

LUKEMINEN TERAPIANA – Lukukokemuksia Saima Harmajan  
tuotannosta

Jyväskylän yliopisto

Humanistinen tiedekunta

Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos

Kotimainen kirjallisuus

Pro gradu- tutkielma

Tuula Vainio

Lokakuu 2007

**JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO**

Tiedekunta – Faculty Humanistinen tiedekunta	Laitos – Department Taiteiden ja kulttuurin tutkimuslaitos
Tekijä – Author Tuula Vainio	
Työn nimi – Title Lukeminen terapiana – Lukukokemuksia Saima Harmajan tuotannosta	
Oppiaine – Subject Kotimainen kirjallisuus	Työn laji – Level Pro gradu
Aika – Month and year Lokakuu 2007	Sivumäärä – Number of pages 61
<p>Tiivistelmä – Abstract</p> <p>Lukemisella ja kirjoittamisella on monia funktioita, joita ei tule aina ajatelleeksi. Lukeminen voidaan jakaa eri osioihin sen mukaan, onko kyseessä esimerkiksi opiskelu vai rentouttava hetki. Kirjoittamalla voidaan kirjata ylös niin faktatietoja kuin täyttä fiktiota. Kirjoittaja voi kirjoittaessaan ajatella tulevaa lukijaa ja lukija puolestaan tekstin kirjoittajaa, ehkä kaukaa menneisyydestä. Lukeminen ja kirjoittaminen kulkevatkin käsi kädessä. Teksti tarvitsee sekä kirjoittajan että lukijan ollakseen olemassa.</p> <p>Kirjallisuusterapia on Suomessa vielä varsin tuntematon mutta kovasti kasvava terapiamuoto. Terapiana sitä käytetään psykiatrisissa hoitomuodoissa, sen lisäksi sitä käytetään kokonaisvaltaisessa kasvuprosessissa erilaisissa kasvuryhmissä. Kirjallisuusterapia on osa luovuusterapeutista toimintaa kuten taide- tai tanssiterapiakin, ja sen tavoitteena on itsetunnon kehittäminen ja sitä kautta henkinen kasvu. Hoitomuotona annettavaa kirjallisuusterapiaa voi antaa terapiakoulutuksen saanut henkilö, lähinnä psykiatri, hoitotyön edustaja tms. Kasvuryhmissä ohjaajana voi olla henkilö, jolla on koulutusta kirjallisuudesta, sosiaali- tai opetusosalta. Kirjallisuusterapiassa ei tuotetun tekstin laatu ole tärkeintä vaan se, että alustuksena toimiva teksti (tai kuva, laulu, elokuva) antaa pohjan omalle tunnetyöskentelylle josta sitten tuotetaan oma teksti.</p> <p>Tässä pro gradu tutkielmassani olen tutkinut kirjallisuusterapeuttisia kokemuksia Saima Harmajan jäljillä – keruumateriaalin avulla. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura järjesti keruun vuosien 2005 - 2006 vaihteessa. Keruussa toivottiin lukukokemuksia Saima Harmajasta ja vastauskirjeitä tuli yhteensä 115 kappaletta. Näissä kokemuksissa käy ilmi se, miten lukeminen on auttanut monia erilaisissa elämäntilanteissa. Monet heistä ovat myös kirjoittaneet ajatuksiaan esimerkiksi päiväkirjaan. Tutkielmassani olen antanut pääpainon keruuseen osallistujien omille sanoille. Olen etsinyt osallistujien kirjeistä yhteisiä teemoja joilla olen jaotellut tutkielmaani. Osallistujista useat kirjoittivat myös lempirunostaan ja sen herättämiä kokemuksiaan. Tämä Harmajan runo <i>Rannalla</i> on saanut tutkielmassani oman osionsa.</p>	
Asiasanat – Keywords Kirjallisuusterapia, lukeminen, kirjoittaminen, Saima Harmaja	
Säilytyspaikka – Depository	
Muita tietoja – Additional information	

<b>JOHDANTO</b> .....	<b>4</b>
<b>1. LUKEMISEN MONET MUODOT</b> .....	<b>6</b>
1.1 LUKIJA KIRJALLISUUDENTUTKIMUKSESSA.....	6
1.2 LUKIJATUTKIMUKSET .....	11
1.3 KIRJOITTAMINEN KIRJALLISUUDENTUTKIMUKSESSA.....	13
<b>2. KIRJALLISUUSTERAPIA</b> .....	<b>15</b>
2.1 MÄÄRITTELY .....	15
2.2 KIRJALLISUUSTERAPIAN TEORIAKENTÄT .....	16
2.3 HISTORIAA JA NYKYPÄIVÄÄ.....	18
2.4 KIRJALLISUUSTERAPIA PROSESSINA.....	20
<b>3. TUTKIMUSAIHE</b> .....	<b>21</b>
3.1 TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	21
3.2 AIEMMAT TUTKIMUKSET .....	23
3.3 TUTKIMUSMATERIAALI.....	24
<b>4. SAIMA HARMAJAN JÄLJILLÄ</b> .....	<b>27</b>
4.1 SAIMA HARMAJA JA HÄNEN TUOTANTONSA .....	27
4.2 LUKUKOKEMUKSIA SAIMA HARMAJASTA .....	30
4.3 LUKUKOKEMUKSIA RANNALLA - RUNOSTA.....	37
<b>5. KIRJALLISUUSTERAPIA MATERIAALISSA</b> .....	<b>40</b>
5.1 LUKEMINEN TERAPIANA.....	41
5.2 KIRJOITTAMINEN TERAPIANA .....	47
<b>PÄÄTÄNTÖ</b> .....	<b>53</b>
<b>KIRJALLISUUS</b> .....	<b>58</b>

## Johdanto

Löysin päiväkirjamerkinnöistä, Saima Harmajan ajatuksista paljon yhtäläisyyksiä omaan elämäni. Huomasin itse olleeni Saiman kaltainen pienempänä, ja miksen nyt vanhempanakin. Välillä tuntui, kun olisin lukenut omia ajatuksiani kirjasta, se teki lukukokemuksestani aivan erityisen. Ehkä juuri siksi hänen teoksensa ja elämänsä ovat olleet minulle merkityksellisiä. Tunnen ne itselleni läheisiksi. (Kirsi, 37 vuotta)

Yllä oleva katkelma on erään kirjoittajan kuvaus miten teksti tulee läheiseksi, omaksi. Kirjoittajan sanat, jotka hän on vuodattanut paperille omasta sydäimestään, tulee eläväksi jälleen kun lukija kokee niiden kautta omat tunteensa ehkä vuosikymmentenkin jälkeen. Lukija elää todeksi kirjoittajan sanat ominaan ja kenties, kirjoittamalla niiden pohjalta, lähettää sanat jälleen eteenpäin omalle tielleen kunnes joku taas kohtaa ne ja lukemalla antaa niille oman merkityksensä. Näin teksti elää ja uinuu vuorotellen. Teksti välillä puhuttelee, välillä jättää kylmäksi. Onko se kuitenkin olemassa ilman lukijaa?

