin jossain määrin saada toimiviksi, jotta myös korkeimmat rakkauden muodot pääsisivät kukoistamaan. Kristus-rakkauden edellytyksenä – nykyaikana – näyttäisi olevan myös erilaisten rakkaus-kategorioiden muokkaaminen ystävyyttä suosiviksi.

Historiallisia ihanteita ja niiden heijasteita

Ihmiskunnan kehityksen aikana rakkautta on idealisoitu monella muullakin tavalla. Kristillisten mystikoiden ideaalirakkaus on Kristuksen ja Kristuksen morsiamen välinen rakkaus – myös kollektiivisesti, seurakunnan ollessa ”morsian”. Morsiusmystiikkaa on harrastettu myös intialaisessa rakkauden joogassa.

Myös aviorakkauden on katsottu olevan tämän ”Kristus ja seurakunta”-rakkausihanteen muunnelma, se mainitaan edelleen englantilaisessa vihkikaavassa.

Selibaatin omaksuneet sääntökunnat pyrkivät kasvattamaan itsensä vain Jumalan rakkauteen ja lähimmäisenrakkauteen, ja vaikkei-

vät monetkaan tämän ihanteen omaksuneet pystyneet sitä noudattamaan, he kuitenkin kehittivät itselleen näihin päämääriin sopivia käyttövälineitä.

Keskiajan hovielämä kehitti toisenlaista rakkauden ihannetta. Ritareilla ja kiertelevillä trubaduureilla ei ollut mahdollisuutta normaaliin perhe-elämään. Linnanherra elätti heidät, ja heidän osansa hovihierarkiassa oli ihailla ja rakastaa etäältä aatelisnaista, linnanherran rouvaa. Rakkauden linnanrouvaa kohtaan piti olla aitoa, sen piti myös tuottaa tuskaa, niin kummalliselta kuin se kuulostaakin. Siitä tuli yksi rakkauden malli muiden joukossa – eräänlainen maallistettu versio Neitsyt Mariaan kohdistuvasta rakkaudesta, joka myös oli keskiajan ihanteita. Suomi-iskelmä *Oon köyhä laulaja mä vain*, on tällaisen trubaduurirakkauden perillinen.

Rakkaus inspiroi silloin urotekoihin, esimerkiksi voittamaan turnajaiset. Tai trubaduureilla lauluun ja runouteen. Kyse oli siis sublimaatista, voitaisiin sanoa. Varsinaiseen lihallisen rakkauteen ei annettu mahdollisuutta. Linnanherran reviirille ei ollut lupa tulla.

Kuinka onnistunutta tällainen organisoitu rakkauden sublimointi käytännössä oli, onkin eri juttu, mutta huomion arvoinen, sillä sen karmojen ja jälleensyntymän kautta nyky aikaan siirtyneitä – usein tiedostamattoman tajunnan osan – malleja joudutaan sovittamaan myös nykyajan raameihin. Muun muassa siksi, että näidenkin suuntien seuraajia elää jälleensyntyneinä joukossamme.

Kun ihminen jälleensyntyy, hän ei suinkaan synny yksinäisenä universuminkiertäjänä vaan kokonaiset yhteisöt saattavat jälleensyntyä yhtä aikaa ja tuoda mukanaan aikaisemmin omaksumiaan rakkauden malleja. Voi vain ihmetellä minkälainen sekamelska syntyy, kun maaplaneetalla suoritettavan vihkimystien päätösvaiheessa olevat ihmiset kohtaavat toisensa erilaisten historiallisten ihmissuhdemallien kohdassa ja sekoituessa.

Henkisellä tiellä ihmiset alkavat aluksi vaitomaisesti noudattaa vanhoja henkisen tien ih-

missuhdemalleja – tavallisempien rakkausmallien lisäksi myös guruja palvomista, jonkinlaista rakkautta sekin on. Siitä voi olla hyötyäkin jos palvonnan kohteet ovat viisaita, mutta vähitellen oma kehitystie johtaa kuitenkin henkiseen itsenäisyyteen. Se on *ihmisen kehityslaki*.

Tarvitaan todellakin luonteen jalostamista ja selväjärgistä positiivista ajattelua, että selviää yhteisen menneisyyden eri kulttuureista ja ihanteista lähtöisin olevasta rakkaussuhdekaaoksesta. Että saa siihen harmoniaa ja järkeä. Siis myös rationaalisuutta.

Ihmiskunnan nykyisen kehitysvaiheen pääväylänä ei toimi enää suljettu munkin tai nunnan tie, joka kohdistaa koko elämänsä ja rak-

pätevää syytä – niin kategorioista tulee ajattelun ja osin tunteidenkin perusta.

Kategoriat puolestaan ovat vuorovaikutuksessa ihmisen *henkisten aistien* ja yleensä eri *käyttövälineisiin* liittyvien *aistien* kanssa. Kategoriaa ei voi olla, ellei ihminen pysty aistimaan siihen liittyviä asioita. Henkiset aistit puolestaan auttavat muodostamaan kategorioita todellisuutta vastaaviksi.

Kun korkeatasoinen rakkaus, kuten ihmistä elävöittävä Kristus-rakkaus, *kuvaautuu* ihmisen kulloinkin käyttämiin kategorioihin ja ilmenee niiden kautta, saattaa tapahtua virheitä, etenkin jos ei ole tilanteeseen sopivaa, riittävän monivivahteista kategoriasysteemiä. Virheitä tapahtuu usein ystävyyskohdalla ilman että sitä edes huomaa.

Ystävyyttä pidetään jollakin tavoin itseltään selvänä, sen näkee siitä, että esimerkiksi taiteessa, viihteessä, moraalisissa ja uskonnossa koko ajan käydään keskusteluja rakkaudesta – rakkaus on nostettu jopa Jumalaksi – mutta nykyaikana ystävyyttä ei käsitellä juuri lainkaan tärkeänä mahdollisuutena vaan ainoastaan sellaisena, jonka on jätävä taka-alalle, kun rakkaus iskee.

Kun ihminen löytää rakkauden, katsotaan yleisesti, että silloin ystävyudet jäävät toisarvoisiksi ja rakkaudesta tulee kaikki kaikessa. Siitä huolimatta, että ihminen ei voi rajoittaa tunne- ym. maailmaansa vain ”siihen ainoaan oikeaan”. Rakkaus ikään kuin oikeuttaa mustasukkaisuuden ja muiden ihmisten torjumisen. Rakkaus odottaa tunteen vastavuoroisuutta ja intohimoa. Johonkin raja saakka se on mielekästä, mutta tässä tulee vastaan eettinen raja, jonka kohdalla käyttäytymistavat ja vaatimukset pitää arvioida uudelleen.

Ystävyys on tärkeä yhteisyyden muoto. Ellei ole ystävyyttä, tavallinen sosiaalinen elämä hyvänäpäiväntutustuineen on köyhää ja kuihduttavaa. Ystävyys ei ole kaikki voittavan rakkauden korvike tai sen heikompi muoto, vaan oma ihmissuhdelajinsa, jolla on väljemmät reunuehdot kuin rakkaudella – vaikka sen tunnekskaalassa olisikin rakkauden piirteitä. Ystävyys

Hyvä ystävyys kestää jopa vuosia kestävän eron.

kautensa Jumalaan tai Jumalan edustajaan päällä. Jumala on kehityksen taustavoima ja korkein osa ihmistä, muttei enää tunteiden ja palvonnan *objekti* tai sääntöjen noudattamista vaativa määrääjä. (Siitä huolimatta, että uskonnollisia suuntia on niin monenlaisia: jokaiselle jotakin -periaatteella.) Paremmin Jumala on se olemus mistä korkeammat tunteet ja sisäiset kehitysmuutokset vuotavat ihmisen tietoisuuteen. Toki sellainen herättää myös rakkautta.

Ystävyystestä

Todellisuus on mystinen tosiolevainen mutta ihminen tajuaa ja myös muokkaa sen ilmene-mismuotoja kategorioidensa kautta. Päätetään, että ne ja ne asiat kuuluvat samaan kategoriaan ja toiset eivät. Eikä siitä sitten poiketa ilman

antaa lisää mahdollisuuksia henkiselle kehitykselle ja vihkimysten suorittamiselle. Ystävyys on välttämätöntä, jotta mahdollisimman suuri määrä entisiä ihmissuhteita löytäisi sopivan ilmiänsun ja kehitysmahdollisuudet.

Ystävyys on jo periaatteessakin ”sukupuolineutraalia”, mikä aiheuttaa epäluuloja nykyisessä kielenkäytöltään ja kategorioiltaan sukupuolia korostavassa maailmassa. Ystävyysdesä ihmisen sukupuoli ei vie koko elämisen kenttää itselleen, periaatteessa. Puhdas ystävyys on jäänyt keskustelun ulkopuolelle, eikä se silloin kehity vaan taantuu arvonannon puutteessa. Jos rakastavaiset kätkevät suhteensa ja väittävät olevansa ”vain” ystäviä, se vie alas päin käsitystä ystävydestä ja luo sen ympärille epärehellisyyden auraa. Kun toisaalta avioliittoon tai muuhun rakkaussuhteeseen kasvaa ystävyys elementti, siitä tulee ihmissuhteena suojatumpi ja ymmärtävämpi.

Ystävyys ja jälleensyntymä

Kun aikaisempien elämien ystävyksien, rakkauksien, ym. ihmissuhteiden koko kirjo tulee vastaan kehityksen tiellä, jokaisella on paljon selvitettävää erilaisissa menneisyyden ihmissuhteiden ongelmissa. Näitä kaikkia rakkauden laatuja saattaa olla ihmisen *toisessa puolessa* latenttina ja ne saattavat purskahtaa esiin karmojensa kanssa, jos kohdalle tulee ihmisiä, joiden kanssa on ollut yhteyksissä aiemmissa elämissään.

Niiden perimmäinen tarkoitus on rikastaa elämää ja ihmiskunnan tunnemaailmaa, mutta niiden ongelma on, että ihmisyhteisöt elävät tiukasti ”nykyaikaa” tämän hetken kategorioineen, joihin on vaikea sijoittaa sellaista, mikä liikkuu niiden ulkopuolella tai välimuotoina.

Kun esimerkiksi naisen ja miehen välinen ystävyys sekoitetaan tai pakotetaan nyky-yh-

teiskunnan omaksumien kategoria-arvojen mukaiseen eros-rakkauteen, silloin kategorioidaan myös ystävyydelle eros-rakkauden ominaisuudet ja ristiriidat, mikä ei olisi tarpeen, jos ystävyydellä omana laatunaan olisi enemmän mahdollisuuksia ja tilaa yhteiskunnassa. Samoin tapahtuu, jos samaa sukupuolta olevien välinen ystävyys kategorioidaan homoseksuaalisuudeksi jne.

Todellisuus joka voisi olla vapaa, aidataan valmiisiin muotoihin ja *tulkitaan* hyvän ja pahan *eettisten perusvastakohtien* kautta. Mikä puolestaan on sangen altis virheille. Tämä sekoittaminen siis tapahtuu pääasiassa jäyk-

kien kategorioiden kautta.

Henkisen tien puitteissa on kuitenkin vaikea löytää olemassa olevista kategorioista sopivia vaihtoehtoja äsken kuvatun pitkän yhteisen menneisyyden vuoksi. Henkisellä tiellä tulee vastaan paljon ihmisiä ja ihmisten välisiä ongelmia aikaisemmista elämästä, joiden on tultava esiin päästäkseen käsittelyyn vaikkapa anteeksipyyttämisen ja -antamisen muodossa ja löytääkseen sen jälkeen niille sopivan tunneväritteen. Tällaista tapahtuu paljon esimerkiksi henkisissä järjestöissä, joiden jäsenet ovat kiertäneet maailmaa ja aikakausia yhdessä.

Ihmisten tapaaminen, näkeminen ja kohtaaminen eri tasoilla ovat olennaista, jotta *oikeat ihmisten väliset suhteet* (tämä käsite on Alice A. Baileyn kirjasta *Kristuksen toinen tuleminen*) alkaisivat kehittyä. Kyse on ihmisen omasta kehityksestä kohti *itse itselleen*-tilaa, jossa hän sovittaa karmaansa erityisesti suhteessa toisiin ihmisiin ja löytää sitä kautta itsenäisyytensä. Samalla se merkitsee poistumista naivista ihmisen Jumalan kaikkivaltiuuden alamaaisena-tilasta. Ihmisen tehtävä henkisellä tiellä on tulla nimenomaan omaksi itsekseen ja kehittyä omana itsenään sopusuhteissa Jumalansa ja toisten ihmisten kanssa. Ihmiset ajattelevat ja toimivat kukin sillä tasolla kuin kulloinkin

Ystävyys on välttämätöntä, jotta mahdollisimman suuri määrä entisiä ihmissuhteita löytäisi sopivan ilmiänsun ja kehitysmahdollisuudet.

ovat. He ovat metafyyisestikin tosiolevaisia kehityksen tien kulkijoita eri vaiheissaan.

Sen vuoksi kaikenlaisten ihmissuhteiden kehittyminen lähemmäksi ystävyyttä on tärkeää koko olemassaolomme kannalta. Kun ihminen ymmärtää todeksi sen, että tapaamme väistämättä tuttumme, myös entisten elämien rakastetut ja aviopuolisot uudelleen, olisi hyvä laajentaa ystävyyden käsitettämme ja jättää ”vain”-sanat pois. Silloin voisimme välttää tarpeettomia ristiriitoja, mm. avioliitot kestäisivät paremmin koska näitä uusvanhoja ihmissuhteita ei pidettäisi uhkana perheen eheydelle.

Ystävyys edellyttää toisen ihmisen tunteista, siihen tarvitaan aikaa, mutta aikaanhan myös edellisten elämien tutut liittyvät. Edellisten elämien ihmissuhteet voivat silloin sulautua ystävyyteen lisäsävyineen. Lapsuusaikani miellyttävimpiä muistoja on jäänyt nimenomaan perheystävistä, jotka ajan tavan mukaan kävivät kylässä kutsumatta ja usein. He toivat iloista mieltä silloin, kun perheen sisäistä rakkautta ei ollut lähelläkään.

Ihmissuhteissa, joissa sitoudutaan hyvin tiukasti yhteen ainoaan ihmiseen tai pieneen ydinperheeseen, tulee ristiriitoja melkein kuin ilmasta, sen vuoksi että ihmiset, jotka ovat ainoastaan toistensa kanssa, eivät ehdi uusiutua välillä, kasvaa ja muuntua kiinnostaviksi uudelleen. Se, että sitoumukset ja velvollisuudet ovat tärkeitä, kaipaa täydennykseen vapautta saada vaikutteita vanhoilta aikaisempien elämien ystävilä. Ilman katastrofin uhkaa.

Tämä tietenkin edellyttäisi ystävyyden arvostamista jopa rakkauden yli, sillä käytännössä rakkaus ilmenee jaksoittain, oli se muuten vaikka kuinka ikuista. Kumpaan ei sovi minkäänlainen väärinkäyttö ajatuksissa, sanoissa tai teoissa. Vaikeaa? Mahdotonta kenties? Kehityksen paikka, paremminkin. Ehkä myös eheytyksen?

Kohtuullisuus

Tämä on opettelemisen aihe niille, jotka sen tajuavat ja pystyvät näkemään missä milloin-

kin kulkee *eettinen raja*. Ensin nähdään mahdollisuudet mutta myös rajat, sitten opetellaan toimimaan ja rikastuttamaan elämää niiden antamien mahdollisuuksien puitteissa.

Ystävyys voisi olla yhdeltä ulottuvuudeltaan neutraalia, toiselta ulottuvuudeltaan sisältää voimakkaitakin tunteita. Tunteet eivät kuitenkaan ole ystävyyden mitta vaan, päinvastoin kuin rakkaudessa – ne vain ovat, jos ovat. Ystävyys voi perustua kokonaan esimerkiksi harrastukselle, keskustelulle, auttamiselle jne. ilman vaatimusta suurista tunteista tai täydellisestä uhrautuvuudesta.

Muinaisessa Kreikassa ystävyys saattoi mennä kaiken muun ylitse, mutta enää se ei tietysti voi olla samanlaista, on korkeampiakin arvoja. Mutta näiden korkeimpien arvojen ohjaamalla ystävyydellä on suuri merkitys.

Hyvään ystävyyteen kuuluvat myös keskinäiset ristiriidat, joiden puitteissa on mahdollista kasvaa ja löytää itsenäisyyttään. Ystävyys edellyttää myös sietokykyä. Jos ihminen tarvitsee elämäänsä positiivisia tunteita, ja ystävyys niitä tuo, hänen pitää ottaa ne kiitollisuudella omikseen. Tunteet ovat arvokkaita. Silti suhteellisen lieviä tunteita sisältävän ystävyyden pyrkimykset ovat toteuttamiskelpoisimpia, sillä ne jättävät osapuolille vapautta. Antiikin filosofiassa puhutaan *kohtuullisuudesta*. Ystävyys voi silloin toteutua lyhyenä tai pitkäaikaisena, niin kuin milloinkin on luontevaa. Hyvä ystävyys kestää jopa vuosia kestäväen eron. Tiedostettu ystävyys ei katoa eron mukana. Kohtuullisuus yhdessä jatkuvan uusiutumisen kanssa on kaiken yhteisyyden taustavoima ●.

Lähteitä
Ritariromantiikka, www.keskiaika.fi
Wikipedia

Rakkaus ja järki

epätäydellisessä ihmiskuvassa

Leikkiähän rakkaus suureksi osaksi on, laulua, leikkiä ja runoutta, hurmiotakin, ja se antaa erään tärkeän rakkauden mallin ja rakkaus-kategorian. Järki taas ottaa erilaisen näkökannan ja sitä pidetään rakkauden vastakohtana.

Tunteet – ja niistä tärkeimpänä – rakkaus on noussut tähdeksi taivaalle. Rakkaus, rakkaus, rakkaus huutavat kaikki musiikin säestyksellä ja siihen on hyvä lopettaa ajatteleminen, sillä rakkaus mielletään pääasiassa tunteiden kautta. Musiikki kuitenkin viittaa siihen, että asiaa ei pidä ottaa kovin vakavasti. Leikkiähän rakkaus suureksi osaksi on, laulua,

leikkiä ja runoutta, mutta tämä jatkuva rakkauden huutaminen antaa mallin ja tunnepitoisen rakkauskategorian.

No, vaikkei kaikkea tätä ”rakkautta” voisi-kaan pitää erityisen totena, se vaikuttaa alitajunnan kautta ihmisten käsitteellisiin malleihin. Sitten antiikin Kreikan filosofien ei rakkautta ole yritetty kategorioida normaaliin elämiseen liittyvällä tavalla.

Kategorioita ja tunnearvoja

Kategorioilla on myös suuri käytännön merkitys esimerkiksi silloin kun ne liittyvät lakeihin tai muuhun yhteiskunnallista arvostusta muovaaviin järjestelmiin. Rakkauskkin erilaisine laatuineen on paitsi syvästi yksilöllistä myös yhteiskunnallisten arvostusten säätelemä ilmiö.

”Minä annoin hänelle parasta mitä maailmassa voi saada, elämän.”

Ihmisen looginen ajattelu rakentuu suurelta osalta kategorioiden varaan, ja niillä on yleensä oma vakiintunut tunnearvonsa. Ne liittyvät kiinteästi jokapäiväisen elämän tärkeisiin asioihin: yhteiskuntaan, elinkeinoihin, eettisiin arvoihin, uskontoon, identiteettiin, isänmaallisuuteen jne.

Samoin kuin *arkaisessa päättelyssä* kategoriainkin perinnäisine arvojärjestyksineen saattavat olla kytköksissä toisiinsa kiinteällä mutta huonosti elävää todellisuutta vastaavalla jos/niin -suhteella.

On hyvin vaikeaa vaihtaa käsitystä siitä, mihin kategoriaan jonkin olemassa oleva ja tiedostettu asia siihen liittyvine valmiine päätelmiineen ja attribuutteineen kuuluu – siihen täytyy olla pakottavat syyt. Jos siis rakkaus on luokiteltu tunteeksi, joka ei salli rationaalisuutta, se on ja pysyy ihmisten mielissä sellaisena vaikka rakkauteen kuuluu muitakin huomattavasti tärkeämpiä ja huomionarvoisempia piirteitä, joiden varaan voisi rakentaa. Uudelleen kategoriointi vaatii energiaa ja työtä siksi että sillä on niin laajat yhteydet niin ihmisen aivoissa kuin hänen sosiaalisessa ympäristössäänkin.

Kategoriat sinänsä voivat olla asianmukaisia. Mutta epäonnistumisiakin ja harhaa niissä on – epätarkkuudesta ei pääse eroon kielellisessä ilmaisussa (enempää kuin mittauksissakaan), ja siitä pitäisi olla koko ajan tietoinen. Logiikka rakentaa kategorioista loogisen systeemin, mutta jos kategoriat on huonosti valittu, logiikka vain kiinteyttää epäonnistumista.

Rakkaus, rakkaus!

Mitäpä ihmisellä voisikaan olla rakkautta vastaan? Sehän lupaa meille kaikille tasa-arvoisesti jotain käsittämättömän suurta, voimakasta,

maailmaa muuttavaa, syvällistä tunne-elämystä, lämpöä ja hyvinvointia. Fyysisesti se ottaa mielihyvähormonit omaan käyttöönsä – vaikkei se olekaan koko totuus, niin kuin mikään fyysinen ei ole.

Ellei ole ihmisiä vastaamaan tähän tarpeeseen, niin sitten siihen otetaan jokin aate, idoli, yhteisö, johtaja tai Jumala ajattelelatta lainkaan seurauksia. Nimenomaan *ajattelelatta seurauksia* – se kuuluu rakkauden arkikyttyypiseen romanttisutopistiseen olemukseen: rakkauteen hypätään, kierkegaardilaisittain. Unohdetaan järki ajatellen että rakkauden uskonhypyn seuraukset ovat yhtä hyviä kuin unelmamme jostakin täydellisyydestä. Rakkaus on kuin hunajapurkki, hyvin viettelevä. Ja rakkauden puutteen kalvama ihminen on valmis vaikka kuinka epätoivoisiin tekoihin – näin todistavat draamat antiikin tragedioista arkipäivän TV-sarjoihin.

On siis olemassa ikivanha estetiikan, musiikin ja tunteiden sävyttämä elämänalue sekä sitä manifestoiva runollis-tunteellinen ajatusmally, joka koko ajan esittää ajatusta rakkauden ylivertaisuudesta. Toisaalta on myös elämänalueita, jossa asiat ratkaistaan – periaatteessa – kylmän järjen avulla. Järkeä myös pelätään, ettei se veisi pois rakkauden antamia positiivisia tunneratkaisuja, ”sydämen asioita”. Silloin usein puhutaan myös rahasta. Ja niin yhteiskunnassa kuin ihmisten mielikuvissa nämä ovat usein joko tai -asetelmassa keskenään. Ja jos on uskominen kaunokirjallisuuteen, juuri tässä kahtiajaossa kukoistavat suuren draaman ainekset.

Useat uskonnot ja myös henkiset suunnat pitävät nykyisin pääsisältönään, että Jumala on rakkaus – siitä huolimatta, että ”Jumala on järki” ja ”ihminen on järkiolento” ovat olleet



William-Adolphe Bouguereau'n maalaus Eros ja Psyche kuvaa rakkauden hurmiota.

huomion arvoisia luonnehdintoja muun muassa mystiikassa ja rationalistisessa ajattelussa.

En kuitenkaan ole havainnut ainoatakaan runoa, laulua tai muuta taideluomaa, joka ylistäisi järkeä rakkauden kustannuksella. Rakkaus on voima, rakkaus on Jumala, rakkaus parantaa, se on nykyisen kehitysvaiheen teemoja. Tämänhetkisen vaiheen kartastossa on perinteiseltä järjen alueelta siirrytty perinteiselle tunteen alueelle. Seuraavassa pieni tarina 40-luvulta.

Maire oli rakastunut Alpoon ja lauleskeli muodissa olevia rakkauslauluja: ”Sua lemmin kuin järjetön mä olisin.” Lauluissa on käsittämättömiä sanoja: miten järjettömyys voi liittyä rakkauteen? Se ei vaikuttanut todenperäiseltä, mutta ehkä oli sitä kuitenkin – jossakin mielessä. Tässä on yksi draaman perusaineista: järki vai tunne.

Alpo ja Maire eivät saaneet koskaan toisiaan, sillä Alpon äiti ei halunnut heidän menevän naimisiin, vaikka muuten pitikin Mairesta: ”Maire on köyhä tehtaan tyttö”. Ketkään eivät ajattele niin paljon rahaa, kuin ne, jotka ovat lähteneet köyhistä oloista ja taistelleet itselleen ja lapsilleen jonkinlaisen olemassaolon oikeuden.

Alpo löysi sitten vähän vanhemman ja varakkaamman naisen ja meni hänen kanssaan naimisiin. Se ainakin oli järkevää, eikä minulle vieläkään ole selvinnyt, oliko kyseessä puhtaan järjen sanelema avioliitto, vai oliko hitunen rakkauttakin mukana.

Mutta onko se rakkaus, joka meiltä puuttuu, samaa substanssia kuin se mitä haaveisamme sijoitamme rakkauden kategoriaan? Kohtaavatko unelmat ja puutetta ilmentävä todellisuus, pystyvätkö ne tasapainottamaan toisensa? Auttaako kategorian mukainen rakkaus rakkauden puutteeseen? Todennäköisesti ei. Ehkäpä päinvastoin.

”Minulta järjen veit...”

Rakkaus ylisuurena, jopa maailmankaikkeuden perusvoimaa manifestoivan tunne-elämyksen kokemuksena ikään kuin antaa luvan unohtaa

sen, että ihminen ei yleensä edes jaksa kestää/ antaa kovin voimakasta rakkautta puhumatakaan sen mahdollisista seurauksista. Rakkaus vie elämästä tasapainon, aluksi se peittää näkyvistä kaiken muun, mutta häipyessään jättää jäljelle savuavia raunioita, epäuskoa, rikkottuja ihmissuhteita ja sopimuksia, joiden pitäminen on käytännössä mahdotonta. Näin on niin maallisissa kuin henkisissäkin rakkaussuhteissa – sikäli kuin toimitaan kulttuuriemme omaksuman dramaattisen rakkaus-kategorian puitteissa.

Tällä tavoin saadaan kahtiajako, jossa järki on häviäjän paikalla ja rakkaus juhlii voittajana – siis sellaisena voittajana, joka alistaa järjen, sen sijaan että se alistaisi järjettömyyden niin kuin ihmisen henkinen tasapaino edellyttäisi. Kahtiajako on siis väärin asetettujen mutta vuosisatojen ja -tuhansien aikana totuuden malleiksi hyväksytyjen kategorioiden aikaansaamaa ja näyttää vääristynyttä kuvaa todellisuudesta. Johonkin rajaan asti sillä on käyttöä, esimerkiksi jos ihmisillä on tunnevajetta. Äkkiähän yllättävän rakkauskokemuksen – henkisen tai maallisen – esiin purkautuminen murtaa rajoja ja rajoihin käpertymistä. Näitä asioita käsittelemisen aivot toiminnan kannalta artikkelissani *Aivot ja ihmisen kaksi luonnetta*.

Järki ei ota suoraa yhteyttä toisen ihmisen sisimpään, se toimii yleisen ymmärtämisen pohjalta. Järki samaistuu helposti itsekkyyteen – varsinkin jos kyse on rahasta ja hyödyistä niin kuin usein on. Rakkaus sen sijaan antaa ihmisen kaipaaman kaikkinielävän tunnemyrskyn, vapauden tunteen, ”järjen menetyksen”, addiktion ja regression, mutta se vaatii enemmän kuin kenelläkään on varaa: täydellisen uhrautumisen, itsensä unohtamisen ja rakkauden kohteen ensisijaisuuden aivan kaikessa. Henkistä kehitystä se lupaa myös, jopa antaakin, sillä itsekkyyks vähenee aidon rakkauden vaikutuksesta.

Henkisellä kentällä näyttää olevan kokijoiden aika! Jopa tiede, järjen linnake on alkanut antaa periksi joidenkin maailmankatsomuksellisten, esim. meditaation kautta saatujen kä-

sitysten suhteen, ne kun näyttävät vastaavan myös tutkimustuloksiin. Pitäisikö sitä surra vai juhlia, on eri juttu. Jos kerran meditaatio tuo suoraa tietoa vaikkapa kvanttifysiikasta, niin eikö sitten voi vaan ruveta tietämään ilman tieteellisiä metodeja, koneita ja järjestelmiä. Tai – sen vastakohtana – jos tieteen kautta saadaan suurimmat mysteerit ratkaistua, tarvitaanko niiden kokemista omassa elämässä enää lainkaan? Kumpikin on utopiaa ja laajemman kehityksen kannalta haitallista. ”Edetkää kaikkiin suuntiin”, sanotaan *Valoa Tielle* -kirjasessa.

Schubackin paradoksi

En malta olla käyttämättä nuoren kokoomuslaisen Saul Schubackin aiheuttamaa hälyä – joka tätä kirjoittaessani on juuri meneillään, mutta jonka ehkä useimmat ovat jo *Uuden Safiirin* ilmes-tyessä unohtaneet. Nuoren miehen havainto on, että monella lapsella on huonot olosuhteet ja että olisi parempi, että aikuiset jo etukäteen ajattelisivat asioita. Sehän pitää paikkansa. Suurimmatkin rakkauden apostolit ovat tästä asiasta yhtä mieltä hänen kanssaan: aikuisilla on vastuu, ja lapsista tulee pitää huolta.

Kuitenkin ottaessaan negatiivisen kannan köyhien ihmisten lapsen saamiseen nuori mies ei huomannut työntävänsä päätään vastakoh- taisten kategorioiden väliin – ja vaikeuksia syntyi heti. Schuback pyrki soveltamaan *sup- peaa* (korostan sanaa ”suppea”) *järkiajattelua* alueelle, joka hänen kanssaihmistensä mieliku- vissa kuuluu rakkauden ja sitä mukaa kohta- lonomaisten ”uskonhyppyjen” alaan: ihmisen

Eikä rakkauskaan ole sellainen hul- laannuttaja, joka ajaisi järjen koko- naan pois ihmisen päästä – vaikka tilapäisesti niin tapahtuisikin.

”Voidaan sanoa, että hän on jär- ki, joka ajattelee itseänsä, elävä, olemus, substantiivinen järki, joka ymmärtää oman itsensä, omassa it- sessään elää ja on identtinen oman itsensä kanssa. Jos me käsitämme Jumalan olemuksena, niin ymmär- rämme hänet esikartanossaan. Hä- nen temppelinsä on järki.”

Jumala on maailmankaikkeuden järki, sen tähden Hän on myös hy- vyys. Hänen olentonsa ja Hänen luontonsa on rakkaus. Mestari Eckhart Lähde: Poimintoja Mes- tari Eckhartin opetuksista, [www. teosofia.net](http://www.teosofia.net)

rakkauteen – ja samalla myös seksuaaliteettiin – ja sitä kautta tapahtuvaan lasten syntymiseen. Siitä huolimatta, että pahimmissa tapauksissa juuri siittämisen ja lapsen saamisen seurauk- sista ei ole aiettakaan kantaa huolta.

Toisaalta lapsien kunnollinen hoitaminen ja kasvattaminen on vaativaa – siihen eivät mo- net ”hyväosaisetkaan” pysty – tai suppeasti (korostan edelleen sanaa ”suppea”) suuntau- tuneen rationaalisuuden

tainnuttamana edes yritä ryhtyä. Uskotaan myös siihen, että elämä sinän- sä antaa mahdollisuudet menestykseen.

”Minä annoin hänelle parasta mitä maailmassa voi saada, elämän”, sanoo Alfred P. Doolittle, kukki- enmyyjä Elizan isä, fiktii- vinen henkilö musikaalis- ta *My Fair Lady*. Alfred P. Doolittle oli, jos muistat- te, edesvastuuton juoppo ja huijari, joka oli jättänyt vaimon ja lapsen oman onnensa nojaan.

Pientä sattumanvarai- suutta tarvitaan joka tapa- uksessa nykymaailmassa siihen, että lapsia yleensä syntyy. Hyviä geenejä on joka puolella ja myös luonnossa geneettinen di- versiteetti on suoja. Jos

tarkkoja oltaisiin, ei moniakaan meistä oli- si olemassa, jos varakkuus, hyvät olosuhteet ja vanhempien kyky ottaa huomioon lapsen tarpeet olisivat olleet ehtoina meidän synty- misellemme.

Tästä syntyy filosofinen paradoksi, siinä hy- vä ja paha vaihtavat ketterästi paikkaa riippuen siitä mitä taustaa vasten niitä katsotaan.

Asiaa voidaan katsoa myös henkisestä pers- pektiivistä. Syntyminen on ehkäisyn tai pidät- täytymisen antamasta järjenkäytön mahdolli-



Rakkaus Jumalattarena. Tuula Uusitalon piirtämässä kuvassa rakkaus on suuri mystinen olento, joka ohjaa ihmistä omalla mutkikkaalla tavallaan usein hämmennyksestä toiseen. Rakkauden olemuksessa on piirteitä, joita emme voi ymmärtää, jos ajattelemme, että se tuo vain "hyvää" tai että se toteuttaa kaikki toiveemme.

suudesta huolimatta jollakin tavoin metafyyminen tapahtuma, jossa tietty ihminen syntyy niille, jotka ovat juuri hänelle sopivat ja mahdolliset vanhemmat – huonot tai hyvät, mutta niistä lapsi saa kasvunsa ja identiteettinsä perustat, joita voi sitten murehtia tai työstää omien ideaaliensa mukaan.

