JYX JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Koivumäki, Piia

Title: Kehollisuuden ulottuvuudet Lauri Rauhalan holistisessa ihmiskäsityksessä - esimerkkinä addiktio

Year: 2020

Version: Accepted version (Final draft)

Copyright: © 2020 Therapeia-säätiö

Rights: In Copyright

Rights url: http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en

Please cite the original version:

Koivumäki, P. (2020). Kehollisuuden ulottuvuudet Lauri Rauhalan holistisessa ihmiskäsityksessä - esimerkkinä addiktio. Psykoterapia, 39(4), 318-332.

Kehollisuuden ulottuvuudet Lauri Rauhalan holistisessa ihmiskäsityksessä – esimerkkinä addiktio

Puhuessamme ihmisen kehosta tai ruumiista ei aina ole selvää, mitä itse asiassa tarkoitamme. Lauri Rauhalan holistiseen ihmiskäsitykseen kuuluvaa kehollisuuden olemispuolta on aiemmin tarkasteltu ainoastaan aineellis-orgaanisena tapahtumisena. Holistisessa kontekstissaan kehollisuus näyttäytyy kuitenkin myös persoonan elettynä kehona. Artikkeli tarjoaa filosofisen ja holistisen näkökulman addiktiokeskusteluun vallitsevan biomedikaalisen sairausoletuksen sijaan. Myös holistisessa psykoterapiassa addiktoitunut yksilö tulisi kohdata addiktiotaan elämäntilanteessaan kehollisesti kokevana ja ilmaisevana persoonana.

Ihmisen kehosta tai ruumista puhuttaessa ei ole aina selvää, mitä sillä tarkoitamme ja mistä itse asiassa puhumme. Puhummeko luonnontieteellisestä materiaalisesta kappaleesta, jonka anatomiaa lääkäri tarkastelee? Onko kyseessä patologin pöydällä makaava ruumis? Tarkoitammeko kenties esteettistä vartaloa? Onko kyse elävästä kehostamme, jossa koemme niin intohimon kuin ahdistuksenkin? Onko perspektiivimme kehoon ensimmäisen vai kolmannen persoonan näkökulma?

Esitän artikkelissani, että kehoa voidaan tarkastella Lauri Rauhalan (1914–2016) holistiseen ihmiskäsitykseen perustuen kahden eri käsitteen avulla: *naturalistisena ruumiina* ja persoonan *elettynä kehona*. Väitän, että myös addiktio voidaan ymmärtää sekä naturalistisesti aivojen neurobiologiseksi ongelmaksi että personalistisesti eletyn kehon kokemukselliseksi ilmaukseksi. Addiktiota koskevaan keskusteluun tarvitaan vallitsevan psykiatrian tarjoaman yksipuolisen medikaalisen mallin sijaan kokonaisvaltaisempaa tarkastelua (Taipale 2017; Uusitalo 2016). Väitän, että holistiseen ihmiskäsitykseen pohjautuvassa psykoterapiassa ei tule sivuuttaa naturalistista näkökulmaa ihmiseen ja addiktioon. Addiktiosta kärsivä yksilö tulisi kuitenkin ensisijaisesti kohdata persoonana, jolloin addiktion neurobiologiset tekijät ovat kohtaamisessa ainoastaan sivuroolissa. Personalistisen näkökulman mukaisesti addiktoitunut yksilö tulisi ymmärtää ainutlaatuisena persoonana ja elettynä kehona, joka tarkoittaa persoonan kokevaa ja ilmaisevaa kehoa.

Rauhalan mukaan filosofinen antropologia esittää analyysinsa tuloksena ihmiskäsityksen, joka pyrkii paljastamaan, mitä ihminen perustavanlaatuisesti on ennen kuin empiirinen tutkimus on kuvauksillaan pilkkonut hänet. Empiirinen tutkimus tuottaa omilta alueiltaan kapeita ihmiskuvia, ja ihmiskuva on eri asia kuin ihmiskäsitys. (Rauhala 1978/2005, 93–94.) Rauhala kehitti naturalismin kritiikkinsä pohjalta holistisen ihmiskäsityksen, joka pohjautuu Edmund Husserlin fenomenologiseen tajunnan filosofiaan ja Martin Heideggerin eksistentiaaliseen fundamentaaliontologiaan. Holistisen ihmiskäsityksen mukaan ihmisen kokonaisuus ymmärretään kolmen ontologisen olemispuolen avulla, *kehollisuutena* (olemassaolo orgaanisena tapahtumisena), *tajunnallisuutena* (olemassaolo psyykkis-henkisenä kokemuksellisuutena) ja *situationaalisuutena* (olemassaolo suhteutuneisuutena omaan elämäntilanteeseen). (Rauhala 2002, 205.)

Rauhalan määritellessä kehollisuuden ”olemassaolon orgaaniseksi tapahtumiseksi” herää kysymys, onko kehon olemassaolo holistisen ihmiskäsityksen mukaan vain aineellis-orgaanista. Käsitteleekö Rauhala lainkaan Husserlin kehittämää ja Maurice Merleau-Pontyn jatkojalostamaa eletyn ruumiin käsitettä? Kehollisuuden käsitteen analyysi on tarpeen, koska filosofiassa Rauhalan ajattelua ei juurikaan ole tutkittu. Aikaisemmissa erityistieteiden soveltavissa tutkimuksissakin kehollisuutta on tarkasteltu yksipuolisesti aineellisena ulottuvuutena. (Ihanus 2017, 122; Lehtovaara 1994, 114–115, 136; Mäki-Opas 1993; Purjo 2011, 145–148; Toivonen 2014, 58–59.) Vaikka Rauhala määrittelee kehon aineellis-orgaaniseksi tapahtumiseksi, hän kuvaa kehoa myös *elettynä kehona*. Rauhalan suppeaa eletyn kehon tarkastelua on tarpeen laajentaa ja eksplikoida. Tulen osoittamaan, että holistisen ihmiskäsityksen näkemys kehosta on aiemmin esitettyä monitahoisempi, koska se ei jäsennä kehoa ainoastaan fyysisenä objektivoituna kappaleena tai naturalistisena ruumiina, vaan holistisessa mielessä keho on aina myös ensimmäisen persoonan eletty keho.

Esimerkkinä kehollisuuden analyysissani toimii addiktio. Nykylääketieteessä ihminen nähdään edelleen vahvasti kahtalaisena oliona, joka koostuu aineellisesta (ruumis, keho) ja henkisestä ulottuvuudesta (psyyke, mieli). Tässä asetelmassa painopiste on usein fyysisessä kehossa, jolloin mielellä (tai Rauhalan termein tajunnallisuudella: psyykkis-henkisellä ulottuvuudella) on vain täydentävä tai toissijainen rooli. Holistisemman kehollisuuden käsitteen tuntemus auttaa ymmärtämään ihmisen monitahoista olemassaoloa paremmin ja monipuolistaa persoonaan kohdistuvia kliinisiä käytäntöjä.

Analysoin holistisen ihmiskäsityksen kehollisuutta Husserlin naturalistisen ja personalistisen asenteen määrittelyjen avulla. Aloitan tarkastelemalla naturalistisen asenteen mukaista ruumista aineellis-orgaanisena kokonaisuutena, jonka jälkeen hahmotan personalistisen asenteen mukaista ruumista subjektiivisesti koettuna ja elettynä kehona. Tässä yhteydessä tarkastelen tiiviisti myös Merleau-Pontyn ruumiinfenomenologian suhdetta Rauhalan ihmiskäsitykseen. Artikkelini loppupuolella tarkastelen, miten addiktio näyttäytyy naturalistisessa ja personalistisessa asenteessa. Pohdin myös, miten addiktio asettuu holistiseen ihmiskäsitykseen ja sen viitoittamaan psykoterapiaan. Johtopäätöksenä on, että holistisessa ihmiskäsityksessä addiktion minkään asteinen reduktio johonkin tiettyyn olemispuoleen ei ole mahdollista. Tällöin myös vallalla oleva biomedikaalinen addiktion sairausdiskurssi kyseenalaistuu.

Naturalistinen ruumis aineellis-orgaanisena kokonaisuutena

Miltä ruumis näyttää, kun sitä tarkastellaan naturalistisen linssin läpi? Holistisen ihmiskäsityksen kehollisuuden käsitteen analyysin avuksi otan Husserlin (1952/1993) tekemän jaottelun naturalistiseen ja personalistiseen asenteeseen. Husserlin mukaan olemme muille ihmisille osa maailmaa ja sen olioita eli objekteja – tämä ruumis on *Körper* – joka viittaa mihin tahansa materiaaliseen kappaleeseen. Ruumiillisina olentoina olemme kuitenkin myös subjekteja ja toimijoita. Oma ruumiimme ilmenee meille sisäisen kokemuksen kautta elettynä kehona. Tämä ruumis on *Leib*, joka tarkoittaa elävää ruumista. Eletty ruumis on aistiva ja toimiva tekojen ja havaintojen keskus. Asenteiden erot kuvaavat mieli–ruumis-sidosta. Asenteiden erotteluilla Husserl kuvaa tiedollista suhdetta olioihin ja oletusta olevan perusluonteesta. Myös ihmisruumis voidaan käsittää kahdella eri tavalla: naturalistisella (materiaalinen kappale) ja personalistisella (eletty ruumis) asenteella. Ero asenteiden välillä on se, missä järjestyksessä sielu ja ruumis asetetaan oleviksi. (Heinämaa 2010, 111–117; Heinämaa 2015; Husserl 1952/1993; Taipale 2014a; 2014b.)