Kirjallisuuden muodostumiseen tarvitaan kirjailija ja hänen tuotoksensa eli teos, mutta yhtälö ei ole valmis ilman kolmatta osapuolta eli lukijaa. Kustantamoiden julkaistessa omien, luottokirjailijoiden kirjoja säännöllisin väliajoin jää uusien ja ”nimettömien” kirjailijoiden teokset helposti syrjään. Kilpailu lukijoista on kova ja ilman aiempaa mainetta on vaikea saada teoksiaan julki. Lukijat odottavat tiettyjen kirjailijoiden uutuuksia ennen äitien- tai isänpäivää ja ennen joulua. Eivätkä he pety, kirjailijat hemmottelevat heitä säännöllisesti, usein vuodesta toiseen. Kirjailijan kirjoitustyyli säilyy samana myös vuodesta toiseen, kirjat alkavat muistuttaa sarjakirjoja, joissa vain tapahtumien paikka ja henkilöhahmojen nimet muuttuvat, juoni on samanlainen kirjasta toiseen. Lukija kuitenkin ostaa entuudestaan tunteman kirjailijan teoksen voidessaan luottaa siihen, että lukukokemus on tuttu ja turvallinen, kuin keskustelu ystävän kanssa. Lukija tietää, että hänellä on kirjan lukemisen jälkeen odotettu olotila: onnellinen, tyytyväinen, helpottunut

tai jopa puhdistunut. Tällaista kokemuksellista lukemista voidaan käyttää jopa terapeuttisena kokemuksena, kuten maalaamista taideterapiassa. Tämän ajan ongelmaksi on usein mainittu henkinen pahoinvointi mutta yhteiskunnan mahdollisuudet auttaa kaikkia siitä kärsiviä terveydenhuollon keinoin ovat rajalliset. Kirjakaupoissa onkin yhä enenevästi kirjoja, jotka lupaavat henkistä apua itsehoito - menetelmin. Kovan lääketieteen kilpailijaksi on nousemassa erilaiset taideterapeuttiset keinot, näistä kirjallisuusterapia yhtenä vaihtoehtona.

Kirjallisuusterapia on Suomessa vasta nousussaan vaikka se on Amerikassa ollut käytössä jo ensimmäisen maailmansodan jälkeen. Kirjallisuusterapiassa hyödynnetään joko valmista kaunokirjallista tekstiä tai omaa tekstiä. Sitä käytetään yleisimmin ryhmäterapiana ja sen elementteihin kuuluu ryhmän tuen lisäksi ohjaaja, joka yleensä valikoi alkutekstin ryhmän istuntoon. Kirjallisuutta voi käyttää terapiatarkoitukseen ilman ohjaajaan ja ryhmän tukeakin, esimerkiksi päiväkirjan kirjoittaminen. Mikäli päiväkirjaan kirjoitetaan tunteista eikä niinkään päivän tapahtumista, se voi olla merkittävässä roolissa omien tunteiden käsittelyssä. Tässä voi olla apuna jokin aiemmin luettu teksti: runo, novelli tai elämäkerta, jokin kaunokirjallinen teksti, joka saa lukijan pysähtymään ja miettimään omaa elämäänsä tekstin kautta. Tämän kokemuksen voi saada vaikka laulujen sanoista. Tekstin avulla voi olla helpompi ilmaista tunteitaan kun toinen on jo ikään kuin pukeutunut sanoiksi sen, mitä itse ei ole osannut.

Tutkin tässä pro gradu- tutkielmassani lukemisen ja myös kirjoittamisen terapeutista vaikutusta, tutkimusmateriaalina on Saima Harmajan jäljillä – keruun materiaali.

# 1. Lukemisen monet muodot

## 1.1 Lukija kirjallisuudentutkimuksessa

Kirjallisuuden Sanakirja (Hosiaisuoma 2003) ei esittele lukijan määritelmää mitenkään yksiselitteisesti. Enemmän kuin lukijasta, se puhuu lukemisesta mutta toteaa kuitenkin lukijoita olevan tavallaan kaksi. Ensimmäinen on ns. sisäislukija tai yleisö, jolle kirjailija tekstinsä voi kirjoittaa ja jopa osoittaa. Kirjailija voi lisätä yleisön näkyviin esimerkiksi aloittamalla teoksen ”Hyvät herrat” tms. mutta yleisö voi olla vain kirjailijan tiedossa. (Hosiaisuoma 2003, 535 ja 1029.) Kirjailija voi olla ikään kuin tarinan kertoja, hän voi jo kertoessaan jostain kuulemaansa tarinaa kohdentaa sen mielessään jollekin yleisölle tai yhdelle henkilölle. Silloin teksti onkin monitahoinen: on tarinan päähenkilö, jonka tarinan kirjailija kertoo jollekin kuulijalle ja lukija, joka lukee kirjallisessa muodossa olevan tarinan. Kaiken kaikkiaan löytyy siis neljä eri osallistujaa, neljä eri lukijaa.

Lukija ja lukeminen ovat usein käsi-kädessä kirjallisuudentutkimuksessa. Tämä tutkimuksen suunta ei ole kovin vanha, vasta 1960- 70 luvuilla on lukijaan alettu kiinnittää enemmän huomiota. (Alanko 2001, 208.) Aiemmin tutkimuksen kohteena on ollut kirjailija sekä hänen teoksensa ja lukija on ollut tavallaan välttämätön pakko tässä yhtälössä. Lukijan tehtävänä on pitkään ollut kirjailijan ja hänen tuotantonsa tukija ja ihailija ennen kuin on huomattu, että lukijalla on loppujen lopuksi suuri valta: lukija joko ostaa kirjan tai on ostamatta. Kustantamot seuraavat tiiviisti lukijan valintoja myynnin kautta ja myynnin kannalta hyväksi havaittu kirjallinen tyyli monistuu vuodesta toiseen. Lukijoita myös ohjataan ostamaan tiettyjä kirjoja joko tarjousten tai erilaisten kerhojen kautta. Kirjallisuusarvostelut ohjaavat lukijaa tutustumaan uusiin kirjailijoihin.