Epiktetos aikanaan huomautti, isänsä huonoutta valittavalle nuorelle miehelle, ettei *Luonto* ole luvannut kenellekään *hyvää isää*, vaan vain isän. Niin paljon kuin jokainen meistä haluaisikin syyllistää vanhempiaan ja vanhempiensa vanhempia ja yleensä esivanhempiaan hamaan maailman alkuun saakka, niin kuitenkin jokainen meistä haluaa olla oma tietynlainen itsensä – se mikä on geenien yhdistymisestä synty-

nyt ja olosuhteiden paineessa muotoutunut.

Kaikesta filosofoinnista huolimatta on olemassa myös vanhempien vastuu ja *kollektiivinen taso*, yhteiskunnallinen vastuu, sillä kaikki osapuolet joutuvat kulkemaan kehitystietä ja tekemään valintoja toistensa hyväksi. Eettiset valinnat, joiden taustalla on tietoiset hyvät päämäärät ja tietoa niihin pääsemiseksi, ovat niitä mitkä kehittävät eniten ihmistä, hänen toimintaansa, aivojaan ja myös yhteiskuntaa, jossa uusi lapsi vaikuttaa.

Etiikka suojelee

Asian voi ajatella tapahtuvan jotenkin tällä lailla: Sovittamattomat synnit ovat jonkinlainen

painolasti, niiden vuoksi henkisesti kehittynyt ihminen ei pääse pois. Ne myös antavat viitetä siitä mihin sovittamiseen kuuluvien hyvien tekojen tulisi suuntautua.

Väitetään, että viha ja rakkaus ovat saman asian eri puolia, ja ne muuttuvatkin helposti toisikseen. Tunteiden vallassa olevan mieli ailahtelee ja ihmisen on vaikea suhtautua tunnekohteisiinsa, samoin toisten on vaikea suhteutua häneen.

Positiivisia tuloksia varten ihminen tarvitsee etiikkaa – silloin vanhat synnit eivät ota häntä enää haltuunsa, vaan antavat voimansa positiivisuuden käyttöön. Helpoimmin tämä tapahtuu siis vastakohtan kautta. Ensin tulee viha, sitten se muunnetaan rakkaudeksi, jos niin tahdotaan, valitaan ja osataan. Ihminen tarvitsee edellisten elämiensä vihaa, jotta hänellä olisi ”tunnemateriaa” rakkauden raaka-aineeksi tässä elämässään. Samoin kuin rakkaus, myös järki saattaa ilmaantua ajatusmaailmaan vastakohtan kautta – aluksi.

Järjen eettinen vastakohta ei kuitenkaan ole rakkaus (tai yleensä tunne), eikä rakkauden vastakohta ole rationaalisuus. Ei tärkein asia taidakaan olla jokin oikeana pitämämme tietämisen tapa enempää kuin kumouksellinen rakkauden hurmio, jonka puitteissa kaikki muu vaikuttaa vähäpätöiseltä. Eikä rakkauskään ole sellainen hullaannuttaja, joka ajaisi järjen kokonaan pois ihmisen päästä – vaikka tilapäisesti niin tapahtuisikin. Järki ja rakkaus ovat täydentäviä ominaisuuksia. Yhdessä ne karsivat pois ylilyöntejä, sillä ne suhteellistavat toisiaan. Vastakohdiksi ne tekee ainoastaan ihmisen omat valinnat tai kategorioinnit silloin, kun niiden ulkopuoliset asiat, kuten köyhyyden selättäminen tms. ovat etualalla, jolloin myös arvovalintoja täytyy katsoa niiden kautta. Myös aivojen toimintamallilla on osansa asiassa – käsittelen tätä puolta artikkelissani *Omat ja toisten aivot*.

Omassa elämässään voi pohtia, miten karman lakia voisi soveltaa järjellä ja rakkaudella. Esimerkiksi toteuttamalla oikeudenmukaisuutta tai laajentamalla hyväntekemisen aluetta eri

tavoin. Niistä seuraa positiivista kehitystä ja mitä enemmän sitä tapahtuu, sitä enemmän sovittamista tapahtuu.

Korkeammalle tasolle

Ihmisen tunteet jäävät alhaiselle astraalitasolle elleivät ne pääse yhteistyöhön ihmisen rationaalisuuden kanssa. Jos ei tämä yhteistyö toimisikaan koko aikaa – täytyyhän puhtaille tunne-elämyksillekin olla aikansa ja paikkansa – niin kuitenkin sen on toimittava riittävästi. Toisaalta tunteiden jääminen liiaksi pinnan alle sairastuttaa ihmisen ja hänen sisäinen logiikkansa kärsii siitä. Viisaus tarvitsee molempia ja paljon, samoin ymmärrys.

Kaikki kehityspyrkimykset vaativat järjen ja tunteen yhteistyötä, tunneälyä ja ystävällistä rationaalista asennetta. Niiden varassa on hyvin suuria asioita, kansojen väliset rauhanpyrkimykset ja yleensä eettiset suhteet ihmisten kesken ja kansojen välillä. Pelkkä etiikan teoria ei vie minnekään. Eikä pelkkä tunne. Henkisen tien kulkiijat ratkovat näitä ongelmia päästäkseen eteenpäin vihkimyksissään. Ihminen voi päästä korkeimmille tasoille vasta kun hän on selvittänyt ja organisoinut oman tiensä rakkauden ja järjen vaativassa yhteistyössä. ●

Oikeudenmukaisuus ja elämänsuunnitelma

"Tämä elämä" tiedostettuine haasteineen on jonkinlainen kulissi tai valkokangas, joka on tarpeen suurempien tarkoitusten toteuttamiseksi. Näytelmän juoni kulkee omia sääntöjään pitkin, mutta sitä ylläpitävät voimat ja ohjeistukset ovat toisaalla.

TV:ssä on paljon erilaisia kilpailuja. Olen joskus miettinyt, millä asenteella niitä seurataan – mitä kilpailulta haluaa. Yksi aspekti on oikeudenmukaisuus, parhaan pitää voittaa. Kyse on kuitenkin aina voittamisesta.

Useimmat kilpailut ovat sellaisia, että yksi on paras ja se yksi voittaa, jos tuomaristo tai muu asian ratkaisija on tilanteen tasalla. Tällä

tavalla katsojien mielenkiinto suunnataan yhteen ainoaan suuntaan. Pohditaan voittamiseen kuuluvia asioita, muttei esimerkiksi toiseksi tulemistä ja mitä siihen liittyy.

Jos joku voittaa esimerkiksi Idols-kilpailun, hän saa siitä työn ja mahdollisesti uran, jos hyvin käy. Hän joutuu harjoittelemaan paljon, uhraamaan sille elämäänsä ja ihmissuhteitaan. Hän on kuitenkin voittanut ja päässyt päämäärään ja elää sen kautta uutta elämäänsä. Sitä pidetään arvossa ja ihmiset jännittävät, kuinka hän pääsee eteenpäin kilpailun avamalla tiellään.

Entäpä jokin muu sija? Nyt näkökulma laajenee: mikä on tämän ihmisen oikea elämänsuunnitelma? Siihen ei ehkä olekaan kuulunut levyttämistä ja kiertueita – ainakaan kovin paljoa, kenties ei ollenkaan. Ehkä hänen on ollut tarkoitus kokea jokin kasvattava pettymys, esi-



Justitia, oikeuden jumalatar

Kuvaaja Roland Meinecke
Wikipedia
Lisenssi Creative Commons 'Attribution-
NonCommercial-NonDerivative 3.0

Karma on luonnonlaki, joka yhdistää lukemattomat elämät ja niiden teot.

merkiksi. Tai tutustua joihinkin ihmisiin, joita hän ei muuten tapaisi tai käydä paikassa, joka on merkitty hänen elämänkaarensa. Ehkä kyse on ollut hänen vanhemmistaan, jotka ovat saaneet siitä omia haasteitaan. Voi tietysti olla, että kyseessä on tahdon tai jonkin muun ominaisuuden kasvattaminen ja sitä kautta voittoon pääseminen – ehkä myöhemmin. Skaala on leveä. Ihmisen elämä on runsas.

Me olemme vaan tuijottaneet *sormea, joka osoittaa kuuhun*, emme kuuta itseään.

Tiedostettu oikeudenmukaisuus ja tiedostamaton karma

Ihmetelkäämme ensin mikä on oikeudenmukaisuuden ja karman välinen ero. *Oikeudenmukaisuus* on eräänlainen *tasaaja*. Jokainen saa mitä ansaitsee. Jos ei, silloin on tapahtunut virhe, epäoikeudenmukaisuus. Myös karman lakia pidetään oikeudenmukaisuuteen tähtävänä tasaajana, mutta varsinaiseen *oikeudenmukaisuuteen* verrattuna siinä on olennainen ero. Molemmissa on sama periaate: jos tekee hyvää saa hyvää, jos tekee pahaa saa pahaa. Karma on kuitenkin luonnonlaki, joka yhdistää lukemattomat elämät ja niiden teot. Oikeudenmukaisuus liittyy ihmisen toimintaan ja sen arviointiin niissä puitteissa, jotka hän pystyy

tiedostamaan. Ihmisten lait taas pyrkivät oikeudenmukaisuuteen tämän elämän puitteissa.

Oikeudenmukaisuudessa on löydetävissä tietty ajankohta, tietty asia, jonka suhteen tasaus voidaan tehdä – niin kuin yksinkertaistetussa karman laissa ajatellaan tapahtuvan. Karman lain kautta emme kuitenkaan voi koskaan tietää, kuinka pitkän aikaa on kulunut siitä, kun jokin (periaatteessa) tasaamista vaativa vastakoh-taisuus on alkanut, puhumattakaan siitä, että tietäisimme kuka sen on aloittanut, sillä kyse on prosesseista ja dynamiikasta. Mukana on kuitenkin viitteitä siitä, minkä tapaisia asioita jokin karmallinen oikeudenmukaiselta tai epäoikeudenmukaiselta näyttävä tapahtumasarja koskee.

Oikeudenmukainen, eettinen teko tai toimenpide toista ihmistä kohtaan ei kuitenkaan kanna mukanaan tietoa siitä, onko se karman lain kannalta tasaavaa, mutta oikeudenmukaisesti toimiva ihminen saa omaan luonteeseensa sopivia rakennusaineita myös siirrettäväksi tulevaisuuteen, jolloin sen vaikutus on pitkäaikainen, ihmisen tähteen kirjoitettu.

Tasaamisen vaatimus karman lain kautta on dynaaminen voima, jonka avulla kehitys menee eteenpäin. Oikeudenmukaisuus taas on se vaaka, jolla kontrolloidaan, että tietyn tilanteen tai asian kohdalla puntit menevät tasan, ja jonka ylläpitäminen aiheuttaa ihmisissä kasvua.

Mutta miten käy rakkauden tai yleensä tunnemaailman, jonka karma tuo yllättäen esiin? No niistä kirjoitetaan runoja ja sävelletään oopperoita. Tai opitaan mitä opittavissa on.

Karma ja korkein oikeudenmukaisuus

Ihmisten keskinäinen negatiivinen karma estää ymmärtämästä asioita oikein. Se nimittäin tuo tajuntaan paitsi vihaa ja negatiivisia tunteita myös todellisuutta vastaamatonta aineistoa, väärä kategorioita tms. Tämän karmallisuuden havaitseminen ja sen positivisoiminen on osa tajuntojen positivisoitumista. Sitä voidaan auttaa anteeksipyyntöillä, Kristus-rakkauden lähettämällä jne., jolloin keskinäinen eettinen raja voidaan paremmin hahmottaa.

Karman lain vanhuus ja sen kanssa kehityneiden toimintojen monimutkaisuus on erittäin dynaaminen systeemi, joka ylläpitää ”tekemistä”, mihin sana karmakin jo viittaa. Tiedostettuna karma antaa *syyn* ennen kaikkea hyödylliselle tekemiselle, syitähän hyvätkin teot tarvitsevat. Jos syyt ovat negatiivisessa karmassa, työtä ja vaivaa on enemmän, jos taas positiivisessa niin hyvät asiat saavat siivet.

Ihmiset vaativat toisiltaan oikeudenmukaisuutta ja hyvät yhteiskunnat rakentuvat oikeudenmukaisuuden varaan. Karmaa voidaan silloin purkaa hallitusti oikeuden mittapuiden mukaisella tavalla. Monilla nykyajan kansoilla ja niiden johtajilla on kuitenkin mitä ilmeisimmin karmallisesti enemmän velkaa kuin mitä ne pystyvät voimiensa puitteissa maksamaan ja se purkautuu uusina negatiivisuuksina. Tällainen karma on kaoottista ja hallitsematonta, sitä ei ole helppo purkaa oikeudenmukaisuuden puitteissa.

Jokin kehitystrendi sitä kuitenkin kiirehtii. Ihmiset ovat jo henkisesti kehittyneitä – useimmat pystyisivät aitoon Kristus-rakkauteen – sotkut vaan pitää ensin selvittää. Ennen kuin karmalliset sotkut on selvitetty, ei rakkauskaan pysty toimimaan puhtaana vaan sekoittuu ihmisen muihin intresseihin.

Tavallisesti sanotaan, että karmaa ”suoritetaan”. Vaihdan nyt termejä ja sanon, että karma, toiselta nimeltään *karmallinen velka*, maksetaan. Kyse on oikeudenmukaisuudesta ja se kuvastaa ajatustani siitä, että karman lakia voi käyttää myös tietoisesti: kun hankin jotain positiivista, esimerkiksi jotain tarvitsemaani positiivista ominaisuutta, maksan sen työlläni, jota Ikuinen Itseni tekee kauttani tai jota teen Ikuisen Itsen auttamana ja ohjaamana. Työ on silloin kaikkiallisen ehdottoman oikeudenmukaisuuden määräämä vastine kaikesta siitä hyvästä mitä saan tässä elämässäni. Silloin

se tapahtuu reilusti, ei varastamalla niin kuin negatiiviset karmat ovat syntyneet.

Se ei sano, keneltä tai miltä ostetaan/lainataan tai millä tasolla, se vain määrittelee takaisinmaksuvelvollisuuden. Takaisinmaksu tapahtuu mieluummin korkojen kera – tehdystä positiivisesta työstä jäävät akasoihin ja muihin muisteihin aina positiiviset jäljet – ne ovat karman lain mukaisia ”korkoja” – mutta niiden avulla kehittyä myös velan maksajakin. Esimerkiksi vaikkapa kivikaudella tehty karmallinen velka saa maksusuorituksensa 2010-luvulla: silloin joutuu opettelemaan uuden kehittyneemmän ajan toimintamuodot ja antamaan niihin oman panoksensa – se on hyvin mieleistä kehityshakuisen ihmisen jumaluudelle, hänen

henkiolentoilleen, Ikuiselle Itselleen mm. jotka kasvavat ja kehittyvät sen mukana. Oikeudenmukaisuus on rationaalista, samoin kehitys.

”Tämä elämä” tiedostettuine haasteineen onkin jonkinlainen kulissi tai valkokangas, joka on tarpeen suurempien tarkeitusten toteutumiseksi. Näytelmän juoni kulkee omien sääntöjensä mukaan, mutta sitä ylläpitävät kehitysvoimat ja ohjeistukset ovat toisaalla. Kuka tai mikä ohjaa tätä kaikkea. Jos ihminen on henkisellä tiellä ja siis pyrkii toisinaan henkiseen kehitykseen, hänellä on apunaan suuria henkisiä voimia. Niitä käsittelemä artikkelissani *Ikuinen Itse ja muita henkiolentoja*.

Elämä ei sano sitäkään miten tai milloin maksu suoritetaan, mutta ihmisessä itsessään on oikeudenmukaisuuden ja kohtuuden idea, joka erottaa varastamisen tietoisesta velan ottamisesta. Karmaa voidaan maksaa positiivisilla teoilla, mutta myös ajatuksilla, sanoilla ja lauseilla – osa siitä on syntynytkin niiden kautta. Piirtää vain viivan: nuo tuossa ovat ne, joille kannattaa jäädä velkaa ihan sen vuoksi että saa mahdollisuuden maksaa sen takaisin. Noille taas annan jotain mitä he tarvitsevat –

Ihmiselämän, niin lapsi- kuin aikuiselämänkin tarkoitus on saada lahjakkuus ja nerous esiin – mieluiten tasapainoisessa persoonassa ja koko ihmiskunnan hyväksi.

ja odotan, kunnes velallinen osapuoli pystyy maksamaan sen.

Jos haluan osakseni Kristus-rakkautta, joudun poistamaan itsestäni sen esteitä. Mutta jos haluan osoittaa muille Kristus-rakkautta, minun on ensin tehtävä työtä sen saamiseksi auraani ja olemukseeni ja sitten työtä sen käyttämiseksi toisten ihmisten hyväksi. Sovittamistyön jälkeen tulee Kristus-rakkauden avulla tehtävä tuottava työ, joka jää omaisuudekseni. Kristus-rakkaus on toimintamalli ja

Erilaisuuksien hyväksyminen on äärimmäisen tärkeää koko ihmiskunnan kehitysprosessien kannalta.

tunnemalli, jossa hyvä olo tulee siitä, että pyrkii tekemään jotain sellaista mikä edistää toisten ihmisten henkistä kehitystä ja samalla luomaan harmoniaa ihmisten välille.

Ihmissen moninaisuus

Tärkein asia on aina ihminen, ihmisen kehitys kohti yhä monipuolisempaa elämänymmärrystä tai ”elämän elämistä” ja kaikkea sen vaatimaa henkistä ja aineellista *muodostumista*. Käytän tässä sanaa *muodostuminen* kun puhun niistä lukemattomista *tajunnallisista muutoksista*, jotka ihmisen kehitys tuo tullessaan. Aineellisimmillaan se merkitsee aivojen kehitystä ja vastaavanlaisia eritasoisia ”henkis-aineellisia”

muutoksia esimerkiksi ihmisen käyttövälineissä. *Henkinen aine* on siis henkeä, jolla on omat muotonsa ja tehtävänsä – ja sellaista on kaikilla luonnontasoilla, myös korkeimmilla. Ihmisyhteisöjen kehitys kulkee kahta tietä: kaikkein etevimpien kehityssaavutuksien ja samalla jonkin keskimääräisen tason piirteiden kautta, mikä kaikki leimaa yhteisön kulttuuria ja arvostuksia.

Näin on erityisesti mitä tulee käyttövälineiden ja henkisten aistien kehitykseen. Käyttövälineiden ja niihin liittyvien aistien tulee kehittyä osana ihmisen kokonaiskehitystä, mutta harvoin kehitys pystyy etenemään tasaisesti joka suuntaan. Se etenee epätasaisesti, epätasaisesti kehittyneiden ihmisten kautta.

Tämä näkyy aatteissa, uskonnossa ja filosofiassa. Esimerkiksi siten, että ihminen korostaa järkeä, silloin kun hänellä on järjen kehitysvaihe meneillään ja tunnetta silloin kun on tunne-elämän kehitysvaihe. Taiteisiin näistä syntyy erilaisia tyylisuuntia.

Itse asiassa niin järki kuin rakkaus ja muu tunne-elämä ovat vain osia ihmisen moninaisuudesta ja niiden asettaminen vastakkain johtuu ihmisen/ihmisyhteisöjen epätasaisen kehityksen ongelmista. Milloin mikäkin puoli on pinnalla ja vie ihmistä eteenpäin ja toiset ominaisuudet ovat piilossa, kunnes jotain uutta purskahtaa esiin. Niin toimivat aivotkin, koko niiden kapasiteetti ei voi olla käytössä yhtäkaaa, vaan käyttöön tulee vain jokin osa ihmisen kyvykkyydestä.

Ihminen aistii maailmaa ja kokee siihen kätkeytyvät universaalit totuudet auransa ja siihen kuuluvien eritasoisten ja eri tarkoituksiin sopivien käyttövälineiden kautta, joihin aivotkin kuuluvat. ”Samoin ajattelevat”, eli ne, joilla on samantapaiset käyttövälineet suurin piirtein samassa kehitysvaiheessa – ja sen mukaisesti samantapaiset käsityskannatkin – muokkaavat yhteistä ajatusmaailmaa ja tekevät eroa ”toisinajattelevien” suhteen. Tämä kaikki heijastuu kieleen, kielellisiin kategorioihin, joiden kautta ihminen mieltää olemassaoloaan ja ympäröivää maailmaa. Ihmisten kehitys on joka tapauk-

sessä epätasaista, jonkin tietyn ominaisuuden dominoidessa hänen tietoisuuttaan.

Vakavuuden silta

Maailmanjärjestykseen kuuluu, että ennen pitkää uudet ihmiset ottavat yhteiskunnan haltuunsa. Nämä ovat entisiä lapsia. Kykyineen ja puutteineen – mieluummin hyvin kehittyneine kykyineen. Koulujärjestelmään pitäisi liittää uusia elementtejä, jotka saisivat näistä ongelmiemme perillisistä parhaan esiin.

Ajattelen tällä tavalla: jokaisessa lapsessa on synnynnäisiä kykyjä, joiden saaminen esiin ja alustava kehittäminen tavalla tai toisella antaisi koulujalle lisäarvoa – ja yhteiskunnalle lisää osaajia sitten kun lapset ovat täysikasvuisia. Tämä olisi seuraava vaihe siitä 1800-luvulla syntyneestä ajatuksesta, että kaikilla tulee olla lukutaito ja peruslaskutaidot säädystä riippumatta.

Henkinen näkemys tässä on se, että ihmiselämän tarkoitus olisi päästä soveltamaan itse kunkin lahjakkuutta mahdollisimman suuressa määrin altruistisesti, toisten hyväksi.

Kun älykkäät lapset ovat pelkästään omia ideoitaan seuraten kasvaneet aikuisiksi ja huomanneet jotain osaavansa, on syntynyt mm. nykyajalle tyypillistä peliteollisuutta. Ja nyt he menestyvät siinä, jopa niin, että he tuovat valoa taloudellisesti vaikean ajan ongelmiin.

Pelaaminen on kuitenkin aikuisuuteen siirrettyä modifioitua lapsuutta ja sellaisena vain yksi – ehkä kepein mahdollinen osaamisen alue. Mutta myös yhteiskunnallisesti arvokkaita asioita voi löytyä pidemmällä ajalla – pelien kehittelijät ovat vain löytäneet osaamisensa ensimmäisinä.

On puuttunut vakavuuden silta aikuisten ja lasten väliltä. Aikuiset voisivat myös pitää huolta siitä, että lapset oppisivat miettimään asioita myös altruistisesta näkökulmasta. Älykyys ja nerous ilman altruismia on tyhjä rasia ilman todellista sisältöä.

Joissakin tapauksissa negatiivinen karma saattaa olla esteenä. Mutta onko hyvyteen

pyrkivien yhteisöjen pidettävä kiinni negatiivisen karman negatiivisesta ilmenemisestä, jos voi vaikuttaa sen ilmenemistapaan, missä positiivinen sovittaminen on ensisijainen toimintatapa. Puhun siis yhteiskunnista, niillä on massavaikutusta. Nykyaikana karmanherat ovat avoimia muutoksille, jos yleinen kehitys niin vaatii.

Ei aikuistenkaan pitäisi heittäytyä tyhmiksi. Annettavaa on, mutta sitä pihdataan. Nykyaajan aikuiset ovat entisiä lapsia. Heidät on opetettu säästelemään osaamistaan, antamaan ainoastaan se mitä vaaditaan.

Ei ole todennäköistä, että aikuiset saisivat parhaillakaan keinoillaan esiin kaiken mitä lapsissa on piilossa. Paljon jää vielä heidän itsensä paljastettavaksi tai kokonaan piiloon, mutta varhain saatu arvostus ja terve itsetunto tekisivät myöhemmän kehityksen helpommaksi.

Palaan edelleenkin siihen, että ihmiselämän, niin lapsi- kuin aikuiselämänkin tarkoitus on saada lahjakkuus ja nerous esiin – tasapainoisessa persoonassa (jos mahdollista) ja yhteiskunnan hyväksi.

Nythän on nykyaika! Se on jo täällä ja odottaa, että sitä alettaisiin ottaa huomioon.

Kehityslinjoja

Nykyään pohditaan hyvin paljon vanhemmuutta, ja erityisesti isyyttä, isyyteen liittyviä tunteita ja isän mahdollisuutta olla lastensa kanssa. Aikaisemmin tunteet ja lasten hoito kuuluivat naisille, ne oli kategorioitu sillä tavoin. Minun lapsuudessani oltiin vielä viidennessä juurirodussa (käsitys juuriroduista on tuttu teosofisesta ihmiskunnan kehityshahmotuksesta) ja isyys merkitsi lähinnä kurinpidollista suhdetta lapsiin – se oli yhteiskunnan periaatteiden mukaista. Isä edusti järkeä, siis edusti, eiväthän isät välttämättä sen järkevämpiä olleet kuin äiditkään – usein päinvastoin.

Ehkä liikehdintä kohti myös miehille kuuluvia positiivisia tunteita ja lasten elämää tukevia toimintamalleja on osa siirtymistä kuudenteen juurirotuun ja näyttää tietä niille, jotka ovat

mukana samassa muutosvirrassa ja suurin piirtein samassa vaiheessa.

Kaikkalainen kehitysymmärrys velvoittaa ihmistä hyväksymään ihmisyyden eri puoliin kuuluvien eri kehityslinjojen vaihtelevuuden ja myös kehitystason vaihtelevuuden. Jotkut menevät edellä, toiset tulevat perässä, minkä jaksavat. Erilaisuuksien hyväksyminen on äärimmäisen tärkeää koko ihmiskunnan kehitysprosessien kannalta. No, on tietenkin hyviä ja pahoja erilaisuuksia. Tässäkin on eettiset rajansa ja pohdinnan kohteensa. Parhaassa tapauksessa jokainen kulkee oman eettisen – ja kykensä mukaisen – kehitystiensä. Silloin niiden yhteistuloksena ihmiskunnan kokonaiskehitys löytää parhaat muotonsa. Vähitellen eettisyys solmii yhteen järjen ja rakkauden, sekä muut positiiviset ominaisuudet positiivisine vasta-kohtineen – siinä on uudenlainen *unio mystica*.

Jokainen lapsi – syntynyt tai syntymättömäksi jäänyt – tuo tällöin ikään kuin eettisen kehityksen pyörteen, joka vetää mukaansa hyvin monia ihmisiä, herättää uusia ajatuksia, kiistoja ja eettisiä kannanottoja ja vie sitä kautta yhteisöään eteenpäin. Samassa eettisessä mylläkässä tämä melkein ikuinen, mutta jälleen kerran uusi ihminen ja ongelmien esiintuoja alkaa ottaa vastaan itselleen kuuluvia tehtäviä ja kasvaa omaksi itseksensä.

Ihminenhan, tämä universuminkiertäjä ei tule koskaan valmiiksi eivätkä kulttuuritkaan. Kun kulttuuri on valmis, se on myös valmis loppumaan ja antamaan hedelmänsä tulevien sukupolvien välipaloiksi. Ei-osaamisen viehätys on yhtä voimakas kuin uuden rakkauden – ja samantapainenkin. Ihminen rakastuu elämäänsä yhä uudelleen nauttien siitä, että aiemmin käyttämättömät osaamisen idut saavat kasvaa täyteen mittaansa ja pääsevät antamaan ihmis-kunnalle kaiken sen mitä sillä erää voivat. ●



Jokaisessa lapsessa on synnynnäisiä kykyjä, joilla on mahdollisuus tuoda jotakin erityistä hyvää ihmiskunnalle, kun ne ensin pääsevät puhkeamaan.

Omista ja toisten aivoista

Nykyään, kun tiedon kenttä on avoin, tihkuu myös maallikolle tutkimustietoa esimerkiksi siitä miten aivot toimivat. Aivokuvaukset ovat erinomainen väline ymmärtää ihmistä hiukan erilaisesta näkökulmasta kuin aikaisemmin. Kiinnostavana aiheena aivokuvia näytetään aika usein myös TV-ohjelmissa. Vaikka aivoista on kyse, kannattaa kuitenkin muistaa, että ihminen on muutakin kuin aivonsa. Kokonaisuus ratkaisee.

Aivoissa on tiettyjä kohtia erityyppisiä asioita varten, tämä toteutuu sekä yleisluontoisella tavalla että yhden neuronin tasolla. Lääketieteellisessä keskusteluohjelmassa *Lääkärit (Doctors)* MTV3:ssa esiteltiin vastikään mieshenkilö Ed, joka oli kokenut melko laajan aivovaurion, saanut siitä käyttäytymiseensä häiriöitä. Koska mies oli päältä katsoen terve ja normaali, hän oli menettänyt ystävänsä, sillä he eivät pystyneet ymmärtämään ongelman laatua. Onneksi hänen vanhempansa jakoivat tukea poikaansa. Ohjelmassa esitettiin myös Edin aivokuva.

Hiljattain on ollut julkisuudessa uutinen joka kertoo, että aivotutkimuksissa on löydetty tietty nimenomaan Jennifer Anistonille (mutta ei muille yhtä tunnetuille tähdille) omistettu neuroni. Löydön teki UCLA:n neurokirurgi nimeltä Itzhak Fried, joka on ammatissaan jou-

Monipuoliset, moneen suuntaan kehittyvät aivot ovat paras tae vapaalle tahdolle.

tunut tutkimaan yksittäisiä neuroneita. – Ehkä Jennifer Anistonissa on toteutuneena joku ihmisen kantaäideistä, joka on ollut Jennifer Anistonin näköinen, jolloin ne lapset, jotka tunnistivat tämän kasvot, selvisivät paremmin hengissä kuin muut.

Seuraavakin on ehkä yhden neuronin juttu: Omassa päässäni on merkillinen toimintavirhe. Jos tiedän kaksi jossain mielessä samantyyppistä ihmistä, en muista molempien nimiä yhtäaikaan. Yleensä jomman kumman nimi tulee helposti mieleen, ja sitten jään avuttomana miettimään mikähän sen toisen nimi olikaan.

– Äskeinen oli siis kevyt johdattelu aiheeseen.

Erinomaiset aivot

– mutta missä on vika?

Daniel J. Siegelin kirjasta *Mielitaju* löysin seuraavanlaisen hahmotuksen: aivojen etuosassa on hänen *mielitajuksi* nimittämänsä toimintakokonaisuus, jonka tehtävänä on mm. kartoittaa toisten ihmisten mielialoja. Pidän tästä käsitteestä ja päätin ottaa sen heti käyttöön.

Koko elämäni vaikuttanut asia oli muun muassa se, mitä tapahtui äidilleni, hänen saatuaan junaonnettomuudessa vuonna -36 aivovaurion oikeaan etuaivolohkoonsa, joka on Siegelin mukaan *mielitajun* aluetta ja muistutti kirjassa *Mielitaju* esitettyä tapausta. Äitini kohdalla ymmärsin sen vaikutukset vasta, kun ne tulivat näkyviin hänen käyttäytymisensä aivo-

kuvauksissa liki yhdeksänkymppisenä muistitutkimuksen yhteydessä. Miksei aikaisemmin? Mm. siksi, että ”oikealla aivopuoliskolla ei ole mitään spesifiä tehtävää mitä vasen ei pystyisi suorittamaan”, kuten yleisesti tiedetään.

Äidilläni oli muuten aivan erinomaiset aivot, hän oli älykäs ja aikaansaava, hyvä ihminen. Ihmisen aivoissa on nuorena paljon mahdollisuuksia korvaaviin toimintoihin, joten isojakaan puutteita ei välttämättä huomata niin kauan kuin korvaavat toiminnot ovat kunnossa. Äitini selvisi elämästään erittäin hyvin ja vielä liki yhdeksänkymppisenä piti kiinni siitä, että keskusteluissa pysyttiin asiassa – muut samanikäiset kun vanhustenkeskuksen opintokerhossa lepsuulivat ja käänsivät aina puheen lapsenlapsiinsa. Äitini oli järki-ihminen, auttavainenkin, ja hänestä pidettiin yleisesti – hankaluuksia hänellä oli ainoastaan kotielämässä, mutta ne olivatkin pahoja.

Aivojen vanhetessa korvaavien toimintojen mahdollisuus vähenee, jopa loppuu – joten varsinaiset yllätykset tulevat vasta sitten kun niiden aiheuttaja on häipynyt aikojen hämääriin. Äitini tapauksessa se, että kyseessä oli melko iso aivo-ongelma, tuli näkyväksi tasolle vasta vanhana.

Vaikka ikävimmät vaikutukset olivat koko ajan esillä, niiden syy vain ymmärrettiin väärin. Olen nähnyt äitini aivoista kuvan. Siinä oli iso selvästi erottuva kohta, jossa ei ollut mitään toimintaa. Ja se siis sijaitti paikalla, joka liittyy muun muassa mielitajuun. Äidin aivoista puuttui yksi sellainen osa, jota ihminen tarvitsee ihmissuhteissa – jonka tehtävänä on mm. kartoittaa toisten ihmisten asennoitumista ja mielialoja. Pahansisuihin käyttäytyminen kotiololoissa meni käytännössä hänen luonteensa varjopuolien tiliin – toisaalta äiti ulkoisti kiukkuisuutensa perheongelmiksi, jossa muut olivat syyllisiä. Kukaan ei arvanut syyllistää siitä Valtion Rautateitä, jonka omistamisessa puitteissa vaurioituminen vuosikymmeniä sitten tapahtui.