Husserlin mukaan naturalistisessa asenteessa kaiken olevan perustaksi oletetaan fyysinen oleva eli aineellinen luonto. Tällöin oleva näyttäytyy perusluonteeltaan materiaalis-fysikaalisena luonnontieteiden kohteena. Naturalistisessa asenteessa kaikki psyykkinen on ontologisesti toissijaista: se on fyysisten tapahtumien ja prosessien seuraamus tai emergentti ominaisuus, jolla ei

ole riippumatonta olemista eikä suoraa vaikutusta materiaaliseen perustaan. Tässä asenteessa keho elintoimintoineen sekä aisti- ja ajatustapahtumineen näyttäytyy mekaanis-funktionaalisena järjestelmänä. Henkinen ulottuvuus ei ole mitään itsessään, vaan ainoastaan materiaalisen luonnon yksi osa tai taso. Ruumis nähdään psykofyysisenä järjestelmänä osana syy-seuraussuhteiden verkostoja. Siitä riisutaan kaikki arvot ja merkitykset, ja sille etsitään sisäisiä tai ulkoisia kausaalisia tekijöitä, jotka seuraavat lakeja. Luonnontieteellisessä asenteessa ruumis (ja sen ”sivutuote” mieli) nähdään ensisijaisesti osana luontoa (Husserl 1952/1993, 96–180; Heinämaa 2010, 112–115.)

Rauhala kuvaa ihmisen kehollisuutta aineellis-orgaanisena ulottuvuutena, johon kuuluvat elimet ja elinjärjestelmät sekä niiden biologiset prosessit ja fysiologiset rakenteet, kuten sydän ja verenkiertoelimistö, hermoston rakenne aivoineen sekä niissä esiintyvät hermoimpulssit ja välittäjäaineet. Aineelliseen ulottuvuuteen kuuluu myös geneettinen periytyvyys. Kehollisuuden käsite aineellis-orgaanisena tapahtumisena kuvaa sitä ihmisen olemispuolta, jossa orgaaninen elämä toteutuu aineellisuudessa, kuten esimerkiksi aineenvaihdunta entsyymeineen. Elintoiminnat ylläpitävät elämää aineellisuudessa. Orgaanisten elintoimintojen häiriintyessä puhutaan sairauksista. Kehon orgaaniset prosessit ovat elämän kannalta välttämättömiä. Rauhala kuitenkin korostaa kehollisen olemuspuolen orgaanisen tapahtumisen laadullista ja loogista erilaisuutta verrattuna tajunnallisuuden ulottuvuuteen, jonka perusstruktuuri on intentionaalisuus. Toisin kuin tajunnan olemispuoli, kehollisuus orgaanisena tapahtumisena ei toimi mieltä kokien ja merkityssuhteita organisoiden. Esimerkiksi ”hikirauhanen ei ajattele eikä päätä ryhtyä erittämää hikeä” (Rauhala 1983/2017, 49.) eikä sydän pumppaa verta symbolisesti. Kehon orgaanisen tapahtumisen funktiot paljastuvat luonnontieteiden metodeilla, koska tutkittavat asiat ovat perustavasti biokemiaa ja fysiikkaa. Elimiä tutkitaan luonnontieteellisesti esimerkiksi diagnosoidessa niiden tiloja. (Rauhala 1983/2017, 38–41; 1998/2009, 212–213; 2002, 86–87, 102; 2009a, 37–38.)

Kirjoittaessaan ruumiista aineellis-orgaanisena tapahtumisena Rauhala tarkastelee naturalistisen asenteen mukaista kehollisuutta. Holistisessa ihmiskäsityksessä ihminen on osittain luontoa. Kehon fysiologis-anatomisia tiloja ja niiden syy-seuraussuhteita voidaan tutkia naturalistisella asenteella luonnontieteellisin metodein. Tämä ruumis luonnontieteellisen tarkastelun kohteena on objektivoitu materiaalinen kappale, esimerkiksi ruumis kirurgin pöydällä. Jos ihminen kohdataan ainoastaan naturalistisella asenteella, ihminen persoonana eli ilmauksellisena kokonaisuutena jää huomaamatta.

Persoonan kehon eleet, ilmeet, liikkeet ja asennot eivät tällöin ilmaise mitään, vaan ne näyttäytyvät ainoastaan reaktiona ulkoisiin ja sisäisiin ärsykkeisiin eli kausaaliketjujen jäseninä. (Heinämaa 2010, 115.) Husserlia seuraten Rauhala toteaa, että vaikka naturalistisen asenteen mukainen tutkimus onkin tarpeellista, se ei ole riittävää ihmisen kokonaisuutta ajatellen. (Rauhala 1997b, 64–68.) Rauhalan kehollisuuden käsite aineellis-orgaanisena ruumiina viittaa kaikkiin elintoimintoihin. Tästä eteenpäin kiteytän kehon aineellis-orgaanisen ulottuvuuden esimerkinomaisesti ainoastaan aivoihin.

Personalistinen ruumis persoonan elettynä kehona

Vaikka aivot ovat tajunnan välttämätön ehto ja siten ontologisesti tajuntaa primaarisempi, *tieto-opillisesti* tajunta on primaarisempi kuin aivot. Jotta tiedämme, että meillä on aivot, on oltava tajunta, jossa se tiedetään, koska aivoja voidaan tutkia vain tajunnan merkityssuhteiden avulla. Vaikka merkitys ja aivotila ovat yhdessä, niiden ero ilmiöinä on tutkimuksen kannalta loogisesti jyrkkä ja pysyvä. (Rauhala 2001, 3–7.) Kehollisuus aivoineen on siis kaiken tajunnan sisäisen tapahtumisen välttämätön mutta ei riittävä ehto (Rauhala 2009a, 37). Vaikka aivot ovat kokemuksen välttämätön ehto, aivofysiologiasta ei voi johtaa merkityksellisiä kokemuksia. Yhtäältä kehollisuus tarkoittaa naturalistisen asenteen mukaista aineellis-orgaanista kehoa, jonka käsitteellistän tästä eteenpäin *naturalistiseksi ruumiiksi*. Tämä näkökulma kehoon eroaa selkeästi personalistisen asenteen eletystä kehosta. Holistiseen ihmiskäsitykseen kuuluvaa kehollisuutta ei voida irrottaa holistisesta ykseydestään, vaan sitä on tarkasteltava suhteessa muihin olemispuoliin, jolloin se ei voi pelkistyä naturalistiseksi ruumiiksi. Aineellis-orgaanisen naturalistisen ruumiin ohella Rauhala tunnistaa myös eletyn ruumiin käyttäen kuitenkin käsitettä eletty keho[1]. Seuraavaksi tarkastelen, miten holistisen ihmiskäsityksen kehollisuus elettynä kehona hahmottuu personalistisessa asenteessa. Sen jälkeen tiivistän Merleau-Pontyn ja Rauhalan ihmiskäsitysten yhteisen lähtökohdan ja ontologioiden erot.

Husserlin (1952/1993, 181–316) mukaan personalistisessa asenteessa oleva on olemukseltaan merkityksellistä. Ensisijaista on henkinen, ja kaikki muu käsitetään suhteessa siihen. Kaiken olevan ei oleteta perustuvan pohjimmiltaan tai ensisijaisesti fyysiseen aineellisuuteen, vaan ihmisruumis

nähdään elettynä ruumiina: hengen ja ruumiin ilmaisullisena kokonaisuutena. Eletty ruumis ilmaisee persoonan asennetta itseensä, toisiin ihmisiin ja koko maailmaan. Ruumista ei nähdä materiaalisena kappaleena, vaan ruumis kuuluu persoonalle. Elävä ruumis ei ole erillinen kappale eikä liitos, vaan osa elävän ruumiin ja hengen ykseyttä. Persoona ja hänen ruumiinsa ovat yhtä. Psyykkistä ei voida erottaa ruumiista. Psyykkinen kokemus ei tapahdu eri todellisuudessa, vaan se tapahtuu ruumiissa. Personalistisessa asenteessa ruumis nähdään merkityksellisesti jäsentyneenä ilmaisullisena kokonaisuutena. (Husserl 1952/1993, 181–316; Heinämaa 2010, 112–116.)

Husserlia (1952/1993, 94–210) seuraten Rauhalan ihmiskäsityksessä keho kuuluu persoonalle. Keho ei ole vain materiaalinen kappale, vaan se on myös persoonaa ilmaiseva. Keho ei ole erillinen substanssi, vaan osa holistista ykseyttä. Holistisessa ihmiskäsityksessä tajunnallisuus kietoutuu tiiviisti kehollisuuteen, eikä sitä voida asettaa rinnakkain fyysisen kanssa. Keho ja tajunta ovat toistensa välttämättömiä tekijöitä. Tajunnallinen kokemus ei tapahdu eri todellisuudessa, vaan se on aina kehollinen kokemus. Rauhalan mukaan ”persoonassa kaikki osajärjestelmät hyvin tai huonosti toimiessaan resonoivat toimintatapansa laadun toisiin järjestelmiin ja siten myös kokonaisuuteen. – – Mikään olemuspuoli, tajunnallisuus, kehollisuus tai situationaalisuus ei voi persoonana olemisesta puuttua. – – Persoona voi olla olemassa vain juuri siinä kompleksisuudessa, jota nämä ihmisen olemuspuolet yhdessä edustavat.” Persoonaa ei ole olemassa ilman olemuspuolien eksistoivaa yhdessäoloa. (Rauhala 1998/2009, 190.) Rauhala kiteyttää ihmisen kokonaisuuden persoonan käsitteeseen. Jatkossa käytän myös itse persoonan käsitettä viitatessani ihmisen kokonaisuuteen.