Myös sillä, miksi luetaan, on oma merkityksensä. Jos luetaan oppikirjaa, lukija olettaa teoksen olevan totta eikä lähde etsimään siitä omia tulkintojaan. Sen sijaan luettaessa nykyään niin suosittuja romaaneja, jotka ovat fiktiivisiä mutta kuvaavat oikeita paikkoja, lukija voikin tulkita fiktiiviset tapahtumat faktoiksi ja alkaa muodostaa käsitystään tapahtumista sen mukaan. Tästä on esimerkkinä Dan Brownin romaani *Da Vinci-koodi*, joka sai aikaan suuren kohun. Kirjan tapahtumiin ottivat osaa monet henkilöt, järjestöt ja katolinen kirkko. Kirjassa esiintyy omilla nimillään oikeita tahoja ja paikkoja, vaikka kirjoittajan mukaan tapahtumat ovat kuvitteellisia. Samaan tapaan pyhiinvaellusreitti Santiago de Compostelaan on saanut uusia matkailijoita sen jälkeen kun kirjailija Paolo Coelho'n kirja *Pyhiinvaellus* ilmestyi. Molemmat kirjat ovat saaneet aikaan sen, että lukijat ”elävät tapahtumat todeksi” kirjan perusteella. He vierailevat kirjassa mainituissa paikoissa ja miettivät, tapahtuiko todella niin, kuin kirjassa kerrotaan.

Tässä tutkielmassa ei kuitenkaan keskitytä tähän lukijaan tai yleisöön vaan siihen konkreettiseen henkilöön, joka tekstiä lukee. Tässä ei myöskään esitellä kaikkia lukijaan liittyviä teorioita, vaan ainoastaan ne, jotka katson palvelevan tämän tutkielmani lukijanäkemystä.

Tätä oman tutkielmani lukijaa on tutkittu mm. fenomenologisessa kirjallisuudentutkimuksessa, jonka perustajana pidetään Roman Ingardenia (1893 -1970), puolalaista filosofia ja kirjallisuudentutkijaa. Tämän koulukunnan perusajatuksena on oletus, että kirjailijan maailma ja lukijan maailma ovat rinnakkaisia. Ingardenin mukaan kirjailija kyllä synnyttää teoksen mutta se tarvitsee lukijan syntyäkseen. Kuitenkaan teos ei ole pelkästään lukijan elämys, lukija lähinnä tekee teoksen konkreettiseksi. (Alanko 2001, 210.)

Lukijan identiteettiä on puolestaan tutkinut amerikkalainen kirjallisuudentutkija Norman Holland (1926 -), jonka psykoanalyttinen teoria nostaa esille lukijan syvimmat tulkinnat. Holland näkee lukemisen tietoisena, vuorovaikutuksellisenä toimintana. (Alanko 2001, 213.) Tämä hänen transaktiivinen teoria yhdistelee tekstin kanssa lukijan mielleyhtymiä sekä omia kokemuksia. (Kirstinä 1984, 16 – 17.)

Saksalainen Wolfgang Iser (1926 -) tuo kirjallisuuteen yhteiskunnallisen ja kasvattavan tehtävän. Hän on Ingardenin kanssa samaa mieltä siinä, että teos tarvitsee lukijan ollakseen olemassa mutta haastaa lukijaa lukemaan syvemmin ja pohtimaan sekä teoksen että omia arvojaan. Iser tuo esille teoksen haasteelliset paikat kutsumalla niitä epämääräisyyskohdiksi tai aukoiksi. Nämä aukot ovat lukijalle mahdollisuus pitää näkökulma teokseen avoimena ja täydentää niitä omien kokemusten kautta. (Alanko 2001, 224 - 225, Kirstinä 1984, 20.)

Rolf Engelsing jakaa lukemisen perinteiseen eli intensiiviseen ja ekstensiiviseen lukemiseen. Perinteinen lukeminen on yleisintä uskonnollisessa kirjallisuuden lajissa: samoja teoksia on luettu vuosisatojen ajan. Muutos tuli 1700- luvulla, jonka jälkeen ovat yleistyneet ennen kaikkea romaanit. (Niemi 2000, 129 -130.) Siitä onkin alkanut kustantamojen kulta-aika. Nykyäänkin kustantamot houkuttelevat asiakkaitaan erilaisilla keinoilla, kilpailu alalla tuntuu olevan kova.

Lukemisen kannalta on myös merkittävää miksi luetaan: onko kyseessä vapaaehtoinen lukeminen vai opiskeluun liittyvä, pakollinen tenttikirja. Niemi (2000) jakaa lukemisen viiteen eri tapaan:

- Rekonstruoiva lukeminen on lähinnä tutkijan tapa lukea. Teksti kiinnittyy johon yleensä historialliseen taustaan.
- Nautintolukeminen perustuu siihen, että lukija rakentaa sen omille tarpeilleen.
- Provokatorinen lukeminen kääntää kaiken tekstissä toisinpäin.
- Ideologinen lukeminen käyttää tekstistä hyödykseen sen, mitä oma ideologia haluaa.
- Retorinen lukeminen käyttää hyväkseen kirjallisuuden antamaa älykkyyden mainetta; voi käyttää lainauksia kirjallisuudesta omiin tarpeisiinsa.

Rekonstruoivasta lukemisesta voisi olla esimerkkinä tämän talven aikana Helsingin Sanomissa olleet artikkelit, joissa toimittaja on tutkinut



Tuntemattoman Sotilaan eri henkilöitä. Teos liittyy oikeasti olleeseen sotaan mutta henkilöt ovat (osittain) fiktiivisiä. Samaan tapaan voisi tutkia Seitsemää Veljestä. Nautintolukemisesta on kyse ”tavallisen” lukijan lukemisessa. Lukija lukee omasta tahdostaan mitä haluaa, erilaisia lajeja ja eri kirjailijoiden tekstejä. Lähtökohtana on lukijan oma valinta. Provokatorisesta lukemisesta voi olla kysymys, kun lukee esimerkiksi jonkun kriitikon arvioita teoksista. Tuntuu, kuin kriitikko kääntää kaikki kirjan ajatukset nurinpäin, tekee hyvästä ja puhtaasta halvan ja likaisen. Ideologisessa lukemisessa luetaan ”kuin piru Raamattua”, käytetään tekstiä omiin tarkoituksiin ja muokataan se oman näkökulman edun mukaiseksi. Retorista lukemista käyttävät hyväkseen monet vallankäyttäjät; he käyttävät puheissaan lainauksia kirjailijoilta ja filosofeilta ja antavat näin itsestään älykkäämmän kuvan vaikka eivät ole ehkä lukeneet heidän teoksiaan.