Muttei äitini silti mitään pahaa tarkoittanut, noudattipahan vain aikakauden käyt-

täytymismalleja niiden negatiiviselta puolelta. Ei muillakaan sen paremmin ollut – eikä niinkään hyvin.

Oli kuitenkin selvä, että vuosia vanha kauna äitiäni kohtaan katosi tämän aivodiagnoosin johdosta. Ehkä tämä vaurio olikin minua varten, että oppisin antamaan anteeksi eräät lapsuuteni vaikeudet ja pääsisin yhteyteen niihin ongelmieni syihin, joihin pystyn itse vaikuttamaan. Henkisen tien kulkijana minulla on anteeksi antamisen mahdollisuus – ja velvollisuuskin. Ehkäpä sen johdosta omatkin aivoni saavat virikkeen korjaantua jossakin suhteessa. Jos ne eivät sattuisikaan olemaan täydelliset.

Monipuoliset aivot – korvaavat toiminnot

Terveet, toimivat aivot ovat mitä ilmeisimmin äärimmäisen monipuoliset ja toimivat sekä suurien kokonaisuuksien hallinnassa että pienen pienissä yksityiskohdissa. Päämme sisällä on arvoituksia, joista meillä ei vielä ole tietoaakaan, mutta käsityksiä aivojen toiminnasta alkaa jo muotoutua.

Mihin kaikkeen aivomme ovat valmistautuneita ja mitä kaikkea niistä saattaa puuttua, jos on tapahtunut vaikka pienikin vaurio. Jokin detalki saattaa muuttaa ihmisen käyttäytymistä: miten vaikuttaa se, olenko kotona vai kylässä, suutunko liikenteessä vaikka muuten olenkin rauhallinen kuin viilipyty jne. Miksi? Aivoissa saattaa jokin niihin liittyvä kohta toimia tai olla toimimatta – tai olla kokonaan muussa käytössä.

Hyvin rauhallisetkin ihmiset saattavat esimerkiksi raivostua liikenteessä. Mihin rauhallisuus katoaa? Onko kenties alue, jonka pitäisi olla *mielitäjun* käytössä, nyt muissa, auton ja ajamisen hallintaan kuuluvissa tehtävissä? Autolla ajaminen on myöhäisen kehitysvaiheen tulosta, ja siksi se stressaa kokonaisvaltaista ymmärrystä ylläpitäviä aivoalueita – ehkä niiden toiminta ei ajon aikana ulotukaan niiden normaalin tehtäväkentän eli tunteiden säätelyalueelle.

Ehkä ihmisen *kehitykselle* on ollut edullistakin se, että aivot kehittyvät osa-alue kerrallaan – jolloin se, että jotkin osat toimivat huonosti tai ei ollenkaan, on antanut kehitysvirikkeen kokonaan toiselle aivo-osalle. Tai että tarpeen vaatiessa jokin aivoalue otetaan aktueellin käyttöön, jolloin se joutuu kaksinkertaisen paineen alle. Tärkeimpiähän ovat joka tapauksessa kokonaisuudet. Jos kokonaisuus kärsii yhden osan johdosta, sen toiminta korvataan toisella. Tasapainon vuoksi.

Ehkäpä suuri osa etiikasta onkin tarpeellista vain sen vuoksi, että ihmisten aivoissa on toimimattomia kohtia, joiden vuoksi on löydettävä tapoja tuottaa korvaavia toimintoja. Siirretään esimerkiksi jokin tunteiden häiriö aivojen rationaaliselle puolelle. Siis kokonaan eri osastolle.

Toisaalta mikä estää käyttämästä *korvaavien toimintojen* sisältämää osaamista yhdessä *normaalitoimintojen* kanssa. Näin on tehty muun muassa muistinparannustekniikoissa. Jo muinaisessa Kreikassa kehitetty muistipalatsimenetelmä toimii näin. Vaikeasti muistettavat asiat siirretään aivan toisenlaiseen ympäristöön, esimerkiksi tuttuun paikkaan ja annetaan niille kokonaan uusi hahmo – tulos on kirkuvan epälooginen mutta juuri sen vuoksi palaa helposti mieleen. Tällaista saatetaan käyttää esimerkiksi numerosarjojen muistamiseen. Silloin matemaattisloogista aineistoa käsitellään fantasiaosastolla – siis kokonaan eri aivopuoliskolla kuin normaalisti.

On olemassa eräs hyödyllinen ”korvaava toiminto”. Rento ei-erityisen-rationaalisesti tiedostava olotila auttaa varsinkin luovassa työssä. Tärkeät asiat tulevat mieleen herätessä unina tai ajatuksina. Intialainen matemaatikko **Snirivasa Ramanujan** (1887–1920) sai sillä tavoin vastauksia matemaattisiin ongelmiinsa. Unen ja valveen välitilassa aivotuominnan laatu on huomattavasti normaalista poikkeava. Silloin voi nähdä jopa hallusinaatioita. **Lotfi A. Zadehin** (1921–) kerrotaan saaneen sumean logiikan idean loikoillessaan kylpyammeessa. Kyse lienee unen ja valveen välitilaan kuuluvista

Miten aivoja luetaan

Uusi tietokoneiden Tan Le -käyttöliittymä lukee käyttäjän aivoaaltoja, mahdollistaen virtuaalisten objektien ja jopa fyysisen elektroniikan ohjaamisen ajatuksen voimalla (ja pienellä keskittymisellä).

Tan Le on CEO of Emotiv Lifescience bioinformatiikkayhtiön perustaja. Yhtiö toimii käyttämällä elektroenkefalografiaa (EEG) mentaali- ja muiden neurologisten tilojen biomarkereiden tunnistamiseen.

www.ted.com/talks/lang/fi/tan_le_a_headset_that_reads_your_brainwaves

ta aivoaalloista, jotka muuttuvat alfa-aalloista theta-aalloiksi ja takaisin.

– Aivoaallot syntyvät neuronien sähkötoiminnoista ja niitä voi ”lukea” aivojen ulkopuoleltakin. Ne ilmaisevat jonkinlaista yleistilaa, mutta niiden mukana siirtyy informaatiota yksittäisistä ajatuksista ja tahtomuksista. Tämä on uutta tutkimusta. Löysin netistä videon, missä ihminen kommunikoi tietokoneen kanssa aivoaaltojensa välityksellä.

Miksi joku ihminen toimii epämielikkäästi

Miellyttävänä pidetty ja yleensä eettisesti toimiva ihminen saattaa siis joissakin tietyissä tilanteissa toimia *täysin väärällä* tai *epämielikkäällä* tavalla sen vuoksi, että *oikeat toiminnot* eivät ole käytössä. Silloin ne ihmiset, jotka joutuvat juuri sillä *tietyllä tavalla* tekemisiin hänen kanssaan, eivät ymmärrä tilan taustoja ja kokevat, että juuri heitä kohdellaan huomommin kuin muita ihmisiä, joiden kohdalla vaurio ei tule esiin. Silloin kysymys saattaa siirtyä *oikeudenmukaisuuden alueelle*. Toisaalta asia saatetaan mieltää ainoastaan kyseisen henkilön psykologisen kehityksen näkökulmasta ja sitä ratkotaan *psykologian alueella*, kun syitä etsitään esimerkiksi ikävästi sujuneesta lapsuudesta. Moninai-



sia selityksiä on siis mahdollista keksiä, mutta täysin oikeaan on vaikea osua. Ja jos osuukin, niin tavallisen ihmisen elämässä on minimaaliset mahdollisuudet korjata aivoja suoraan.

Pienestä kolhustakin voi helposti tulla itse kunkin ymmärryksen mukaan joko terveysongelma, oikeudenmukaisuusongelma tai psykologinen ongelma, tai kenties vallankäytön ongelma – elämän eri alueita kaikki erilaisine perusajatuksineen ja filosofioineen. Yhteiskunta



Aivot. Mielitaju on etuaivolohkoissa ja se kertoo ihmisen suhteesta itseensä ja toisiin ihmisiin. Piirros Tuula Uusitalo

reagoi asiaan täysin erilaisin perustein riippuen siitä minkä kategorian mukaisesti seuraukset vaikuttavat toisiin ihmisiin. Muiden ihmisten reaktioiden kautta ongelma kulkee moneen eri suuntaan, mikä – aikakaudesta ja henkilöstä riippuen – voi johtaa alkuperäistä paljon laajempiin seurauksiin.

Aivot ovat erittäin joustava elin, niissä on paljon mahdollisuuksia muunteluun, eli jos yksi kohta ei toimi, sen voi korvata toisella.

Korjaaminen tapahtuuikin yleisimmin välillisesti: lääkkeiden, psykologian, uskonnon, filosofian, ihmissuhteiden, erilaisten terapioiden, harjoittelun ja jopa oikeustoimien kautta riippuen siitä millä elämän alueella vaikeudet ilmenevät tai mitä kautta niihin katsotaan parhaiten voitavan vaikuttaa.

Jos ihmisellä on riittävä minäkuva ja voimakas etiikka, hän ei ehkä hyväksy vaurion mukaisia toimintatapojaan, silloin hän voi ai-

nakin yrittää käyttää muiden, käytössä olevia aivoalueidensa mahdollistamia korvaavia toimintoja. – Toisaalta omaksutut periaatteet ja aivojen sanelu saattavat toimia synergisesti samaan suuntaan, hyvään tai pahaan.

Historian juonne

Ihmisen toimintatapa ja aivot voivat vastata toisiinsa joko terveiden aivojen antaman luonteen tai sitten vaurion mukaisen luonteen kautta.

Tämä havainto antoi minulle eräänlaisen uuden näkemyksen historiaan. Kirjoitetun historian takana saattaa kulkea juonne, joka perustuu onnettomuuksiin ja sairauksiin. Kaikkeen sellaiseen, millä on konkreettinen vaikutus aivoihin. Voisi olla aiheellista tutkia esimerkiksi päävammojen osuutta historian kulkuun. Mutta niistä ei luultavasti ole muistiinmerkintöjä. On oltu vain tyytyväisiä hengissä selviämisestä. Toisin päin on kylläkin tehty päätelmiä – siitä mikä osa aivoista on tietyillä tyranneilla ollut epäkunnossa. Myös se mitä nykyisin sanotaan ”egoksi” saattaakin johtua vain jonkin tietyn neuronin epäkuntoisuudesta.

Moni on ihmetellyt, miksi näennäisen järkevät ihmiset ovat aloittaneet sotia melko mittattomista syistä? Sairaalassa taas saattaa tavata kiroilevia ja räyhääviä vanhuksia, jotka kuitenkin ovat olleet ihan säädyllisiä ihmisiä ollessaan nuoria ja terveitä. Kyse on aivoista, siitä että jokin kohta tai sitä korvaava alue – tai jopa kerrostuma on lakannut toimimasta.

Jos ajattelemmme esimerkiksi vanhojen aikojen elämäntapoja ja harrastuksia rajuine ruumiinharjoituksineen, turnajaisineen ja ylimalkaan erilaisine väkivaltaisuuksineen, voi ymmärtää, että ihmisten aivot ovat olleet alttiina erilaisille kolhuille ja ihmisen psykologinen muoto on mukautunut aivotoiminnan vaikeuksiin.

Entä kun ihmiset jäljittelevät toistensa tekemisiä peilisolujensa välityksellä? Peilisoluthan ovat sosiaalisen elämän ja oppimisen välittäjiä. Silloin jokin sinänsä pieni juttu kopioituu uudelleen ja uudelleen ihmisestä toiseen vai-

kuttaen ihmisten käyttäytymiseen. Entä jos ”kolahtaneita” on paljon?

Aivoissamme on liskoaivojen lisäksi myös sopeutumia moneen eri tilanteeseen eri kehityskausina. Jokin onnettomuus tai sairaus saattaa tehdä toimintakyvyttömäksi uudempia kerrostumia ja päästää vanhakantaisen primitiivisyyden esiin.

Hyvyyden voima

Kun vuosia sitten olin alle kouluikäisen poikani kanssa katsomassa balettia, hän koko ajan kysyi sen henkilöhahmoista onko se hyvä vai paha. Se oli tärkeä kysymys baletin juonen kannalta. Kuitenkin, kun arvostelemme kanssaihmisemme käytöstä, pitäisi koko ajan myös kysyä, ovatko hänen aivonsa kunnossa sen sijaan, että pidämme ensisijaisena olettamuksena terveitä aivoja mutta pahoja aikeita. Keinot, joita käytämme, voivat lopulta olla aivan samoja kummassakin tapauksessa, mutta mekaanisen vian otaksuminen antaa enemmän kärsivällisyyttä ja humaania asennetta. Myös alussa mainitsemani Ed esitti pyynnön, että kanssaihmiset jaksaisivat suhtautua kärsivällisesti sellaiseen, jonka vammat eivät näy päällepäin.

Rikkinäiset aivot saattavat tehdä vaikeaksi *oikeat ihmisten väliset suhteet* ja mielitajun, joka on pohjana muun muassa *tunneälylle*. Voimme myös ymmärtää, että mielitajun puuttuminen vaikuttaa myös ihmisen *käyttövälineisiin* eivätkä ne toimi parhaimmalla tavalla. – *Käyttövälineet* tässä merkityksessä tarkoittavat ihmisen eritasoihin energiakehoihin kuuluvia, eri tarkoituksiin soveltuvia ”elimii”.

Aivotutkimus todistaa mm. hyvyyden asuvan aivoissa. Ihminen saa hyvydestä mielihyvää samalla tavoin kuin vaikkapa ruuasta – mikä lisää välittäjäaine dopamiinin tuotantoa. Hyvyys jakautuu aivoissa useille alueille. Kun annamme jotakin omastamme toisen hyväksi, aivojen mesolimbinen keskus (mesolimbinen alue on aivojen mielihyväkeskus) ja samalla aktivoituvat jotkin tietyt etuotsalohkon alueet. Kun taas seuraamme muiden pyyteetön-

tä, altruistista, käyttäytymistä aktivoituu ohimolohkon takaosa.

Myös oikeudenmukaisuus on ohjelmoitu aivoihin, se paikantuu mantelitimakkeeseen, joka on aivojen vanhimpia osia. Ruotsissa tehty tutkimus osoittaa, että oikeudenmukaisuus on aivojen perusominaisuus.

Pitää kuitenkin paikkansa myös se, että pa-ha voi asuttaa samoja aivo-osia kuin hyväkin. Ihmisen eettiset ratkaisut kutsuvat jomman kumman ilmenemään.

Hyvyyden olemassaolo on vahvempi kuin fyysiset vauriot ja hyvyttä voi vahvistaa vaikkapa ajatuksilla. Sanotaan myös, että seura tekee kaltaisekseen. Yhteisön positiivinen voima on merkittävä vaikuttaja. Hyvyttä silmämääränään pitävä yhteisö saattaa virittää yksilössä hänen rikkinäisiä aivo-osiaan korvaavat toiminnot niin, että pahuus ei vie voittoa, vaan että esimerkiksi suoraan jälleensyntymistä tulevat eettiset vai-kutteen ottavat vallan.

Tarpeeton pannaan piiloon

Jonkin aivo-osan aktiivisuus voi estää toisen aivo-osan toiminnan jäämistä tietoisuuden ulkopuolelle tai ainakin harjaantumista vail-le. Se ei kuitenkaan tarkoita, etteikö latentiksi jääneen osan käyttöönottomahdollisuutta olisi lainkaan. Ihmisellä on käyttämättömiä voima-varoja yllättäviä tilanteita varten.

Erään professorin aivoille tapahtui jotakin. Tämä puheliaksi tunnettu mies menetti yhtäkkiä kokonaan puhekykynsä. Hän pystyi edel-leen laulamaan – se oli hyvä, sillä musikaalise-na henkilönä hän saattoi jatkaa kuoroharjoi-tuksissa käymistä. Musiikki nousi kuitenkin entistä vahvemmin pintaan ja sen tajuaminen voimistui. Absoluuttinen sävelkorva pääsi esiin ja siihen liittyi henkisiä sisältöjä. Mikä toisaal-ta tuntui hankalalta sen vuoksi, että se oli niin

tarkka, absoluuttinen, eikä musiikki erilaisine virityksineen noudattanut sitä.

Myöhemmin, kun vamma alkoi parantua, professorin puhekyky palasi. Puhekyvyn pa-lauduttua absoluuttinen sävelkorva poistui vaivaamasta hänen aistejaan. Tästä voimme ymmärtää ainakin seuraavan asian: osa aivo-toimintaa on tarkoitettu myös peittämään vähemmän tarpeellista osaamista. Kun puhe-

kykyä ylläpitävä aivo-osa rikkoutui, tuli esiin ab-soluuttinen sävelkorva. Ne olivat tällä ihmisellä toisensa pois sulkevia – ehkä monella muullakin. Jos professori olisi ollut muusikko eikä fyysikko, hänen musikaalisuutensa olisi noussut vielä enem-män esiin ja ehkä ottanut

haltuunsa vielä suuremmassa määrin hänen tietoisuutensa.

Tätä voisi verrata autisti-savantien outoi-hin mutta äärimmäisen tehokkaisiin tapoihin hahmottaa tätä maailmaa. Kukaties meillä ”ta-vallisilla ihmisillä” onkin samoja kykyjä mut-ta vain liikaa niitä peittäviä aivotoimintoja? Tietoisuus on valikoivaa ja aivot useimmiten toimivat sen mukaan mitä jokapäiväiseltä elä-mältämme vaaditaan. Me tarvitsemme taval-lisuuttamme, normaaleja kykyjämme, mutta tavallisten kykyjen takana voi piileskellä monia epätavallisia kykyjä.

Aivot ja teorian yhtenäisyys

Jatkan professorin aivojen ihmeellisistä muu-toksista. Toinen merkillinen piirre oli, että hän oli menettänyt kykynsä laskea tavallisia alkeismatematiikan laskuja. Mutta kaikkea matematiikka hän ei kuitenkaan menettänyt vaan pystyi edelleen laskemaan integraaleja ym. korkeamman matematiikan tehtäviä, joi-ta hän tarvitsi työssään. Myöhemmin alkeis-matematiikkakin palasi ennalleen, mutta en-tä sillä välillä?

Ei ehkä olekaan niin tärkeää löy-tää "ainoa oikea" teoria vaan har-joittautua ajattelemaan monitahoi-sesti ja katsomaan mikä toimii mil-loinkin hyvin.

Alkeismatematiikka on periaatteessa helppoa, lapsikin sen osaa, ja pääosa ”korkeampaa matematiikkaa” on rakennettu sen yksinkertaisimpien – aksioomiksi muotoiltujen – ”itsesäänselvyyksien” päälle. Matematiikka, vaikka se on tiettyssä mielessä yhtenäinen järjestelmä, ei aivojen kannalta olekaan sitä, vaan sen osia on eri paikoissa päätä.

Aivot ja teoria eivät ole yksi yhteen. Mutteivät ne voi puhua toisiaan vastaan, muuten ihmisen integriteetti kärsii: aivojen on hyväksyttävä jokin teoria ja välitettävä se mielen käyttöön – tai päinvastoin, mielen on tuotava teoria aivojen hyväksyttäväksi. Ja kaikkien niiden aivo-osien, jotka osallistuvat tähän on annettava hyväksyntänsä – näkemyksiä voi tietysti joutua muuttamaan.

Esimerkissäni professorin aivoista puuttuivat alkeet, eli siis matemaattisen teorian kivi-jalka. Hän ei tiennyt, mitä on yksi ynnä yksi. Se tarkoittaa, että jäljelle jäänyt matematiikan osa olikin pelkästään muistin ja uskon varassa. Ei se tietysti ollut sen vähemmän totta ja oikeaa laajemmalti katsottuna, mutta teorian yhtenäisyyden kannalta kiusallista.

Useat tieteenalat ovatkin epäyhtenäisiä, ilman kaikkien hyväksymää teoriaa, riippuen siitä mistä lähdetään liikkeelle, mitä on ensin ymmärretty ja miten siitä jatkettu – ja myös siitä mitä on vastustettu. Esimerkkinä olkoon vaikkapa ilmastotutkimus, jonka teorialiikkeet eivät vielä kohtaa toisiaan. Itse asiassa myös aivot suosivat tällaista.

Jos ajattelemme kaikkea sitä valtavaa tietomäärää, jota aivomme joutuvat käsittelemään, paras vertauskohta voikin olla komero, jossa tavarat ovat mikä milläkin hyllyllä ja niiden sijainti on osittain tuntematon. Osa on käytössä ja osa käyttämättä. Hyllyjäkin saattaa puuttua. Kuinka paljon epäyhtenäisiä teorioita siellä onkaan! Se lienee myös rikkaus. Ei ehkä olekaan niin tärkeää löytää ”ainoa oikea” teoria vaan harjoittautua ajattelemaan monitahoisesti ja katsomaan mikä toimii milloinkin hyvin. Jokin intuitiivinen pikavalintakin saattaa löytyä.

Elämme samassa todellisuudessa muiden kanssa, mutta tulkintamme siitä on aivan erilainen. Totuuden päämäärä ikään kuin vaatisi yhtä ainoaa oikeaa näkökantaa ja yhtä ainoaa oikeaa teoriaa ainoine oikeine johtopäätöksineen. Se mitä hän ymmärtää totuudeksi riippuu kuitenkin hänen lähtökohdistaan ja tavastaan päätellä asioita.

Ihmisen aivot edustavatkin monipuolista kehitysmallia: Väliin yhtä, sitten toista – silti ihminen pysyy kokonaisuutena, koska kehityksen eri puolet saavat parhaat virikkeensä toistensa puutteista. Juuri äskettäin TV:ssä oli keskustelu, jossa pohdittiin vapaan tahdon mahdollisuutta, mikä keskustelun puitteissa vaikutti ongelmalliselta. Oman käsitykseni mukaan monipuoliset, moneen suuntaan kehittyvät aivot ovat mielestäni paras tae myös vapaalle tahdolle.

Ihminen voi ajatella monella eri tavalla ja monesta eri lähtökohdasta käsin oikein. Hyvässä tapauksessa hän saa runsaasti uusia neuronikytkentöjä ja näennäisen kaukana olevat asiat yhdistyvät uudeksi kokonaisnäkemykseksi. ●

Aivot ja ihmisen kaksi luonnetta

On aivan normaalia, että ihmisen latentit tieto- ja taitovarastot pyrkivät esiin. Kenenkään ei pitäisi sitä säikähtää.

Olen havainnut, että minulla itselläni – ja uskoakseni useimmilla muillakin – on kaksi monessa suhteessa päinvastaisille elementeille rakentuvaa luonnetta.

Toinen on se vähittäin päivittäisistä kokemuksista ja vähittäisestä kehityksestä koostuva perusluonne. Ja toinen, joka purskahtelee näkyviin ainoastaan silloin tällöin – sen vuoksi, ettei sillä ole sijaa normaalitietoisuudessa, normaalin elämänmenon puitteissa. Sen esiin tuleminen on saanut virikkeensä rakastumisista ja erikoisista elämäntapaista – ja näiden muka-

naan tuomat uudet ihmiset tuntevatkin minut varsin toisenlaisena kuin esimerkiksi perheeni. Tilanne on sama kuin äidilläni (kerroin hänestä artikkelissani *Omista ja toisten aivoista*), mutta ehkei kuitenkaan johdu samoista syistä. Näihin ”erikoisiin elämäntapaista” lasken myös lähtemisen henkisellettielle.

Toinen luonne

Tällä *toisella luonteella* täytyy olla sijansa myös aivoissa, mutta *tavallinen luonne* on saanut yllin kyllin tottumuksen antamaa vahvistusta. Sen sijaan *toisella luonteella* ei sitten olekaan taustanaan tottumuksen voimaa – sen sijaan ehkä karman sallima mahdollisuus muuttaa jotain oleellista. Oidipuksenkin on oivallettuaan vihkimystiensä vaatimukset uusiuduttava moneen kertaan, rohkaistava itsensä ja jätet-



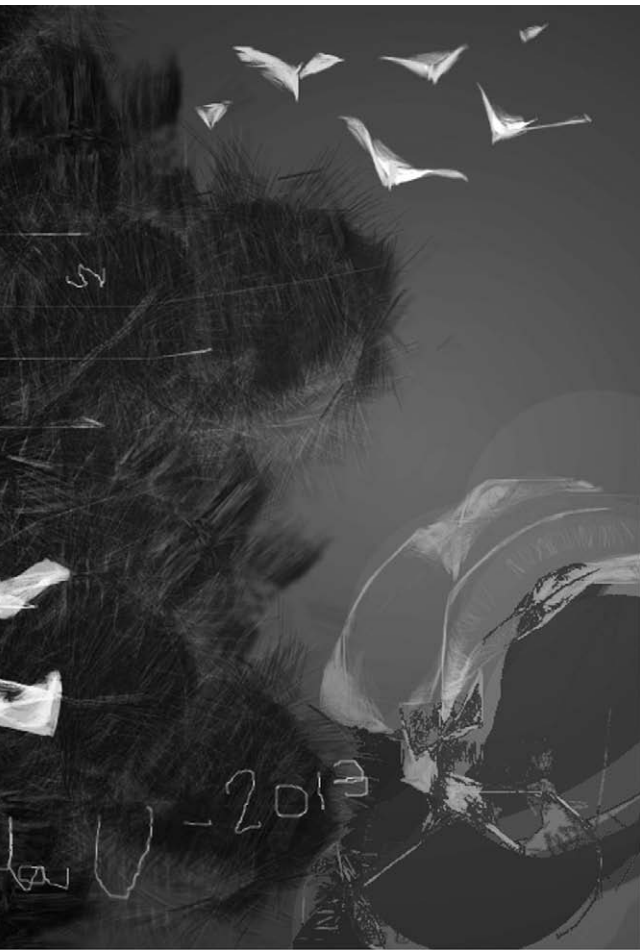
Tunneajojen tekosia. Rakastuminen avaa portin toiseen ihmiseen ja se luo illuusion siitä, että "olemme aina tunteet toisemme". Rakastavaiset myös tuntevat leijuvansa ilmassa. Piirros Tuula Uusitalo

tävä vanha taakseen uudelleen ja uudelleen löytääkseen itsensä.

Piilossa olleiden kykyjen ja ominaisuuksien esiin tuleminen saattaa olla kiinni asioista, jotka tulevat luoksemme kohtalonomaisina "nyt tai ei koskaan" -tilanteina, jolloin ne on helppo kutsua toimintaan: "Jos et osaa, sinun täytyy", niin kuin elämänhallinta-seikkailuohjelman *Läpimurto elämässä* **Tony Robbins** sanoo. Kaikilla ei ehkä sellaisia tilanteita tule, mutta riittävän monilla. Muuten ei olisi tapahtunut vallankumouksia tai liitytty henkisiin järjestöihin. Ei olisi vaihdettu ammattia tai tehty kierekkaardilaisia uskonhyppyjä. Eikä olisi yleensä

mitään normaalielämästä poikkeavaa. Aivot junnaisivat vain valmiiksi opittua – eikä edes Jumalalta otettaisi vastaan uusia ideoita, vaikka häneen muuten uskottaisiinkin.

Aivojen tasolla *toisen luonteen* on tultava ulos kaikessa ei-osaamisessaan ja oltava käytettävissä muutenkin kuin varajärjestelmänä. Ihminen voi valita niin. Hänen henkiset puolensa kyllä tietävät, jos taustalla on jotain arvokasta. Aivot alkavat silloin toimia uudella tavalla. Ja se on vain hyväksi, sillä aivot ovat ihmisen hermostoa. Hermot puolestaan on rakennettu siten, että ne väliin väsyvät jatkuvaan toistoon: aluksi vie aikaa ennen kuin yksittäinen synapsi ottaa



välittääkseen jonkin informaation, sitten se hyväksyy sen ja toistaa sujuvasti oppimaansa. Mutta kun aikaa on kulunut, se suomeksi sa-
nottuna kyllästyy.

Ihmisen aivokoneistokin tarvitsee siis jat-
kuvasti uusia virikkeitä pysyäksään kunnossa. Henkinen tie vaikuttaa sen vuoksi positiivises-
ti aivoihin, sillä se tarjoaa ihmiselle tilaisuuden
muuttaa itseään ja etsiä lisää tietoa ja virikkeitä. Siinä on myös vihkimyksiin liittyviä vaikeuksia
ja huippukohtia – sekä arvoituksia ratkaistaviksi.

Virikkeiden saaminen on muun muassa tur-
vallisuuskysymys. Liian pitkä aika ”yhtä ja sa-
maa” altistaa onnettomuuksille mm. liikentees-

sä. Pahimmassa tapauksessa seuraa blackout,
niin kuin lentäjille tapahtui joskus ilmailun al-
kuaikoina heidän tuijottaessaan pitkään pelk-
kää taivasta. Hermot synapseineen toimivat
aivoissa sekä konkreetin aistimaailman että
henkisen maailman vastaanottimina. Uusi-
tuminen on A ja O.

Kaikkea tajunnallista sisältöään hän ei mo-
net elämät ja elämänvaiheet läpikäynyt ihmi-
nen pysty edes tiedostamaan. Ihmisen on aina
väliin päästettävä esiin piilevät kykynsä ja la-
tentit piirteensä, joita on kertynyt esimerkik-
si jälleensyntymien seurauksena ja kehitettävä
myös jotain uutta.

Kyse ei viimekädessä ole ”ulkoisesta ja sisäi-
sestä” puolesta tai ”oikeasta ja vasemmasta”.
Kyse ei ole myöskään ”valosta ja varjosta”, tai
”positiivisesta ja negatiivisesta”, sillä kaikkia nii-
tä on paketeissa mukana. Paremminkin kyse on
ihmisen normaalitietoisuuden rajoittuneisuu-
desta, hermoille ominaisesta vaihtelun tarpees-
ta ja aivo-osien vuorottaisesta kehittymisestä.

Tähän vastakohtaisuuteen liittyy sellaisia asi-
oita kuin, että ujo ihminen uskaltautuu mui-
den seuraan ja ylittää normaalin sosiaalisuu-
den rajat, koska pitää muutoksessa ilmeneviä
asioita tärkeämpinä. Tai että rationaalisuuteen
vihkiytynyt ”hurahtaa” johonkin eksoottiseen
uskontoon jne. Ja päinvastoin: uskonto jätetään
ja etsitään muita keinoja mieltää olemassaoloa
esimerkiksi vapaa-ajattelijana tai skeptikkona.

Aaltoliike ja korkeimmat arvot

Toisaalta ”varajärjestelmätkin” väsyvät ja lak-
kaavat toimimasta. Maailmassa on tehty run-
saasti hyviä aloituksia, on oltu innoissaan uu-
sista aatteista ja ihmisistä – jolloin kenties mo-
nikin on toiminut ”toisen minänsä” edellytys-
ten varassa, tehnyt hyvää mutta myös pahoja
virheitä. On ollut ”hulluja vuosia” jne. Tällä
tavoin saavutetusta edistyksestä seuraa väistä-
mättä myös paluu vanhaan. Saatamme esimer-
kiksi ihmetellä miksi monet henkiset suunta-
ukset potevat jäsenistön vähyyttä. No ihmisen
aivot ja hermosto on vain rakennettu sillä ta-

Vasen ja oikea

Seuraavassa on ylimalkainen hahmotelma aivopuoliskojen toiminnasta.

VASEN AIVOPUOLISKO

- käyttää logiikkaa
 - keskittyy yksityiskohtiin
 - hallitsee faktoja
 - sanat ja kieli
- (yksinkertaiset nimisanat ovat myös oikealla.)
- nykyinen ja mennyt
 - matematiikka ja tieteet
- (pienet kokonaisluvut ovat myös oikealla)
- tietämys
 - järjestys- ja kuviohahmotus
 - tietää esineen nimen
 - pohjaa todellisuuteen
 - muodostaa strategioita
 - järkevä, käytännöllinen
 - luotettava

OIKEA AIVOPUOLISKO

- käyttää tunteita
- näkee kokonaiskuvan
- mielikuvitus hallitsee
- symbolit ja kuvat
- nykyinen ja tuleva
- filosofia ja uskonto
- tuntee
- arvostaa
- avaruudellinen hahmotus
- tietää esineen toiminnon
- pohjaa fantasiaan
- esittää mahdollisuuksia
- harkitsematon
- ottaa riskejä

www.avatv.fi/kuudesaisti/

voin, että jossain vaiheessa innostutaan uusista ideoista ja myöhemmin palataan entiseen.

Tästä seuraa aaltoliike, jota me kaikki olemme todistamassa. Radikaalit muuttuvat konservatiiviksi. Kun on yhdistytty, pyritään myöhemmin eroon. Kun on päästy demokratiaan, pyritään uudelleen yksinvaltaan. Hyllätään pitkät hameet ja siirrytään lyhyisiin, ja päinvastoin. Muodeissa aaltoliike on tiedostettua ja ymmärrettyä, muttei esimerkiksi politiikassa. Muoti on siinä suhteessa viisasta, mutta se toimiinkin ”kevyillä” elämäalueilla, joissa on helppo saada aikaan muutoksia puoleen ja toiseen.

Kuitenkin kehitys on myös lineaarista, etenevää: positiivisimmat ideat jatkavat kasvamistaan, kunnes ihmiset ovat valmiit hyväksymään ja omaksumaan ne koko olemukseensa – *tavallisuuteensa* yhtä paljon kuin *toiseen luonteeseensa*.