Miten Merleau-Pontyn ruumiinfenomenologia suhteutuu Rauhalan ihmiskäsityksen kehollisuuteen? Teen tiiviin katsauksen tavoitteenani selventää holistisen ihmiskäsityksen elettyä kehoa. Husserlilla ruumiillisuus on yksi transsendentaalisen subjektiviteetin ulottuvuus (Taipale 2014a). Merleau-Ponty (1945/2002) kritisoi tietoisuusfilosofiaa, jossa ajattelu nähdään ensisijaisena aisteihin nähden. Hänen mukaansa maailma ei avaudu ensisijaisesti tietoisuuden kohteena, vaan olemme yhteydessä maailmaan ruumiimme kautta. Merleau-Ponty menee kehollisuudessa Husserlia pidemmälle: hänen ajattelunsa keskiössä ei enää ole kohteisiin suuntautunut tietoisuus, vaan lähtökohta on kehollinen oleminen. Elämme havaittavassa maailmassa, joka avautuu meille tilallisena, ajallisena, aistimellisena, tilanteellisena ja ruumiillisena. Keho on tilallisuuden keskus, jonka kautta koemme

tilan ulotteisuuden. Keho on ajallisuuden keskus ja muistava keho. Kehoina elämme nykyisyyden kentässä, menneisyys on aina läsnä ja tulevaisuutta ennakoimme. Aistivan ruumiin havainto on alkuperäinen kokemuksen taso. (Hacklin ym. 2014; Hotanen 2010, 134–140; Kuhmonen 1994, 45–62; 1995, 163–215; Merleau-Ponty 1945/2002.)

Merleau-Ponty (1945/2002) tarkastelee myös seksuaalisuutta eksistentiaalisesti. Vaikka seksuaalisuutta on pidetty perin ruumiillisena toimintona, siihen kietoutuu emotionaalis-kognitiivinen ulottuvuus. Seksuaalisuus ei pelkisty ruumiin toimintoihin, vaan ulkoiset ärsykkeet saavat sisäisesti annetun merkityksen. Keho ja eksistenssi edellyttävät välttämättä toisensa. (Merleau-Ponty 1945/2002, 178–201.) Rauhala tarkastelee jo 1970-luvulla teoksessaan *Filosofinen orientoituminen psykosomatiikan ongelmaan* (1976) ihmisen kokonaisuuden huomioivia kehofilosofioiksi nimittämiään mieli–ruumis-ongelman ratkaisuyrityksiä, joista hän antaa kunnian Merleau-Pontylle ja joihin hän liittää myös oman ihmiskäsityksensä. (Rauhala 1976, 49; 1998/2009, 151–156.) Myös viimeisessä teoksessaan *Ihminen kulttuurissa – kulttuuri ihmisessä* Rauhala (2009a) toteaa, että länsimaisessa ajattelussa vallinneen jyrkän mieli–ruumis-kahtiajaon vuoksi kehon asema ihmisen kokonaisuudessa on ymmärretty yksipuolisesti. Hänen mukaansa keho on nähty lähinnä elintoimintojen ja fyysisten suoritusten välineenä. Rauhala (2009a, 35–36) muistuttaa, että jo Scheleristä[2] alkaen on kuitenkin tehty tärkeä erottelu eletyn kehon ja objektikehon välillä: ”Eletty kehollisuus koetaan omaa kehoa eläen, ja objekti havaitaan ulkonaisesti. Jälkimmäisiä tutkivat anatomia ja fysiologia. Elettyyn kehoon ollaan (sen tapahtumia kokien) suhteessa myös tajunnan avulla.” (Rauhala 2009a, 36.)

Näkemykseni mukaan holistiseen ihmiskäsitykseen sisältyy useita ruumiinfenomenologiaan viittaavia ajatuksia. Ensinnäkin persoonaa luonnehtii tilallisuus. Keho on keskiössä avaruudellisten suhteiden jäsentymisessä: materiaaliset kappaleet ilmenevät aina tietyllä tavoin sijoittuneina; ne ovat lähellä, kaukana, oikealla, vasemmalla suhteutuen kehollisen orientaatiokeskuksen nollakohtaan. Toiseksi keho on myös havainnoiva aistimellinen keskus. Kipua tai muitakaan kokemuksia ei voida kokea ilman kehoa. Kaikki kokemus edellyttää aistivaa ja havainnoivaa kehoa: havaintokokemukseen tarvitaan aistinelimet ja kehon liikkeet. Kehollisessa minätietoisuudessa koen, että minua, ei vain kehoa, väsyttää. Myös tunteet virittyvät kehollisesti. Kolmanneksi persoona ilmentää itseään kehollisessa toiminnassa ja kehon kokonaisuus näkyy myös esimerkiksi

taiteessa, kuten tanssissa. Näissä yhteyksissä ei kuitenkaan ole enää kyseessä vain pelkkä lihassuoritus tai elintoiminta, vaan persoonan henkinen panos taitona, joka toimii kehollisuudessa. Neljänneksi persoonan olemassaoloa luonnehtii myös ajallisuus. Nykyhetken kokemuksessa on (kehomuistina) aina mukana sekä mennyt että tuleva. (Rauhala 1974, 60–69; 1976, 47–50; 1990, 89–90; 2009a, 38.)

Viidenneksi kehollisuus liittyy myös persoonan identiteetin muodostumiseen. Rauhala esittää teoksessaan *Tajunnan itsepuolustus* (1995/2017), että keho toimii koordinaatistona persoonan maailmankuvan muodostuksessa. Kokonaisuudessaan keholla on merkitysten ja orgaanisen tapahtumisen vastavuoroisuudessa erityinen tehtävänsä, joka ei tule esiin ainoastaan aivoja tarkastelemalla. Keho muodostaa koordinaatiston, johon muodostuvat merkityssuhteet aina suhteutuvat. Identiteetin kehkeytymisessä keho muodostaa konkreettisen rungon. (Rauhala 1983/2017, 101.) Edellisistä tarkasteluista käy ilmi, että Merleau-Pontyn ruumiillisen subjektin tavoin holistisen ihmiskäsityksen persoonan eksistenssi[3] on aina situationaalista eli tilanteellista. (Rauhala 2009a, 39–42; 1995/2017, 87–89, 101.)

Merleau-Pontyn (1945/2002, 178–201) kuvauksessa kehollis-emotionaalis-kognitiivisen seksuaalisuuden kietoutumisessa eksistenssiin voi nähdä yhtymäkohdan holistisen ihmiskäsityksen eri olemuspuolien kietoutumisessa konstituoituvaan eksistoivaan persoonaan (Rauhala 1995/2017, 87). Hotasen (2010, 135) mukaan Merleau-Pontylla eksistenssin yhteen punoutuvaa kehämäisesti hahmottuvaa riippuvuusketjua ei voida palauttaa syyn ja seurauksen kausaalisuuteen. Rauhalan (1976, 1992/2009) mukaan myöskään holistisesta ihmiskäsityksestä ei löydetä syy-seuraussuhteita. Kausaaliketjuja voidaan löytää ihmisen elimistön sisäisistä aineellis-orgaanisista prosesseista mutta ei persoonan eksistenssistä. Keho ei ole tajunnan syy, vaan tajunta heijastaa merkityssuhteina kehon maailmassa olemista. (Rauhala 1976, 31–48; 1992/2009, 111.)

Edellisestä tarkastelusta käy ilmi, että Husserlia (Taipale 2014b) seuraten myös holistisen persoonan eletyssä kehossa on kaksi ulottuvuutta: yhtäältä persoonalla on keho ja toisaalta persoona on keho. Kokeminen on kehollista kokemista, mutta persoona on jo kehollinen, kun hän havainnoi elettyä kehoaan. (Ks. Taipale 2014b, 52–53.) Eletyn kehon sisäisyydessä voin todeta, että ”voin

pahoin”, ja eletyn kehoni ulkoisuudessa voin todeta, että ”jalassani on haava”. Yhteenvetona voidaan todeta, että persoonan kehkeytyminen on käsitettävissä vain kehollisen olemassaolon pohjalta.

Näkemykseni mukaan Merleau-Pontyn (esim. Hacklin ym. 2014; Kuhmonen 1994, 44–52; 1995, 163–215.) ja Rauhalan yhteinen lähtökohta on pyrkimys hahmottaa ihmisen olemassaolon kokonaisuutta eksistenssinä kartesiolaisen dualismin sijaan ja pyrkiä luomaan kartesiolaisista ontologisista ratkaisuista irtisanoutuvaa uutta käsitteistöä. Merleau-Ponty (1963/1968) käyttää käsitteitä *liha* ja *kiasma*, jotka pyrkivät ylittämään käsityksen ihmisestä tietoisuussubjektina, jota vastaan maailma asettuu objektina. Lihan ja kiasman käsitteet kuvaavat mielen (tietoisuuden) ja ruumiin (maailman) yhteen kietoutumista. Aistiva ruumis on itsekin aistittava, samaa lihaa aistittavan maailman kanssa. Näkeminen edellyttää vastavuoroisen suhteen, näkevän ruumiin ja näkyvän maailman kietoutumisen toisiinsa, kiasman, jossa näkevä ja näkyvä menevät ristiin, koska kumpikaan ei voi olla ilman toista. (Merleau-Ponty 1963/1968, 130–155.) Rauhala puolestaan pyrkii dualismin tuolle puolen *situationaalisen säätöpiirin* ja *persoonan* käsittein. Molempien filosofien lähtökohtana on eksistenssi. Molemmat myöskin vastustavat kausaalisuutta ja reduktionismia.[4]