Lukemista on tutkinut myös Pirjo Linnakylä. Hän on tutkinut lukemista lähinnä opetuksen kannalta ja käyttää itse termiä ”lukutaito”. Olen korvannut tämän termillä ”lukeminen”, koska katson näiden olevan synonyymejä tässä tarkastelussa. Olen kuitenkin sulkuihin laittanut Linnakylän oman termin silloin kun se tuntuu tarpeelliselta mainita. Linnakylä jakaa lukemisen (lukutaidon) kolmeen pääluokkaan ja hänen lähtökohtanaan on tiedonkäsitely. Tästä näkökulmasta katsoen pääluokat ovat perus-, toimiva- ja vapauttava lukeminen,

Peruslukeminen (peruslukutaito) on kaikilla, joilla on yleensä lukutaito, siis, jotka osaavat lukea. Se sisältää taidon tulkita kirjoitettua tekstiä sekä vähän laajemmin ajateltuna myös taidon tuottaa tekstiä itse. Kognitiivinen oppimiskäsitys on laajentanut peruslukemista luetun ymmärtämiseen ja opitun hyväksikäyttämiseen. Samalla on noussut esille peruslukemisen affektiivinen vaikutus eli lukemisen tuomat vastakohtaisuuksien mahdollisuudet. Lukeminen voi olla nautinto tai tuska, lukeminen kiinnostaa tai se tuntuu vastenmieliseltä. (Linnakylä 1990,3.)

Lukeminen kehittyy yhteiskunnan muutoksen tuomien vaatimusten kasvaessa. Peruslukeminen ei riitä erilaisissa elämäntilanteissa vaan lukeminen määrittyy

jonkin muun toiminnan kautta tai välineenä. Erilaiset tekstilajit myös ohjaavat lukemista. Teksti voi olla kerronnallista jolloin se vaatii lukijalta ajattelua. Teksti voi olla tiedottavaa, jolloin lukijan tulee toimia, tai teksti voi olla taivuttelevaa, osallistumaan houkuttelevaa. Tämä toimiva lukeminen helpottaa siirtymää ajattelusta toimintaan. Toimiva lukeminen voidaan jakaa alaluokkiin seuraavasti:

- Ympäristöön yhdistyvä lukeminen auttaa jokapäiväisessä elämässä, kun liikutaan eripaikoissa ja tarvitaan opastusta ja ohjeita. Suomessakin ohjeita on jo usealla kielellä, joka lisää paineita monen eri kielen lukemista.
- Tietoa hankkiva lukeminen liittyy opiskeluun, työhön mutta myös vapaa-aikaan. Tietoa hankitaan päivän mittaan eri välineistä ja eri tarkoituksiin.
- Ammatillinen lukeminen liittyy työhön ja sen mukanaan tuomiin teksteihin. Luettavana on muistioita, ohjeita, tiedotteita ja raportteja.
- Viihdyttävä ja virkistävä lukeminen on vapaa-ajan lukemista. Lukemisen tarkoituksena on rentoutuminen ja viihtyminen.
- Rituaalisen lukemisen tavoitteena on saada nautinto itse lukemisesta, ei tekstin tulkitsemisesta. Teksti on eräällä lailla pyhää, siitä nautitaan sellaisenaan.
- Reflektiivinen eli pohtiva lukeminen tulkitsee edellisen vastakohtaisesti tekstiä ja voi käydä sen kanssa vuoropuheluakin. Tämä lukeminen on erityisen luovaa ja voi antaa lukijalle uusia ajattelutapoja.

Toimiva lukeminen on kulttuurisidonnaista ja muuttuva tarpeiden mukaan. Yhteiskunta muuttuu kiihtyvällä vauhdilla, joka vaatii myös lukijalta uudistumista. Ajan ilmiöt muovaavat kulttuuria ja näiden hallinta vaatii aktiivista lukemista. Lukemisella onkin selvä yhteys yleissivistykseen ja yleissivistyksen käsitteen voi kohta korvata käsite ”uuslukutaito”, joka sisältää toimivan lukemisen laajennettuna lukutaidolla, joka kattaa mm. visuaalisen, ympäristön ja moraalien ja arvojen lukutaidon. (Linnakylä 1990, 4 – 5.)

Tiedonkäsityksen näkökulmasta laajimpana vaatimuksiltaan Linnakylä pitää vapauttavaa eli emansipatorista lukemista. Siinä yhdistyvät luku- ja kirjoitustaidon lisäksi ympäristön vaatimukset ja lukijan kriittinen ajattelu.

Lukeminen ymmärretään mahdollisuutena, jossa oppimisen kautta lukija voi hallita elämäänsä. Lukija suhteuttaa tekstiä omiin arvoihinsa ja kokee kehittymistä ihmisenä ja yhteiskunnan yksilönä. (Linnakylä 1990, 6.)

## **1.2 Lukijatutkimukset**

Lukijatutkimukset voidaan jakaa kolmeen pääsuuntaukseen:

fenomenologiseen tutkimukseen, reader-response- tutkimukseen ja reseptiotutkimukseen. (Alanko 2001, Koskela & Rojola 2000.)

Fenomenologinen ajatus siitä, että teksti on valmis vasta kun se on luettu, on mullistanut lukijan merkityksen. Fenomenologia painottaa tavallaan konkretiaa, maailma on olemassa sellaisena, kun sen näemme. Kirjakin on kirja mutta vasta lukeminen antaa sille merkityksen. Fenomenologisen suuntauksen isänä pidetään saksalaista filosofia Edmund Husserlia. Kirjallisuudentutkimukseen fenomenologian vaikutteita on käyttänyt mm. Roman Ingarden 1930- luvulta lähtien sekä Wolfgang Iser 1970- luvulla. (Koskela & Rojola 2000, 101 -103.)

Fenomenologian pohjalta on myös reader-response- tutkimussuuntaus, joka tällä hetkellä on laajin. Outi Alanko (2001) jakaa tämän tutkimussuuntauksen kolmeen ryhmään: 1) subjektilähtöinen teoria, jonka esimerkiksi hän antaa Norman Hollandin psykoanalyttisen lukemisen teorian, 2) objektilähtöinen teoria, josta hänellä on esimerkkinä narratologinen malli sekä 3) tekstin ja lukijan välinen vuorovaikutus, josta hän käyttää esimerkkinä Iserin vuorovaikutusteoriaa. (Alanko 2001, 209.)