Edes suurin piirtein ehjän ihmisen toisella luonteella on aina sama etiikka ja samat korkeimmat arvot kuin tuolla vakiintuneella ja tuttavien tuntemalla ”tavallisella ihmisellä” – mutta aivan erilainen toimintatapa. Korkeimmat arvot voivat kuitenkin käyttää melkein

mitä aivo-osia tahansa, pääasia että korkeimpia arvoja on.

Rakastuneen aivot

Rakkautta kannattaa katsoa aivojen kannalta mm. sen vuoksi, että se aiheuttaa elämässä yllättäviä muutoksia. – Ehkä muutkin muutokset noudattavat jossain määrin rakastumisen kaavaa. Rakastuneen aivoissa jylläävät hormonit tai niiden puute. Häntä ei todellakaan voi pitää selväjärkisenä, rationaalisesti tekojaan harkitsevana ihmisenä.

Sitä on myös tutkittu aivokuvauksin ja tulokset on varmennettu valheenpaljastuskoneen avulla. Kokeen tekivät **Andreas Bartels** ja **Semir Zeki** ja heidän tutkimuskohteenaan olivat ”kuolettavasti rakastuneet” ihmiset.

Kun rakastuneille näytetään erilaisten ihmisten kuvia, rakkauden kohteen tullessa näkyviin tapahtuu jotain isojenaivojen keski- ja etuosissa aivokuoren alla neljällä pienellä aivoalueella. Yksi erityisen herkästyneistä alueista, aivosaa-ri eli insula, välittää vatsanpohjaan kutittavan tunteen. Sen vuoksi euforisen tunteen lisäksi rakastuneiden vatsassa oli perhoshia.

Rakastuneilla etuaivojen otsalohkon toiminta vaimenee – se kuuluu aivoissa mielitajun alueeseen. Silloin myös käyttäytyminen muuttuu impulsiiviseksi. Tutkimuksessa tuli esiin että myös mantelimumakkeen toiminta hiljenee. Mantelimumakehan on myös tunnealuetta, mutta pääasiassa negatiivisten tunteiden. Romanttisessa rakkaussuhteessa mantelimumake ja otsalohko vaimenevat serotoniinin puutteesta. Puhtaassa seksuaalisuudessa aivojen käytössä on runsaasti serotoniinia ja sukupuolihormoneita.

”Serotoniinivaje pitää suhteen hieman etäisenä mutta uskollisena”, sanoo psykiatri **Timo Partonen** Kansanterveyslaitoksesta.

Pisan yliopistossa Italiassa 1999 valmistuneessa tutkimuksessa seurattiin nuoria, vastikään rakastuneita lääketieteen opiskelijoita. Nuorten suhde oli seksitöntä ja saavuttamatonta etärakkautta, siis *platonista*. Kaikilla koehenkilöillä serotoniinia oli verihiutaleissa erittäin vähän. Heidän aivonsa kärsivät välittäjäaineen puutteesta. Platoninen rakkaus vaatiikin siis serotoniinin vähyyttä! Kyseessä taitaakin olla eräänlainen ”korvaava toiminto”, joka ottaa ”kauneuden ja viisauden” ynnä muuta henkistä ihailun kohdetta käyttövoimakseen. Koska eri ihmisten mantelimumakkeen serotoniinireseptorien määrä ja laatu vaihtelevat rajusti, kysymyksessä voi olla myös perinnöllinen taipumus.

Oksitosiini puolestaan on kiintymyshormoni, jota on löydetty äidin ja lapsen välisestä rakkaudesta. Ehkä se vaikuttaa myös ystävyydessä? Mielitajun olisi kuitenkin syytä olla ainakin pääosin kunnossa.

Ateistin aivot

Ateistit haluaisivat poistaa henkisiä ja uskonnollisia merkityksiä juhlilta, joilla niitä perinteisesti on. Koska olen ollut ateisti, ymmärrän tämän *maailmankatsomuksen yhtenäisyyden* kannalta. Mutta aivojen kannalta katsottuna voi kysyä, johtuuko halu poistaa uskonnollisia merkityksiä siitä, että on omaksuttu maailmankatsomus, johon ei haluta poikkeamia

tai lisääksioomia – vai siitä, ettei aivoissa ole toimivana kohtaa, joka osaisi luontevasti käsitellä uskonnollisia ja henkisiä asioita, minkä vuoksi ne tuntuvat epätasalta.

Ateismi, vaikka se olisi omaksuttu järkevinä ajatuksina maailmankatsomuksen tasolla, ei välttämättä ulotu aivotoiminnan perusteisiin eikä ihmisen korkeimpiin käyttövälineisiin saakka. Myös ateisteilla on etiikka ja monia henkisyyden alaan liittyviä ominaisuuksia – samoja, joita joku toinen saa uskonnon tai henkisyyden avulla. Kenties kyse onkin vain vasemman ja oikean aivolohkon erilaisista tulkinnoista saman asian suhteen?

Ihmiskunta kokonaisuutena tuntuu olevan suuri ”supereliö”, jonka kehitys riippuu sen moninaisuudesta – myös siitä, että siihen kuuluvien yksilöiden aivoista lähtee hyvin erilaisia signaaleita. Ateistin aivoissa räiskyvät oletettavasti aivan eri synapsit kuin vaikkapa mystikolla. Ehkä siis – ihmiskunnan moninaisuuden kannalta – on tarpeellista, että joidenkin ihmisten kuuluu ajatella ateististen oletusten pohjalta ja muotoutua ihmisenä sellaisiksi. Silloin voi antaa oman lisänsä keskusteluihin ateismin pohjalta ja tuottaa omanlaisiaan toimintamuotoja.

Silti puhdas järkiajattelu ei sulje pois uskonnon piirteitä aivojen tasolla. Viime kädessä ihminen on persoonallisuus, jota hänen etiikkansa ohjaa. Tai jota hänen Jumalansa ohjaa. Onko sillä suurta eroa? Ateistista on oikeastaan aika lyhyt matka uskovaiseen tai mystikkoon, jos vakaumuksia ja pyhiä arvoja käsittelevät aivo-osat ovat toimintakunnossa. Silloin kun pääasia on muutos, tällaista tapahtuu ja maailmankatsomus saa luvan mukautua siihen.

Siteeraan *Tekniikka ja Talous* -verkkolehdeä (www.tekniikkatalous.fi/innovaatiot/tiede): ”Tutkimuksen mukaan vakaumus muokkaa aivoja. Pyhien arvojen alue on suurempi kuin hyötyajattelun”, siinä todetaan. ”Tärkeitä henkilökohtaisia arvoja ovat esimerkiksi uskonnollinen vakaumus, kansallinen identiteetti tai eettiset säännöt.” Näitä on jokaisella.

”Vakaumus ja käsitykset oikeasta ja väärästä käsitellään aivoissa kokonaan eri paikassa kuin

Ihmisen aivokoneisto tarvitsee jatkuvasti uusia virikkeitä.

kustannus-hyöty -ajattelu ja siihen liittyvät järjellä tehtävät valinnat, ja ”pyhiin” arvoihin liittyvä aivoalue on näistä kahdesta suurempi.”

Missä ovat tunteet, ellei niitä tunne?

On olemassa ihmisiä jolla ei sanottavasti ole tunteita. Nyt voidaan kysyä, miten on sellaisen ihmisen laita? Onko kyse aivoista vai muista käyttövälineistä? Vai onko häntä vain estetty käyttämästä tunneaivojaan tai tunneruumsaatan? Emme voi aina käyttää kalliita laitteita katsoaksemme onko vika aivoissa, meidän on arvattava – tai kysyä ratkaisisiko intuitio ongelman.

On tietysti noloa, jos puuttuu jokin niin olennainen kyky kuin tunteiden tunteminen. Se tuottaa ongelmia esimerkiksi perhe-elämässä ja usein se huomataankin juuri sitä kautta.

Ihmisellä, jolla on esimerkiksi aleksitymia – jolloin aivot eivät välitä kokemusta tunteista – voi kuitenkin olla tunteita. Tunne-energiat vain ilmenevät muuta tietä. Tunteilla on kiinalaisen lääketieteen mukaan sijansa mm. sisäelimissä ja niitä vastaavissa meridiaaneissa,

Tunneköyhä ihminen

Aleksitymia tarkoittaa »ei sanoja tunteille». Aleksityymisen henkilön on vaikea tunnistaa tunteitaan ja kuvata niitä. Aleksitymiaan liittyy usein myös niukka mielikuvitusmaailma, ajattelun konkreettisuus ja toiminnallisuuteen suuntautuminen. Kyky tiedostaa ja käsitellä omia tai muiden tunteita sekä kyky empatiaan ovat aleksityymisellä ihmisellä kehittyneet heikosti. Aleksitymiaa ja psykologista oivalluskykyä voidaan tarkastella toistensa vastakohtina.

Lähde: Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim, 2006;122(11):1279-80, Simo Saarijärvi, Jouko K. Salminen ja Erkki Äärelä: Pääkirjoitus, www.duodecimlehti.fi/web/guest/

joiden katsotaan olevan tunne-energioiden kantajia. ”Sydän rakastaa” ja ”sappi kiehuu” -tasolla sen voi ymmärtää kiinalaisia oppeja tuntematonkin. Sisäelimethän ovat olemassa päässä olevista aivoista riippumatta vaikkakin ne oletettavasti toimivat huonommin, ellei varsinaisessa aivotoiminnassa ole riittävää vastinetta niiden edustamille tunteille.

Lopputuloks voi näyttää samalta, vaikka sen syyt ovat aivojen toimintamallin tasolla erilaisia. Tunne-elämä voi olla piilossa ylenpalttisen rationaalisuuden alla – olemassa, vaikkei tietoisena. Monilla tiedemiehillä näin juuri on, muttei tietysti kaikilla. Tai päinvastoin: tunne-elämän luontainen vähyys päästää aivot toimimaan rationaalisesti.

Kumpikohan Immanuel Kantia vaivasi, kun hän pohti, mennäkö naimisiin vai eikö mennä. Tarinan mukaan hän vastasi eräälle kysyjälle, ettei ole teoriassaan päässyt siihen asti, että pystyisi ratkaisemaan onko naimisiinmeno välttämätöntä. – ”Tavallinen ihminen” ei pohtisi tällaista kysymystä minkään teorian tai filosofian kautta, vaan jonkin ehkäpä tunne-ai-voissa olevan pikavalinnan kautta. Kiitos sille, ihmisiä syntyy edelleenkin.

On myös mahdollista sulkea pois – ainakin hetkittäin – aivotoimintoja, jotka estävät tunteita tulemasta esiin – ja päästää sillä tavoin tunteet tietoisuuden piiriin. On myös mahdollista hillitä tunteensa ja antaa rationaalisuuden toimia. Joskus rationaalisuuden täyttämä ihminen saattaa ohjata jopa tunteensaakin ilmenemään rationaalisen aivopuoliskonsa kautta. Tiedemies voi esimerkiksi selittää kolmivuotiaalle lapselleen huolellisesti miten jokin monimutkainen kone toimii. Lapsi ehkä tajuaa, että kyse on rakkaudesta – tai sitten ei. Tunteiden vähydestä kärsivältä ihmiseltä tunteet saattavat kadota kokonaan, jos hän alkaa pu-

hua. Hän ei siis pysty sanomaan esimerkiksi ”Minä rakastan sinua”.

Tunteet ja järki ovat toisensa poissulkevia vastakohtia silloin, kun kyse on aivotoiminnan määrästä ja toimintamallista, joka ei pysty käyttämään näitä yhtäikaa. Esimerkiksi siitä, että vasen, verbaalinen ja rationaalinen puolisko ei jostain syystä pysty toimimaan yhtäikaa tunteisiin liittyvän oikean aivopuoliskon kanssa. Asioista keskusteleminen saattaa rauhoittaa tunteiden vallassa olevan ihmisen. Tällöin ylivoimakas tunnekuuhunta vähenee tai lakkaa, kun toisensa poissulkevat aivo-osat alkavat tehdä yhteistyötä keskenään.

Ihmisen ominaisuuksinahan tunne ja järki kuuluvat yhteen ja niiden tulisi tukea toisiaan! Ihmisen paras tulevaisuudennäkymä onkin siinä, että yhdistää luovasti ja positiivisesti näiden ”vastakohtaisten” aivo-osien mahdollisuuksia.

Yksilöllisyyttä ja suurempia kokonaisuuksia

Aivojen toimintamuotoa vaihtamalla voi esimerkiksi nähdä, miltä maailma ”konkreetisti” näyttää, kun sitä katsotaan vain näköaistilla ilman ennako-oletuksia ja -tietoa. Tämän aivojen kääntötempun olen oppinut jo lapsena, kun opettelini piirtämään näköiskuvia. Sillä on aikansa ja paikkansa, mutta ei se tietysti kovin pitkälle kannu.

Mutta sellainen on tyypillistä aivotoiminnalle. Ei pidä pitää absoluuttisena totuutena sitä minkä aivot missäkin olotilassa tuovat tietoisuuteen vaan ymmärtää, että ”näinkin voi nähdä”. Tämä ajatus tulee esiin myös Siegelin kirjassa *Mielitaju*. Ja joskus näkemistavan vaihtaminen on erittäin hyödyllistä.

Erilaiset virikkeet menevät auraan, tajuntaan, kehon energioihin ja henkisiin käyttövälineisiin, mutta toimivat myös tai ennen kaikkea – painotuksesta riippuen – aivoissa. Niillä on tietyt paikkansa aivoissa, tietyt neuroniryhmät, jotka ”sähköttävät” toisilleen aktivoituessaan. On tehty kokeita, joissa aktivoituneiden aivo-osien kautta on päätelty mitä ihminen näkee

tai ajattelee. Toisaalta samat virikkeet aktivoivat myös käyttövälineitä.

Mutta ne henkiset käyttövälineet, jotka silloin aktivoituvat, saattavat nekin olla eri ihmisillä aivan erilaiset. Voidaan sanoa, että henkiset käyttövälineet *kuvautuvat* aivoihin ja aivotoiminta *kuvautuu* henkisiin käyttövälineisiin, mutta molemmat ovat täysin yksilöllisiä, niin aivot kuin käyttövälineetkin, joten tämä *kuvautuminen* on myös täysin yksilöllinen. Näiden molempien yhteistuloksena syntyy ainakin osa siitä perustasta, joka on tarpeen yksilölliselle ihmisluonteelle.

Mutta myös yksilöä suuremmat kokonaisuudet kuvautuvat ihmisen aivoihin ja käyttövälineisiin. Ne vaikuttavat silloin kokonaisvaltaisesti ihmisen luonteeseen. Aivotoiminta yhdessä ihmisen henkisten käyttövälineiden kanssa on erittäin ratkaisevaa paitsi yksilön persoonallisuuden muodostumisessa myös laajemmissa yhteyksissä, jopa kulttuurien muodostumisessa. Laaja mielitaju-osio esimerkiksi on kokonaisvaltainen ihmissuhdetaitojen koordinaattori ja sillä on suuri merkitys sekä ihmiselle itselleen että koko hänen yhteisölleen.

Ihmisellä saattaa olla tunne siitä, että hänellä on jotain tärkeää tehtävää elämässä ja se aktivoi hänen aivonsa ja käyttövälineensä. Hänellä voi itsellään olla jokin idea toteutettavaksi tai että häntä tarvitaan mukaan toteuttamaan jotain suurempaa ideaa. ”Ideoissa, jotka eivät jätä rauhaan – – niissä lymyvät kohtalon siemenet”. Tämä on sitaatti elokuvasta *Babe, urhea possu*. Nämä kohtalon siemenet vetävät ihmisaivoistakin esiin sellaisia puolia, jotka muuten voisivat jäädä kokonaan taka-alalle. ●

Lähteitä

Daniel J. Siegel, Mielitaju Muutoksen tiede, Basam Books 2012, 351s

Psychnet, Aivot ja mieli, psychnet.wordpress.com/mielen-tutkimus-ja-hoito/aivot-ja-mieli/ (Psychnet on ihmismieleen ja erityisesti sen häiriöihin keskittynyt sivusto, joka pyrkii tarjoamaan erilaisia näkökulmia mielen toimintaan, rakenteeseen, terveyteen ja sairauteen, tasapainoon ja häiriöihin eri tieteenalojen tutkimustuloksia ja teoreettisia näkökulmia hyödyntäen.)

Jukka Ruukki, Tosirakkaus kaappaa aivot, Tiede, verkkolehti, www.tiede.fi/artikkeli/407/tosirakkaus_kappaa_aivot

Ihmisen henki ja identiteetti

Henkinen maailmankatsomus eroaa muista maailmankatsomuksista siinä, että se pitää totena henkisen maailman ja sen olentojen olemassaoloa.

Lähtiessäni henkiselle tielle 70-luvun alussa, minulta puuttui sekä uskonnollinen että henkinen ja myös psykologian taustatietous. Opin kuitenkin Kirjeopisto Vian rajajoogan kautta käyttämään ihmisen henkiseen olemukseen liittyviä käsitteitä, sellaisia kuin *korkeampi Minä* ja *Ikuinen Itse*. Opin ne siis aluksi metodisesti tietämättä juuri mitään siitä, miten ne liittyvät ihmiseen ja hänen henkiseen tiehensä.

Tällä tavoin ihmisen omat henkiset puolet tulivat käytännön rajajoogaharjoituksen kaut-

ta tutuiksi, koska tähän prosessiin liittyi myös havaintoja siitä minkälaiset toiminta- ja kehitysmahdollisuudet ihmisellä on niiden kanssa – ja minkälaiset ilman. Sittenmin **Tyyne Matilainen** opetti näistä kaikkea sitä mitä häneltä huomasimme kysyä. Häneltä olen oppinut muun muassa termin *ulosvuotaa*, jota käsittelemme tarkemmin.

Jotta saisin selvennettyä kokonaiskuva, olen myös pyrkinyt täydentämään käytännössä omaksumaani rajajoogatietoutta teoreettisemmilla pohdintoilla ja muun muassa erilaisilla minä-käsityksillä.

Henkinen maailmankatsomua

Henkinen maailma pitää sisällään henkiset tasot alimmasta korkeimpaan mutta keskittyä ennen kaikkea sen korkeimpiin värähtelyta-

soihin. Korkeimpien tasojen olemus on puhtaasti hyvä, positiivinen.

Ihminen itse henkisellä kehitystiellään on henkinen olento, vaikka hänellä onkin fyysinen puoli. Terveessä ihmisessä fyysinen puoli ei mitätöi henkistä vaan periaatteessa molemmat toimivat yhteen. Tavallinen elämä antaa kriteerejä tälle: vaikka olisi henkinen, niin jalat voivat olla vahvasti maan päällä. Sellainenkin ihminen, joka ei ole herkkä ylimaallisille tai muuten merkillisille kokemuksille, voi pitää henkisen maailman olemassaoloa totena esimerkiksi filosofisella tasolla, jos pystyy sovittamaan sen asiat omaan normaaliin elämäänsä. Kokemuksille herkäät taas ovat luonnostaan asennoituneet henkisesti, mutta hekin joutuvat ottamaan maallisen elämän huomioon.

Henkisen maailmankatsomuksen omaksuttuaan ihminen pyrkii toimimaan vastaavasti henkisen maailman lakien mukaan ja katsoo mitä tapahtuu – seuraako siitä hyvää vai huonoa, tuleeko siitä viisaammaksi vai tyhmemmäksi.

Ei-henkisilläkin maailmankatsomuksilla on jokin henkinen puoli. Esimerkiksi skeptikot pyrkivät totuuteen ja maalliset ihmiset esimerkiksi oikeudenmukaisuuteen vaikka eivät henkisen maailman olemassaoloa hyväksyisikään. Tiede taas etsii tapoja tulkita maailmaa oikeiksi hyväksytyjen periaatteiden mukaan. Aina jossain piilee henki, se mikä on oikeaa, totta ja hyvää.

Kyse on hyvin paljon näkökulmasta. Filosofisesti katsottuna ihmisen henki ymmärretään metafysisesti tai abstraktisti, etiikassa hyvä–paha tai oikea–väärä -vastakohtaisuuksien kautta, psykologiassa taas mielenterveyden tai traumojen kautta. Esoteerisesti katsottuna mukaan tulevat erilaiset henkiset tasot ja myös henkiolennot, joilla on muoto ja tehtävä, ja jotka liittyvät ihmisen henkiin kehitykseen.

Jos ihminen etsii tietoa – esimerkiksi Tyyne Matilainen piti tiedon etsintää elämän tarkoituksena – hänen on helpompi löytää sitä, jos on henkisellä tiellä ja uskoo henki-

seen maailmaan, sillä henkistähän tieto perimmiltään on.

Käsityksiä ”minästä”

Ihmisen minuus ja siihen liittyvä tietoisuus on herättänyt kummastusta sekä materialisteissa että henkisissä ihmisissä. Mikä on sen merkitys? Mikä kumma on minuus ja missä on sen keskiö? Ihminen tuntee olevansa ”minä”, hänelle kehittyä *minätietoisuus*, johon liittyy tietty ilo ja vastuu omista teoistaan: ”Minä tein sen”. Siihen liittyy myös *identiteetti* – minä olen eri ihminen kuin sinä tai joku muu. Kognitiivisessa psykologiassa vauvoilta tutkitaan esim. sitä, miten he reagoivat peilikuvaansa ja muutenkin sitä, tajuavatko he olevansa jollakin tavoin eri ihmisiä kuin äitinsä jne. Jokin minän pilkkahdus sieltä aina tulee.

1900-luvun henkisistä filosofiista **Sven Krohn** puhuu *ydinihmisestä* ja samaistaa sen ihmisen henkisyteen, siihen liittyvään viisauteen ja syvään tiedostamiseen. **Erik Ahlman** puhuu *varsinaisesta minästä*, joka monessa suhteessa muistuttaa Sven Krohnin ydinihmistä.

Myös **Tony Dunderfelt** puhuu ydinminästä – hän on käsitteellisesti lähellä Ahlmania ja Krohnia.

Ydinminä on meissä jokaisessa vaikuttava ainutlaatuinen yksilöllisyys, joka ei ole riippuvainen perhetaustasta, kasvatuksesta, kulttuurista tai temperamentista. Ydinminää ei tarvitse etsiä eikä löytää, koska se on olemassa jo meissä kaikissa. Ydinminä tahtoo tehdä hyvää riippumatta siitä, mitkä olosuhteet ovat, Dunderfelt sanoo.

Jotkut oppisuunnat yrittävät edistää ihmisen henkistä kehitystä vähentämällä ihmisen ”minää”, pitäen sitä egoismin lähteenä, toisissa taas pyritään jalostamaan sitä, viemään eteenpäin altruistiseen suuntaan.

Molemmat ovat tavallaan oikeassa riippuen siitä mitä ihmisen minänä pidetään. Jo Ahlman jakoi minän *empiiriseen minään*, jossa asui ihmisen itsetehostus, egoismi jne. ja *ydinminään*, joka on hyvyiden, kauneuden ja totuuden ilmenemä.

Terveessä ihmisessä fyysinen puoli ei mitätöi henkistä vaan periaatteessa molemmat toimivat yhdessä.

Määritelmän mukaan ydinminä on minuuden tunneperäinen, syvin ja tiedostamattomin osa. Siihen liittyy kaikki sanaton ja tunneperäinen tieto itsestä. Se on kehittynyt varhaislapsuudessa vuorovaikutuksessa ensisijaisen hoitajan ja muiden ihmisten kanssa (onko yksilöstä välitetty vai ei). Ydinminä vaikuttaa ihmisen toimintaan ja itsetuntoon koko elämän ajan.

Italialaisten tutkijoiden **Vittorio Guidanon** ja **Giovanni Liottin** näkemyksen mukaan persoonallisuus rakentuu monesta eri kerroksesta, joista ydinminä on sisin. Ulommat kerrokset käsittelevät ihmisen kokemuksia, mutta ydinminä on piilotettuna. (Wikispace)

Myös sellainen minätietoisuuteen liittyvä käsite kuin *todellinen Itse* (True Self) on käytössä. *Todellinen Itse* merkityksessä *Purusha* (= *itse, henki, persoona*) on intialaisen samkhya-joogafilosofian peruskäsitteitä. Länsimaaisessa psykologiassa sitä on käyttänyt muun muassa psykoanalyytikko **D. W. Winnicott** ja se muistuttaa ydinminän käsitettä.

Kirjeopisto Viassa käytetään sanoja *sisäinen Itse*, *korkeampi Minä* ja *alempi minä*. Ajatusjoogassa korkeampi Minä opettaa ihmistä. Korkeampi Minä edustaa ihmisen hyvyyttä, hänen henkisiä ja eettisiä tavoitteitaan, ja alempi minä taas on se puoli, jota loogisten positiivisten ajatusten avulla opetetaan olemaan

näiden tavoitteiden takana. Korkeampi Minä kasvaa henkisen kehityksen mukana henkioleonnoksi, joka osaltaan ohjaa ihmistä hänen henkisellä tiellään.

Jumala

Vaikka Jumalasta ollaan monta mieltä, ihminen voi uskoa *Jumalaan* ilman erityistä tietyn uskonnon mukaista teologista taustaa. Miten se on mahdollista? Henkinen maailmankatsomus yksinkertaisimmillaan olettaa, että on jotain ”korkeampaa”, jonka kanssa voi olla yhteydessä. Suurin piirtein tällä tavoin nykyajan ihmiset pääasiassa uskovatkin. Tätä korkeampaa olemusta sanotaan Jumalaksi tai jumaluudeksi, riippuen siitä miten muuten siihen suhtautuu. Kuitenkin sen voi tuntea olevan läsnä ihmisen elämässä. Jollakin tavoin. Kukin määrittelee sen itse ja jotenkin se kuuluu myös ihmisen identiteettiin.

Ellei ihminen lataa jumalakäsitteeseensä ylisuuria toiveita ja uskomustaakkaa vaan pysyy kohtuuden rajoissa, hänellä saattaa hyvinkin olla toimiva jumalasuhde riippumatta siitä minkä uskonnollisen tai aatteellisen taustan kautta hän sen on alunperin mieltänyt. Hyvyyden kanssa on hyvä olla tekemisissä. Sitä jää auraan, tajuntaan ja olemukseen.

Ihmisellä voi siis olla jumalasuhde esimerkiksi sillä perusteella, että sen omaksuminen tekee hyvää vaikkapa mielialalle tai terveydelle, ilman että vaatii ketään muuta jakamaan omaa uskomustaan tai tuntemistapaansa. Jokainen ihminen on yksilöllinen – myös ja erityisesti suhteessa Jumalaan. Ja mitä tulee henkisiin ihmisiin, yksilöllisyys vain kasvaa. Ei ole ihme, että uskontoja ja henkisiä suuntiakin on monia ja että niiden kannattajat kiistelevät toistensa kanssa – niin kuin ihmisillä on tapana.

”Korkeampaa” voi etsiä monella tavalla. Yksi tapa on siis pyrkiä hyvään ajatuksissa, sanoissa ja teoissa – niin kuin ydinminän olemukseen kuuluu. Se kuulostaa yksinkertaiselta, muttei se kovin yksinkertaista ole sillä maailma on sopivasti mutkikas – ja mitä tahansa pyrkimyk-

siä joutuu testaamaan ja pohtimaan niiden toimivuutta. Kun ihminen pyytää Jumalaansa avuksi tässä, hän samalla virittää omaa itseään näiden päämäärien hyväksi. Onko se Jumala sitten sisäinen vai ulkoinen olento, sillä ei ole niin väliä. Väliä on sillä mitä ihmisessä tapahtuu ja miten hän omana itsenään toimii tässä maailmassa. Tämä kaikki siis henkisen katsomuksen puitteissa.

Voimme siis sanoa, että ihmisellä on Jumala, mutta samalla välttää kaikkea tyrkyttämistä. Voimme samalla ymmärtää senkin, ettei Jumalan enempää kuin minkään muunkaan henkisen olennon olemassaoloa voi eikä pidäkään todistaa ilman sellaista maailmankatsomusta, johon se luontevasti kuuluu. Muunlaisten maailmankatsomusten puitteissa voidaan todistaa niitä asioita, jotka kuuluvat niiden piiriin, mutta ei sellaista mikä on jo alun perinkin poissuljettu, sillä silloin todistaisi luultavasti aivan muuta kuin mitä on tarkoitus.

Omatunto ja sielu

Kun ihminen sitten pyrkii kohti jotain itselleen tärkeää, hän saattaa saada sisältään ohjausta. Jokaisella ihmisellä on omatunto, joka määrittelee sen mitä saa milloinkin tehdä tai useimminkin mitä ei saa tehdä. *Omatunnon* ääni on myös mielletty Jumalan tai sielun ääneksi. Omatunnon ääntä pitää seurata että se pysyisi elävänä – ja samalla välttää sen villiintymistä yliherkäksi huonon omatunnon ylläpitäjäksi, niin kuin joskus käy.

Ihminen ei ole missään suhteessa täydellinen, joten hänen kykynsä seurata omatuntonsa ääntä on epätäydellinen samoin kuin hänen jumalasuhteensakin. Hänen on kuitenkin löydettävä oma itsensä, oma tiensä ja annettava itselleenkin anteeksi rikkeitään näissä asioissa.

Useimmat hiukankin henkiset maailmankatsomukset pitävät totena, että ihmisellä on *sielu* (tai joissakin uskonnoissa useampiakin erilaisia sieluja) joka myös on ihmisen olemuspuoli. Haluaako ihminen sielun olevan kuolematon vai pidetäänkö sitä kuolevaisena, vaihtelee sitten uskomusmaailman mukaan. Sielua on tutkittu laboratorisossakin nimitäin punnitsemalla ihminen ennen ja jälkeen kuoleman. On jopa määritelty sielun paino. Ja todettu, että painon muutos johtuu jon-

kin muun asian, kuten kosteuden, poistumisesta. Jne. Materialistisilla olettamuksilla ei saada sielua kiinni, ei sielunkaan olemassaoloa voi todistaa enempää kuin sen ei-olemassaoloakaan. Joten se kuuluu henkisen katsomuksen piiriin.

Silti *sielu* elää sanastosamme, vaikka olisimme

kuinka materialisteja. Puhumme esimerkiksi *sielunelämästä*, kun ajattelemme ihmisen henkisiä ja psyykkisiä puolia. Sielu parhaimmillaan on ikäänkuin Jumalan vaste ihmisesä – ihmisen sisäisen tuntemuksen mukaan. Tyyne Matilaisen mukaan ihminen on tullut Maa-planeetalle sieluineen. Sielu on osa ihmisen persoonaa ja mukana jo kohdussa. Sielu on sillä tasolla, millä ihmisen persoonallisuus kulloinkin on. Sielun terveys on ihmisen henkiseen kokonaisuudelle tärkeä. Jos sielu on terve, intuitio toimii hyvin. Jos tsakrat ovat terveet, sielu on terve.

René Descartes 1600-luvulla päätyi käsitykseen, että sielu on käpyrauhassessa. Mitähän nykyajan tutkijat sanovat? Ehkä sielu pitää asuinpaikkanaan koko aivokoneistoa tai koko ihmisruumista?

Sielu kärsii, jos ihminen kokee toisten ihmisten kärsivän ja iloitsee silloin kun toisille ihmisille käy hyvin. Tällaisella yksinkertaisella hahmotuksella voidaan sielun katsoa vaikuttavan ainakin aivojen avulla toimivaan *mieli-*

Ikkuinen Itse koettaa vaikuttaa henkisen tien kulkijaan siten, että hänellä olisivat aivot ja tajunta kunnossa. Lisäksi se yrittää etsiä tilanteita, joiden avulla ihminen kehittyisi.

Tyyne Matilainen



Tyyne Matilainen piti tiedon etsintää elämän tarkoituksena.

Ihmisen henkiolentojen kasvamisesta

Ihmiselle kehittyy ulosvuotamalla useammanlaisia henkiolentoja, joita hän voi pitää osinaan – laajasti katsottuna persoonansa niinä osina, jotka opettavat ja kehittävät sitä – ja samaistua niihin, mutta silti ihmisellä on ainoastaan yksi minä, joka toimii hänen ”keskisyksikkönään” ja tietoisuutensa kantajana toimien myös näiden henkiolentojen minänä. Ihminen tavallaan monistaa korkeiden henkiolentojensa kautta itseään – nimenomaan positiivisuuttaan. Mitä enemmän ihminen on onnistunut kehittämään korkeatasoisia ja eettisesti toimivia käyttövälineitä, sitä enemmän niistä riittää materiaalia korkeiden henkiolentojen kasvutarpeiksi.

tajuun. (”Mielitaju”-nimitys on Siegelin kirjasta *Mielitaju*)

Minä, Ikuinen Itse

Ihmisen suhde maailmaan on tiettyssä mielessä illusorinen. Tarkoiton sitä, että hänen tietoisuutensa liikkuu monenlaisten maailmojen välillä. Unesta valveille, elämästä kuolemaan ja takaisin jne.. Näiden välillä on usein muistikatkos. Entä jos pitää totena jälleensyntymää ja uskoo eläneensä kautta vuosisatojen ja -tuhansien erilaisten persoonallisuuksien muodossa niin mikä sitoo nämä yhteen? Mikä tekee persoonien moneudesta yhden muotoa vaihtavan ihmisen, joka voi sanoa ”minä itse”? Miten tämä ”minän” tai ”itsen” voi löytää?