Backmanin (2015) mukaan Rauhalan monopluralistisessa mallissa[5] tajunnallisuus tarkoittaa intentionaalista suuntautuneisuutta merkitykselliseen maailmaan, joka kohdataan aina situaatiossa. Tajunta on ihmisen olemispuoli, jossa hän suuntautuu situaatiossa oleviin merkityksiin. Situaatio on ihmisen kosketuspinta maailman kanssa, jonka tekee mielekkääksi mielekkyystausta eli horisontti, joka on aiemman eksistentiaalisen valikoitumisen tulosta. Situaatio muodostuu erilaisista osatekijöistä, joista osa on kohtalonomaisia ja osa omien vaikutusmahdollisuuksien piirissä olevia. Situationaalinen säätöpiiri muotoutuu eri olemispuolien välisissä ei-determinoivissa vuorovaikutussuhteissa. Säätöpiiri on Rauhalan ratkaisu mieli-ruumisongelmaan. Situaatio on kehotajunnan olemassaolon toteutumisehto sikäli, ettei kehollista olemista tai merkityksellistä kokemusta voi olla kuin konkreettisessa tilanteessa. Toisaalta kehollisuus ja tajunta ovat tilanteen kokemisen ja ymmärtämisen ehtoja. Keho on tajunnan ehto, koska toimiakseen tajunta edellyttää aivoperustan aistielimistöineen. Toisaalta ilman tajuntaa ei voi olla persoonan kokemuksellista kehoa. Rauhala kehitti monopluralistisen mallin fysikalistisen monismin ja kartesiolaisen dualismin

sijaan. Säätöpiiri kuvaa ihmisenä olemista usean toisiinsa redusoitumattoman mutta toisistaan riippuvaisen olemispuolen keskinäisenä ja alati kehkeytyvänä yhteispelinä[6]. (Backman 2015, 94–100; 2009, 331–336.) Edellisistä tarkasteluista käy ilmi, että eletty keho kehkeytyy situationaalisessa säätöpiirissä, koska keho ei ole tajunnasta tai situaatiostaan irrotettavissa oleva, vaan niihin perustuvasti kietoutuva. Tajunta mahdollistaa situaatiossa koetun kehon.

Addiktio naturalistisessa asenteessa ja reduktionismin kritiikki

Addiktiot jaetaan aine- ja toiminnallisiin riippuvuuksiin. Psykiatriassa aineaddiktioilla tarkoitetaan päihdehäiriöitä, joihin yleisimmin liittyvät aineet Suomessa ovat alkoholi, kannabis, hallusinogeenit, opiaatit, ahdistuslääkkeet ja stimulantit. Myös sekakäyttö on yleistä. Päihderiippuvuudelle tunnusomaista katsotaan olevan aineen käytön pakonomaisuus eli aineenhimo, toleranssin kehittyminen ja vieroitusoireet. (Lönnqvist 2017, 82–83; Kuoppasalmi ym. 2017, 491, 502.) Toiminnallisissa addiktioissa, kuten peliriippuvuudessa, ahmintahäiriössä ja seksiriippuvuudessa toiminta sinänsä on addiktiivista. Viimeaikaisten neurobiologisten tutkimusten mukaan addiktion ei tarvitse kohdistua aineeseen (Uusitalo 2013, 93). Yleisesti addiktioita luonnehtiva ydinajatus on pakonomaisuus, joka voi syntyä mihin tahansa aineeseen tai toimintaan. (Raento & Tammi 2013, 18.) Tässä artikkelissa viittaan addiktion käsitteellä sekä aine- että toiminnallisiin riippuvuuksiin.

Mitä naturalistinen asenne addiktioihin tarkoittaa? Naturalistinen lähtökohta addiktioihin kiteytyy tänä päivänä aivotutkimukseen. Nykypsykiatrian mukaan (Lönnqvist ym. 2017) päihteet ovat aineita, jotka vaikuttavat aivojen toimintaan ja rakenteisiin (erityisesti dopamiinivälitteisiin palkitsemis- ja mielihyväjärjestelmiin) tavalla, jolloin lääketieteellisen näkemyksen mukaan on oikeutettua puhua päihdesairaudesta. Keskushermostomuutoksista katsotaan seuraavan myös käyttäytymisen patologinen muutos: pakonomaisuus. Vaikka päihdeongelmaan liittyy monia tekijöitä, vallitsevan naturalistisen ajattelutavan mukaan riippuvuus ymmärretään ytimeltään lääketieteellisenä ilmiönä: kyseessä on biokemialliseen muutostilaan perustuva krooninen ja uusiutuva aivosairaus. Aineen käytön estyessä tulevat fyysiset ja psyykkiset vieroitusoireet. (Lönnqvist 2017, 8–83; Kuoppasalmi ym. 2017, 491–493, 498, 501, 524.)

Näkemykseni mukaan vallitsevassa naturalistis-medikaalisessa addiktiodiskurssissa oletuksena on, että addiktiossa ei ole kyse yksilön tahdosta vaan aivojen sairaudesta. Tämän addiktion sairauskäsityksen (Ruuska & Sulkunen 2013, 29–32) pyrkimyksenä on vapauttaa yksilö moraalisesta vastuusta. Ennen lääketieteellisen sairauskäsityksen kehittymistä addiktio nähtiin kristillisen ihmiskäsityksen mukaisesti tahdon heikkoutena, jopa syntinä. Ihminen oli vastuussa käyttäytymisestään, esimerkiksi juomisestaan. Hänen velvollisuutensa oli vahvistaa tahtoaan uskonsa kautta. Sairauskäsityksen mukaan addiktio ei ole ihmisen vika, tahdon heikkoutta, vaan sairaus, jota hän ei ole voinut valita. (Ruuska & Sulkunen 2013, 29–32.)

Psykiatriassa (Taipale 2017) addiktiot jäsennetään neurobiologisen hedonismin muotoina eli lyhytnäköisinä nautintopyrkimyksinä. Diagnostiset luokitusjärjestelmät (DSM ja ICD) kytkevät addiktiot neurofysiologisiin palkitsemisjärjestelmiin, jotka päihde kaappaa. Oletuksena on, että päästessään kosketuksiin aivojen dopamiinijärjestelmän kanssa päihde tuottaa aivoissa muutoksia, jotka lisäävät todennäköisyyttä päihteen käyttöön johtaneeseen käyttäytymisen uusimiseen. Pakonomaisen halun alkuperä jäljitetään näin addiktiivisen aineen sisältämiin psykoaktiivisiin ainesosiin, jotka aiheuttavat ja vakiinnuttavat kyseiseen aineeseen kohdistuvan pakonomaisen halun. Aineriippuvuuksissa addiktio näyttäytyy selkeästi ainekeskeisenä ja ulkoperäisenä. Aineiden toistuva käyttäminen nähdään ongelman ytimenä eikä esimerkiksi oireena jostain muusta. Medikaalinen psykiatria jäljittää aineaddiktiot siis tiettyjen psykoaktiivisten ainesosien ja erilaisten aivoalueiden väliseen (kausaali)suhteeseen. (Taipale 2017.)

Näkemykseni mukaan vallitsevan naturalistis-medikaalisen näkemyksen – jota tästä eteenpäin kutsun addiktion *sairausoletukseksi* – oletuksena on, että addiktio pelkistyy aineen ja aivojen yhteentörmäykseen. Holistisen ihmiskäsityksen valossa nousee kuitenkin kysymys, voimmeko todella redusoida (aine)addiktion aivoihin? Rauhalan tuotannon keskeinen teema oli aivojen osuuden liioittelun, reduktionismin ja medikalisaation kritiikki. Seuraavaksi tarkastelen, onko naturalistinen sairauskäsitys niin ihmistajunnasta, sen tahdosta eli ylipäätään moraalista vapaata kuin se ensi silmäyksellä näyttää.

On huomautettu (Ruuska & Sulkunen 2013, 29–32), että sairausoletus ei ole moraalista vapaa, vaan se on leimallisen yksilökeskeinen ja perustavalla tavalla moraalinen. Sairausoletuksen ydinajatus on, että alkujaan mielihyvähakuinen käyttäytyminen jatkuu haitoista huolimatta, kun potilaan kyky hallita päihteeseen kohdistuvaa halua heikkenee. Addikti ei pysty lopettamaan aineen käyttöä tai addiktiivista toimintaa vaikka tahtoisi. Siksi hän on apuun oikeutettu sairauden uhri eikä moraalisesti paheksuttava väärinkäyttäjä. Sairausoletus erottaa riippuvuuden synnillisistä juuristaan, ja sairausoletukseen liittyy ajatus sairauden hoidettavuudesta. On kuitenkin huomattava, että sekä synti- että sairausoletukseen sisältyy ajatus yksilön tahdon hallinnan menettämisestä. (Ruuska & Sulkunen 2013, 29–32.)

Addiktin näkökulmasta sairausoletuksen ongelma on se, että vaikka hallinnan menettäminen olisikin yksilön sairaus, siihen ei ole olemassa lääketieteellisesti vaikuttavaa hoitoa aineellis-orgaanisen tapahtumisen tasolla, vaan vastuu parantumisesta jää ”sairauden uhrille”, jonka velvollisuus on ponnistella kohti vahvempaa tahtoa ja toimijuutta. Sairausoletus yrittää poistaa stigman siinä onnistumatta. Addiktin kielteinen identiteetti saattaa vain vahvistua: ensin hänen toimintansa poikkeaa yhteiskunnan normeista, sitten hänet luokitellaan sairaaksi, jota motivoidaan hoitoon. Jos addikti ei paranekaan, missä on syy? Koska hoitoa on tarjolla, ajatus on, ettei addikti ole ottanut sitä vastaan. Sairausoletus on yritys määritellä addiktio moraalisesti neutraaliksi, tarkoituksenaan poistaa häpeä, joka vaikeuttaa avun hakemista ja paranemista. Näin ei kuitenkaan tapahdu, koska lääkäri ei pysty vaikuttamaan potilaan paranemiseen, koska paraneminen riippuu potilaan tahdosta tavalla, johon lääketieteellisin metodein (orgaaninen elimistö) ei voida vaikuttaa. Moraalinen velvollisuus hallita tahtoaan jää siten addiktin kannettavaksi. (Ruuska & Sulkunen 2013, 33–36.)