Reseptiotutkimukset ovat useimmin tutkimusta jonkin teoksen saamasta vastaanotosta tai mahdollisesti erilaisten lukutottumusten tutkimista (esimerkiksi eri maalaisten lukijoiden tapaa lukea samaa kirjaa). (Koskela & Rojola 2000.)

Tämän tutkielman kannalta mielenkiintoinen lukijatutkimus on psykoanalyttinen kirjallisuudentutkimus, joka perustuu pääasiassa Freudin psykoanalyttiseen teoriaan. Tämä teoria soveltuu hyvin myös kirjallisuuden tutkimukseen, olihan Freud kiinnostunut muun muassa tiedostamattoman vaikutukseen ihmisessä. (Korsisaari 2001.) Alkujaan biografinen kirjallisuudentutkimus perustui Freudin teoriaan siitä, että kirjailijan salatut halut ja toiveet tulivat esille hänen tuotannossaan. Freudin kiinnostus unimaailmaan on myös vaikuttanut kirjallisuudentutkimukseen, varsinkin runoissa ja unissa on paljon samoja metaforia. Freudin käsitteet transferenssi tai projektio, psykologinen prosessi, jossa omia tunteita siirretään toiseen, on ollut kirjallisuudessakin mahdollista. Lukija voi siirtää omia tunteitaan kirjan henkilöihin. (Koskela & Rojola 2000, 87 -92.)

Lyriikka on erittäin intensiivistä luettavaa ja siinä käytetään perinteisesti paljon runokuvia ja metaforia. Lyriikan lukemisessa lukijaa ohjaavat tietyt skeemat, joiden perusteella hän hahmottaa runon kulkua. Lukija tulkitsee runokuvia oman elämänsä ja kokemustensa kautta. (Kajannes 2000, 61.) Lukijan lukema teos ei siis ole sama, minkä kirjailija on kirjoittanut. Tähän vastaanottoon vaikuttavat monet asiat sekä lukijasta johtuvat että yhteiskunnalliset seikat. Mikäli kirjoittajan ja lukijan skeemat eivät kohtaa, heidän maailmansa eivät ole rinnakkaisia eikä lukukokemus ole ehkä nautinnollinen. Tätä nautintoa edesauttavat myös yhteiset metaforat, joita yhteiset skeemat muokkaavat. Metaforaa muokkaa myös kulttuuri. Yhteisen kulttuuritaustan pohjalta on helppo ymmärtää kirjoittajan käyttämät vihjeet (tai aukkopaikat), mikäli tekstissä niitä on. Nämä Iserin mainitsemat vihjeet ja aukot jättävät lukijalle tilaa käyttää omaa mielikuvitustaan ja luoda teosta uudelleen. Joskus tekstissä on liikaa aukkoja, jolloin lukijan on vaikeampi päästä teokseen mukaan. Varsinkin jos kirjailija käyttää lukijalle vieraita vihjeitä tai viittauksia, voi lukukokemus olla vaikea. Lukijan on helppo päästä kirjoittajan mukaan, jos hän voi tulkita kirjoittajan käyttämän metaforan omasta lähtökohdastaan.. (Kajannes 2000, 66 -67, Kirstinä 1984, 112 -113.)

Kognitiivinen lyriikantutkimus on myös tutkinut lyriikan suhdetta hiljaisuuteen. Lyriikan rytmisyys auttaa pysähtymään ja ikään kuin tunnustelemaan runon

tunnelmaa, se antaa elämyksen. Näin ymmärrän ”hiljaisen tiedon käsitteen” johon Kajannes viittaa (2000, 64.) Lyriikassa on proosaa enemmän näitä aukkopaikkoja, joissa lukija saa itse kuulostella runon sanomaa ja tuottaa näin tunne-elämyksen. Lyriikka onkin se laji, jonka kautta eniten koetaan tunteita. Toki mikä tahansa kirjallisuuden laji antaa mahdollisuuden tuntea eri tuntemuksia, mutta lyriikan rytmi ja aukkopaikat tekevät sen helpommaksi.

Kaikki lukemisen eri muodot antavat lukukokemuksen mutta lukija käyttää ehkä yleisimmin nautintolukemista mutta myös osittain ideologista lukemista hyväkseen. Lukeminen voi olla taide- elämys ja antaa sellaisena mahdollisuuden lukijalle kokea teksti terapeuttisena. Tarinoiden tai vertauskuvien avulla lukija voi konkretisoida asioita ja tämä voi auttaa lukijaa omassa, henkisessä kasvussaan. (Linnainmaa 2005, 19.)

### ***1.3 Kirjoittaminen kirjallisuudentutkimuksessa***

Kirjoittaminen voidaan nähdä kirjoittajan pyrkimyksenä oman elämän sanoittamisena. Tämä on mahdollista kirjoittamalla oma elämä uudelleen, jolloin on mahdollista kirjoittaa epämiellyttävät, ehkä vaietetutkin asiat siten, että ne voidaan hyväksyä. Kirjailija Kai Nieminen on lausunut kirjailijantyöstä: ”Kirjoittaminen on lukemista: omien ajatusten lukemista” (HS 30.9.2007), mielestäni tämä pätee kaikkeen kirjoittamiseen.

Kognitiivinen kirjallisuudentutkimus näkee lukemisen ja kirjoittamisen lähekkäisenä, samankaltaisena toimintana. Molemmat ovat tulkintaa, jossa vanhaa ja uutta yhdistetään luovasti ja saadaan aikaan muutos tai kasvua. (Kajannes 2000, 67.) Kirjoittamalla jokin mieltä vaivannut asia voidaan huomata ne kipeät paikat ja voidaan saada siihen uudenlainen näkemys. Samoin kirjoittamalla voidaan ottaa tapahtumaan uudenlainen näkökulma, jolloin voidaan hahmottaa asiaa myös toisen osapuolen näkökulmasta. Voidaan vaikka kirjoittaa jokin lapsuuden vaikea kokemus siihen osallistuneen aikuisen näkökulmasta, se voi auttaa näkemään miksi aikuinen toimi niin kuin

toimi. Tämän jälkeen voi olla helpompi antaa anteeksi tälle aikuiselle ja kun on asian näin käsitelty, sen voi päästää menemään. Tämän voi toteuttaa joko kirjoittamalla kirje asian toiselle osapuolelle, sitä kirjettä ei kuitenkaan lähetetä.