Ihmisen aivot ja hänen tajunnalliset käyttövälineensäkin muodostavat usein sangen heterogeenisen yhteenliittymän, jonka avulla hänen olisi vaikea tuntee itseään kokonaiseksi ihmiseksi. Hänellä täytyy olla sen lisäksi jotain mikä kokoaa kaiken tämän, liittää yhteen menneisyyden ja tulevaisuuden, elämän ja kuoleman, unen ja valheen sekä ihmisen mikrokosmoksen ja makrokosmoksen.

Se jokin on ihmisen oma *Ikuinen Itse*, joka on saanut alkunsa, *ulosvuotanut kaikkiallisesta Ikuisesta Itsestä*. *Ulosvuotaminen* kaipaa ehkä selitystä. Kaikkiallinen Ikuinen Itse *ulosvuotaa* ihmiseen ja siitä *ihmisen oma Ikuinen Itse* saa perustansa persoonaan kuuluvana henkiolentona. Lähtiessään kehittymään ihmisensä yhteydessä se pystyy käyttämään kasvuunsa tämän energiavärähtelyistä muotoutuneita tasoja ja käyttövälineitä, esimerkiksi hänen eritasoisia ajatus- ja tunneeurojaan ja sillä tavoin se puolestaan *ulosvuotaa* ihmisestään ja muotoutuu ihmisensä kaltaiseksi. Ikuinen Itse on tietyllä tavalla koko ajan yhteydessä ihmiseensä, mutta aluksi, ennen henkiselälle tielle lähtöä uinuvana – hänen *ikuisessa pisteessään*, joka sisältää ihmisen tiedot, menneisyyden ja tulevaisuuttakin.

Ikuinen Itse liittyy ihmiseensä monella eri tavalla. Fyysinen ruumis pitää yhdessä ihmisen eri olemukset, kuten Ikuisen Itsen, Kris-

Minä, sinun Ikuinen Itsesi

Minun, sinun Ikuisen Itsesi, on Itsessäni olevien jumalallisten kykyjen ja voimien avulla lisättävä ja vahvistettava sinussa sekä sinun kauttasi koko ihmiskunnassa kaikkia Hyvyyden voimia.

Tyyne Matilainen & Mirja Salonen, Kirjeopisto Vian rajajoogan V opetuskirje, kaava 13, s. 32.
© Kirjeopisto Via

tukset, sielun ja muuta hänen persoonaansa kuuluvaa. Siihen liittyy tasolta tasolle kohoa-va minätajunta.

Minä metafyyssisenä tosiolevaisena sisältää myös ”muut ihmiset”. Se viittaa ihmisten yhteiseen jumalalliseen alkuperään. Sen vuoksi altruismi ja ihmissuhteiden parantaminen vievät ihmisen minätietoisuutta kohti hänen todellista Minäänsä. Se, että Ikuinen Itse on ihmisen ”Minä”, sanan metafyyssisessä mielessä, merkitsee sitä, että mukana ovat yhteydet muihin ihmisiin. Jos siis mietiskelee Ikuista Itsensä, voi olla, että ensin tulee mieleen ihmisiä, joiden kanssa pitäisi parantaa välejä.

Ikuisella Itsellä on samantapaiset käyttövälineet kuin ihmisellään. Jos ihmisellä on esimerkiksi filosofin käyttövälineet aisteineen, myös hänen Ikuisella Itsellään on samantapaiset. Jos taas hänellä on terapeutin käyttövälineet, hänen Ikuisella Itsellään on ne myös. Jos ihmisellä on taiteilijan käyttövälineet, myös hänen Ikuisella Itsellään on ne. Ikuisella Itsellä on kuitenkin laajemmat mahdollisuudet ja suuremmat voimat, jotka tulevat ihmisen käyttöön, kun ihminen ja Ikuinen Itse henkisesti tiellään yhdistyvät.

Ilman altruismia ja muita positiivisia luonteenominaisuuksia Ikuisen Itsen kyvyistä ja voimista ei kuitenkaan ole mitään hyötyä. Kehityksen pitää olla hyvyyteen pyrkivää, muuten sillä kerätään vain negatiivista karmaa.

Ikuisella Itsellä on tieto ihmisen muista mahdollisuuksista ja tilanteista, joissa ne tulevat vastaan. Ikuinen Itse siis ei ole mikään outo auktoriteetti vaan olemus, joka tietää ja tuntee ihmisen kokonaisuutena.

Mikrokosmos ja makrokosmos

Yhteys Ikuiseen Itseen on kaksisuuntaista. Me kasvatamme Ikuista Itseä ja Ikuinen Itse kasvattaa meitä, sanoo Tyyne Matilainen. Pyhä Henki on Ikuisen Itsen työväline ja yhdessä ihmisen oma Ikuinen itse ja Pyhä Henki toimivat ihmisen hyväksi ja opettavat häntä. Ikuinen Itse on henkisesti kehittyneen ihmisen suuri inspiraation lähde.

Ihmisen kehitys alkaa omasta sisäisestä Itsestä ja kehittyy Korkeamman Minän ohjauksessa. Ihmisen, henkisen Tien kulkijan päästyä kuudentoista vuoden ikään, kehitystie herättää hänessä myös Ikuisen Itsen. Herättyään Ikuinen Itse koettaa vaikuttaa Tien kulkijaan siten, että hänellä olisivat aivot ja tajunta kunnossa. Lisäksi se yrittää etsiä tilanteita, joiden avulla ihminen kehittyisi.

Koska ihminen on mikrokosmos, joka heijastaa makrokosmosta, ihmisen oma Ikuinen Itse heijastaa Suurta Ikuista Itseä. Toisaalta ihminen mikrokosmoksena myös vaikuttaa makrokosmukseen omilla valinnoillaan ja on sen vuoksi tärkeä Suurelle Ikuiselle Itselle. Ihmi-

sen ominaisuuksiin kuuluu vuorovaikutuksen kyky. Vähitellen vuorovaikutus yhdistää ihmisen makrokosmokseksi ja mikrokosmokseksi.

Ihminen keskustelee Ikuisen Itsen samoin kuin Jumalan ja Sielun kanssa tehdessään itselleen kysymyksiä. Suhde Ikuiseen Itseen on kaksisuuntainen: me kasvatamme Ikuista Itseä ja Ikuinen Itse kasvattaa meitä.

Kun fyysiselle ihmiselle kasvaa riittävästi korkeampien tasojen käyttövälineitä, hänen Ikuinen Itsensä alkaa henkiolentona auttaa ihmistä. Etenkin jos ihminen osoittaa tarvitsevansa sitä esimerkiksi sellaisen mantran avulla, jolla on looginen positiivinen sisältö ja muoto.

Mantrat eli *loogiset positiiviset ajatukset*, jotka ovat ennen sitä menneet ajatusenergiana suoraan kohteisiinsa ja vaikuttaneet ajatustasolta tähän, menevät nyt ensin Ikuiseen Itseen, joka alkaa käyttää omia mahdollisuuksiaan, Pyhän Hengen läpäisemää Ikuisen Itsen tasoa muun muassa. Oikea ajatus on eettinen, sellainen joka on oikea niin yksilön kuin universumin kannalta ja sellaisena se on yhteensopiva Ikuisen Itsen päämäärien ja Ikuisen Itsen tason kanssa.

Ikuisella Itsellä on yhtä monen tasoisia käyttövälineitä kuin ihmiselläänkin. Kun mantroissa on sellaisia sanamuotoja, kuin ”Minä, Ikuinen Itse”, ihminen yhdistää niiden kautta minätietoisuutensa Ikuiseen Itseensä ja Ikuinen Itse yhdistää itsensä ihmisen Minään. Silloin ihmisen koko *persoonallisuus* johon Ikuinen Itse kuuluu, toimii kokonaisuutena. Pyhä Henki ulosvuotaa silloin ihmisestä, hänen nelinäisyydestään, johon kuuluvat myös ihmisen henkiset aistit. Näin ihminen pystyy luomaan *Pyhää Henkeä* ja aktivoimaan sitä.

Ikuinen Itse auttaa ihmistään henkisellä tiellä eteenpäin. Myöhemmin ihminen on kaikine henkisine ja fyysisine käyttövälineineen Ikuinen Itse. Tässä mielessä Ikuinen Itse on *vihkimysaste*. ”Kun ihminen on ollut jonkin aikaa *itse itselleen* tietäen olevansa mikrokosmos ja myös makrokosmos, hän on Ikuinen Itse.” (Tyyne Matilainen, keskustelutiedot) ●

Lähteitä

Matilainen, Tyyne ja Salonen, Mirja. Kirjeopisto Vian rajajoogan kurssi. Opetuskirjeet I–X. Alkuperäiset painokset 1955–1957. Kirjeopisto Vian opetusmateriaalia. Savonlinna.

Matilainen, Tyyne. Keskustelumuistiinpanot Dunderfelt, Tony. Itsetunto ankkuroituu tähän hetkeen, Voi Hyvin -verkkolehti, www.voihyvin.fi/artikkeli/itsetunto-ankkuroituu-tahan-hetkeen Lehtiranta, Erkki. Filosofi Sven Krohn ja ihmisyiden pitkä tie, Uusi Safiiri 1/97, www.via.fi/krohn

Kirjoittaja Tuula Uusitalo on toimittaja, taiteilija ja kirjoittaja sekä ikuinen opiskelija. Nuorempana hän opiskeli fysiikkaa ja matematiikkaa sekä viime vuosina filosofiaa ja uskontotiedettä.



Yrityksiä

*Minä yritin kävellä vetten päällä,
niinkuin eräs kunnioitettu edeltäjä.
Mutta voi, jalkani lipesi ja kastuin läpimäräksi
hädintuskin selviytyen veneeseen.*

*Minä yritin kulkea tulen läpi,
niinkuin jokainen itseään kunnioittava pyhimys.
Mutta voi, kärventyi sydämeni liekeissä.
Millä voiteella nyt lievitän sen vammat?*

*Minä yritin asua korkealla vuorella,
niinkuin jumalansa löytämisestä huumaantunut erakko.
Mutta voi! Minun jumalani olikin villi ja huoleton,
eikä lainkaan välittänyt
asua vuorella kanssani.
Hän pakeni nauraen ihmisten sekaan.
Ja nyt hämmentyneenä etsin häntä
milloin kenenkin silmien takaa.*

Tuula Uusitalo

Intuitiivinen älykkyys

– professori Dominique Surelin haastattelu

Intuitio on sananmukaisesti sisällepäin ohjautumista. Intuitiossa toimimme kokonaisvaltaisesta ymmärryksestä käsin, osin tiedostamatta kaikkea sitä tietoa, kokemusta ja johdatusta joka intuitiossa on.

RIITTA WAHLSTRÖM

Tohtori (PhD, MBA) Dominique Surel on väitellyt tohtoriksi intuitiosta ja sen roolista liikkeenjohdon päätöksenteossa. Hänen mielestään niin liikemaailmassa kuin muissakin organisaatioissa sekä tieteessä voitaisiin nykyistä enemmän ymmärtää intuition merkitystä. Hän kertoi, että suuri osa Nobel-palkittuista tiedemiehistä on todennut saavansa parhaat ideansa intuition kautta. Einstein oli erittäin kiinnostunut intuitiosta ja kirjoitti siitä paljon. Einstein myös tutki intuitiota ilmiönä.

Surelin mukaan meillä on tietoinen ja tiedostamaton mieli. Olemme tottuneet pitämään tietoista mieltä lähes ainoana päätöksentekoon liittyvänä mielen osana, mutta tiedostamaton mieli antaa meille kuitenkin aineksia valintoihimme. Tiedostamaton on jotain toisenlaista viestintää kuin tietoinen. Tietoinen painottaa rationaalista, loogista, järkevää ja pyrkii tekemään päätökset analyttisesti. Tietoista mieltä



Professori Dominique Surel opettaa liikemiehiä ja johtajia käyttämään enemmän intuitiota päätöksenteossa. Hän käy opettamassa myös Suomessa.

arvostetaan nykykulttuurissa Surelin mukaan liikaa. Dominique Surel kysyykin millaiset ovat tulokset kun nykymaailmassa valinnat on tehty ns. järjen kautta. Ongelmamme kuten ilmastonmuutos, ympäristöongelmat, saasteet toisaalta kiire, mielenterveysongelmat ovat tätä päivää. Olisiko maailma parempi jos olisimme

käyttäneet enemmän intuitiota päätöksenteossa? Olisivatko valinnat eettisempiä kokonaisuisuuden, luonnon ja ihmiskunnan selviytymisen kannalta? Surel itse ajattelee, että näin olisi ja siksi hän kouluttaa liikemiehiä ja johtajia arvostamaan intuitiota sekä tekemään päätöksiä myös intuitiiviseen älykkyyteen luottaen. Hän kouluttaa tuntemaan intuition merkkejä. Intuitio antaa viestejä eri tavalla kuin tietoinen, looginen, verbaalinen mieli. Intuitio onkin tunne-kehon ja kokonaisvaltaisen tuntemuksen viestintää. Joskus vain tuntuu siltä, että näin on tehtävä, vaikka looginen mieli ei näe päätöksessä mitään järkeä. Joskus tunnereaktio on niin vahva, että iho on kananlihalla tai vatsanpohjassa tai sydämessä tuntuu erityisesti että näin on tehtävä.

Surelin mukaan intuitio ei olekaan vain jotain tunneviisautta vaan siinä on mukana yhteys moneen kokemukseen, tiedostamattomassa oleviin tietoihin ja siten se onkin korkeampaa tietoisuutta kuin pelkkä tietoinen, järkevä mieli.

Surel haluaakin, että intuitiota arvostettaisiin ja sitä tietoisesti kehitettäisiin. Sekin on kyky, joka on opittavissa ja kehitettävissä. Surel onkin kehittänyt oman metodinsa, jota hän kutsuu Surel metodiksi The Surel Method, joka on omaksuttavissa koulutuspäivien aikana.

Professori Surel on perehtynyt myös aivotutkimukseen. Aivot omaavat valtavan kyvyn uudistua. Uusia neuroneja syntyy vielä aktiivisesti yli 70 vuotiailla. Mutta aivoja tulee harjoittaa, tehdä uusia asioita, hypätä joskus tuntemattomaan uuteen toimintaan. Juuri intuitio ohjaa ihmistä tekemään eri tavalla kuin ennen. Intuitio on myös yhteydessä syvempään, eettiseen rakenteeseen – *sydämen viisauteen*. Jopa liikemiehille ja yritysjohtajille voi Surelin mukaan puhua *sydämen viisaudesta* osana päätöksentekoa. Sydän lähettää kaksi kertaa enemmän impulsseja aivoihin, kuin mitä se saa aivoista. Sydän ja aivot ovat jatkuvassa yhteydessä toisiinsa. Kun sydämessä jokin tuntuu, kyse on usein intuitiivisesta älykkyydestä, jota tulisi arvostaa ja kuunnella.

Professori Surelin mukaan tietoinen mieli haluaa olla vallassa ja hän hauskaasti sanookin tietoista mieltä isoksi pomoksi. Intuitio tukahdutetaan liian helposti. Hänen keksimässään nerokkaassa metodissa, tietoinen mieli ohjataankin tekemään jotain, jotta intuitio voi päästä esiin. Harjoituksilla voidaan saada uskomattomia tuloksia aikaan siitä, miten herkkä ihmisen intuitio on näkemään asiat kokonaisuuksina, ennakoimaan oikein ja löytämään tärkeitä, uusia oivalluksia.

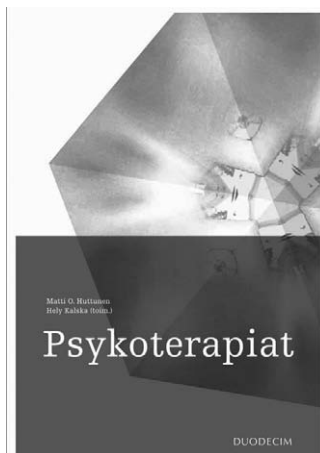
Professori Surel on työskennellyt maailman tunnetuissa huippuyliopistoissa Harvardissa ja MIT:ssä. Hänen vakaa näkemyksensä on, että säilyäkseen ihmiskunnan on luotava jatkuvasti uusia innovaatioita ja keksintöjä, jotka palvelevat humanismia ja luontoympäristön säilymistä. Niiden luomisessa juuri intuitiivinen älykkyys on avainasemassa.

Jos yritykset ja liikemaailma johtavat maailmaa *sydämen viisauden*, intuition kautta voimme nähdä maailman, jossa vastuu luonnosta ja ihmisistä olisi itsestäänselvyys.

Tuotekehitys, tavaratuotanto, erilaiset organisaatioiden toiminnot tarvitsevat rationaalisen järjen rinnalle toisen – intuition. Surel onkin Suomessa ehtinyt opettaa Aalto-yliopistossa suunnittelijoita kehittämään omaa intuitiotaan. Vaikka monilla luovilla ihmisillä on jo hyvä yhteys intuitiiviseen mieleensä auttaa Surelin menetelmä tunnistamaan paremmin nämä yhteydet ja kehittämään omaa intuitiotaan. Herkkyys ja intuitiivisuus eivät olekaan haitta vaan voimavara, joka mahdollisesti johdattaa ihmiskuntaa kohti tasapainoisempaa kehitystä. ●



Kirjoittaja Riitta Wahlström on FM, KL ja Suomen tiedetoimittajien liiton jäsen.



"Vain pienet kalat uivat koulukunnissa"

Matti. O. Huttunen
ja Hely Kalska (toim.)

Psykoterapiat

Duodecim 2012
372 sivua

Psykoterapiat sisältää 372 sivua painavaa asiaa. Kirja on kädessäkin yllättävän painava. Samoin laukussa kannettuna se muistuttaa jatkuvasti itsestään ja olemassaolostaan. Sen takakannessa lukee, että kirja on tarkoitettu niin opiskelijoille kuin kaikille kiinnostuneille sekä luonnollisesti myös psykoterapiassa asiakkaina tai potilaina käyville. Kirja ei ole siis varsinaisesti tarkoitettu psykoterapiakoulutetuille tai psykoterapiatyötä tekeville. Nähdäksemme nämä viimeksi mainitutkin

kyllä hyötyisivät kirjaan tutustumisesta, koska sen kirjoittajat ovat eturivin psykoterapiakouluttajia ja monella tapaa ansioituneita alallaan.

Psykoterapiaa voi Suomessa tehdä kuka vaan, ja psykoterapiaksi voi kutsua mitä vaan. Tätä monikaan ei tule ajatelleeksi. Sanana "psykoterapia" ei ole nimikesuojattu. "Psyko-terapeutti" sen sijaan ammattinimikkeenä on. Tuota ammattinimikettä ei ole saanut vuoden 1994 jälkeen käyttää muuta kuin TEO:n ja nyttemmin Valviran suostumuksella ja asianmukaisen koulutuksen saaneena. Tällä ei kuitenkaan ole pystytty ehkäisemaan väärinkäytöksiä, joista professori **Hannu Lauerma** kertoo ansiokkaasti *Psykoterapiat*-kirjassa. Suurelle yleisölle kirjassa annetaan opastukseksi tutkia terapeutin taustat Terhikki-järjestelmästä Internetistä. Sieltä löytää ne ihmiset, joilla on oikeus käyttää "psyko-terapeutti"-nimikettä. Terapiaan hakeutuvan tai hänen lähi-ihmisensä kannattaa muistaa tämä. Vaikka laillistettuna psykoterapeuttina toimiminen jo sinällään kertoo, että kyseinen ammattihenkilö on sitoutunut noudattamaan ammattikuntaansa kohtaan virallissellakin tasolla toteutettua ammatinvalvontaa, eettisiä suosituksia sekä hyvän psykoterapiakäytännön normeja, ei liene silti pahitteeksi tiedustella harjoittamansa psykoterapeutin taustoista myös muiden kanavien kautta. Lähinnä siis hä-

nen kollegoiltaan, muilta asiakailtaan mikäli heitä tietää, ja miksei myös julkisesta mediasta kuten Internetistä, vaikka viimeksi mainitusta saatuaan tietoon tuleekin aina suhtautua tietyin varauksin.

Sami Pajunen: Oman psykoterapiakoulutukseni aloitin perheterapian opiskelulla Savonlinnassa 1990-luvulla. Kouluttajani, professori **Jukka Aaltonen** kirjoittaa *Psykoterapiat*-kirjan Perheterapia-osuudessa, että "reflektiiviset kysymykset avaavat tilaa toisenlaisille merkityksille – jotka saattavat olla tervehdyttäviä sinänsä tai lisäävät terveyttä edistävää ymmärrystä ja voimavaroja sekä kutsuvat hyväksyvästi keskustelun jatkumiseen". Reflektiiviset kysymykset auttavat lisäksi "synnyttämään yhdessä toivoa, hyväksymistä ja vastuullisuutta". Kun katson psykologin työuraani taaksepäin, näen tämänkaltaisista kysymyksistä olleen urallani paljon hyötyä, vaikka varsinaista perheterapiaa olenkin tehnyt melko vähän. Koen, että on tärkeää synnyttää toivoa ja vahvistaa ihmisen positiivista voimavarantoa. Tärkeää on myös nähdä kunkin perheen oma kehityskaari, se miten kunkin perhe ajan saatossa muuttuu: kypsyä, kasvaa ja kehittyä. Erityisesti olen tämän nähnyt työssäni kansainvälisen adoption parissa tehdessäni perheaastatteluita. Toivon ylläpitäminen perheessä, kun lapsen odottamiseen voi mennä vuosia, on tärkeää. Toivo yhdistää,

toivo rakentaa perhettä uusiin kehityshaasteisiin.

(SP) Oulussa päädyin ryhmäanalyttikko-koulutukseen. Kouluttajinani olivat VET-psykoterapeutit, psykiatrit **Anneli Sorri** ja **Martti Jaskari**. Anneli Sorri on tuonut ryhmäanalyysin aikoinaan Suomeen. Psykoterapiat-kirjassa ryhmäanalyysistä on kerrottu vain vähän. Koulutuspsykoanalyttikko **Esko Klemelä** mainitsee, että **S. H. Foulkes** on ryhmäanalyysin keskeinen hahmo, ja että "sitä edustaa Suomen Ryhmäanalyttinen yhdistys". Suomen Ryhmäanalyttinen yhdistys, jonka kouluttama itse olen, ei kuitenkaan tietääkseni ole ollut toiminnassa vuosiin, vaan ryhmäanalyysiä edustaa Suomessa lähinnä Ryhmäanalyysiyhdistys ry. Tämän kaltaisia kummallisuuksia ja oikolukukukkasia kirjasta löytyi jonkun verran. Ehkä sen painoon saatamisella on ollut kiire. Ryhmän matriksista Esko Klemelä mainitsee ja pitää sitä merkittävänä ryhmän resonanssin kannalta. Käsitteenä matriksi on oikeasti hyödyllinen ja lähteenä mainittuja herrasmiesanalyttikko **Malcolm Pinesin** kirjoituksia voimme lämpimästi suositella ryhmän paremmasta toimivuudesta kiinnostuneille. Esko Klemelä toteaa vielä, että ryhmäpsykoterapiat ovat kustannustehokkaita. Ja että niitä tulisi senkin takia suosia. Tämän olemme itsekin todenneet, omakohtaisesti. Olemme myös huomanneet, että ryhmä-

psykoterapioissa voidaan usein yksilöpsykoterapiaa monipuolisemmin lähestyä potilaiden interpersonallisessa kontekstissa esiintyviä ongelmia, jotka ihmisillä yleensä edustavat merkittävää osaa heidän psyyken kokonaisproblematiikastaan; suurin osa psykologisista ongelmistamme liittyy näet meille merkittäviin toisiin ihmisiin tai juontaa juurensa heidän kanssaan syntyneisiin ihmissuhteisiimme.

(SP) Seuraavaksi tutustuin psykodraamaan, josta professori **Matti O. Huttunen** toteaa, että siitä on kehkeytymässä yhä vakavammin otettava psykoterapiamenetelmä. Harmi vain, että Valviran asiantuntijat eivät vielä näin tunnu ajattelevan. Itse olen kokenut, että psykodraamasta olisi vaikka mihin. Samoin tuntuvat ajattelevan psykodraamakouluttajat **Kirsti Silvola** ja **Henna Merikivi** katsauksessaan. Ja kiitetävästi tälle psykodraamapsykoterapialle on varattukin kokonainen luku kirjassa. Katsokaa luku 12. Ilahtuun lukiessani, että psykodraaman vaikuttavuudesta mielenterveyskuntoutuksessa on Jyväskylässä valmistumassa ensimmäinen väitöskirjasoinen tutkimus. Psykodraamaohjaajana tiedän, kuinka vaativa menetelmä psykodraama on tutkijankin kannalta, joten nostan hattua tekijälle.

(SP) IPT eli interpersonaalinen psykoterapia on lyhyttä, hyvin tarkasti määriteltä, manuaaliterapiaa. Siihen sain

tutustua Helsingissä, työterveyspsykologina toimiessani. Terapiamuoto on käytännössä tuloksekas, niin kuin kirjoittajat **Jarmo Kontunen** ja **Heikki Katila** katsauksessaan antavat ymmärtää. Jopa maailmanlaajuisesti, eri kulttuureissa, mitä itse pidän hämmästyttävänä. Menetelmä sopii ihmisille, jotka pitävät selkeästi vaiheistetusta, järjellisesti perustellusta lähestymistavasta. Itse koin sen käytännössä vähän turhan kahlitsevana ja työläänäkin työtapana.

(SP) Traumapsykoterapian osuus **Anssi Leikolan** ja **Anne Suokas-Cunliffen** toteuttamana oli minusta varsin ansiokas. Käytännössä itse teen päivittäin nykyisin traumatyötä erilaisista kivuista kärsivien ihmisten parissa. Kirjoituksessa tulee kosketuksen merkitys hienosti esiin integroivana elementtinä, yhteyden ja sillan luojana yli aikojen ja kokemusten. Energiapsykologian menetelmistä käsitellään lähinnä EMDR:ää vaikka esim. EFT:llä, "tunnepuolen vapauttamismenetelmällä", on saatu uusimmissa tutkimuksissa oikeinkin hyviä ja nopeita tuloksia aikaan.

Muut psykoterapiat-kappaleen osana *Psykoterapiat*-kirjassa käsitellään lyhyesti jungilaista psykoterapiaa, lyhyesti siksi, että sitä ei ole vielä virallisesti hyväksytty Suomessa, ja erilaisia kehopsykoterapioita, kuten psykofyysistä psykoterapiaa ja luonneanalyttistä vegetoterapiaa, jotka kuitenkin

kin ovat virallisestikin hyväksyttyjä psykoterapiapätevyyteen oikeuttavia koulutuksia Suomessa. Kehopsykoterapioita olisi voinut käsitellä kirjassa omana kappaleenaan, etenkin kun huomioidaan että tunnekehollisten prosessien tuominen osaksi psykoterapiaa on vahvasti kytköksissä potilaan kokemaan terapian tuloksellisuuteen. Vaikkakin se, miten tietoisesti tunnekehollisia prosesseja tunnistetaan ja käsitellään osana terapiaa, vaihtelee suuresti eri psykoterapiamenetelmien kesken. Kehopsykoterapioita ja muita bioenergeettisiä menetelmiä on kansainvälisesti laajaltikin pidetty vaikuttavina psykoterapiamenetelminä, joiden psykoterapeuttiseen lähestymistapaan keskeisesti sisältyy ymmärrys ihmisestä psykofyysisenä kokonaisuutena. Samaan kehoterapioiden nippuun Matti O. Huttunen laittaa myös Rosen-terapian, joka on oikeinkin hyödyllistä kehon tuntemuksen lisääjänä ja kipujen hoidossa. Herättää kuitenkin ihmetystä, miksi se on haluttu ottaa tähän kirjaan. Samoin mielenkiintoisia valintoja ovat seksuaaliterapiat ja kriisiterapiat sekä NLP-terapia. Hyödyllisiähän ne ovat ja moni on saanut avun niistä, mutta onko niillä mitään tekemistä psykoterapian kanssa sitten kuitenkaan. Siis, tämän kirjan keskeisten ajatusten valossa.

Emma Nyman: Olen itse opiskellut psykofyysisistä psykoterapiaa Suomen psykofy-

sisen psykoterapian yhdistyksen puitteissa, sekä hahmoterapiaa Helsingissä, jossa olen tutustunut myös useampia keskeisiä psykoterapiasuuntauksia yhdistävään integraaliseen psykoterapiaan. On harmillista huomata, että hahmoterapia, joka kansainvälisesti arvioituna myös edustaa erästä keskeisistä ja vaikuttavimmista psykoterapiasuuntauksista, ja joka monessa suhteessa on rinnastettavissa esimerkiksi psykodraamaan, on esitelty kirjassa erittäin lyhyesti ja pintapuolisesti osana kyseistä kappaletta muista psykoterapioista. Lisäksi kirjassa annetaan ymmärtää että hahmoterapia tapahtuisi pääsääntöisesti ryhmämuodossa, mikä on harhaanjohtavaa, sillä merkittävä ellei jopa valtaosa hahmoterapiasta tapahtuu kahdenkeskisissä terapiaistunnoissa hahmoterapeutin kanssa. Hahmoterapian suppea ja osin harhaanjohtavakin käsittely kirjassa lieenee heijastelee sitä, että Suomessa hahmoterapian käyttöönotto on ollut kansainvälisesti arvioiden hidasta, eikä sitä ole tuettu virallisten tahojen toimesta. Vaikka hahmoterapiakoulutus onkin virallisesti hyväksytty psykoterapiapätevyyteen oikeuttava koulutus Suomessa, siitä kiinnostuneen ammatinharjoittajan tulee nykyisellään vielä hakeutua naapurimaihimme saadakseen asianmukaista koulutusta. On myös yllättävää ja hahmoterapian maineelle sekä sen Suomeen paremmin rantautu-

miselle mahdollisesti haitallistakin että se rinnastetaan *Psykoterapiat*-kirjassa muihin kokemuksellisiin hoitoihin ja näistä erityisesti "primaali huuto"-terapiaan. Tämä **Arthur Janov**in kehittämä terapiamuoto on saanut paljon kyseenalaistakin huomiota ei vain poikkeuksellisen toteutusmuotonsa vaan myös syvälle kehomuistiin pakkautuneiden varhaisten ja voimakkaiden ristiriitakokemusten paljastumisesta terapiassa osaamattomissa käsissä seuranneista haitoista (ns. trauma-on-trauma). Vaikka tälläkin terapialla kieltämättä on oma ja tärkeäkin paikkansa, etenkin syntymän aikoihin ja varhaislapsuudessa muodostuneiden traumojen purkamisessa joihin ns. keskustelevala terapioilla on hyvin vähän, jos lainkaan vaikutusta, ei sen rinnastaminen hahmoterapiaan mielestäni ole aiheellista siihen liittyvän kyseenalaisen keskustelun valossa.

(EN) On myös hyvä tietää, että virallisten tahojen tukemiseksi psykoterapiamuodoiksi valikoitumiseen vaikuttavat myös tekijät, jotka eivät ole millään tapaa yhteydessä eri terapiasuuntausten vaikuttavuuteen tai keskinäiseen paremmuuteen: Nykyisin paljon suositellaan muun muassa masennuspotilaille kognitiivista lyhytpsykoterapiaa, jonka tuloksellisuus on osoitettu näyttöön perustuen paremmin kuin muiden psykoterapiamuotojen. Tämä johtuu kuitenkin siitä, että kogni-

tiivinen lyhytterapia on toistaiseksi ainoa psykoterapiamuoto jota on tutkittu tarpeeksi näin kattavan näytön saamiseksi masennuksen hoidossa, eikä sen paremmasta vaikuttavuudesta muihin psykoterapiamuotoihin verrattuna sinänsä ole toistaiseksi ainakaan todistetta. Vaikuttavuustutkimuksen pulmallisuutta psykoterapiassa sekä näyttöön perustuvan lääketieteen problematiikkaa on käsitelty *Psykoterapiat*-kirjan ensimmäisessä kappaleessa professori (emer.) **Mikael Leimanin** toimesta ansiokkaasti, ja nämäkin asiat on hyvä pitää mielessä kun pyritään objektiiviseen valintaan eri psykoterapiamuotojen välillä.

(EN) Ilokseni huomasin, että tanssi-liiketerapiaa on *Psykoterapiat*-kirjassa käsitelty omalla itsenäisenä kappaleenaan, joskin melko lyhyenä sellaisena. Lyhyys on kuitenkin ymmärrettävää sen valossa, että tämän psykoterapiamuodon kohderyhmä ja siihen hakeutuvat ihmiset edustavat nykyisellään pienehköä kinesteettisesti suuntautuneiden potilaiden osajoukkoa psykoterapiapotilaiden kokonaisuudesta. Tanssi-liiketerapia on kuitenkin kasvava, enenevästi kannattajia taakseen saanut psykoterapiamuoto, jonka auttämismahdollisuudet ovat laajat monentyyppisten ongelmien käsittelyssä. Se soveltuu, ei vain kinesteettisesti suuntautuneiden, vaan muidenkin potilaiden käyttöön. Olen itse

tutustunut liikkeen terapeuttiin käyttööseen erilaisten luovaa liikettä käyttävien teknikoiden puitteissa (autenttinen liike, kontakti-improvisaatio, luova tanssi) sekä osana prosessityöskentelyä. Lisäksi olen tutustunut feldenkreis- ja alexander-tekniikoihin sekä joogaterapiaan. Olen havainnut liikkeen terapeuttisen käytön mielenkiintoiseksi ja hedelmälliseksi aihealueeksi. Liike edustaa kehollista ulottuvuutta, jonka avulla pystytään psykoterapiassa melko turvallisesti lähestymään usein vaikeitakin tunnekehoon varastoituneita muistoja ja kokemuksia, jotka potilas on aiemmin kokenut itselleen liian vaikeiksi käsitellä. Pelkän taktiilisen kehollisen lähestymistavan käyttö sisältää useampia mahdollisia sudenkuoppia, jotka voivat tulla terapiaprosessia hidastamaan, tai pahimmassa tapauksessa olla potilaalle jopa haitaksi. Tanssi-liiketerapia nähdäänkin suhteellisen turvallisena somaattisen terapian muotona, josta voi olla apua myös vakavammista psyyken häiriöistä kärsivien potilaiden hoidossa.