Eettinen ulottuvuus näyttää siis sisältyvän myös sairauskäsitykseen. Uusitalo (2016) on osoittanut analyyttisen filosofian avulla, ettei moraalista ulottuvuutta voi ohittaa addiktiossa, vaan riippuvuudesta kärsivä ihminen on nähtävä aktiivisena toimijana. Ei voida olettaa, että addiktiosta kärsiviltä ihmisiltä olisi riistetty täydellinen toimijuus. On haasteellista selittää addiktoituneiden toimijoiden toimintaa täydellisen pakottavan halun kanssa. Addiktit joutuvat usein toimimaan hyvin suunnitelmallisesti mahdollistaakseen aineen käytön tai addiktoivan toiminnan. Täydellisen

pakottava halu ei myöskään sovi yhteen sen tosiasian kanssa, että ihminen voi lopettaa addiktiivisen toimintansa. (Uusitalo 2016, 318–322.)

Sairausoletuksen mukaan (aine)riippuvuuden ydin on siis aineen ja aivojen kohtaamisessa. Riittävä ehto addiktion syntymiselle olisi aineen ja aivojen yhteen saattaminen, ja tuloksena olisi addiktio. Naturalistinen sairausoletus ei siis edellytä minkäänlaista tajunnallista tahtoa ärsykkeen ja käyttäytymisen väliin, jolloin myös valinta, vastuu ja eettisyys katoavat. Tähän oletukseen yksinkertaisesta ja teknisesti helposti haltuun otettavasta mekanismista sopii hyvin medikalisaatio. Päihdelääkkeistä kenties tunnetuin on disulfiraami. Niin toimiva lääke kuin Antabus onkin tiettyihin tilanteisiin, on huomattava, että lääkkeen vaikutus perustuu viime kädessä valinnan vapauteen ja vastuuseen. Antabus ei ensinnäkään paranna alkoholiaivosairaudesta. Se ei millään tavoin auta edes oireisiin eli juomiseen, ellei ihminen ensin itse vapaaehtoisesti ja tietoisesti valitse, tahdo ja päätä ottaa lääkettä aamuisin tukemaan päätöstään päästä kuiville. Vapaaehtoisesti otettuna lääke toimiikin mainiona oman tahdon apuvälineenä aiheuttaessaan merkittävät fyysiset oireet, mikäli raittiiksi pyrkivä sattuu pulloon tarttumaan. Antabuskuurilla ei kuitenkaan ole järkevää olla lopun ikäänsä. Lääke toimiikin tahdon apuvälineenä muutosprosessin alussa, mutta kestävä elämänmuutos perustuu inhimilliseen kasvuun persoonan tajunnallisuudessa.

Holistisen ihmiskäsityksen valossa tietoa ihmisen neurobiologisista aivotapahtumista ei voida sivuuttaa. Nähdäkseni ihmistutkimuksen ja auttamistoiminnan tulee seurata aivotutkimuksen tuloksia. Rauhala sanoo Merleau-Pontya (Kuhmonen 1994, 52) seuraten, että fenomenologian tavoitteena ei ole kumota luonnontieteitä, vaan kysyä niiden perustaa. Filosofisen perusteiden analyysi on välttämätöntä kaikelle tieteelliselle tutkimukselle sekä psykoterapialle. (Ihanus 2017, 122.) Rauhala ei näe naturalistista ja personalistista asennetta toisensa poissulkevina: ”Lääkärin auttavan toiminnan kehittäminen edellyttää ehdottomasti, että tutkitaan ja tunnetaan mahdollisimman hyvin elintoimintojen anatomia ja fysiologia. Pienintäkään kirurgista operaatiota ei voida suorittaa ilman tarkkaa tietoa operoitavasta elimestä ja fysiologista tietoa sen toiminnasta. Esimerkiksi umpilisäkettä ei voida poistaa psykoanalyyttisen tiedon varassa.” (Rauhala 1983/2017, 147–148.)

Rauhalaa seuraten voidaan todeta, että psykoterapeutin auttavan toiminnan kehittäminen edellyttää, että tajunnan mielelliset prosessit tunnetaan hyvin. Pienintäkään psykoterapeuttista liikettä ei voida suorittaa ilman ymmärrystä ihmisen tajunnan toiminnasta. Esimerkiksi häpeän tunnetta ei voida poistaa neurobiologisen tiedon varassa. Rauhalalaisittain voidaan myös todeta, että esimerkiksi aivotutkijan työ edellyttää kykyä pysyä naturalistisessa asenteessa, mutta psykoterapeutilta vaaditaan kykyä pysyä personalistisessa asenteessa.

Husserlia (Heinämaa 2015) seuraten Rauhala kritisoi kaikkia sellaisia reduktiivisia ihmiskuvia, joissa luonnontieteellinen asenne oletetaan ainoaksi mahdolliseksi – tai toiseen ääripäähän mentäessä – ihmisen aineellis-orgaaninen puoli ohitetaan täysin. Rauhala piti kapea-alaista ihmiskuvaa myös psykoanalyysin rajoituksena. (Ihanus 2017, 120.) Holistisuuden idea ei merkitse olemuspuolien erilaisuuden kieltämistä ja vaatimusta tutkia ihmistä homogeenisena seoksena. Siinä ei kuitenkaan pidetä mahdollisena kaiken asteittaista reduktiota selittämisessä yhä yksinkertaisemmalle olemassaolon tasolle. (Rauhala 1978/2005, 99.)

Reduktionistinen fysikalistinen ihmiskäsitys näkyy tänä päivänä erityisesti neuropsykologiassa (Backman 2016) ja biologisessa psykiatriassa (Talvitie 2017; 2018). Backmanin (2016) mukaan filosofisesti olennaisinta Rauhalan mallissa onkin modernien ihmiskäsitysten reduktionististen taipumusten torjuminen: siinä ”missä saksalainen idealismi perillisineen on taipuvainen redusoimaan muut olemispuolet tajuntaan, marxilainen perinne yhteiskunnallisten suhteiden valossa ymmärrettyyn situaatioon ja eliminatiivinen materialismi fysiologis-biologiseen olemiseen, kolmikantainen monopluralismi varjelee ihmisenä olemisen palautumatonta monitahoisuutta. Tämä yhtenäinen, vaikkakin sisäisesti heterogeeninen monitahoisuus, on ihmisen ainutkertaisen tilannesidonnaisuuden ontologinen edellytys.”

Rauhala tekee tärkeän huomion ihmisen olemispuolien laadullisesta ontologisesta erilaisuudesta ja siitä seuraavasta vaatimuksesta erilaisiin tutkimusasenteisiin (Rauhala 1983/2017, 12–16). Holistisessa ihmiskäsityksessä ”naturalistiset löydökset” voivatkin toimia vain osallisina – eivät kausaalisina tekijöinä – addiktion kehkeytymisessä. Vaikka aivot ovat tajunnan välttämätön biologinen perusta, kokemukset eivät sijaitse aivoissa. Voidaksemme kokea addiktion tarvitsemme

aivot. Analysoidessamme luonnontieteellisiä tutkimustuloksia tarvitsemme tajunnan. Aivotutkimusta tarvitaan, mutta addiktiota ei voida redusoida aivoihin.

Addiktio personalistisessa asenteessa ja persoonan puolustus

Pidetään addiktion lähtökohtana sitten syntiä tai sairautta, kumpaankin oletukseen sisältyy moraalinen ulottuvuus. Sairausoletus yrittää vapahtaa persoonan vastuusta mutta ei onnistu tavoitteessaan. Paluu persoonan tahtoon näyttää välttämättömältä, mutta merkitseekö personalistinen asenne ihmisen syyllistämistä? Onko paluu ihmisen henkisen ulottuvuuden huomioivaan personalistiseen asenteeseen paluuta tahdon heikkouteen ja syyllistämiseen? Näkemykseni mukaan paluu vastuufilosofiaan ei tarkoita paluuta yksilön syyllistämiseen. Addiktioita voidaan tarkastella naturalistis-medikaalisen ihmiskuvan ulkopuolella palaamatta syyllistämiseen.

On huomautettu (ks. Ruuska & Sulkunen 2013), että käsitys addiktiosta sairautena sopii länsimaiseen yhteiskuntaan, jonka talousjärjestelmä on riippuvainen uusien halujen jatkuvasta luomisesta ja tyydyttämisestä. Sairausoletuksessa huomio kohdistuu yksilön tahtoon sen sijaan, että katsetta laajennettaisiin ympäröivään yhteiskuntaan. Vaikka sairausoletus pyrkii neutralisoimaan yksilön moraalisen vastuun sairaudesta, se antaa erityistä moraalista painoa hänen tahdolleen parantua. Aivotutkimuksen edistymisestä huolimatta ei ole löydetty neurobiologisia perusteita väitteelle, että addiktio olisi yksi yhtenäinen ilmiö riippumatta sen kohteesta ja monista persoonallisuustekijöistä. Näin ollen yleistetty sairausoletus on ongelmallinen, koska addiktiosairauteen ei ole yksiselitteisesti pätevää parantavaa hoitoa. Oireyhtymät, joihin kansainväliset tautiluokituksetkin nojaavat, eivät perustu tutkimuksiin, joiden mukaan diagnoosin perusteeksi valitut oireet liittyisivät toisiinsa kausaalisesti. Laajemmasta perspektiivistä käsin tarkasteltuna addiktion syyt ja seuraukset näyttäytyvät moniulotteisempina kuin aivojen kaappausjärjestelmä tai yksilön tahdon heikkous. (Ruuska & Sulkunen 2013, 23–24; 49–50.)