Päiväkirja voi toimia myös omien mielteiden vastaanottajana. Se on luotettava kuulija, joka tyynesti ottaa vastaan niin haukut kuin kehuakin. Päiväkirjoja on kirjoitettu kautta aikojen, osa kirjoitetaan vain kirjoittajan omaan käyttöön, osa on tarkoitettu alusta alkaen julkaistavaksi. Kirjoittajan omaan käyttöön oleva päiväkirja voi olla terapeutti, jos siihen kirjaa tuntojaan ja ajatuksiaan.

(Pietiläinen 2005, 99 - 100.) Kirjoittaminen selkiyttää ajatuksia, tekstiä voi lukea jälkeinpäin ja huomata, mitä todella ajatteli asiasta ja miksi.

Henkilökohtainen kasvu pääsee käyntiin kun kirjoittaa omista tunteistaan ja käsittelee niitä. Päiväkirjamerkintöjen perusteella voi huomata vaikkapa reagoivansa aina samalla tavalla johonkin asiaan. Tämän huomattessaan voi alkaa miettiä, miksi tekee niin ja voiko olla mahdollista muuttaa tapaansa.

Päiväkirjassa voi myös käsitellä negatiivisia tunteita rohkeasti, toisia loukkaamatta. Voi rauhassa nimitellä ja haukkua ja purkaa vihaansa.

(Pietiläinen 2005, 102, 108.) Tunnelatauksen purkaututtua olo voi olla yhtä rentoutunut ja puhdistunut kuin rankan juoksulenkin jälkeen, jolloin elimistön omat endorfiinit, hyvänolon nautintoaineet ovat päässeet liikkeelle. Tämä voi myös auttaa elimistön omien suojausmekanismien käynnistymistä ja näin auttaa fyysisten ongelmien poistamisessa.

Päiväkirjan kirjoittamista laajempi käsite on dialoginen kirjoittaminen. Tämä menetelmä laajentaa vuoropuhelua oman itsensä kanssa. Ohjatuissa harjoituksissa on hiljentymisellä merkityksensä ennen kirjoittamisen aloitusta. Tavoitteena on päästä syvemmälle omiin ajatuksiin sulkemalla hälinä pois. Intuition merkitystä korostetaan myös. Sen tarkoituksena on löytää ne asiat, joihin halutaan puuttua. Ajatellaan, että arkielämä peittää alleen asioita, joista halutaan vaieta, mutta joita olisi syytä käsitellä. (Pietiläinen 2005, 109 – 111.)

Pietiläisen (2005, 100) mukaan päiväkirjoihin kirjoittaminen ajoittuu toisaalta murrosikään ja toisaalta jonkin ison kriisin aikoihin. Saman asian on huomannut myös Saresma (2007), joka on tutkinut kirjoittamista lähinnä

kuoleman ja surun käsittelyssä. Kriisi voi olla avioero, oma tai läheisen sairastuminen. Surun tai kriisin käsittely on prosessi, jossa ensi shokin ja kieltämisen jälkeen käynnistyy itse suru- tai kriisityö. Siinä kirjoittaminen voi olla avuksi, kuten muukin taide. Joku maalaa tunteensa, toinen kirjoittaa ne. Suruun voi sisältyä monia tunteita, osa sellaisia, joita ei ole "lupa tuntea". Näitä tunteita ei voi tuoda esille julkisesti mutta kirjoittaessa voi antaa niidenkin tulla. Kirjoittaminen voi jäsentää surua ja auttaa uuden elämän järjestymisessä tai lähestyvän kuoleman hyväksymisessä. (Saresma 2007, 178, 184, 193 ja Linnainmaa 2005, 73 – 75.)

## 2. Kirjallisuusterapia

### 2.1 Määrittely

Runoterapia (Poetry Therapy), biblioterapia (Bibliotherapy), sanataideterapia tai kirjallisuusterapia; kaikki saman asian eri nimikkeitä. Suomessa on käytössä yleisimmin kirjallisuusterapia nimike, amerikkalaiset käyttävät termiä Poetry Therapy. Kirjallisuusterapia lasketaan kuuluvaksi luovuusterapioihin, joihin kuuluvat myös esimerkiksi taide-, musiikki- ja tanssiterapia. Amerikkalaisen kirjallisuusterapialiiton, National Association for Poetry Therapy:n puheenjohtaja Perry Longo kuvailee kirjallisuusterapiaa seuraavasti:

The word "therapy," after all, comes from the Greek word *therapeia* meaning to nurse or cure through dance, song, poem and drama, that is the expressive arts. The Greeks have told us that Asclepius, the god of healing, was the son of Apollo, god of poetry, medicine and the arts historically entwined.

Kirjallisuuden Sanakirja lainaa määritelmänsä kirjallisuusterapialle Segersiltä (1985): "Terapiamuoto, jossa kaunokirjallisuuden avulla pyritään parantamaan potilaan kykyä ratkaista henkilökohtaisia ongelmiaan, tukemaan

hänen henkistä kehitystään ja auttamaan häntä ymmärtämään itseään paremmin”. (Hosiaislouma 2003, 434.) Suomen Kirjallisuusterapiayhdistys ry kuvaa kirjallisuusterapian tarkoittavan ”terapeuttista vuorovaikutusprosessia, jossa hyödynnetään joko valmista kirjallista aineistoa tai itse tuotettua tekstiä”.

Kirjallisuusterapia käytetään yleisimmin siten, että ensin luetaan jotain, jolla on merkitystä käsiteltävän tunteen tai asian kanssa ja sen jälkeen kirjoitetaan tekstin pohjalta heränneet omat tunteet ja ajatukset. Tärkeintä on tunnistaa omat tunteensa ja kirjoittaa niistä, tekstin laadulla ei ole merkitystä. Kirjallisuusterapiaa käytetään usein ryhmäistunnoissa mutta se toimii myös yksilöterapiana. Ryhmässä saa erinomaista palautetta omista ajatuksistaan mutta toisille itsensä ilmaiseminen ryhmässä voi olla vaikeata. Tekstinä voi olla melkein mitä tahansa kaunokirjallista tekstiä, runot ovat kuitenkin ehkä yleisin laji. Joskus keskustelun tai ajattelun pohjana voidaan käyttää myös musiikkia tai kuvia. (Linnainmaa 2005, 12 -13.)