Meditaatio ja mindfulness -harjoittelu on yksi kirjan alaotsikoista. Sekä meditaatiolla että mindfulness- eli tietoisuustaitoharjoittelulla on kiistattomia hyötyjä, niitä voi pitää jopa tehokkaampina hoitomuotoina kuin perinteisiä psykoterapioita. Näistä olisimme toivoneet kirjoitettavan *Psykoterapiat*-kirjassa enemmänkin. Muita

lupaavia psykoterapiamuotoja, joista emme nähneet mainittavankaan, ovat mm. DDP, Dyadic Developmental Psychotherapy, joka on rantautumassa Suomeen kovaa vauhtia, ja vaikkapa **Roberto Assagiolin** Psykosynteesi, joka on ulkomailta kiinnostava henkisen psykoterapian muoto. Myös luonto- ja eläinavusteiset terapiamuodot, kuten ratsastusterapia olisivat ansainneet tilaa kirjassa mielestämme.

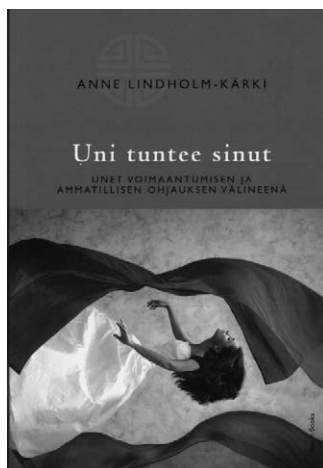
"*Vain pienet kalat uivat koulukunnissa*". **Toksoz Karasu**, psykiatri ja psykoterapeutti, on kiteyttänyt osuvasti kirjan ydinajatuksen. Eli sitä paremmin pystymme palvelemaan psykoterapian keinoin asiakkaitamme, mitä laajemmin ja koulukuntarajoja ylittävän otteen, ajattelutavan ja työnäyn asiakastyöhömmä tietoisesti otamme. Integroiva lähestymistapa onkin nykyisin otettu yhä enenevässä määrin käyttöön myös psykoterapian saralla, ja integraalisen psykologian ja psykoterapian suuntaus on saanut tukea kansainvälisesti tunnustetuilta ja aikakautemme merkittävilätkin ajattelijoilta kuten **Ken Wilberiltä** koulukuntineen.

Kirjassa psykoterapia määritellään "*ammattiliseksi keinoksi auttaa psykologisilla menetelmillä ihmisiä vapautumaan heidän hyvinvointiaan haittaavista oireista tai käytöksestä*". Tämä määritelmä on niin laaja, että sen alle mahtuu melkein mitä vaan. Jos annamme

asiakkaallemme laatimamme rentoutusohjelman levyllä ja pyydämme kuuntelemaan sitä säännöllisesti kolme kertaa viikossa aamuin, illoin, onko sekin sitten psykoterapiaa? Tämän määritelmän mukaan on. Jäämme miettimään tätä.

Tiedostavalle lukijalle suosittelemme lämpimästi tutustumista *Psykoterapiat*-kirjaan.

Emma Nyman
ja Sami Pajunen



Syventävää ymmärrystä unistamme

Anne Lindholm-Kärki
Uni tuntee sinut

Unet voimaantumisen ja ammatillisen ohjauksen välineenä.
Basam Books 2012
255 sivua

Anne Lindholm-Kärki lähtee *Uni tuntee sinut* -kirjassaan liikkeelle jungilaisista unikäsitksistä. Unien kautta ihminen saa kosketuksen omaan tiedostamattomaansa. Piilotajunnassamme on erotettavissa persoonallinen piilotajunta ja kollektiivinen piilotajunta. Persoonallista piilotajuntaa edustavat ihmisen torjutut toiveet ja pelot. Kollektiivisessa piilotajunnassa ilmenee ihmiskunnan muisti.

Unennäkiä voi unen aikana saada kontaktin omaan

miespuoliseen/naispuoliseen osaansa. Jung on nimennyt mieheissä olevan sisäisen naisen animaksi ja naisissa olevan sisäisen miehen animukseksi. Molemmissa on sekä positiivinen että negatiivinen puoli. Kirjassa käsitellään myös muita arkkityyppejä. Matkaan valmistautumisen arkkityyppejä ovat Viaton, Orpo, Soturi ja Huolenpitäjä. Ne antavat meille kyvyn mm. suojata sisintä itseämme. Sielutason arkkityyppejä ovat Etsijä, Rakastaja, Tuhoaja ja Luoja, jotka kuvaavat matkalla oloa. Korkeamman minuuden löytämisen vaiheen arkkityyppejä ovat Hallitsija, Maagikko, Viisas ja Narri. Kirjassa esitellään kunkin näiden arkkityyppien merkitys ja annetaan niihin liittyviä uniesimerkkejä.

Kirjassa todetaan, että unia voi tarkastella joko subjektiivisesti tai objektiivisesti näkökulmasta. Jungin mukaan unen eri hahmot kuvaavat osia ihmisen sisäisestä itsestä – kaikki unessa oleva kuvaa unennäkiä itseään. Objektiivisesti unia tarkasteltaessa voidaan kuitenkin olettaa, että unessa esiintyvät henkilöt kertovat heidän todellisesta luonteestaan. Varsinkin kun on kyse tutuista ihmisistä, on unta syytä tutkia myös objektitasolta. Unet tuovat esiin asioita, joita emme ole tietoisesti huomioineet toisissa ihmisissä. Uni voi kertoa ihmiselle viestejä terveydentilasta, ihmissuhteista, suhteesta työhön ja omaan kutsumukseen. Se voi varoittaa riskeistä

ja vaaroista sekä näyttää piileviä mahdollisuuksia.

Toisenlaiseksi lähestymistavaksi nostetaan unien suhde aikaan. Unia voi tarkastella retrospektiivisesti eli etsiä unen avulla tietoja siitä mihin varhaisempiin kokemuksiin uni voi pohjautua – sieltä löytyvät usein tämän hetken ongelmien juuret. Toisena tapana tarkastella unia esitellään ns. finaalinen näkökulma, jossa pohditaan mitä uni kertoo juuri nyt, mihin tulevaisuuden näkymiin se viittaa. Unen avulla voi Jungin mukaan tutkia myös ennustetta nykyiseen ongelmaan ja tutkia, mihin suuntaan uni rohkaisee unennäkijää. Uni siis näyttää meille tulevan potentiaaleja ja auttaa unennäkijää ratkaisujen teossa. Unet voivat valmistaa ihmistä kohtaamaan tulevaa, ohjata minne hänen pitäisi mennä ja mitä tehdä.

Lindholm-Kärki neuvoo kysymään neuvoa unilta siten, että kirjoittaa mieltä vaivaa- van kysymyksen unipäiväkirjaan mahdollisimman selkeästi ja pohtii kysymystä ennen nukkumaan menoa. Vastaus ei tule välttämättä heti seuraavana yönä, joten kysymyksen pohdimista on hyvä jatkaa useampana iltana. Kyse on syvästä dialogista *ydinminuuden* kanssa. Jos ei kuitenkaan ymmärrä vielä uniaan ja omaa symboliikkaansa, ei kannata aloittaa unityötä kysymyksillä, koska todennäköisesti ei pysty ymmärtämään saamiaan vastauksia. *Ydinminuutta* Lindholm-Kärki

kuvaava ihmisen sisäiseksi keskukseksi, jossa vallitsee tyyneys ja tasapaino. *Ydinitse* on sisäinen ohjaava tekijä, kasvua säätelevä keskus, joka saa aikaan persoonallisuuden jatkuvan laajentumisen ja kypsymisen. *Ydinminuuden* tavoittaa kokemuksissa, joissa tuntee iloa, rakkautta, vapautta ja läsnäoloa tässä ja juuri nyt. Unien kautta ihminen voi saada yhteyden ydinolemuksensa.

Painajaisista kirjassa todetaan, että useimmat painajaiset kertovat egon ja ydinminuuden välisestä ristiriidasta. Painajainen näyttää mikä aiheuttaa pahaan oloa ja ristiriitaa. Painajainen vaatii tutkimaan itseään rehellisesti. Lindholm-Kärki kuvaava unia barometreiksi emotionaalaisesta terveydestä ja hyvinvoinnista. Vakavan trauman jälkeen ihminen saattaa nähdä unissaan yhä uudelleen tapahtuman, jonka on kokenut. Näissä tilanteissa unityöskentely ei ole ratkaisu, vaan ne edellyttävät trauman läpityöskentelyä esim. traumaterapiassa.

Toistuvista unista todetaan, että ne nostavat esille teemoja, jota unennäkijä sivuuttaa valvetietoisuudessaan. Toistuvat unet harvoin toistuvat täysin samankaltaisina, vaikka pääteema onkin sama. Muuntuneisiin kohtiin kannattaa kiinnittää erityisestä huomiota. Kannattaa myös pohtia missä tilanteissa näkee tämänkaltaisia unia.

Kirjassa käsitellään useita unityöskentelyn menetelmiä. Symbolityöskentelyssä muis-

tutetaan, että unennäkijää auttaa parhaiten, kun hän ymmärtää symbolien henkilökohtaisen merkityksen. Symboleja on sekä universaaleja että yksilöllisiä. Kirjassa opastetaan kirjoittamaan unet sanatarkasti ylös. Unen voi myös kertoa jälkikäteen preesensissä läpi ja lisätä kertomukseen jokaisen toteamuksen jälkeen sanat "*täl-laista minun elämäni on*". Tämä auttaa tavoittamaan uneen liittyviä tunteita ja tunnelmia. Unen merkityksen ymmärtämistä auttaa myös meditaatio-työskentely, intuitiivinen kirjoittaminen, dialoginen kirjoittaminen tai kahden tuolin tekniikka. Unta voi myös jatkaa mielikuvissa, palata unen maailmaan ja muuttaa unessa olleita tapahtumia tai omia reaktioitaan.

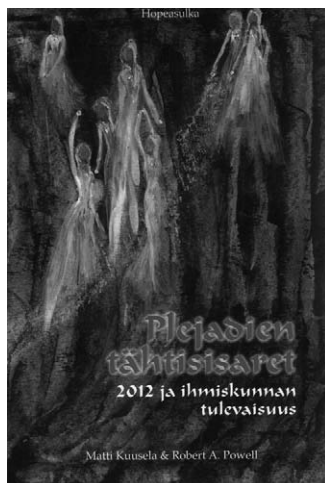
Kirjan toinen osa suuntautuu ammatilliseen uniohjaukseen. Uniohjauksessa erotetaan kolme vaihetta: 1) Unen oivaltaminen eri menetelmin 2) Viestin ymmärtäminen elämässä juuri nyt 3) Saatujen oivaltusten siirtäminen käytäntöön. Kirjassa käsitellään paljon ryhmädynamiikkaan liittyviä kysymyksiä sekä uniohjaajan roolia ryhmässä hyvinkin yksityiskohtaisesti, käytännönläheisesti ja runsain esimerkein.

Unen merkityksen oivaltamisen kannalta on tärkeää rakentaa silta unen ja päiväto- dellisuuden välillä. Tärkeä kysymys on "Mikä unen neuvo on?" Mielenkiintoinen on myös ajatus, että uni ei tyydy toteamaan vain sitä minkä unennä-

kijä jo tietää, vaan uni tuo jonkin uuden näkökulman ja unenäkijän tehtäväksi jää miettiä mitä aikoo asian suhteen tehdä. Unista saadut oivallukset pyritään siis siirtämään joka-päiväiseen elämään. Kirjassa nostetaan esiin monia tärkeitä kysymyksiä, kuten haluatko luoda sitä mitä uni sinulle näyttää? "Jos et, mitä sinun pitäisi muuttaa, jotta unetkin muuttuisivat?" Entä onko unessa voimaannuttavia tekijöitä? Jos on, haluaisiko unennäkijä vahvistaa sitä tunnetta.

Lopuksi kirjoittaja toteaa, että intuitio on ihmiselle suunnannäyttävä ja totuuden paljastaja ja intuitiota kuunnellamme voimme löytää merkityksiä ja näkökulmia, joita järki ja ajattelu eivät tavoita. Unityöskentely nostaa tietoisuuteen materiaalia, jota olisi hyvin vaikeaa muuten tavoittaa. "Uni tuntee sinut" -kirja on kirjoitettu hyvin selkeästi ja havainnollistettu lukuisilla esimerkeillä. Kirja sopii yhtä lailla alan ammattilaisille kuin aivan kenelle tahansa, joka haluaa syventää ymmärrystään omiin uniinsä.

Päivi Kansanaho-Guo



Ihmisen ikäikäinen suhde tähtiin

Matti Kuusela ja
Robert A. Powell

Plejadien tähtisisaret, 2012 ja ihmiskunnan tulevaisuus

Hopeasulka 2011
159 sivua

Avaruus on loputtoman laaja. Kuitenkin maapallolta katsottuna jotkut planeetat ja tähdet ovat selvästi näkyviä ja tuntuvat meistä tutuilta. Näin tapahtuu kun kirkas pilvetön yö näyttää tähtitaivaan koko upean loiston meille. Silloin syntyy helposti tunne, että tämä on tapahtunut aikaisemminkin. Tähtitaivasta ovat katsoneet ihmiset maapallolla kautta aikojen, ja katsoessaan ihminen tuntee olevansa osa pitkää jatkumoa.

Härän tähdistössä, kaakkosella taivaalla Orionin suunnassa, on avoin tähtijoukko M45 eli Plejadit. Tämä tähtijoukko löytyy helposti paljain silmin, ja kiikarilla Plejadit näkyvät vielä paremmin. Nämä tähdet ovat ilmeisen kauan olleet tunnettuja suomalaisille, siitä kertoo niiden suomalaiskansalliset nimet: Seulaset, Väinämöisen virsunjälki ja Pikku Orava. Rakkaalla tähtiryhmälä on monta nimeä.

Matti Kuusela ja Robert A. Powell ovat kirjoittaneet kirjan näistä tähdistä. Matti Kuusela keskittyy kirjoittamaan Plejadien tanssivista tähtisisarista ja Robert A. Powell kertoo Plejadien merkityksestä Amerikan alkuperäiskansojen kulttuureille. Kirja selventää miten vanhat tähtimyytit ja henkiset tiedot kertovat siitä kuinka ihmiskunta ja Plejadit ovat kohdanneet kauan sitten ja luotaa katseen samalla kauas ihmiskunnan henkiseen tulevaisuuteen.

Matti Kuusela on pitänyt luentoja, tähtitietoisuusiltoja meditaatioineen, eri puolilla Suomea pitkään. Tämän viimeisimmän kirjan myötä minulle alkoi hahmottua ajatus, että moniulotteinen maailmankaikkeus luo jokaisen pisteensä ja jokaisen tähtensä ympärille juuri sille kuuluvan oman maailmansa. Jokainen piste, jokainen yksilö on ainutlaatuinen niin itsessään kuin suhteessaan maailmaan. Jos katson tähtitaivasta Maasta, se on erilainen kuin jos katson sitä Siriuksesta. Tai vaikka

olisimme hyvin lähekkäin, sinun maailmasi on silti hyvin erilainen kuin minun. Kuuselalle on selvinnyt, että galaksien muodot paljastavat paljon niiden sisäisestä olemuksesta. Oli ilmeistä, että kaunis ja säännöllinen galaksin ulkomuoto ilmaisee myös sen kaunista ja harmonista värähtelyä.

Kuuselan mukaan meillä on maailmankaikkeuden kanssa yhteinen kieli. Niin kuin kukat kertovat niiden sisimmästä olemuksesta, niin puhuvat myös tähdet sille joka kuulee niiden puhetta. Ystävällisten Plejadien tukemalla tähtitietillemme me saavutamme ensimmäisen suuren tähden, kun me samaistumme jumalalliseen Sofia-viisauden avulla itse Maan kohtaloon, teemme Maan todelliseksi kodiksemme. Yksi tärkeä innoittaja Matti Kuuselalle tuntuu olevan Rudolf Steiner ja hänen ajattelunsa. Minusta Kuusela tekee hyvää ja arvokasta työtä avaamalla Steinerin viisautta; puheita ja kirjoituksia uudelleen tulkittuina.

Kirjassa on seitsemän harjoitusta joilla voi kehittää ja eheyttää itseään.

Robert A. Powell kirjoittaa kunnioittaen amerikkalaisista alkuperäiskansoista. Jo vuonna 1996 Amerikan alkuperäisheimot, *Plejadien lapset*, julkaisivat kutsun Äiti Maan suojelemiseksi. Lakota-siouxien henkinen johtaja **Seisova Hirvi** organisoii alkuperäiskansojen laajan konferenssin ja avauspuheessaan hän sanoi, että yhte-

ys tähtiin vallitsee kaikilla kansoilla. *"Tähdet ovat mukana jokaisessa kulttuurissa."* Lakotojen henkinen johtaja **Chanupa Wambdi Wicasa, Kaurismies**, hämmästytti kuulijoita ilmoittaessaan, että **Paavi Johannes Paavali II**, on piipunkantaja, eli ihminen, joka kantaa syntyperäistä amerikkalaista perinnettä. Paavi osallistui hikeremoniaan ja paastosi vieraillessaan intiaanien luona Kanadassa. Huoli tulevaisuudesta on yhteinen alkuperäiskansoilla ja se perustuu eri kansojen omiin ennustuksiin. Kaurismies kertoi kuinka saastuminen aiheuttaa epätasapainoa maahan. Muutos ja vaara tulevat mukaan meidän siirtyessämme Neljännessä maailmasta Viidenteen, mikä on myös hopiokansan opetus. Tämä on sangen ajankohtaista, sillä Neljännen maailman päätyminen ja Viidennen alkaminen tapahtuu vuonna 2012 tai 2013. Nyt on kutsu ykseyteen, jotta ihmiskunta yhdessä pitää huolen Maaplaneetan kunnosta. Muuten ihmiskuntaa uhkaavat erilaiset luonnonkatastrofit.

Uusi aika, jota me nyt elämme, on Kristuksen paluu eetterimuodossa – Kristuksen toinen tuleminen.

Kirja antaa virikkeitä oman ajattelun laajentamiseen, mikä ilmeisesti on tarpeen kun olemme vielä vahvasti materian lumoissa. Kiitos mielenkiintoisesta kirjasta.

Börje Fri



Opas viisauteen

Tarot-kortit itseoivalluksen apuvälineenä

DVD-video, pituus noin 260 min
Tajunta Media 2012

Opas viisauteen on kahdesta DVD:tä koostuva opetusohjelma, jossa perehdytetään tarotkorttien käyttöön itsetuntemuksen, ongelmratkaisun ja henkisen kasvun apuvälineenä. DVD:n oppaana toimii tarot-kouluttaja ja -tulkitsija **Tero Hynynen**. Muut esiintyjät ovat: **Jussi Sohlberg**, **edemmenyt Pia Virtakallio**, **Kalervo Aaltonen**, **S. Albert Kivinen**, **Marita Liulia**, **Minttu Hapuli**, **Anja Toivanen**, **Ulla Halkola**, **Lauri Siirala**, **Aleksander XIII** ja **Airi Oja**.

Ensimmäisellä levyllä tutustutaan tarotkorttien historiaan, kuullaan tarotkulttuurin vaiuttajien puheenvuorot sekä

tutustutaan erilaisiin tapoihin tehdä tarot-tulkintoja. Toisella levyllä sukelletaan syvemmälle tarotkorttien symboliikkaan ja merkityksiin tulkinnoissa.

Tarot-korteilla tarkoitetaan korttipakkaa, jossa on 78 korttia. Pakka jakautuu 22 valttikorttiin eli Suureen Arkanaan ja 56 numero- ja hovikorttiin eli Pienen Arkanaan. Valttikortit nollasta 21 :een ovat: Narri, Taikuri, Ylipapitar, Hallitsijatar, Hallitsija, Ylipappi, Rakastavaiset, Vaunut, Erakko, Kohtalonpyörä, Voima, Hirtetty, Kuolema, Kohtuus, Paholainen, Torni, Tähti, Kuu, Aurinko, Tuomio ja Maailma.

Pienet Arkanat muodostavat perinteisen korttipakan. Se jakaantuu neljään maahan: Sauvoihin, Maljoihin, Miekkoihin ja Lantteihin. Kussakin maassa on kymmenen numerokorttia äsästä kymmeneen ja neljä hovikorttia: Lähetti, Ritari, Kuningat ja Kuningas.

Suuren Arkanan kortit edustavat henkistä kasvua ja itse-tuntemusta ja Pienen Arkanan kortit liittyvät enemmän arki-elämän tapahtumiin.

Varhaisimmat meidän päiviimme asti säilyneet tarotkortit ovat 1400-luvulta. Tarot oli korttipeli muiden joukossa aina 1700-luvulle saakka, jolloin kortteihin alettiin liittää salatiiteellisiä merkityksiä.

Tarottien 1700-luvun okkultis-esoteeriseen suuntaukseen vaikutti kolme ranskalaista henkilöä: **Antoine Court de Gébelin**, **Comte de Mellet** ja **Etteil-**

la (Jean-Baptiste Alliette). Gébelin esitti, että tarotkortit olisivat peräisin Egyptistä ja tarot olisi Thoth-jumalan viisauden kirja, johon oli koottu koko ihmiskunnan viisaus. De Mellet huomasi, että tarotin valttikortteja oli sama määrä kuin hebrealaisia aakkosia eli kaksikymmentäkaksi. Etteilla laati ensimmäisen ennustukselliseen käyttöön tarkoitetun tarotpankan sekä tarotennustuskirjan. Kortteihin tuli myös numerot ja avainsanat sekä korttien käänteiset merkitykset.

Seuraavaksi 1800-luvulla **Eliphas Lévi**, ranskalainen okkultisti, yhdisti tarotin ja kabbalan Elämänpuun 22 elämänpolkua ja hebrean kielen aakkoset. Lévin ajatukset siirtyivät englantilaisen Golden Dawn -loosin jäsenille 1800-luvun loppupuolella. Golden Dawnin piirisä nähtiin, että tarotkortit ovat osa kokonaisuutta, joka sisältää esoteerisen perinteen. Ne alettiin nähdä keinona kehittää itsetuntemusta ihmisen kulkiessa henkistä päämääräänsä kohti.

Golden Dawnin perinteesen perustuvat 1900-luvun tärkeimmät korttipakat ovat **Artur Edward Waiten** suunnittelema ja **Pamela Colman Smithin** kuvittama Rider Waite Tarot sekä **Aleister Crowley**n suunnittelema ja **Frieda Harrisin** kuvittama Aleister Crowley'n Thoth Tarot.

Sittemmin 1900-luvulla okkultismin merkitys alkoi väistyä. Piilotettua totuutta ei enää et-

sitty korteista itsestään, vaan kortteja alettiin käyttää apuvälineenä etsittäessä totuutta itsestä. Siihen vaikutti merkittävästi sveitsiläisen psykologin **Carl Gustav Jungin** teoria arkkityypeistä. Jung liitti arkkityypit henkiseen kasvuun ja psyyken eheytymiseen. Tarot oli symbolinen väline, jota voitiin käyttää ihmismielen luotaamiseen. Tarot voisi toimia muutoksen välineenä.

New age -liikkeiden aika 1900-luvun loppupuolella oli tarotin kulta-aikaa. Nykyisin liikkeellä on noin 1000 erilaista pakkaa, pienpainokset ja keräilykappaleet mukaan lukien 5000 – 10000 pakkaa.

Nykyään tarot-korteilla on yksi keskeinen käyttötarkoitus, joka on aloittanut uuden aikakauden niiden historiassa. Kortteja käytetään elämänhallinnan apuna ilman okkultista teoriaa tai psykoanalyttistä käsitteistöä. Jokainen kortti sisältää positiivisen (*tulkinta*) ja negatiivisen puolen (*käänteinen merkitys*). Tarotkorttien yleistunnelma on kuitenkin aina positiivinen, sen perustarkoitus on lisätä elämäniloa ja -halua ja antaa lisää voimaa ja ymmärrystä pelaajalleen.

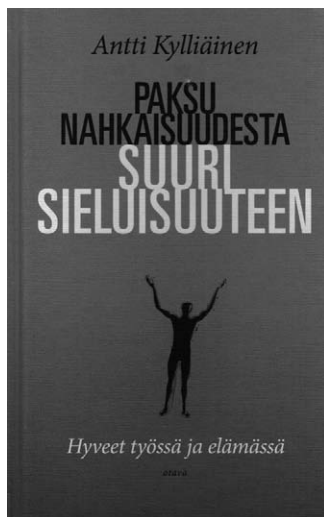
Aluksi voi vaikka vain katella kortteja ja miettiä, mitä ne minulle henkilökohtaisesti kertovat. Pikku hiljaa kuvat ja tekstit alkavat toimia. Kortit kertovat symbolisella tavalla asioista, jotka saattavat olla meiltä piilossa. Kun näkee ne tarkemmin omassa elämäs-

sään, on kuin nykytilanteen erilaiset aiheet ja teemat avautuisivat.

Tulkinnoissa voi käyttää esimerkiksi kolmen kortin pöytää, joka ei ennusta, mutta antaa viestin: Mistä on kysymys? Mitä tulee tehdä/jättää tekemättä? Miten elämä tulee minua vastaan? Kortti vasemmalla puolella: Juuri edeltänyt tilanne tai tausta. Kortti keskellä: Tilanne, jossa nyt ollaan. Kortti oikealla: Seuraava vaihe. Ehdotus, mitä voisi tehdä, mihin ollaan menossa. Tarvittaessa voi nostaa lisää kortteja. Hyvin paljon käytetty pöytä on myös Kelttiläinen risti, johon nostetaan kymmenen korttia.

Olen itse aiemmin tutustunut tarottiin Via-Akatemiassa Anja Toivasen pitämällä parilla peruskurssilla. Pakkana oli tuolloin Aleister Crowley'n Thot Tarot. Kokeilin tarotia pitkästä ajasta kolmen kortin menetelmällä ja ihmetykseni oli suuri, miten kortit alkoivat toimia heti! Kortit kertoivat suoraan, mikä oli todellinen ongelmani (ei luulemani) ja mitkä olisivat ratkaisukeinot. Mielenkiintoista oli myös pohtia vastauksia, joita sain. Kokeile sinäkin. Tarvitset vain jotkut tarot-kortit. Opas viisauteen DVD-video on oiva ja nopea keino tutustua aiheeseen. Videolla selostetaan yksityiskohtaisesti muun muassa kaikkien tarotkorttien merkitykset ja symbolit.

Marja-Leena Salokuuri



Onnellisempi työ ja elämä

Antti Kylliäinen
Paksunahkaisuudesta suurisieluisuuteen - Hyveet työssä ja elämässä

Kustannusosakeyhtiö Otava
Keuruu 2012
224 sivua

Juha Perttula ja Antti Syväjärvi (toim.)

Johtamisen psykologia

Ihmisten johtaminen muuttuvassa työelämässä
PS-kustannus
Juva 2012
243 sivua

Viime vuoden lopussa ilmestyi Suomessa nämä kaksi johtamistaidon kirjaa. Kirjoista toisen perustana on Aristoteleen etiikka ja toisen tämän päivän suomalaisen psykologian tutkimustulokset.

Pappi ja työyhteisön hyvinvointikonsultti **Antti Kylliäinen** on tehnyt Aristoteleen etiikan innoittamana kirjan hyveistä työssä ja elämässä. Nikomakhoksen etiikan kohdat on esitetty viitteineen niin, että ne on helppo löytää alkuperäistekstistä. *"Kun on nuoruudessaan saanut kylpeä Aristoteleessa, on aristoteelikko loppun ikäänsä."*, Kylliäinen aloittaa kirjansa.

Johtamisen psykologia -kirjan syntymisen taustalla on noin 10 vuotta sitten Suomessa aloitettu yliopisto-opetuksen ja tutkimuksen yhteistyö soveltavan psykologian ja hallintotieteen oppiaineiden kesken. Yhteistyön tarkoitus on ollut *"luoda suomalaiseen työelämään parempaa osaamista nimenomaan siellä työskenteleviä ihmisiä ja johtajuutta varten"*. Kirjoittajia on kymmenen, jotka yhtä lukuun ottamatta ovat suorittaneet tohtorin tutkinnon.

Kirjan ovat toimittaneet **Juha Perttula ja Antti Syväjärvi**.

Erilaisista näkökulmistaan huolimatta kirjoissa on yhtäläisyyksiä. Esimerkiksi molempien kirjojen tarkoitus on tukea onnellisemman työyhteisön luomista, molemmissa korostetaan kuinka työ ja elämä vaikuttavat toisiinsa ja että, vastuu työyhteisön kehittämisestä on jokaisella sen jäsenellä. Kummassakin kirjassa on todettu mm. itsetuntemuksen ja hiljaisen tiedon merkitys johtamisessa. Myönteisyys tulee Kylliäisen kirjassa esiin yksilöllisenä hyveenä, kun *Johtamisen psykologia* tarkastelee positiivisuutta ihmisten johtamisen näkökulmasta.

Kylliäisen mukaan arvokeskustelu työyhteisöissä on tullut tiensä päähän. Arvot ovat jääneet paperille eikä niiden soveltaminen käytäntöön ole toteutunut. Yhtenä syynä hänen mukaansa tähän on, että arvot ovat nykypäivänä määriteltä useinkin yleisiksi, että ne eivät kerro yhteisön erityislaadusta mitään. Arvokeskustelua tulee jatkaa ottamalla hyveet mukaan keskusteluun kirja kehottaa.

Aristoteeliset hyveet ovat luonteenominaisuuksia, joiden liiallisuus ja puutteellisuus ovat paheita ja keskiväli on hyve. Aristoteleelle *"elää hyvin"* merkitsee samaa kuin *"olla onnellinen"*, *"onnistua elämässä"*. Ihmisen tehtävä on toimia järjen ohjauksessa ja hyvän ihmisen tulee tehdä se hyvin, mahdol-

lisimman tarkkaan järjen ääntä kuunnellen. Arvokkaimmat hyveet ovat intellektuaaliset hyveet; viisaus eli teoreettisen ajattelun hyve ja käytännöllinen järki, käytännöllisen toiminnan hyve. Kirjan painopiste on käytännöllisen järjen toiminnassa.

Hyve tekee oliosta omassa lajissaan hyvän. Vastaukset kysymyksiin millainen on hyvä ihminen, hyvä johtaja tai hyvä yhteisö, ilmaisevat hyveet. Hyveet tekevät ihmisestä hyvän. Todellinen hyveellisyys on harvinaista, mutta sen ei tule estää hyveiden harjoittamista. Kylliäisen mukaan armo on sitä, että *"jokainen on riittävän hyvä omana itsenään"*. Siihen ei voi vedota kun haluamme päästä helpolla eikä se korvaa hyveitä ja niissä onnistumista vaan *"täyttää sen raon, joka jää parhaimpaan ylätämismme ja hyveiden täydellisyyden väliin"*.

Hyveet tai niiden potentiaalisuus ovat olemassa jokaisessa kulttuurissa, yhteisössä ja yksilössä. Kehittyminen hyveissä edellyttää ponnistelua, koulutusta ja kasvatusta. Hyveellisyys voi tehdä työstä elämäntehtävän, kutsumuksen. Hyveellisyys ei sulje taloudellista hyvinvointia ulkopuolelleen vaan voi tuottaa myös *"euroja tilin täytteeksi"*.

Kirjan mukaan Kreikan kaupunkivaltioilla on yhteisiä piirteitä tämän ajan yritysten kanssa. Kylliäisen esittämät yhteisölliset ja johtamisen hyveet ovatkin suoraan Aristoteleen hyveluettelosta tai sen hyveistä

johdettuja. Sen sijaan yksilöllisten ja ammatillisten työnteekoon liittyvien hyveiden osalta niin ei voinut kirjassa tehdä, koska Aristoteleen etiikka oli tarkoitettu Ateenan vapaasyntyisille miehille, joille työntekeä ei ollut soveliasta. Tänä päivänä jokainen meistä voi soveltaa Aristoteleen hyve-etiikkaa. Tietyissä elämäntilanteissa kuten esim. työpaikkaa hakiessa tai opiskelualaa mietittäessä hyveet ovat tarpeellisia. Työssä opittuja hyveitä yksilö voi noudattaa myös yksityiselämässään.

Yhteisö määrittelee hyveen, ne yksilön ominaisuudet, jotka sille ovat hyväksi ja ne organisaation ominaisuudet, jotka tekevät siitä itsestään hyvän. Määrittäessään hyveensä yhteisön tulee ottaa huomioon ympäröivä yhteiskunta. Hyveitä ei tule lyödä lopullisesti lukkoon vaan tilaa tulee jättää eettiselle keskustelulle.