Aiemmista tarkasteluista on käynyt ilmi, että personalistisessa asenteessa henkinen on pääosassa kehon ollessa persoonan ilmaus. Personalistisessa asenteessa addiktiokaan ei paikannu aivoihin, vaan se ymmärretään kehollisesti elettynä ja koettuna. Toiminnallisten addiktioiden, kuten ahmintahäiriön ja seksiriippuvuuden avulla onkin helpompi tarkentaa katse elettyyn kehoon. On myös olemassa riippuvuuden muotoja, jotka ovat sosiaalisesti hyväksytympiä, kuten liiallinen työnteko tai kuntoilu. Näitä kehollisia toimintoja ympäröi merkittävä liiketoiminta, ja ne perustuvat kehon laskelmoituun sääntelyyn: keho on kulttuurisen sääntelyn kohde. Kehoa tulkitaan, normitetaan, käytetään ja muokataan kulttuuristen sopimusten mukaisesti. Vaikka persoonan koettu keho on hänen omansa, yksilön keholliset kokemukset eivät ole irrallisia ympäristöstä, vaan niissä heijastuvat kehoa koskevat taloudelliset, yhteiskunnalliset ja kulttuuriset arvot ja merkitykset. Näin ollen myös riippuvuutta on tarkasteltava kulttuurisidonnaisena ilmiönä, jonka määritelmä ja muodot vaihtelevat ajallisesti ja paikallisesti. (Bessonoff & Kinnunen 2013, 181.)

Ihmistieteellisestä yhteiskunnallis-kulttuurisesta näkökulmasta (Bessonoff & Kinnunen 2013) riippuvuutta on tarkasteltu kehollisena tilana ja toimintamallina, jossa kehoa muokataan sosiaalisen kelpoisuuden ja identiteetin rakentamiseksi. Kehon sääntelemistä kulutusyhteiskunnassa voidaan kuvata laskelmoiduksi hedonismiksi, jonka ajatuksena on luoda esteettisen vetovoimainen ulkonäkö nautinnoista luopumatta. Nautinnon ahmiminen on kuitenkin sallittua vain silloin, kun se pysyy hallinnassa. Addiktion hallinta on vaativaa tasapainottelua ääripäiden välillä. Kehoa kontrolloidaan palkitsemalla, rankaisemalla, antautumalla ja kieltäytymällä. Kehoa eletään vartaloa muokkaamalla, sitä koristamalla ja pukeutumalla. Kauneusteollisuus luo kauneusihanteet, ja media toimii välittäjänä tarjoten kuvia sosiaalisesti ihannoiduista kehoista. Tavoitteena on esteettisesti kaunis ulkonäkö ja huippuunsa viritetty kone, joka ei vanhene, kestää kansansairaudet ja jaksaa tehdä työtä. Vetovoimainen ja huippukunnossa oleva keho on vastakohta ei-toivotulle keholle, kuten narkomaanille, joka esitetään rappion ruumiillistumana. Kulttuuri vaikuttaa siihen, millaisia keinoja yksilö valitsee toteuttaakseen ruumiinsa myötäsyntyistä addiktiotaipumusta. Ajan henki, jossa riippuvuus huippukunnossa olevan kehon tavoittelusta näyttäytyy hyveellisenä addiktiona, altistaa myös ruumiinkuvien häiriöille. Syömiskäyttäytyminen voi muuttua ongelmalliseksi kulttuurin sille asettamien vaatimusten ristipaineessa. Ilmapiiri, jossa ruoasta nauttiminen on yhtä aikaa ihailtavaa ja paheksuttavaa, altistaa ongelmille. Bulimikko onkin löytänyt yhden tavan ratkaista syömisen kulttuurinen ongelma, nautinnon ahmimisen ja hoikkana pysymisen ristiriita. (Bessonoff & Kinnunen 2013, 195, 183–188, 195.)

Riippuvuuden tajunnallinen ulottuvuus näyttäytyy selkeimmin toiminnallisissa riippuvuuksissa, koska niissä ei ole addiktoivia psykoaktiivisia aineita. Esimerkiksi psykodynaamisessa lähestymistavassa (Taipale 2017) aineiden toistuva käyttäminen tai muu addiktiivinen toiminta nähdään pikemminkin pahoinvoivan persoonan oireena kuin ongelman ytimenä. Aineaddiktion ytimen ja ensisijaisen aiheuttajan ei katsota olevan aine itse, vaan riippuvuuden nähdään kehittyvän tietyn huumeen sijasta huumeisiin yleensä. Addiktiivisen käytöksen katsotaan juontavan juurensa itsesäätelyn ongelmiin ja ilmentävän psyykkistä hallintapyrkimystä. Tällöin addiktio näyttäytyy sisäsyntyisenä eikä ulkosyntyisenä, kuten aikaisemmin mainitussa ”aivojen kaappausteoriassa”. Addiktion kokemuksellisena kohteena ei nähdä ainetta itsessään vaan enemmänkin käyttäjä itse aineen vaikutuksilla varustettuna. (Taipale 2017.) Psykodynaamisen näkemyksen mukaan addiktion ydin on yksilön tajunnallisuudessa eikä aineen ja aivojen yhteentörmäyksessä. Holistisen ihmiskäsityksen mukaan addiktio koetaan ja eletään kehollis-tajunnallisuudessa, mutta sen ei voida sanoa olevan sisäsyntyistä, vaan pikemminkin addiktio kehittyy persoonan maailmasuhteessa: addiktio kehkeytyy elämänhistoriallisessa situaatiossa.

Yhteenvetona voidaan todeta, että holistisen ihmiskäsityksen kehoa ei ole mahdollista ymmärtää ainoastaan ulkoisena kohteena. Keho ei ensisijaisesti ole objektiivisessa tilassa määriteltävä kohde, kuten aivot. Merleau-Pontya seuraten Rauhala katsoo, että ruumis objektina voi olla luonnontieteiden tutkimuskohde, mutta keho koettuna ei ensisijaisesti ole elimistö tai aivot. (Hacklin ym. 2014; Hotanen 2010, 148.) Husserlin mukaan personalistinen asenne ei pyri selittämään ruumiin käyttäytymistä: ruumista ei analysoida osiin, vaan se kohdataan merkityksellisenä kokonaisuutena. Fenomenologia tekee mahdolliseksi psyykkisen kohtaamisen ruumiissa ilman, että mieli ja ruumis jaetaan kahteen erilliseen osaan. Personalistisessa asenteessa psyykkistä ei paikanneta aivoihin, vaan jokainen ruumiin osa tai liike on täynnä mieltä. Keho nähdään persoonaa ilmaisevana. (Husserl 1952/1993; Heinämaa 2010, 112–117.)

Addiktion kohtaaminen personalistisella asenteella merkitsee sitä, että riippuvuutta ei nähdä aivosairautena, vaan persoona nähdään addiktiotaan eri asteisesti ja eri tavoin kehollisesti ilmaisevana ja kokevana. Persoonan huomioivan holistisen ihmiskäsityksen valossa yksilöä voidaan tietyssä määrin pitää vastuullisena addiktiivisesta toiminnastaan. Addiktion ei kuitenkaan ajatella olevan yksioikoisesti yksilön oma syy, koska yksilö ei ole erillinen olio maailmasta, jossa hän elää.

Yhteiskunnallisten ja kulttuuristen tekijöiden merkitystä painottavan näkemyksen mukaisesti holistinen ihmiskäsitys painottaa kehollisen kokevan tajunnan situationaalisuutta. Persoona elää kehoaan aina elämäntilanteessaan, jossa hänelle tarjoutuu kulttuuristen arvojen ja merkitysten kirjo.

Johtopäätökset – addiktio holistisessa psykoterapiassa

Edellisistä tarkasteluista on käynyt ilmi, että holistisessa ihmiskäsityksessä ihmisen aineellis-orgaaninen, neurobiologinen tapahtuminen on luonnollinen tosiasia. Ihmistutkimus ja auttamistoiminta hyötyvät luonnontieteistä, kuten aivotutkimuksesta. Lisäksi selväksi on käynyt myös se, ettei holistisessa ihmiskäsityksessä minkään asteinen reduktio tiettyyn olemispuoleen ole mahdollista. Koska aikaisemmissa tutkimuksissa Rauhalan ihmiskäsityksen kehollisuutta on tarkasteltu yksipuolisesti aineellis-orgaanisena tapahtumisena, oma tutkimukseni paikkaa tämän puutteen selventäessään holistiseen ihmiskäsityksen olennaisesti sisältyvän eletyn kehon käsitteen.