Alkuun kirjallisuusterapiaa on käytetty vain sairaaloissa tai yksityisillä vastaanotoilla mielenterveyspotilaiden hoidossa. Niin edelleenkin, mutta sen rinnalle on syntynyt ns. kasvuryhmiä, jotka kokoontuvat hoitolaitosten ulkopuolella ja niissä ohjaajana voi olla jonkin toisen ammattiryhmän edustaja kuin psykologian. Laitoksissa terapiaa antaa yleensä aina psykologi tai psykiatri, kasvuryhmän ohjaaja voi olla koulutukseltaan sairaanhoitaja, kirjastonhoitaja, taide- tai toimintaterapeutti. (Linnainmaa 2005, 17.)

## ***2.2 Kirjallisuusterapian teoriakentät***

Kirjallisuusterapia ei pohjautu mihinkään yhteen, tiettyyn teoriataustaan vaan hyödyntää useampaa. Psykologiasta tunnetut herrat Freud, Jung ja Adler ovat antaneet omat vaikutuksensa kirjallisuusterapiaan. Nykyisin hyödynnetään myös Gestalt- ja NLP- terapian keinoja.



Freudin teorian mukaan samat tiedostamattomat toiveet vaikuttavat sekä henkilön fantasioiden että kirjallisten aineistojen syntyyn Ihmisen sisältä, tiedostamattomasta löytyy materiaalia, joilla tunteita tutkitaan ja joiden nimeämiseen käytetään sanoja. Jung keskittyi symboleihin, joiden avulla ihminen voi eheytyä ja kasvaa. Adler taas huomasi, että kielellä on tärkeä rooli ihmissuhteissa ja hän tarkasteli ihmistä tämän sosiaalisessa kontekstissaan. (Linnainmaa 2005, 15.) Nämä herrat alkoivat valottaa ihmisen sisäistä maailmaa, sitä, jotka ihmiset ilmaisivat sanoin. He alkoivat käydä vuoropuhelua näiden mielikuvien ja tarinoiden kanssa. Psykoanalyysissä hän keskitytään siihen, mitä ihminen sanoo ja pohditaan sanojen merkitystä. (Ihanus 2002, 14 -15.)

Fenomenologiaan pohjautuvat Gestalt – terapia ja siitä kehitetty NLP (Neuro-Lingvistic Programming) terapia ovat usean luovuusterapian taustalla, niin myös kirjallisuusterapian. Gestalt- terapian isänä pidetään saksalaissyntyistä psykoanalyttikkoa Fritz Perlsia (1893 -1970). Saksan sana Gestalt tarkoittaa kokonaisuutta ja Gestalt- terapian keskeinen ajatus on tiedostaminen. On hyvin ymmärrettävää, että kirjallisuusterapia hyödyntää Gestalt- terapian ajatusta prosessin tärkeydestä sisällön jäädessä toissijaiseksi. Gestalt-terapia kiinnittää huomiota kieleen ja metaforiin, joiden avulla voidaan tutkia kokemuksia. Se tutkii myös ihmisessä olevia vastakkaisuuksia, polariteetteja. Näitä kaikkia asioita voidaan tulkita myös kirjoittamalla. (Linnainmaa 2002, 145, 147 – 148.)

NLP on 1970- luvulla kehitetty menetelmä, jonka oppi-isiksi katsotaan John Grinder, joka on lingvistiikan professori ja Richard Bandler. NLP uskoo, että koemme maailman aistien kautta. Näitä aisteja hyödynnetään assosiaatiassa ja dissosiaatiassa, kokemus koetaan itse tai ulkopuolisena tarkkailijana, ei yhtäaikaisena. Metaforilla on merkittävä osuus myös NLP:ssä, jossa metafora antaa mahdollisuuden kokea asia uudella tavalla ja tarjoaa siten ratkaisun ongelmaan. Kirjallisuusterapia hyödyntää NLP teoriaa varsinkin muistoja käsiteltäessä. Muistohan ovat yleensä hyvin aistivoittoisia ja niistä voidaan kirjoittaa hyvinkin elävästi. Muistoja voidaan käsitellä myös dissosiaation keinoin: kirjoitetaan muisto ikään kuin ulkopuolisena tarkkailija ja näin voidaan

saada ikävään muistoon toinen näkökulma, joka voi muuttaa muiston luonteen. Metaforia voidaan hyödyntää kirjoittaessa paljonkin, varsinkin runoudessa. (Linnainmaa 2002, 146, 152 – 157.)

### **2.3 Historiaa ja nykypäivää**

Kirjallisuusterapian historia juontaa ihmisen varhaiseen historiaan. Voisi sanoa, että ”jo muinaiset roomalaiset” hyödynsivät sanojen parantavaa voimaa, sillä ensimmäinen psykiatri, joka käytti kirjallisuutta hoitokeinona potilailleen, oli roomalainen Soranus ensimmäisellä vuosisadalla. Hän määräsi maanisille potilaille tragedioita ja masentuneille komedioita luettavaksi. Jo sitä ennenkin ovat ihmiset kautta maapallon käyttäneet sanoja parantamiseen, käyttiväthän poppamiehet ja shamaanit rytmikkäitä lauluja riiteissään. (Poetrytherapy.org/history.)

Runon rytmi onkin yksi vaikuttava tekijä kirjallisuusterapiassa; sen ajatellaan muistuttavan sydämen sykettä ja näin vaikuttavan sellaiseenkin henkilöön, johon ei muuten saada kontaktia. Rytmillinen tanssi saa poppamiehen transsiin ja sitä kautta hän saa jumalilta voimallisia sanoja, jolla hän auttaa potilasta. Rytmii on myös aina ollut globaalii, vaikka ei ymmärtäisi sanoja, ihminen tunnistaa rytmin ja siitä voi löytää jotain tuttua. (Meerloo 1985,13 - 14.)

Nykyisellään kirjallisuusterapia on saanut alkunsa Amerikasta, jossa hoidettiin ensimmäisen maailmansodan sotainvalideja muun muassa lukuterapialla. Ensimmäinen sairaala, joka sisällytti mielenterveyspotilaiden hoitoon lukemisen ja kirjoittamisen, oli Pennsylvania Hospital. Potilaiden runot myös julkaistiin sairaalan omassa lehdessä, joka oli nimeltään The Illuminator. Aikanaan kirjallisuuden hoitavan voiman tunnistivat myös Freud, Adler ja Jung, jotka kliinisinä psykiatrian erikoismiehinä huomasivat miten kirjallisuudella on taito tavoittaa ihmisen tiedostamaton puoli. Tässä etenkin runoudella on erityisasema. Amerikassa oli useita eri henkilöitä ja laitoksia,

jotka käyttivät jollain lailla kirjallisuusterapeuttisia keinoja hoidoissaan. Näistä merkittävin oli ehkä Jack Leedy, joka kumppaneineen perusti vuonna 1969 Association for Poetry Therapy:n. Sen pohjalta toimii tällä hetkellä valtakunnallinen liitto National Association for Poetry Therapy (NAPT). Se julkaisee lehteä The Museletter, joka on saatavissa myös sähköisenä. (Poetrytherapy.org/history.)