Yhteisön hyveellisyys on tekojen hyveellisyyttä sillä organisaatiolta puuttuu Kylliäisen mukaan sielu tai luonne. Organisaatio itse ei ole toimija sillä sen päätökset ja tehtävät hoitavat ihmiset. Hyveellinen yhteisö toimii joka tilanteessa hyveidensä mukaisesti vaikka se merkitsisi tappiollistakin toimintaa. Ihmisten tavoin yhteisöt voivat erehtyä ja niillekin tulee antaa mahdollisuus korjata erehdyksensä.

Johtamisen psykologia -kirja jakaantuu kahteen osaan, joista toinen käsittelee ihmistä työyhteisössä ja organisaatios-

sa ja toinen ihmisten johtamisesta. Kirja ei anna valmiita vastauksia vaan tarjoaa kirjoittajien mukaan tutkimuksellisesti perusteltua tietoa psykologisiin kysymyksiin. Kirjoituksissa on runsaasti viitteitä eri lähteisiin, joiden luettelo on kunkin tekstin jäljessä.

Kokemuksellinen organisaatio ilmenee ihmisten kokemusmaailmoissa, niiden muotoilijoina ovat asioille merkityksiä antavat ja toistensa kanssa vuorovaikutuksessa olevat ihmiset. Kokemuksissa kaiken liittyessä kaikkeen, jokaisen ihmisen kokemusmaailman ja elämäntilanteen ollessa ainutlaatuinen, kokemuksellinen organisaatio on kompleksinen, moniääninen ja muuttuva.

Kompleksisuusajattelu arvottaa erilaisuutta mutta edellyttää sosiaalista todellisuutta, jonkinlaisen me-muotoisen kollektiivin tiedostamista. Kompleksisuusajattelussa muutos toteutuu aina jossain määrin yllätyksellisesti joten tarvitaan ajatusten joustavuutta ja muutumista, parhaimmillaan visionääristä näkemystä kaaoksen keskellä, jatkuvassa muutoksen tilassa.

Johtamisen haaste on motivoida ihmisiä, parantaa itsetuntemusta ja kehittää vuorovaikutusta osana muutoksen hallintaa. Johtamisen tilanneherkistyminen liittyy toimintaympäristöjen kompleksisuuteen, jolloin tarvitaan mm. hyvää arvojohtamista. Lisäksi tarvitaan erilaisia johtamisen

kompetensseja, kuten hiljaisen tiedon tunnistamista sekä henkilöstön innovaatiokyvyn tukemis- ja kehittämistaitoja.

Yhteisöllisyys on yksilön ja työyhteisön tavoitteet yhteenhiovana jatkuva prosessi, missä toimijana on yksilö. Toimijuuden tutkimuksessa on viime aikoina yhdeksi näkökulmaksi noussut voimaantuminen. Yhteisöllinen toimijuus edellyttää voimaantumisen lisäksi yksilön sitoutumisen ja itsetuntemuksen vahvistamista. Siihen liittyy myös sosiaalinen ja yhteisöllinen älykkyys.

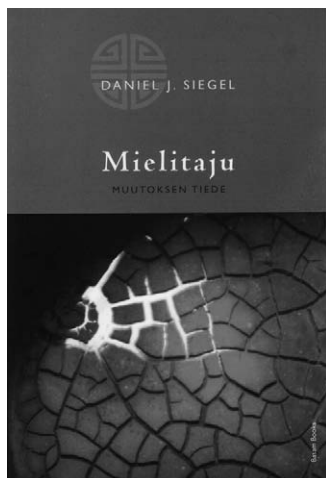
Itsensä johtamista kirjassa kuvataan mm. eri ihmiskäsitysten, kehityspsykologian aikuisuus-käsitteen ja Jungin analyyttisen psykologian teorian avulla. Itsensä johtamisessa itse subjektina, kokijana on merkityksellisempi kuin itse objektina, ihmistä yksilönä kuvaavat kokemukset. Itsensä johtamisen tavoitteena on kehittyä aikuisena ja löytää se elämäntilanne, missä on mahdollista toimia toisten hyväksi ja missä tätä elämäntilannetta voi laajentaa.

Positiivisuuteen myönteisyyden kehänä liitetään ihmisten johtamisessa neljä elementtiä; positiivinen ilmapiiri, toimijasuhteet, kommunikatio ja merkitykset. Positiivisuus johtajuudessa lähestyy ihmistä myönteisten asioiden kautta unohtamatta kriittistä otetta, negatiivisten ja ongelmallisten tekijöiden huomioonottamista. Positiivinen psykologia

ja organisaatio-oppi kunnioittavat ihmisten aitoja kokemuksia, korostavat työn mielekkyyttä ja onnellisuutta, minkä ytimenä on tunnistaa omalle elämälle välttämättömät asiat työelämässä.

Pidän hyvänä asiana, että kirjoissa on tuotu esiin aikuisen työn ja elämäntilanteen keskinäinen vuorovaikutus, ja että näkökulma työelämään on myönteinen. Molemmat kirjat antavat virikkeitä ajatteluun niin johtamisesta ja yhteisöllisyydestä kuin työelämän ja oman elämän onnellisuudesta kiinnostuneille.

Sinikka Juntura



Ainutlaatuinen inhimillinen kyky

Daniel J. Siegel
**Mielitaju Muutoksen
tiede**

Engl. Mindsight
Suom. Jussi Korhonen
Basam Books 2012,
351 sivua

Neurotieteilijä, lastenlääkäri, psykiatri ja lastenpsykiatri Daniel J. Siegel (1957–) on mm. klinisen psykiatrian professori UCLA:n School of Medicinessä ja Mindsight (Mielitaju) -instituutin johtaja.

Ei ole pitkäkään aika siitä, kun ”mieli” oli vielä melko hämärä käsite. Siegelin opettajat ja kollegat eivät edes yrittäneet määritellä mieltä tieteelliseen tai tutkimukselliseen käyttöön sopivaksi. He eivät myöskään pitäneet tärkeänä ottaa huomioon aivo-

jen yhteyttä ihmisen mielen ongelmiin.

Siegelillä on ennakkolooloton monitieteinen suhtautumistapa aiheeseensa. Mielen määritelmä koostuu monien eri alojen kautta: Mieleen liittyy informaatiota ja energiavirtausta. Mieli on myös säätelyprosessi. Mieli on kehollinen ja yhteisöllinen. Mielen toiminta liittyy vahvasti aivoihin.

Siegel keksi sanan mielitaju kuvaamaan ihmisen kykyä havainnoida oman mielensä toimintaa ja samalla myös muita ihmisiä sekä samalla integroida siitä syntyvää moninaisuutta. Oivalluksen tästä hän sai työskennellessään auto-onnettomuudessa aivonsa vahingoittaneen Barbaran terapeutina. Barbara muuttui ihmisenä toisenlaiseksi, yhteiselämästä perheen kanssa puuttui jotakin tärkeää, se köyhtyi ja menetti aitouttaan. ”Menetin sieluni”, oli Barbaran oma kuvaus muutoksestaan. Vaurioitunut alue oli aivojen etuosassa, kohdassa, johon auton ratti oli osunut. Tämä tosiseikka myös paikallisti ongelman aivoissa. Barbaran perhe koki tilanteen vaikeana, mutta kykeni ymmärtämään että muutos johtui Barbaran aivoista eikä Barbarasta itsestään.

”Mielitaju on ainutlaatuinen inhimillinen kyky, jonka ansiosta voimme tutkia tarkoin, yksityiskohtaisesti ja syvällisesti, ajattelun, tuntemisen ja käyttäytymisen prosesseja”, Siegel määrittelee ja jatkaa: ”Sen an-

sioista voimme myös muovata ja uudelleenohjata sisäisiä kokemuksiamme niin, että meillä on enemmän valinnan vapautta jokapäiväisissä toimissamme, enemmän voimaa luoda tulevaisuutta ja ryhtyä oman tarinamme kirjoittajaksi. Tämän voi ilmaista myös siten, että mielitaju on perusta kaikelle sille, jota nimitämme tunneälyksi ja sosiaalisesti älyksi.”

Näissä lauseissa Siegel on ilmaissut koko kirjan olennaisimman asian. Ne myös edustavat uutta ajattelutapaa, jossa mieli on nostettu sekä ihmisen sisäisen ymmärryksen että sosiaalisen puolen avainkäsitteeksi – ja Siegelillä korostusti aivojen toiminnan tai toimimattomuuden kautta.

Neurotieteelliset tutkimusmetodit ovat antaneet Siegelille mahdollisuuden löytää mielelle neurobiologinen pohja ja sijainti sekä tunnistaa sen integroiva toimintatapa aivoissa. Nykyihmiselle juuri konkretia on totta, totuuden kaikkein vankin tuki. Psykiatrina Siegelillä on mahdollisuus verrata aivotointia potilaidensa käyttäytymiseen ja mahdollisiin ongelmiin sekä heidän oman itsensä suhteen että myös sosiaalisessa kanssakäymisessään.

Siegel sommittelee hyvinvoinnin kolmion: mieli, aivot ja ihmissuhteet ovat sen kärkinä.

Aivojen yhteys ihmisen sosiaaliseen elämään on tärkeä ja mielenkiintoinen aihe. Siitä on jo jotain löydettykin – esimerkiksi peilisolujen toiminta.

Peilisolut ovat nimensä mukaisesti monen aistin avulla toimivia "peilejä", niiden avulla ihminen kuvastelee omista aivoistaan havaintoja muista ihmisistä. Ne reagoivat toisten ihmisten tahdonalaiseseen päämäärätietoiseen toimintaan mutta myös tunteisiin ja ovat tällöin avain toisen ihmisen ymmärtämiseen.

Siegel epäilee, kuten amerikkalaiset kirjoittajat yleensä, ettei lukija jaksaisi lukea teoreettista tekstiä ja Mielitaju-kirja perustuukin suureksi osaksi hänen terapeutin kokemuksiinsa, jotka hän kertoo tapauksittain erittäin kansantajuisesti, laveasti, hyvällä huumorilla, melkein pä kaunokirjalliseen tyyliin. Hän käsittelee myös omaa reaktiotaan ruuasta kinasteleviin lapsiinsa ja valottaa sen avulla, miten asiat kulkevat suuttuneen ihmisen aivoissa. Vihantäyteisen "let-tuepisodin" jälkeen hän toteaa, että ennen kuin solmimme uudelleen suhteet läheisiimme, meidän täytyy solmia ne ensin itseemme.

Siegel pitää meditaatiota hyvänä mielitajun palauttajana – heti järjen tultua toimintakuntoon. Jälleen hän muotoilee kolmijaon: avoimuus, havainto, puolueettomuus, joita hän pitää mietiskelyn kolmijalkana. – Siegel on ennen kaikkea terapeutti, joka käyttää mielen valppautta, tietoisien läsnäolon voimaa korostavia mindfulness-tekniikoita, joiden taustalta voi halutessaan löy-

tää buddhalaisen meditaatiofilosofian viisautta.

Siegel pitää kirjainyhdistelmistä, niitä Mielitaju vilisee. Ihmismieli on kompleksinen, monimutkainen ja moniosainen ja kuitenkin sen pitäisi toimia harmonisesti.

Kirjassa on runsas inhimillinen aspekti ja myös optimismeja. 92-vuotias Stuart tekee harjoituksia, joissa Stimuloidaan Neuronien Aktiivisuutta ja Kasvua eli SNAKataan. Stuartin terapian tarkoituksena on saada suurempaan käyttöön lähes piilossa ollut oikea aivopuolisko, jossa on muun muassa tunne-elämä. Joten voimme jännittää, miten Stuartin terapia etenee, ja iloita hänen elämänsisältönsä rikastumisesta jne.

Kiinnostavaa on, että kirjassa laajennetaan aivojen käsitettä koskemaan koko kehoa, kaikkia sen hermoverkkoja. Siegel perustelee sitä ihmisen kasvuprosessilla, jossa sikiön hermoverkot kasvavat ympäri sen kehoa. Vasta kehon ulko-osien kääntynyt sisäänpäin muodostamaan selkärangaa ne alkavat kokoontua selkärangan toiseen päähän ja sitä kautta vähitellen aivoiksi kallon sisään.

Käsitys ihmisen henkisten kykyjen levittäytymisestä koko kehon alueelle on jo aika lähellä henkistä ihmiskuvaa, jossa aivoille totunnaisesti omistetut kyvyt toimivat myös koko kehon kautta. Toki pään sisäisillä aivoilla kaikessa monimutkai-

suudessaan on korvaamaton asema ihmisen kokonaisuudessa. Hän puhuu myös neuroplastisuudesta, ja neuroplastisesta voimasta, joka korjaa hermoverkkojen vaurioituneita yhteyksiä niin oman kehollisen järjestelmän puitteissa kuin sosi-aalisissa suhteissakin.

Siegel hahmottaa kirjassaan aivojen toimintahierarkian ja kansantajuisia aivo-osien keskinäistä sijaintia käyttäen mallina nyrkkiin puristettua kättä: sormet edustavat aivokuorta, sisään työnnetty peukalo limbisiä alueita, hippokampusta ja manteliumaketta jne. Aivorunko on kämmenen keskellä, selkäydintä esittää ranne. Siegel kertoo myös pääpiirteissään miten aivot kehittyvät iän kuluessa, selostaa aivojen välittäjäaineiden toimintaa ja sitä miten hormonit liittyvät niihin, jne.

Siegelin kirjasta saakin hyvän yleiskäsityksen siitä mitä aivoista nykyisin tiedetään sekä lisäksi teoreettisia ja käytännöllisiä tulkintoja niiden toiminnasta ihmisen kokonaisuudessa. Kirjan lopussa on vielä liite, jossa tärkeimmät käsitteet käydään lävitse ja viiteosastossa selitetään mielenkiintoisesti asioiden tutkimustaustoja ja historiaa.

Yhteenvetona voisi sanoa, että Siegelin Mielitajussa on lukukelpoinen annos virikkeellistä ihmisoppia juuri nyt valtavasti kehittyvältä alalta.

Tuula Uusitalo



Kumpi voittaa?

Deepak Chopra &
Leonard Mlodinow

Maailmankatsomusten taistelu

Tiede vs. henkisyys
Alkuteos: War of the Worldviews
Suom. Teija Hartikainen
Basam Books 2012
406 sivua

Paras tapa saada ihmiset kiinnostumaan jostakin on järjestää aiheesta ottelu: kehään kiipeää kaksi tasaveroista taistelijaa ja katsotaan kumpi voittaa. Nyrkkeilyssä ynnä muissa taistelulajeissa on kuitenkin säännöt, joiden puitteissa paremmuus ratkaistaan. Ja ainakin tuomaristo osaa säännöt ulkoa.

Mutta miten on maailmankatsomusten laita, onko niiden paremmuus mahdollista ratkaista kahden niitä edustavan henkilön keskinäisen väittelyn kautta? Maailmankatsomukset

ovat joka tapauksessa vastakkain, ovat aina olleet. Erilaiset ajatussuunnat kyllä pystyvät linnoittautumaan omiin aselmiinsa.

Deepak Chopran ja Leonard Mlodinowin kirjassa Maailmankatsomusten taistelu alaotsikolla Tiede vs. henkisyys tieteellinen ja henkinen maailmankatsomus ovat vastakkain. Tarcoituksena ilmeisesti on herättää ihmiset ajattelemaan asiaa. Taistelu maailmankatsomusten paremmuudesta käydäänkin viimekädessä kolmannen osapuolen eli lukijan aivoissa, hänen mielipiteittensä uudelleen muokkautumisessa tai paikoilleen jäähdyttämisessä.

Deepak Chopra, kirjailija ja sisätautilääkäri, on tunnettu henkisen maailmankatsomuksen puolestapuhuja, jonka näkemykset nousevat suuressa määrin veediselältä pohjalta. Leonard Mlodinow teoreettinen fyysikko, kirjailija ja mm. Stephen Hawkingin kirjoittajatoveri – jos se jotain kertoo – puolustaa tieteen tukeutuvaa maailmankuvaa. Pystyvätkö Deepak ja Leonard (väittelijöinä he esiintyvät etunimillään) liikkauttamaan meidän käsityksiämme jompaankumpaan suuntaan?

Erät, joiden puitteissa paremmuus pitäisi ratkaista, koskevat maailmankaikkeutta, elämää, mieltä ja aivoja sekä Jumalaa, joista kaikista heillä on siis eri käsitykset. He tuntevat kohtalaisen hyvin vastustajansa ajatukset. Nykyhenkisyys edelläkävijänä Deepak on pe-

rehtynyt moderniin tieteelliseen maailmankuvaan ja löytää sieltä myös henkisyyteen viittaavia piirteitä. Leonard tuntee henkisyyden teesejä, mutta hänellä ei oikein ole kykyä asettaa niitä oikeisiin yhteyksiinsä. Hän pitää useita henkisyyden ajatuskuluja pinnallisina ja harhaanjohtavina. Tieteenharjoittajan ominaisuudessa hän pitää selvänä, että "aivot harhauttavat" ja "intuitio on usein väärässä". Jumalan olemassaoloa hän ei voi hyväksyä, sillä se tuottaisi hankaluuksia teorioille, jotka on jo testattu ja hyväksi havaittu monissa eri yhteyksissä.

Sellaiset fysikaaliset kuvailut kuin "tyhjiyden poreilu" (jossa alkeishiukkasia syntyy tyhjiöstä) ovat Leonardin mielestä fysiikassa aivan eri kategoriaa kuin Deepakin käyttämänä, eikä hän oikein pidä siitä että henkinen maailmankatsomus samaistaa ne omiin buddhalaisviritteisiin käsityksiinsä.

Maailmankatsomusten olenaisiin taistelu käydään tietoisuuden ympärillä: Mistä tietoisuus on tullut? Onko se moninaisten sattumien kautta syntyneen kompleksisuuden tulos (Leonard) vai jo alun perinkin olemassaoloon kuuluva periaate tai perusolemus (Deepak). Tieteellinen katsomus ei halua ottaa tietoisuuden kaltaista lisäargumenttia teorioihinsa – silloin pitäisi luopua niiden sitovuudesta, johon fysiikka lakeineen näyttää johtavan.

(Valitettavasti tieteellisten ja nykyään henkistenkin kes-

kustelujen käyttökieli, englanti on köyhä silloin kun puhutaan tietoisuudesta henkisessä tai tieteellisessä mielessä. Englanninkielessä näyttää olevan yksi ainoa sopiva sana "consciousness", joka käännetään melkein aina "tietoisuudeksi". Suomenkielen sanat "tajunta" ja "tajunnallisuus" voisivat antaa lisävivahteita keskusteluun. Tietenkin kieliraja on vaikea ylittää.)

Sekä Deepak että Leonard puolustavat kantaansa niin hyvin kuin nykytiedon valossa voivat. Kirjan ansioina voi pitää myös sitä, että näitä tietoja selostetaan aika hyvin – siitä kiitos erityisesti Leonardille, joka kertoo tieteen saavutuksista ja niihin pääsemisestä kansantajuisesti.

Omasta mielestäni jonkinlainen ajatusvirhe on kuitenkin siinä uskossa, että maailman olemassaolo alkuräjähdyksestä eteenpäin johtuu luonnonlaeista (eli niistä, mitkä nykyään tunnetaan luonnonlakeina). Olen nimittäin omaksunut Richard Feynmanin kannan (jonka Leonard myös mainitsee, vaikka ottaakin erilaisen asenteen) että tiede tutkii luontoa ja yrittää löytää siitä lainalaisuuksia. Siis luonto on ensin ja sitten vasta tiede. Feynman, vaikka olikin oman käsityksensä mukaan materialisti, oli henkisesti avoin ja se teki hänestä suuren tiedemiehen. Luonnonlait merkitsevät ihmisen tapaa ymmärtää olemassaoloa, eivätkä ne välttämättä ilmaise kaikkea.

Väittelijöillä on enemmän joustavuutta ja yhteistä pintaa kuin joskus taannoin. Leonard ei kiellä tietoisuuden olemassaoloa kokonaan – niin kuin muutamia kymmeniä vuosia sitten saatettiin tehdä. Eikä hän kiellä henkisten arvojen, kuten hyvyden, kauneuden, rakkauden jne. olemassaoloa tai merkitystä. Hän vaan pitää niiden lähtökohtia alkuaan sattumanvaraisina: niin sattui tapahtumaan – ilman sen kummempaa ohjausta tai tarkoitusta.

Deepak taas pystyy ohittamaan esimerkiksi Jumalan sellaisena olentona kuin esimerkiksi kristillinen kirkko sen on omaksunut tai hänen hindulaisen äitinsä päivittäin suorittama uskonnonharjoitus edellyttäisi. Hän tukeutuu käsitteellisesti yleisluontoisempaan ja vähemmän uskonnolliseen olemukseen: jumaluuteen, joka omalla tavallaan pitää sisällään tietoisuuden. Deepak kritisoi uskontoja, jotka ovat "patentoineet" oman tiensä ainoaksi oikeaksi. Henkisyttä ja uskontoa ei voida kuitenkaan väkisin erottaa toisistaan, hän sanoo. Deepak itse näkee henkisyyden kuitenkin niin väljänä, että sen sisään mahtuvat monenlaiset ihmiset, tieteilijätkin, jos siis haluavat.

Deepak kertoo puhtaan tietoisuuden piirteet: eheyden, autuuden, rauhan, kokonaisuuden, täysin hereillä olemisen jne. ja luettelee mm. viisi vaihetta joiden kautta päästään valaistumiseen. Ne voisivat ol-

la myös jossakin henkisen tien opaskirjassa. Deepak vetoaa vanhaan intialaiseen tietoon, eikä hän katso henkisyyden sinänsä kulkevan mihinkään erityiseen kehityssuuntaan.

Oli miten oli, maailmankatsomukset ovat ja pysyvät erilisinä. Silti niissä molemmissa voi nähdä niin paljon totuutta, että ainakaan minulla ei ole ongelmia uskoa niihin molempiin – paitsi niissä kohdissa, joihin en usko. Ihminen ei missään oloissa voi tietää "kaikkea kaikesta", mutta hän voi pakata tietonsa erityyppisiin järjestelmiin ja metodeihin.

Kirja on erinomaista luettavaa niille, jotka haluavat tietää mistä tässä kiistelyssä oikein on kyse ja myös niille, jotka haluavat saada kokonaiskuva näistä erilaisista tavoista hahmottaa maailmaa ja omaa olemassaoloaan siinä. Ja tietysti puolensakin voi valita.

Tuula Uusitalo



Mielenrauhaa katujen kielellä

Markus Uku Laitinen
Katujen zen

Like 2013
217 sivua

Viime vuosina **Brad Warnerin** kaltaiset länsimaiset opettajat ovat tuoneet esiin ajatusta "punk-zenistä", joka korostaa zenbuddhalaisuuden kuvia kumartelemattomia ja anarkistisia juuria. **Markus Uku Laitisen** tuore kirja *Katujen zen* edustaa samaa suuntausta: sen sivuilla saavat kyytiä niin median ruokkima kiiltokuva-zen kuin traditiota korostava oikeaoppisuuskin. Teos kertoo zenistä riehakkaan anarkistisesti, käyttäen hienostarkoituksellisen alatyylisiä "katujen kieltä". Se kutsuu lukijan kohtaamaan todellisuuden kaikessa rosoisuudessaan ja terävine kulmineineen, ilman pehmusteita.

Markus Uku Laitinen (s. 1979) on harjoittanut mietiskelyä vuodesta 1996. Hän on saanut vihkimyksen zenin sittemmin luopunut buddhalaisuudesta. Hänen kirjansa on eräänlainen henkisen itsenäisyyden julistus. Traditioista luopunut Laitinen kertoo elämästään, sekä siitä, mitä zen on hänelle opettanut ja mitä se hänelle merkitsee. Buddhan ja zen-mestari D genin elämäntarinoinhin tukeutuen hän kehottaa myös lukijoitaan tutkimaan, mikä juuri heille itselleen on totta ja merkityksellistä. Välineenä siihen toimii *zazen*, yksinkertainen istumamietiskely tai "*pelkkä istuminen*".

Laitinen ei esiinny valaistuneena ja virheettömänä opettajana. Hän kietoo zenin periaatteet ja historian omaan henkilöhistoriaansa, joka sisältää kipeitä muistoja koulukiusaamisesta, nuoruuden hölmöilyjä, sekoilua, elämän suunnan etsimistä, sekä pitkän ja tuskallisen taistelun päihderiippuvuuden kanssa. Zen ei tarjoa ihmelääkeettä elämän vaikeuksiin. Mietiskely on korkeintaan keino nähdä miten asiat todella ovat, mutta muutos on kiinni ihmisen omista valinnoista. Valintojensa ja läheistensä tuen ansiosta myös Laitinen on kuitenkin onnistunut selättämään trauman ja riippuvuutensa.

Katujen zenin tapa esitellä buddhalaisuuden peruskäsitteitä saattaa hämmentää, narkasuttua tai jopa järkyttää niitä,

jotka ovat tottuneet joko modernin henkisen kirjallisuuden tai perinteisten tekstien tyyliin. Laitinen ei säästele kiro sanoja eikä alapäähuumoria. Esimerkiksi kaiken olevan keskinäistä riippuvuutta ja siihen läheisesti liittyvää karman käsitettä havainnollistetaan, kieltämättä onnistuneesti, pierun avulla. Buddhaa hän puolestaan kutsuu mm. lempinimillä "*G-piste*" ja "*Buddha da Man*". Koska zen koskettaa koko ihmistä, se ulottuu myös navan alapuolelle, vai miltä kuulostaa puhe Buddhan "*dharmakikkelistä*"?

Parhaimmillaan kirja on silloin, kun Laitinen purkaa kiiltokuvamaisia mielikuvia zenin harjoittajista ja opettajista. Henkinen harjoitus toki tähtää ihmisen muuttamiseen, mutta se ei automaattisesti tee kenestäkään parempaa ihmistä. Zenin harjoittamisessa ei myöskään ole kyse ulkoisten tunnusmerkkien, kaapujen, henkisten kirjojen, Buddhan patsaiden tai japanilaisten huonekalujen keräilystä. Tällaista rihkamaa Laitinen kutsuu "*zenpornoksi*". *Katujen zenissä* merkityksellistä on ainoastaan konkreettinen "*perseen puuduttaminen*" mietiskelytyynyllä, jonka voi tarvittaessa korvata vaikka taitelulla hupparilla.

Yksi kirjan kantavista teemoista on kirjoittajan rakkaus punk- ja reggae-musiikkiin. Kirja vilisee sitaatteja sekä tunteuttajien että vähemmän tunteuttajien artistien sanoituksis-

ta, ja etenkin reggae-ikoni **Bob Marley** nousee suorastaan esikuvalliseen asemaan Laitisen silmissä. Muutenkaan kirja ei rajoitu pelkästään buddhalaiseen perinteeseen. Buddhan ja D genin ohella Laitinen ammentaa innoitusta paitsi ihailemistaan muusikoilta, myös rastaafarilaisuudesta ja sarjakuväsankareilta. Esimerkiksi Batman esiintyy esimerkillisenä hahmona monilla kirjan sivuilla.

Laitisen suurin vahvuus on se, että hän puhuu kirjassaan selvästi omalla äänellään. Hän tuntee zenin filosofian ja historian, mutta kirjoittaa siitä oman kokemuksensa läpi. Mikään ei haiskahda ulkoa opitulta tai itsetarkoitukselliselta viisastelulta. Kirjoittaja uskoo asiansa ja hänen innostuksensa tarttuu. Samalla herää kuitenkin kysymys, onko kirja sittenkään aivan niin radikaali kuin ensisilmäyksellä vaikuttaa. Kieleltään ja asenteeltaan se toki on mahdollisimman kaukana useimpien zen-kirjojen harmonisista bambumaisemista, suitsukkeentuoksusta ja huilumuusiikista. Mutta mistä teoksessa pohjimmiltaan on kyse?

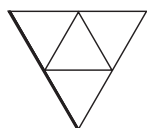
Perinteinen zen rakentuu pitkälti buddhalaisuuden perusopetuksille. Siihen kuuluu myös tietty hierarkinen rakenne ja tiettyjen rituaalisten tapojen noudattaminen. Perinteeseen kuuluu myös erilaiset myyttiset tarinat ja opetukset korkeammista tietoisuudentiloista. Kaikista näistä Laitinen sanoutuu jyrkästi irti. Hänen mukaansa

olennaista on vain ja ainoastaan *zazen*, *istumamietiskely*, jonka kautta jokainen voi itse todeta, miten asiat todella ovat. Koska Laitinen on jättänyt buddhalaisuuden, tämä on perusteltu ja johdonmukainen näkemys. Mutta miksi silloin puhua juuri zenistä? Tekeekö tradition yksioikoinen sivuuttaminen oikeutta zenin erityispiirteille? Perinteisillä myyteillä, rituaaleilla ja dogmeilla on aina jokin merkitys. Mitä menetetään kun niistä luovutaan?

Selkeimmin nämä kysymykset nousevat esiin, kun Laitinen esittelee "*katujen zenin koodiston*", oman tulkintansa boddhisattvan harjoitusohjeista. Nämä ohjeet muodostavat useimmissa mahayana-perinteissä buddhalaisen harjoituksen opillisen perustan. Niihin sisältyy turvautuminen Buddhaan, hänen opetukseensa ja harjoittajien yhteisöön, sekä 13 moraalista ohjetta. Laitisen tulkinnat ovat toki sinänsä hyviä elämänohjeita. Hän ottaa kuitenkin niin paljon vapauksia alkuperäisen tekstin suhteen, että lukija alkaa lähes väistämättä ihmetellä, puhutaanko tässä enää lainkaan samasta asiasta. Boddhisattvan ohjeet ohjaavat meditaation harjoittajaa tietynlaiseen elämään, jolla ajatellaan olevan tietynlaisia seurauksia sekä harjoittajan omassa elämässä että hänen ympärillään. Kuinka paljon yksityiskohtia voi muuttaa, ennen kuin jokin asia muuttuu kokonaan toiseksi?

Näyttääkin siltä, että tyylistään huolimatta *Katujen zenillä* on varsin paljon yhteistä monien viimeaikaisten zen- ja mindfulness-kirjojen kanssa: se korostaa yksilöä ja soveltaa buddhalaisuuden opetuksia valikoivasti, palvelemaan ihmisen arkista elämää ja hyvinvointia. Tässä ei tietenkään ole mitään väärää. Riemukkaan anarkistisen tyylinsä vuoksi kirja tavoittaa varmasti paljon sellaisia lukijoita, jotka eivät muutoin edes ajattelisi mietiskelyä käsittelevään teokseen tarttumista. Teos sisältää paljon tasapainoista ja selväjärkistä asiaa siitä, millaista meditaation harjoittaminen on ja mitä siitä seuraa. Siksi se onkin hyvä kimmoke aloittaa meditaatioon tutustuminen. Jos kirjoittaja olisi käsitellyt syvällisemmin myös zenin vaikeammin nykyaikaan sovitettavia puolia, olisi teos voinut antaa välineitä aivan uudenlaiseen vallankumoukseen. Henkilökohtaisuutensa ja mielikuvia mullistavan tyylinsä vuoksi se on kuitenkin suositeltavaa lukeettavaa tällaisenaankin.

Matti Rautaniemi



VIA-AKATEMIA

KIRJEOPISTO VIAN RAJAJOOGA

Katso ilmoitukset sivuilla 154 ja 160.

TAPAHTUMAT KESÄLLÄ 2013

Oma ääni -laulukurssi*

Aika: 8.6.2013 klo 10 - 17

Paikka: Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki

Opettaja: Pia Rask, musiikin maisteri, kansanmuusikko

Katso ilmoitus s. 162.

Via-Akatemian V kesäakatemia

Teema: *Intuitiosta energiaa: herkkyyttä ja voimaa*

Aika: 21.-26.6.2013

Paikka: Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki

Katso ilmoitus s. 166.

Aamiaismajoitusta opperajuhlien aikaan

Heinäkuussa Savonlinnan oopperajuhlien 2013 aikaan aamiaismajoitusta Wanhalla Apteekintalolla ja Kaukalinnassa. Katso ilmoitus s. 167.

Muina aikoina majoitus sopimuksen mukaan. Tiedustelut: (015) 543 112, 040 825 5165, via.akademia@via.fi

Kaukalinnan IX Puutarhakonsertti

Aaltojen hohteessa välkkyvän seljän - norpankin nään!

Sunnuntaina 4.8.2013 klo 14

Oopperalaulaja Juha Kotilainen kokoaa esiintyjät yhdeksännen kerran Kaukalinnan puutarhaan. Katso ilmoitus s. 2.

Musiikkikurssi*

Aika: ma - su 5. - 11.8.2013

Paikka: Wanha Apteekintalo, Ristisolantie 1, Kerimäki ja Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki

Opettajat:

Laulu (lied ja ooppera): oopperalaulajat Juha Kotilainen, baritoni ja Eva Comét, sopraano

Piano, lied ja kamarimusiikki: prof. Irina Sharapova

Alttoviulu, viulu, jousikvartetti ja

improvisaatio: Oleg Larionov

Piano, säestys ja lied, venäjän- ja

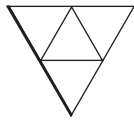
ranskankielinen lauluohjelmisto: Maria Kamchilina-Larionova

Mahdollisuus työskennellä 2 päivänä lied-pianisti Ilmo Rannan kanssa (lisämaksu).