Kehollisuuden analyysistani käy ilmi, että persoonan eletty keho kehkeytyy kehollisuuden ja tajunnallisuuden leikkauspisteessä sekä realisoituu situationaalisessa säätöpiirissä eri olemispuolien yhteenkietoutumisessa. Vaikka holistisessa ihmiskäsityksessä persoona on yhdeltä ulottuvuudeltaan kehollinen, kehollisuus kietoutuu tiiviisti sekä tajunnallisuuteen että situationaalisuuteen. Vaikka holistisessa ihmiskäsityksessä kaikki olemispuolet ovat välttämättömiä, tajunnallisuus nousee ohjaavaan asemaan. Tällöin persoonalle on edellytettävä jonkinasteinen vapaus situaation sallimissa rajoissa. Tämä tarkoittaa sitä, että ihmisen ei voida katsoa jäävän aivojensa tai sosiaalisen paineen uhriksi ja tulevan sellaiseksi kuin ne determinoivat. Näin ollen holistisen ihmiskäsityksen kontekstissa myöskään addiktion reduktio joko kehoon (aivot), tajuntaan (mieli) tai situaatioon (olosuhteet) ei ole mahdollista, vaan riippuvuuden katsotaan kehkeytyvän eri olemuspuolten yhteenkietoutumisessa. Addiktion kontekstissa ”kahtalainen kehollisuus” näyttäytyy aineellis-orgaanisena neurobiologiana, mutta lisäksi persoona eksistoi elettynä kehona kokien ja ilmentäen myös addiktiotaan eri tavoin kehollisesti.

Holistisessa ihmiskäsityksessä tajunnasta ja tahdosta – ylipäätään eettisestä ulottuvuudesta– ei päästä eroon addiktionkaan yhteydessä. Persoonalla on ainakin jossain määrin vapaus ottaa kantaa neurobiologisiin taipumuksiinsa ja alttiuteensa sekä vastustaa sosiaalista painetta. Addiktin ei katsota olevan aivojensa tai ympäristönsä uhri, vaan hän voi ainakin jossain määrin vaikuttaa addiktionsa kulkuun. Tämän pyrkimyksen ei tarvitse kummuta syyllisyydestä tai ulkokohtaisesta velvollisuudesta vaan tarpeesta inhimilliseen kasvuun. Addiktiopuhetta hallitsevien naturalismin ja kreationismin välille mahtuu myös kolmas ismi, joka voi kehkeytyä humanismista ja holismista. Hengellisen ja maallisen väliin mahtuu eksistentiaalis-fenomenologinen näkemys ihmisen olemassaolosta ja hänen elämänongelmistaan. Holistinen näkemys addiktiosta ei syyllistä ihmistä addiktiostaan, vaan palauttaa persoonalle vapauden ja vastuun. Holistisen näkemyksen mukaan naturalistis-medikaalisen sairausoletuksen pyrkimys vapauttaa ihminen moraalisesta vastuustaan ei onnistu, koska eettisyyttä ei voida poistaa ihmisen eksistenssistä.

Rauhalan (1999, 156–157) mukaan ihmistutkimuksessa ja auttamistyössä lähtökohdaksi on otettava ihminen persoonana. Filosofisen antropologian harjoittaman ontologisen analyysin tulos on ihmis- eli persoonakäsitys. Persoona on moniulotteinen kokonaisuus, jonka mikään olemuspuoli ei voi puuttua. Vaikka kutakin olemuspuolta täytyy erityistieteissä tutkia erikseen kunkin oman olemassaolon rakenteen edellyttämällä tavalla, vasta niiden vastavuoroinen kietoutuminen tekee persoonan kokonaisuuden käsitettäväksi. Vaikka ihmisen aineellis-orgaaninen ulottuvuus ja siihen liittyvä naturalistinen asenne sopivatkin holistiseen ihmiskäsitykseen, Rauhalan fysikalistisen reduktionismin kritiikki ja persoonan puolustus kiteytyvät muistutukseen, että pelkät aivot eivät koskaan voisi kokea ihmisen tavoin, vaikka ne voitaisiin pitää elossa kehosta erotettuna. Aivot ovat jotakin ainoastaan ”persoonan yhteydessä ja sen palveluksessa.” (Rauhala 1976, 48; 1999, 156–157.)

Naturalistisen asenteen reduktiivisessa ääripäässä – naturalistis-medikaalisessa ihmiskuvassa – addiktio jäsentyy ulkosyntyiseksi aivosairaudeksi. Personalistisen asenteen mahdollistavassa holistisessa ihmiskäsityksessä addiktio puolestaan hahmottuu persoonan – ei sisäsyntyiseksi – vaan situationaalisessa säätöpiirissä kehkeytyväksi keholliseksi kokemukseksi ja ilmaukseksi. Kun naturalistis-medikaalisessa mallissa addiktiosairauden katsotaan puhkeavan aineen ja aivojen yhteentörmäyksessä, holistisessa ihmiskäsityksessä addiktion ymmärretään kehkeytyvän persoonan

elämänhistoriallisen eksistenssin aikana eli ajallisessa kontekstissa. Holistisen ihmiskäsityksen kontekstissa ei voida puhua addiktiosta aivosairautena. Holistisessa psykoterapiassa ei voida ohittaa naturalistista neurobiologista näkökulmaa addiktioon, mutta persoona kohdataan ensisijaisesti addiktiotaan elämäntilanteessaan kehollisesti kokevana ja ilmaisevana.

Naturalistis-medikaalisessa mallissa addiktiosairautta katsotaan voitavan hoitaa lääketieteellisin metodein, mutta sairaus ei parane, koska parantavaa lääketieteellistä hoitoa ei ole. Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen mukaan psyykkisessä häiriössä kyse ei ole sairaudesta, vaan epäsuotuisasta maailmankuvasta, elämän(taidollisesta) ongelmasta ja huonosta olemassaolosta. (Ks. esim. Rauhala 1997a; 2009b.) Holistisessa psykoterapiassa addiktiosta kärsivä ihminen ei parane sairaudesta (Rauhala 1961; Backman 2015, 83) vaan kasvaa ihmisenä. Psykoterapiassa voi aktualisoitua suotuisampia horisontteja. Persoonan kokiessa uudella tavalla omaa monitahoista olemassaoloaan hän voi jättää addiktiivisen aineen tai toiminnan taakseen.

Artikkelin alussa totesin, että puhuessamme ihmisen kehosta tai ruumiista ei aina ole selvää, mitä itse asiassa tarkoitamme. Rauhalan holistiseen ihmiskäsitykseen kuuluvan kehollisuuden analyysissä osoittautui, että voimme asennoitua kehollisuuteen ainakin kahdella tavalla. Yhtäältä kehollisuus näyttäytyy naturalistisena ruumiina: aineellis-orgaanisena objektina, joka esimerkiksi makaa aivokirurgin pöydällä. Tällöin kyseessä on kolmannen persoonan näkökulma ruumiiseen. Toisaalta kehollisuus hahmottuu subjektiivisesti elettynä kehona, jolloin perspektiivimme kehoon on ensimmäisen persoonan näkökulma. Tässä tapauksessa ihminen istuu esimerkiksi psykoterapeutin vastaanotolla ilmaisten itseään kielellisyyden lisäksi myös kehollisesti.

Artikkelini tarjoaa filosofisen ja holistisen näkökulman addiktiota koskevaan keskusteluun vallitsevan yksipuolisen biomedikaalisen mallin sijaan. Tässä artikkelissa analysoin ainoastaan Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen kehollisuuden olemispuolta ja tarkastelin addiktioita vain kehollisesta perspektiivistä. Lisätutkimusta tarvitaan holistisen ihmiskäsityksen tajunnallisuudesta ja situationaalisuudesta sekä situationaalisesta säätöpiiristä ja siitä, miten addiktio niissä näyttäytyy.

Viitteet

1. Rauhala väitteli Martti Siiralan kanssa käsitteistä puolustaen kehoa, kun taas Siirala puolusti ruumis-käsitettä. Rauhalan mukaan ruumiin käsite viittaa solumassaan tai kuolleeseen raatoon, joten sitä käytettäessä korostuu ihmisen esinemäisyys. Rauhalalle ruumis on kuollut raato, mutta keho elää. (Rauhala 1981, 683–684.)

2. Oma huomautukseni: jo Husserlista alkaen.

3. Eksistenssi tarkoittaa inhimillistä reaalista olemassaoloa kokonaisuudessaan. Siihen kuuluvat keho, tajunta ja situaatio. (Rauhala 1976, 71.)

4. Filosofien ajattelut kuitenkin myös eroavat toisistaan. Siinä missä Merleau-Ponty jää monistiseen lihan ontologiaan, Rauhala puolestaan kehittää monopluralistista persoonan ontologiaa. Husserlia seuraten (Zahavi 2003, 96–109) Rauhalalla holistisessa ykseydessä tajunta ei ole vain intentionaalisessa suhteessa ruumiiseen, vaan se on itse kehollista tietoisuutta. Rauhalan erottaa Merleau-Pontyn pelkästä kehon intentionaalisuudesta kuitenkin se, että Rauhalalle ei riitä ”kehon fenomenologia”, vaan hänen mukaansa tarvitaan myös husserlilaista tajunnan fenomenologiaa sekä tietoisuuden intentionaalisuutta. Rauhalan mukaan Merleau-Ponty ei tee selkeää eroa kehon orgaanisen, ei-merkityksillä operoivan tapahtumisen ja tajunnallisen merkityksillä operoivan elämyksellisen kokemuksen välillä. Rauhala ei hyväksy Merleau-Pontyn lihan ontologiaa, koska lihan käsitteessä ei ole sijaa tajunnan erikoisasemalle. (Rauhala 2001, 3, 5–6.) Näitä teemoja ei kuitenkaan voida tässä yhteydessä enempää tarkastella. Erityisesti (kehollisen) esiymmärtäneisyyden riittämättömyyden teema vaatii jatkotutkimusta.

5. Rauhala jaottelee ihmiskäsitykset monistisiin, dualistisiin, pluralistisiin ja monopluralistisiin, jossa katsotaan, että ihmisen olemassaolossa on perustavanluonteista erilaisuutta, jota ei voida redusoida eli palauttaa yhdestä olemismuodosta toiseen. Samalla kuitenkin ihminen on kokonaisuus. (Ks. Rauhala 1983/2017, 26–28.)