Katso ilmoitus s.164.

* Kurssi toteutetaan yhteistyössä KSL-opintokeskuksen kanssa.

TULOSSA SYKSYLLÄ		MESSUTAPAHTUMAT
Yleisöluennot Helsingissä Paikka: Valon Tila, Uudenmaankatu 35 Ovira: 10 euroa. Kahvitarjoilu. Lauantaina 14.9.2013 klo 13 - 16 <i>Keho terveyden lähteenä</i> , Sami Pajunen Lauantaina 16.11.2013 klo 13 –16 <i>HQ. Avain hyvään elämään</i> , Börje Fri		Sateenkaaripäivät 21.-22.9.2013, Konsan Kartano, Turku
Yleisöluennot Turussa Paikka: Maarian Myllyoja, Ruusuportti, Paimialantie 374 Ovira: 10 euroa. Kahvitarjoilu. Sunnuntaina 1.9.2013 klo 13 - 16 <i>Auran näkeminen ja parantaminen</i> , Riitta Wahlström Sunnuntaina 20.10.2013 klo 13 – 16 <i>Seremoniat ja rituaalit ehäyttäjinä</i> , seremoniatyöpaja, Riitta Wahlström		Hengen ja Tiedon messut 12.-13.10.2013, Helsingin Suomalainen Yhteiskoulu, Helsinki - Tietoisku la 12.10. klo 15, <i>Ajatusjoogasta virtaa arkeen</i> , Terttu Seppänen - Tietoisku su 13.10. klo 13 <i>Sisäiseen onnellisuuteen</i> , Sami Pajunen
Adventtijuha Lauantaina 30.11.2013, Sammonkatu 8 – 10 F (kerhuhuone), Tampere		Lämpimästi tervetuloa!
Tapahtumista tarkemmin www.via.fi		Majoitus ja ruokailu Majoitus ja ruokailu maksetaan erikseen. ● Via-Akatemian opiskelijoille majoitus sisältäen täyshoidon on 30 euroa/vrk, Via ry:n jäsenet 25 euroa/vrk. ● Lisämaksu liinavaatteista ja 1- 2 hengen huoneesta. ● Kesäisin mahdollisuus aittamajoitukseen.
Lisätietoa ja ilmoittautumiset VIA-AKATEMIA		Puhelin: (015) 543 112 Postiosoite: PL 4, 58201 Kerimäki, Käyntiosoite: Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki Sähköposti: via.akademia@via.fi Internet: www.via.fi



KIRJEOPISTO VIAN RAJA-JOOGA

Opetusta luonteen jalostamiseksi menetelmänä looginen positiivinen ajattelu

Itämaisen filosofian ja psykologian tietämystä ihmisen
sisäisestä kehittämisestä täydennettynä nykyajan
länsimaisella psykologialla ja henkisellä tiedolla.

Tavoitteena mm.

- ajatusten hallinta
- luonteen jalostuminen
- keskittymiskyky
- sisäinen rauha
- harmoniset ihmissuhteet
- tajunnan avartuminen
- tietoinen yhteys Jumalaan

Yksilöllinen oppilaan lähtökohdat huomioonottava ohjaus.
Kirjeopistomuotoinen etenemistapa mahdollistaa mukana-
olon ajasta ja paikasta riippumatta. Myös lähiopetusta.

Tiedustelut ja esitetilaukset:

Kirjeopisto Via, Olavinkatu 34 B 22, 57130 Savonlinna
Puh. 015 273 558 tai 050 567 9630,
sähköposti: terttu.seppanen@via.fi, internet: www.via.fi

Ilmoitushinnat 2013

Mustavalkoinen/euroa

1/1 sisäsivut	135
1/2 sivua	85
1/4 svua	50
1/8 sivua	25

Neliväri/euroa

1/1 takakansi	470
1/1 sisäkansi	420
1/1 sisäsivu	300
1/2 sivua	190
1/4 sivua	110
1/8 sivua	55

Sivun koko 172 x 247 mm
Resoluutio 300 ppi

Hintoihin lisätään alv
Vuosisopimuslennus 15%

Lisätietoja

Sinikka Juntura 015 543 112,
040 8255165
uus.safiiri@via.fi

Uusi Safiiri
maksaa
postimaksun

UUSI SAFIIRI
Tunnus 5009982
58003 Vastauslähetys

TILAUSKORTTI

Uusi
SAFIIRI

Teen Uuden Safiirin tilauksen

19,00 euroa/2 numeroa
alkaan numerosta _____

36,00 euroa/4 numeroa
alkaan numerosta _____

Tilauksen hinta Suomen ulkopuolelle;
2 numeroa Eurooppaan 22,00 euroa ja muualle 25,00 euroa
4 numeroa Eurooppaan 39,00 euroa ja muualle 42,00 euroa

☐ Suoritan ☐ Olen suorittanut

tilauksen maksun tilille
Uusi Safiiri, Kerimäen Op 513300 - 223577,
viite 550, IBAN FI19 5133 0020 0235 77, BIC OKOYFIHH
Uusi Safiiri postitetaan maksun tultua tilille.

Tilaan Uuden Safiirin itselleni ☐

Tilaan Uuden Safiirin lahjaksi ☐

Tilaan aiempia numeroita seuraavasti
Suoritan niiden maksun + postikulut
lehtien mukana tulevalla laskulla.

Maksaja/tilaaja

Nimi _____

Jakeluosoite _____

Postinumero ja postitoimipaikka _____

Allekirjoitus _____

Lahjatilauksen saaja

Nimi _____

Jakeluosoite _____

Postinumero ja postitoimipaikka _____

Uusi SAFIIRI

Tilauksen teet suorittamalla
tilausmaksun Uuden Safiirin tilille
Kerimäen Osuuspankki
Uusi Safiiri
513300-223577, viite 550,
IBAN FI19 5133 0020 0235 77,
BIC OKOYFIHH.

Tilaushinnat

Vuositilaus, 2 numeroa
Suomeen 19,00 euroa,
Eurooppaan 22,00 euroa
ja muualle 25,00 euroa

Kahden vuoden tilaus
4 numeroa Suomeen 36,00 euroa,
Eurooppaan 39,00 euroa
ja muualle 42,00 euroa

Irtonumerohinnat

2013
9,50 euroa/kpl

2012
8,50 euroa/kpl

2009 – 2011
7,50 euroa/kpl

2007 – 2008
6,90 euroa/kpl

Aikaisempien
vuosien numerot
2,00 euroa/kpl

Hintoihin lisätään toimituskulut.
Lehtiä on saatavana rajoitetusti.

Myyntipisteet

Aatma, Helsinki
Akateeminen Kirjakauppa, Helsinki,
Espoo, Oulu, Tampere, Turku
Biokustannus, kirjakauppa, Helsinki
Era Nova, Helsinki
Kirjakauppa & Galleria Tiedostamo,
Helsinki
Kirjeopisto Via, Savonlinna
Myllyoja, Ruusuportti, Turku
Valon Tila, Helsinki
Via-Akatemia, Kerimäki
www.kauppa.tajunta.net

Tilaukset

Uusi Safiiri
PL 4, 58201 Kerimäki
uus.safiiri@via.fi
Sinikka Juntura
(015) 543 112, 040 825 5165

ONNELLISUUDEN AVAIMET SISÄISTEN LUKKOJEN AVAAMISEEN

13. Viikonloppuseminaari Kreivilässä 9.-11.8.2013

Kreiviläntie 219, 31110 Matku

Luennot/Alustukset:

Onnellisuus, Jarmo Anttila
Paneurytmia, Maria Salkava
Onnen kuva, Maria de Lisitzin
*Ajatusjoogan avulla sisäiseen
onnellisuuteen*, Sami Pajunen

Pienryhmäkeskustelua, omien kuvien esittely,
yhteislaulua.

Osallistumismaksu 100 €
(sis. ruokailun ja majoituksen)
Ensikertalaiset puoleen hintaan!
Ilmoittautumiset 3.8.2013 mennessä: Heli
Veivo, 050 378 0107,
heli.veivo@elisanet.fi

YHTEISTYÖRYHMÄ

Ilmoittaudu kyydintarjoajaksi tai kysy
kimpakyytiä; Aatma, (09) 693 3339



UUTUUSKIRJA: Kaisa Pakkala: Valentinan tarina

– romanialaisesta huippu-urheilijasta
suomalaiseksi maahanmuuttajaksi.

Kirja saatavissa sekä kovakantisena
että E-kirjana.

Tilaukset kustantajan verkkokaupasta
www.muruja.net
tai sähköpostilla info@muruja.net

Kirja: 29,90 (sis. toimituskulut)
E-kirja: 12,90

BIOKUSTANNUKSEN KIRJAKAUPPA

Mannerheimintie 79, 00270 Helsinki
Puh (09) 637 248, ma-pe klo 15-17, la 11-14

Artemajos: Aurakirja, 20,-
Artemajos: Esoteerinen sanakirja, 20,-
Artemajos: Jälleensyntyminen ja karma, 20,-
Artemajos: Kädestä katsominen, 15,-
Blavatsky: Hiljaisuuden ääni, 12,-
Blavatsky: Jälleensyntymisen mysteereitä, 10,-
Blavatsky: Käytännöllinen okkultismi, 10,-
Blavatsky: Teosofinen sanakirja, 29,-
Blavatsky: Unet - kysymyksiä ja vastauksia unien
näkemisestä, 10,-
Blavatsky, Schure, Sinnett: Atlantis – kadonnut manner, 18,-
Caddy: Ovi sisimpään, 24,-
Cooper: Selvänäön kehittyminen, 12,-
Dalai-lama: Mietiskelyn harjoittaminen, 25,-
Dalai-lama: Opetuksia viisaudesta, 15,-
Dalai-lama: Sisäinen tasapaino, 20,-
Flammarion: Urania, 25,-
Hartmann: Okkultinen lääketiede, 16,50
Hartmann: Seikkailu rosenkreutzilaisten luona, 25,-
Humu: Kalevalan sisäinen perintö, 12,-
Hunt: Väreillä parantaminen, 15,-
Lad: Ayurveda – käytännöllinen opas, 25,-
Leadbeater: Astraalitaso, 14,-
Leadbeater: Taivasmaailma eli devachan, 18,-
Schure: Pythagoras, 19,-
Tenzin Wangyal Rinpoche: Ti betiläinen unijooga, 28,-
Bodhi Melong – buddhalainen lehti nro 17, 6,-

www.biokustannus.com

Monipuoliset palvelut Kopio Niinistä!

Helsinki
Kotka
Lappeenranta
Tampere
Turku
Tallinna

Tulostus- ja painopalvelut

- kutsu- ja käyntikortit
- esitteet, lomakkeet
- julisteet
- graafinen suunnittelupalvelu
- roll upit ja kuvavuodot

Tarjoamme myös kattavat rakennuspiirustuspalvelut!

Valtakunnallinen vaihde 010 6803 000

KOPIONIINI

www.kopioniini.fi

Tilaa Takoja – antroposofinen kulttuurilehti

1/2013 aiheita: Kaspar Hauserin suuri arvoitus • Rudolf Steinlerin Suomen vierailusta 1913 • Onnellisuuden mahdollisuudet • Taitelijä Eero Järnefeltin elämästä • Mehiläisten tilanteesta • Ajatuksia kasvusta ja kuolemasta • Sähköherkkyys on kasvava ympäristösairus • Atlantiksen keisarin säveltäjä Viktor Ullmann • Kehoelementaarista ja ylösnousemusruumiin yksilöllistämisestä • Eläinradan heijastumia ihmiselämässä • Lasten jälleensyntymismuistojen tieteellinen tutkimus • KIRJOJA: Veronika van Duin: Sateenkaari virran yllä

Kakkosnumero ilmestyy 20. kesäkuuta

Tilaa Takoja: • Vuosikerta 2013 (4 numeroa) 30 €

puh. (09) 696 2520, takoja@nic.fi,
tai maksu tilille FI4480001901452657

Etsijän aarreaitta:

klassikoita, uutuuksia.

Musiikkia ja muuta ihanaa!

Laaja valikoima Ken Wilberin teoksia

ERA NOVA BOOKSHOP

www.eranova.fi

Kasarmikatu 2, HKI 14

ark 10-18, la 10-15 Tervetuloa!

p 09-632500 eranova@eranova.fi

Liity sähköpostilistallemme!

Voit tykätä meistä facebookissakin.

Katso ohjelma

www.goldenage.fi/ruusuportti

Ruusuportti ry

c/o Marja-Liisa Haapa-aho
Paimalantie 374, 20460 Turku
puh. (02) 247 2018
email ruusuportti@gmail.com



Kurssikeskus

Aamiaismajoitus

Luontaishoitola

Virusmäentie 9 Turku

p. (02) 250 3636

konsankartano@gmail.com

www.konsankartano.net

TAPION HOITOLA

Perinteistä hierontaa ja
reikihoitoja Vantaalla
Myös Reiki -kursit I, II
ja Reikiopettaja -koulutus

Tiedustelut iltaisin

Puh. gsm +358 50 5932370 tai
sähköpostilla: tapio@tapionhoitola.fi

Tilhitie 8 C, 01450 Vantaa

Kotisivut <http://www.tapionhoitola.fi>

Savonlinnan

Henkinen Elämäkatsomus



www.hekry.com

Tarot-tulkintaa

Kirjat: Keskusteluja Enkelini kanssa

Voimaa päiviini, "Enkelit mielessäin"

Pyhän Hengen parantava voima,

Terveudeksi ja Kauneudeksi,

Onnenkivet Onneksemme

Numerologiset kartat

Astrologiset kartat

Puh. 040 5554378

www.onnenamuletit.fi



AATMA

Kirjakauppa &
Antikvariaatti

Et. Rautatiekatu 16
00100 Helsinki

09-693 3339

www.aatma.fi

Totuudenetsijän kirjakauppa

Enemmän elämältä Hyviä lukuhetkiä – Hyvää oloa!

Monipuolinen Minä Olen –lehti

- * Henkisyyttä muuttuvassa maailmassa
- * yhteisöllisyyttä * elämänymmärrystä
- * perinteet ja ympäristöarvot * arjen pieniä tekoja



NYT!
Tutustumistarjous:
Kolme lehteä,
nyt 19€
kestotilaus 39 € /
6 numeroa *)

Lehden tilaukset ja ilmoitukset:
ilmoitukset@minaolen.com
marjaliisa@minaolen.com
Puh. 0400 219 711

*) P.S. Kestotilaaaja saa ilmaisen kirjalahjan!



VIA-AKATEMIA

Perinteistä Kirjeopisto Vian rajajoogan kurssia
toteutetaan ryhmäopetuksena

AJATUSJOOGAKOULUISSA

Helsingissä, Turussa ja Kemissä.

Helsinki

Kokoontumiset Valon Tilassa
Uudenmaankatu 35 A 1
keskiviikkoisin klo 18-20.30.

5.6.2013 ja jatkuu syksyllä.
11.9.2013
9.10.2013
6.11.2013
4.12.2012

Turku

6.6. 2013 ja jatkuu syksyllä
12.9.2013
10.10.2013
7.11.2013
5.12.2013

Ilmoittautumiset Helsingin ja Turun
alueilla Terttu Seppänen
050 567 9630
tai terttu.seppanen@via.fi.
Tieto kokoontumispaikasta
sähköpostitse ilmoittautuneille.

Kemi

12.5. 2013 aloitus
2.6. 2013 ja jatkuu syksyllä.
Ilmoittautumiset Kemin alueella:
Elina Kakko 050 5622 688 tai
elina.kakko@kolumbus.fi

Uusille tulijoille henkilökohtainen tai pienryhmäperehdytys, jotta mukaan pääsee sujuvasti. Helsingin ja Turun alueen alkuvalmentaja Sami Pajunen 040 590 7797 tai samijuhani7@yahoo.com. Kemin alueella Elina Kakko ja valtakunnallisesti skypen välityksellä Terttu Seppänen.

Ryhmä soveltuu Sinulle, joka tahdot ajatustesi avulla oppia eheyttämään ja positivisoimaan ajatus- ja tunneolemustasi, tahdot löytää todellisen Sisäisen Itsesi, tahdot oppia anteeksipyyttämisen ja anteeksiantamisen voiman ja tahdot saavuttaa tietoisien jumal'yhteyden. Ryhmässä opit ajatustyön periaatteet ja innostut inspiroivassa ilmapiirissä etenemään sisäisen eheytyksesi tiellä.

Kaikki ajatusjoogamateriaalit ovat kirjallisina ja ajatusjoogakoulu-illat tukevat omaehtoista harjoitteluasi kotona.

Osallistumismaksu keväällä 10 euroa/kokoon-
tuminen. Syksyn hinnat tarkistetaan.

Vastuuopettaja Kirjeopisto Vian ajatusjoogan opettaja, psykologi *Terttu Seppänen*
Ohjaajaharjoittelija KM, musiikkipedagogi,
jooganopettaja *Elina Kakko*
Ohjaajaharjoittelija psykologi *Sami Pajunen*

Kysy myös esittelyluentoja ajatusjoogasta.
Ota yhteyttä!

Seuraa www.via.fi

Lämpimästi tervetuloa!

Kurssien toteutus yhteistyössä KSL-opintokeskuksen kanssa.



Terttu Seppänen



Elina Kakko



Sami Pajunen

Kesä tulee – ja ULTRAPÄIVÄT 2013!

4.–7.7. KUORTANEEN URHEILUOPISTOLLA

TORSTAI 4.7.

13.30 Avaussanat
13.45 Vesa Vuorinen: Mielien osuus parantumisessa
15.30 Hannu Piekkola: Yrttien ylivoimaa
18.30 Kirsi Ranto: Ole se valo joka olet – Avaimet omaan voimaan ja sisäiseen iloon astumiseen
21 Iltaohjelmat



KIRSI RANTO
Kirsi puhuu, soittaa ja laulaa



MARJUT MOISALA
Amenhotep – Luento, meditaatio ja kanavointia
Workshop: Henkisen kasvun harhat



Jan-Mikael Maroksen Kivikahvilassa klo 17
Gurdjieff-keskustelut
to Sisäinen yhteys
– Tie eheyteen
pe Mindfulness
– Tietoisuus, taito, jalokivet
la Itsemuistanta
– Paluu kotiin

PERJANTAI 5.7.

10 Raija Johansson: Sairauksien paraneminen elävällä ravinnolla
13.15 Marjut Moisala: Amenhotep – Herääminen henkiseen todellisuuteen
15 Mike George: Sielun immuunisysteemi – miten vahvistaa henkistä vastustuskykyä
18.30 Henkisen polun kulkijat: Yksi Sydän – kutsu yhteyteen
21 Iltaohjelmat



HANNU PIEKKOLA
Yrttien ylivoimaa!
Workshop: Tunne oma aurinkoyrttisi



ERKKI KANTO
Juontaja ja Ultrailan vetäjä



DUO ORANSSI



MIKE GEORGE (UK)
Luento ja workshop: Rakkauden mytologia



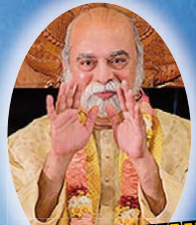
ERKKI LEHTIRANTA
Vesi-luento ja workshop: Niilestä timantiksi – Henkisen Tien työkaluoppia, Keskiyön vesiseremonia



JAANA KIVIMÄKI
Workshop: Paranemisen avain



LUCIA GRAIL (UK)
Kosmiseen Kristus-tietoisuuteen (luento, meditaatio, viikkimys), workshop Värähtelyn tietoinen hyödyntäminen



SRI BHAGAVAN
Suora videoyhteys Intiaan

SUNNUNTAI 7.7.

10 Konrad Jerzak: Elämä jatkuu – kuinka valmistaudun siihen?
13.30: Ilkka Keso: Ufot, ydinaseet ja valtaapelit
15 Päätössanat

– Runon, laulun, vapaan taiteen ja keskustelun yöt Ari Koskelan ja Päivi Kõlhi-Hirvosen vetäminä
to, pe ja la alkaen klo 24 Kivikahvilassa!

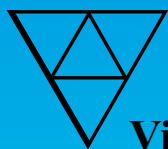
Lea Tikkala ja Harry Tuominen – Ihmeiden Oppikurssin opetusta ja kanavointia: to Opetus, pe Sovitus, la Pelastus

Lisää hienoa ohjelmaa tulossa!

Mm. to, pe ja la Kaariporttiystävien parantavan voiman välitystä ja keskustelua, joka ilta Oneness-seminaari, aamujoogaa, joka ilta Tapani Koivulan vetämät ufoillat, workshoppeissa mm. Raija Johansson: Ayurveda ja elävä ravinto, Tuula Pelttari: Anubiksella on asiaa, Konrad Jerzak: Mitä jokaisen on hyvä tietää tuonpuoleisesta?... Vesijumppaa, keskusteluja, taidetta, uusia ja vanhoja ystäviä... Kaikki tämä ja paljon, paljon muuta!

Katso lisää **www.ultra-lehti.com**

Kaikki tämä 10.5. saakka vain 84 €! Ilmoittaudu 2.4. alkaen 03-555 8101
Myös majoitus edullisempi ennen 10.5. tapahtumamaksun maksaville.



Via-Akatemia

Laulaminen kuuluu kaikille

Aika: lauantai 8.6.2013 klo 10-17

Paikka: Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki

Opettaja: Pia Rask, musiikin maisteri,
kansanmuusikko

Kurssimaksu: 40 euroa

Ruokailu: lounas ja päiväkahvi 10 euroa

Majoittuminen ja ruokailu: 30 euroa/vrk/hlö

OMA ÄÄNI -laulukurssilla lauletaan lauluja aivan nuotilleenkin, ja nätisti, mutta jos nämä eivät onnistu, niin muukin kelepää. Musiikin maisteri, kansanmuusikko Pia Rask johdattaa sinut löytämään ja avaamaan itsessäsi olevia ilmaisukanavia laulujen avulla.

Voit tuoda mukasi itsellesi tärkeän, rakkaan tai vihatun laulun. Tai lauluja valitaan "kansanlauluapteekin" tapaan.

Pelkääminen sallitaan ja mihinkään ei pakoteta.

Suomalainen suullinen perinneaarreaitta on siirretty laulaen sukupolvelta toiselle, monet hyräilevät arkiaskareissaan, laulu liittyy edelleen kaikkiin ihmisen tärkeisiin rituaaleihin. Laulaminen kuuluu kaikille, ei vain musikaalisille ja lahjakkaille.

Myös Sinulle!

Tiedustelut ja ilmoittautuminen 25.5.13

mennessä via.akatemia@via.fi,
puh. (015) 543 112 tai 040 825 5165 /
Sinikka Juntura. www.via.fi

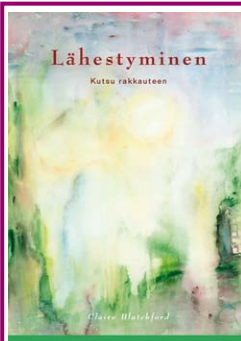
Tervetuloa!

Kurssi toteutetaan yhteistyössä KSL opintokeskuksen kanssa.



**Pia Rask, musiikin maisteri,
kansanmuusikko**





LÄHESTYMINEN

Kutsu rakkauteen

Claire Blatchford

Nuorena kuuroutunut kirjoittaja löysi sisäisen kuulemisen kautta yhteyden, joka näissä viisaissa sanoissa ilmaisee itsensä. Kirja opastaa meitä kuuntelemaan sisäisyyttämme, luottamaan siihen ja havaitsemaan myös sisäisen ja ulkoisen maailman vuorovaikutuksen. Hengen todellisuus on aina lähellämme, kun vain käännymme sen puoleen, kysymme ja kuuntelemme. Kirjoittajalta on aiemmin ilmestynyt suosittu ”Kääntäminen sisäisyydestä kuultujen sanojen puoleen”.

180 sivua, svh 25 €, kovakantinen



Sateenkaari virran yllä

Kokemuksia elämästä, kuolemasta ja toisista maailmoista

Veronika van Duin

Hoitaessaan kuolemansairasta äitiään Pohjois-Irlannissa asuva Veronika van Duin alkoi havaita useiden ihmisten tai ihmisryhmien ylittävän kuoleman rajan. Rajanylitys ilmeni visuaalisena kokemuksena, hän näki ihmisten kulkevan hitaasti jokea kohti ja lopulta ylittävän sen. Veronika van Duin on nähnyt jonkin verran myös siitä, mitä tapahtuu kuolemanvirran tuolla puolen. – Kirjaan sisältyy rehellisen elämänläheisiä päiväkirjoitteita ajalta, jolloin hän hoiti kuolevaa äitiään. Lukijalle ei tarjota teorioita tai selityksiä vaan monia erilaatuisia kokemuksia, jotka herättävät mielenkiinnon sitä kohtaan, mitä tavalliset aistimme eivät tavoita.

240 sivua, svh 26,50 €

Suomen antroposofinen liitto, Uudenmaankatu 25A4, 00120 Helsinki, puh. (09) 696 2520, kirjamyynti@antropos.fi, tilaukset myös nettikaupasta: www.antropos.fi.

Hengen ja Tiedon messut

Helsingissä 12.-13.10.2013

Lauantaina klo 10-19, Sunnuntaina klo 10-18. Helsingin Suomalainen Yhteiskoulu, Isonnevantie 8.

Messujen teemana:

“Eheytyvä ihminen”

Messuilla yli 80 eri ohjelmavaihtoehtoa mm. luennot, seminaarit, tietoisuus, henkiset harjoitukset, musiikki- ja muut esitykset. Yli 200 näytteilleasettajaa rajatiedon eri alueilta esittelee äänteitään, tuotteitaan ja tarjoaa palveluitaan.

Messuohjelma esitellään messulehdessä, joka julkaistaan kesällä 2013. Jakelupaikkaluettelo ja lehden internet-versio löytyy kotisivuiltamme www.rajatieto.fi. Toivotamme kaikki Uuden Safirin lukijat lämpimästi tervetulleiksi messuille!

Kotisivut: www.rajatieto.fi

Liput:

Pääsyliput 12 € / päivä

Miniseminaariliput 10 € / tilaisuus

Hinnat sis. alv 24%.

Messutoimisto näytteilleasettajille

3.9.2013 alkaen:

Avoinna ti-to klo 12-15

puh. (09) 612 1772, 045 110 7345

email messut.helsinki@rajatiedonyhteistyö.fi





Via-Akatemia

Musiikkikurssi

Aika: ma-su 5.-11.8.2013

Paikka: Wanha Apteekintalo, Ristisolangie 1, Kerimäki ja
Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki

Kurssimaksu: 450 €, sis. opetuksen ja täysihoidon,
osa-aika kurssista sopimuksen mukaan

Opettajina:

Laulu (lied ja ooppera):

oopperalaulajat **Juha Kotilainen** baritoni ja
Eva Comét, sopraano

Piano, lied ja kamarimusiikki:

prof. **Irina Sharapova**, Pietarin Konservatorio

Altoviulu, viulu, jousikvartetti ja improvisaatio:

Oleg Larionov, Mariinski-teatterin orkesteri,
Turun filharmoninen orkesteri

Piano, säestys ja lied,

venäjän ja ranskankielinen lauluohjelmisto:

Maria Kamchilina-Larionova,
Pietarin Konservatorio, Turun Musiikkiakatemia

Mahdollisuus työskennellä kahtena päivänä
lied-pianisti **Ilmo Rannan** kanssa (lisämaksu).

Tiedustelut ja ilmoittautuminen:

20.6.2013 mennessä via.akatemia@via.fi

puh. (015) 543 112 tai 040 825 5165 / Sinikka Juntura

www.via.fi

Kurssi toteutetaan yhteistyössä KSL-opintokeskuksen kanssa.



Juha Kotilainen



Eva Comét



Irina Sharapova



Oleg Larionov



Maria Kamchilina-
Larionova



Ilmo Ranta



Wanha Apteekintalo, Kerimäki



Kaukalinna, Kerimäki

Sielunpeili

Sielunpeili tarjoaa konkreettisia työkaluja juuri Sinun sisäisen kasvusi tueksi.

Sielunpeili avaa polun sisäiseen maailmaasi, josta löydät kaiken tiedon kasvaaksesi ihmisenä kohti tasapainoa ja sisäistä rauhaa.

Lehti antaa Sinulle työkaluja kohdata itsesi henkisenä ihmisenä, jonka päämääränä on oivaltaa elämän syvemmät haasteet unohdettamatta sitä, että olet syntynyt kohtaamaan itsesi ja muut myös ruohonjuuritasolla.

Sielunpeili toimii kannustajanasi, tukenasi ja ystävänäsi myös vaikeissa ja haastavissa elämäntilanteissa ja pyrkii auttamaan Sinua luomaan itsellesi juuri sellaisen elämän kuin olet aina halunnut.

Lehden punaisena lankana on ajatus siitä, että maailma ja ihmiset peilaavat meille sieluamme. Kaikki asiat ja ihmiset, joita kohtaamme elämässämme, haastavat meitä katsomaan peiliin – Sielunpeiliin.

Lehden aihealueina ovat yksilön sisäinen kasvu, ajatuksenvoima, myönteinen ajattelu, tunteiden kohtaaminen, antautuminen rakkaudelle, itsensä hyväksyminen, elämän ilon löytäminen ja jakaminen, lähimmäisenrakkaus, suvaitsevaisuus, muutoksen ajan haasteet, vastuu yhteisestä maailmastamme sekä ihmisen ja luonnon elämää rakentava yhteys.

Kahdeksan kertaa vuodessa ilmestyvä Sielunpeili avautuu kaikille, jotka haluavat antaa ennakkoluulottomasti itselleen mahdollisuuden tutustua todelliseen itseensä ja alkaa elää täyttä ja rikasta elämää.



TILAA NYT!

8 numeroa kestonä 37 €

(norm. 53 €)

määräaikaaisena 41 €

(norm. 59 €)

Muista mainita tilatessasi
kampanjakoodi spx1

Tilaaminen käy helposti:

1. Soita numeroon 09-413 97 300
2. Lähetä tilauksesi sähköpostilla: tilaukset@karprint.fi
3. Netissä www.sielunpeili-lehti.fi



VIA-AKATEMIA

Kaikille kiinnostuneille avoin

V Kesäakatemia

Intuitiosta energiaa: herkkyyttä ja voimaa

Aika: 21.–26.6.2013

Paikka: Kaukalinna, Viitamäentie 189, Kerimäki

Luennot & työpajat:

Börje Fri, Hyviä tuoksua

Yrjö Honkala, Kasvit, joita voi syödä

Sinikka Juntura, Lähimmäisten palvelutyö

Elina Kakko, Elinan Laulupaja joka päivä

Päivi Kansanaho-Guo, Kehittyvä ja kehittävä vuorovaikutus

Jari Kiirla, Kohtaaminen

Sami Pajunen, "Ho™ Oponopono ja Anteeksiannon voima – psykologi matkalla itseensä"

Kaisa Pakkala, Mielen hyvinvoinnista henkiseen kasvuun

Ritva Peltomäki, Satya Sai Baba ja viisi ihmisarvoa

Rauni Pietarinen, Pyramidivoima ihmiskunnan ja luonnon auttajana?

Terttu Seppänen, Kundaliinivoima ja mystiset häät

Tuula Uusitalo, Ihmissuhteiden logiikkaa

Riitta Wahlström, Intuition kehittyminen luontoyhteydessä

Aila Voutilainen, Elävä ravinto

Heikki Vuorila, Miten ihminen on maailmassa? – Lauri Rauhalan filosofia

Vietä inspiroivat viisi päivää voimaantuen luonnosta, uudistuen filosofisesti pohtivasta vuorovaikutuksesta ja eheytyen parantavista energioista.



Ohjelmassa myös:

- Joogaa
- Ajatusjoogaa
- Kynttiläseremonia aattoiltana
- Yhteislauluja
- Yrttisauna iltaisin

- Osallistumismaksu 120 euroa koko ajalta, 30 euroa /päivä tai tarvittaessa stipendi
- Majoitus sisältäen täysihoidon 30 euroa/vrk, Via ry:n jäsenet 25 euroa/vrk ryhmämajoituksessa. Lisämaksu 1–2 hengen huoneesta
- Tiedustelut Via-Akatemia, (015) 543 112 tai 040 825 5165, via.akatemia@via.fi.
- Ilmoittautumiset 15.6.2013 mennessä.

Aamiaismajoitusta Kerimäellä



Via-Akatemia, **Kaukalinna** (rakennettu 1853), Viitamäentie 189



Via ry, **Wanha Apteekintalo** (rakennettu 1911), Ristisolangtie 1

SAVONLINNAN OOPERAJUHLIEN AIKAAN 2013

Aamiaismajoitus

Wanhalla Apteekintalolla

Majoitus 40 €/hlö/yö, lapset alle 12 vuotta 10 €/yö.

Kaukalinnassa

Majoitus 40 €/35 €/hlö/yö, lapset alle 12 vuotta 10 €/yö.

Tiedustelut ja varaukset

(015) 543 112, 040 825 5165/Sinikka Juntura

via.akatemia@via.fi, www.via.fi

Lämpimästi tervetuloa!

VIA-AKATEMIA
kurssit
via.akatemia@via.fi

Puhelin (015) 543 112

VIA RY
vuokraukset
kaukalinna@via.fi

www.via.fi



*"Sano Sofianlehto kun
haluat kauniita kukkia
kotiin tai puutarhaan!"*