6. Vaikka situationaalinen säätöpiiri on Rauhalan ratkaisu mieli–ruumisongelmaan, Backmanin mukaan (2015, 97; 2009, 334) se ei kuitenkaan ole Rauhalan vastaus mieli–ruumisongelmaan, koska se asettaa ongelman kokonaan uudella tavalla.

Kirjallisuus

Backman, Jussi (2009). Lauri Rauhala ihmisen ainutkertaisuuden ajattelijana. Teoksessa Rauhala, Lauri (toim.), Henkinen ihminen, 299–343. Helsinki: Gaudeamus.

Backman, Jussi (2015). Situationaalinen säätöpiiri: Rauhalan filosofinen kädenjälki. Teoksessa Tökkäri, Virpi (toim.), Kokemuksen tutkimus V: Lauri Rauhala 100 vuotta, 73–103. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Backman, Jussi (2016). Lauri Rauhala (1914–2016). Muistokirjoitus. https://filosofia.fi/node/7195

Bessonoff, Anja & Kinnunen, Taina (2013). Ruumis halun taloudessa. Teoksessa Tammi, Tuukka & Raento, Pauliina (toim.), Addiktioyhteiskunta – riippuvuus aikamme ilmiönä, 181–198. Gaudeamus: Helsinki.

Hacklin, Saara; Hotanen, Juho & Yli-Tepsa, Hermanni (2011). Merleau-Ponty, Maurice. Logos-ensyklopedia. Julkaistu 28.9.2011, muokattu 27.8.2014. https://filosofia.fi/node/6875

Heinämaa, Sara (2010). Minä, tietoisuus ja ruumiillisuus. Teoksessa Miettinen, Timo; Pulkkinen, Simo & Taipale, Joona (toim.), Fenomenologian ydinkysymyksiä, 99–117. Helsinki: Gaudeamus.

Heinämaa, Sara (2015). Kehollisuus ja persoonallisuus fenomenologisessa filosofiassa. Luento Suomen Psykoanalyyttisen yhdistyksen Psykoanalyysin kesäkoulussa 8. elokuuta 2015.

Hotanen, Juho (2010). Merleau-Ponty ja ruumiillinen subjekti. Teoksessa Miettinen, Timo; Pulkkinen, Simo & Taipale, Joona (toim.), Fenomenologian ydinkysymyksiä, 134–150. Helsinki: Gaudeamus.

Husserl, Edmund (1952/1993). Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy. Second book. Engl. Richard Rojcewicz & André Schuwer. Dordrecht: Kluwer.

Ihanus, Juhani (2017). Lauri Rauhala suomalaisen psykologian toisinajattelijana. Psykologia, 52(2–3), 120–124.

Kuhmonen, Petri (1994). Kehollisuudesta Merleau-Pontylla. Teoksessa Laine, Timo (toim.), Ihmisen mallit. Symposiumi filosofisesta antropologiasta, 44–66. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Kuhmonen, Petri (1995). Merleau-Pontyn fenomenologia. Teoksessa Laine, Timo & Kuhmonen, Petri (toim.), Filosofinen antropologia. Ihmisen kokonaisuutta etsimässä, 163–215. Jyväskylä: Atena.

Kuoppasalmi, Kimmo; Heinälä, Pekka; Lönnqvist, Jouko (2017). Päihdehäiriöt. Teoksessa Lönnqvist, Jouko; Henriksson, Markus; Marttunen, Mauri & Partonen, Timo (toim.), Psykiatria, 491–559. Helsinki: Duodecim.

Lehtovaara, Maija (1994). Subjektiivinen maailmankuva kasvatustieteellisen tutkimuksen kohteena: kasvatuksen filosofian pohdintaa ja kasvatustieteen filosofian kehittelyä Lauri Rauhalan eksistentiaalisen fenomenologian pohjalta erityisesti silmällä pitäen minäkäsitystutkimuksia. Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto.

Lönnqvist, Jouko (2017). Mielenterveyshäiriöiden diagnostiikka ja luokittelu. Teoksessa Lönnqvist, Jouko; Henriksson, Markus; Marttunen, Mauri & Partonen, Timo (toim.), Psykiatria, 61–91. Helsinki: Kustannus Oy. Duodecim.

Merleau-Ponty, Maurice. (1963/1968). The visible and the invisible. Followed by working notes. Engl. Alphonso Lingis. Evaston: Northwestern University Press.

Merleau-Ponty, Maurice (1945/2002). Phenomenology of perception. Engl. Colin Smith. London: Routledge.

Miettinen, Timo (2006). Husserl ja eurooppalainen kriisi. Teoksessa Miettinen, Timo; Pulkkinen, Sisko; Taipale, Joona & Heinämaa, Sara (toim.), Uudistuminen ja ihmisyys: luentoja ja esseitä, 113–128. Helsinki: Tutkijaliitto.

Mäki-Opas, Anneli (1993). “Älä katko kasvavan siipiä!”: auttava, terapeuttinen kasvatus Lauri Rauhalan eksistentiaalis-fenomenologisesta näkökulmasta tarkasteltuna. Väitöskirja. Oulu: Oulun yliopisto.

Purjo, Timo (2011). Väkivaltaisesta nuoruudesta vastuulliseen ihmisyyteen. Eksistentiaalisfenomenologinen ihmiskäsitys elämäntaidollis-eettisen nuorisokasvatuksen perustana. Väitöskirja. Tampere: Tampere University Press.

Raento, Pauliina & Tammi, Tuukka (2013). Addiktio – ristiriitainen ja vaikutusvaltainen ilmiö. Teoksessa Tammi, Tuukka & Raento, Pauliina (toim.), Addiktioyhteiskunta: riippuvuus aikamme ilmiönä, 7–27. Helsinki: Gaudeamus.

Rauhala Lauri (1961). Mitä psykoterapia on ja kuka sitä tekee. Jyväskylä: Gummerus.

Rauhala Lauri (1974). Psyykkinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa. Helsinki: Weilin+Göös.

Rauhala Lauri (1976). Filosofinen orientoituminen psykosomatiikan ongelmaan. Helsinki: Helsingin yliopiston monistuspalvelu.

Rauhala Lauri (1978/2005). Ihmistutkimuksesta eksistentiaalisen fenomenologian valossa. Teoksessa Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyysejä ja sovelluksia, 92–123. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala Lauri (1981). Keho elää. Suomen lääkärilehti, 36(9), 683–684.

Rauhala Lauri (1983/2017). Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Gaudeamus.

Rauhala Lauri (1990). Humanistinen psykologia. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala Lauri (1992/2009). Henkinen ihmisessä. Teoksessa Henkinen ihminen. Helsinki: Gaudeamus.

Rauhala Lauri (1995/2017). Tajunnan itsepuolustus. Helsinki: Gaudeamus.

Rauhala Lauri (1997a). Sairauden käsite ns. mielenterveysongelmissa. niin & näin, 4(2), 38–40.

Rauhala Lauri (1997b). Tajunnan tutkimus sen oman struktuurin ehdoilla. niin & näin, 4(1), 64–68.

Rauhala Lauri (1998/2009). Ihmisen ainutlaatuisuus. Teoksessa Henkinen ihminen. Helsinki: Gaudeamus.

Rauhala Lauri (1999). Rationaalinen skleroosi. Teoksessa Puhakainen (toim.) Persoonan kieltäjät: ihmisen vapaus ja vastuu aivotutkimuksen ja lääketieteen puristuksessa, 153–162. Helsinki: Like.

Rauhala Lauri (2001). Onko psykofyysisen ongelma ratkaistavissa ja miten. niin & näin, 8(3), 3–7.

Rauhala Lauri (2002). Minikurssi mentaalisten ongelmien ymmärtämiseksi. Tieteessä Tapahtuu, 20(6), 21–26.

Rauhala Lauri (2009a). Ihminen kulttuurissa – kulttuuri ihmisessä. Helsinki: Gaudeamus.

Rauhala Lauri (2009b). Kokemuksen häiriöt ja sairauden käsite. Tieteessä Tapahtuu, 27(6), 24–30.

Ruuska, Arto & Sulkunen, Pekka (2013). Addiktiosairaus ja moraali: Lääketieteellisen alkoholiajattelun kehitys. Teoksessa Tammi, Tuukka & Raento, Pauliina (toim.), Addiktioyhteiskunta – riippuvuus aikamme ilmiönä, 28–50. Gaudeamus: Helsinki.

Taipale, Joona (2014a). Husserl, Edmund. Logos-ensyklopedia. Julkaistu 26.1.2010, muokattu 15.9.2014. https://filosofia.fi/node/4936

Taipale, Joona (2014b). Phenomenology and embodiment: Husserl and the constitution of subjectivity. Evanston: Northwestern University Press.

Taipale, Joona (2017). Vakiintunut väliaikaisratkaisu: addiktio, itsesäätely ja toistaminen. Psykoterapia, 36(3), 170–181.

Talvitie, Vesa (2017). Psykoterapia ja elämänongelmien medikalisointi – kuka, miksi ja kuinka. Psykoterapia, 36(3), 209–217.

Talvitie Vesa (2018). Onko aika ajanut psykiatrian ja psykoterapian symbioosin ohi? Psykoterapia, 37(3), 184–196.

Toivonen, Kaisu (2014). Persoonan eettinen kasvu ja kasvatus jälkimodernissa ajassa suomalaisen kasvatusjärjestelmän kautta tulkittuna. Väitöskirja. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Uusitalo, Susanne (2016). Addiktio toiminnassa. Ajatus, 73, 317–322.

Zahavi, Dan (2003). Husserl’s phenomenology. Stanford: Stanford University Press.