Suomessa kirjallisuusterapian alku ajoittuu 1970-luvulle. Helsinkiläisessä mielenterveystoimistossa käytettiin ilmeisesti ensimmäistä kertaa kirjallisuusterapiaa 1978-luvulla. Kirjallisuusterapian monitieteisen taustan huomioiden ei ole ihme, ettei sen käytöstä ole tarkkoja tietoja vieläkään. Myös kirjallisuusterapia-nimikkeen käyttö on vakiintunut myöhemmin. Kirjallisuusterapian leviämistä Suomessa edistää vuonna 1981 perustettu Suomen Kirjallisuusterapiayhdistys ry, joka julkaisee Kirjallisuusterapia-lehteä. Siihen kuuluu asiantuntijoita niin psykologian kuin kirjallisuuden parista ja se on omalta osalta edistämässä täydennyskoulutuksen järjestämistä. (Linnainmaa 2005, 17.)

Amerikassa on mahdollista kouluttautua kirjallisuusterapeutiksi. Ammattinimikkeenä on CPT, Certificated Poetry Therapist, koulutus on yliopistotasosta. Suomessa ei ole virallista ammattikoulutusta eikä virallista ammattinimikettä, ja Suomen Kirjallisuusterapiayhdistys suositteleeekin, että kirjallisuusterapeutti nimikettä käyttäisi ainoastaan sellainen henkilö, jolla olisi kokemusta terapeuttisesta ohjaamisesta. Kasvuryhmien ohjaajille yhdistys suosittelee kirjallisuusterapiaohjaajan nimikettä. (Linnainmaa 2005, 17.) Yliopisto on järjestänyt kolme täydennyskoulutusta kirjallisuusterapian perusteista, neljäs, yli vuoden kestävä koulutus, on tällä hetkellä meneillään. Kirjallisuusterapian suosion lisääntymisestä kertoo sekin, että meneillään olevaan koulutukseen eivät mahtuneet kaikki halukkaat.

## **2.4 Kirjallisuusterapia prosessina**

Kirjallisuusterapia, kuten kaikki terapiat, etenee prosessina. Ohjatussa kirjallisuusterapiassa on kolme tärkeää elementtiä: ohjaaja, ryhmä ja osallistuja. Ohjaajan tulee ohjata keskustelua teeman mukaisesti ja hänen tulee tunnistaa ryhmän tarpeet ja tarvittaessa ehdottaa käsiteltäviä aiheita, ainakin ensimmäisellä istuntokerralla. Ryhmän tulee pystyä kuuntelemaan ja olemaan kiinnostunut toisten kirjoituksista. Sen tehtäviin kuuluu kannustavan palautteen antaminen herkkätunteisesti, useinhan kirjoittaja on kirjoittanut hyvin henkilökohtaisista asioista. Ryhmän palaute on kirjallisuusterapiassa ensiarvoinen tärkeää ja keskeistä. Tärkeää on myös ehdoton luottamus ryhmän vaitioloon ryhmässä kuulemistaan asioista. (Linnainmaa 2005, 19 - 20.)

Prosessin ensimmäinen vaihe on tunnistaminen, jossa osallistuja (tai lukija) "pysähtyy" tekstin siihen kohtaan, joka häntä puhuttelee. Joskus teksti puhuttelee voimakkaasti lukijaa, joskus ei mitenkään. Toinen vaihe on tarkastelu, jossa lukija jää pohtimaan, miksi tämä kohta puhuttelee itseään. Syitä voi olla lukuisia, usein se liittyy jotenkin oman elämän sen hetkiseen tilaan. Kolmas vaihe on liittäminen, jossa lukija tarkastelee tekstin herättämiä mielikuvia ja vertaa niitä muihin. Lopuksi neljännessä vaiheessa lukija liittää lukemansa tekstin ja sen aikaansaaman tunnereaktion omaan elämäänsä ja saa ehkä uuden ulottuvuuden asiaan. Prosessissa vaiheet kuitenkin voivat mennä päällekkäin eivätkä eri vaiheet ole aina helposti eriteltävissä. Jokin vaihe voi myös olla voimakkaampi kuin jokin toinen. (Linnainmaa 2005, 22 - 23.)

Luovalla kirjoittamisella ei välttämättä ole sama vaikutus kuin kirjallisuusterapialla, vaikka monet (jotkut tiedostamattaan) käyttävät kirjoittamista ja lukemista terapiakseen. Päiväkirjat mielletään nuorten tyttöjen salaisiksi ystäviksi, mutta päiväkirjan kirjoittaminen on monelle vanhemmallekin tärkeä, joskus jopa ainoa keino purkaa tunteitaan. Silloin päiväkirjan kirjoittaminen toimii terapiana. Päiväkirjan kirjoittaminen toimii terapian välineenä, jos kirjoittaja kirjoittaa omista reaktioistaan tapahtumiin tai

tunteisiinsa eikä pelkästään kuvaa sitä, mitä päivän aikana on tapahtunut. (Pietiläinen 2005, 100.)

Uusi ”trendi” on elämänkaarikirjoittaminen, jossa kirjoitetaan omasta elämästä tarinoita, joko muistoksi tuleville polville tai siksi, että saa itse käytyä läpi ehkä ikävät muistot. Näitä kursseja järjestävät ainakin Työväen- ja Kansalaisopistot, ja niihin on kovasti tulijoita. Elämänkaarikirjoittaminen on hyväksi myös vanhustyössä. Vanhukset voivat jäsentää elettyä elämäänsä kirjoittamalla siitä ja se voi helpottaa siirtymistä uuteen elämäntilanteeseen. Kirjoittaminen voi myös lievittää monen vanhuksen nykyään kokemaa yksinäisyyttä. (Viitaniemi 2005, 83, 96.)

Myös unista kirjoittaminen voidaan katsoa kirjallisuusterapiaan kuuluvaksi. Unista voi saada aiheen tarinaan tai se voi inspiroida runon kirjoittamiseen. Unessa on monesti samaa symboliikkaa kuin runossa. Unessa myös tiedostamaton pääsee valloille ja antaa ihmiselle helpotusta itsensä ymmärtämiseen. (Lehtovuori 2005, 118 -119.)

### **3. Tutkimusaihe**

#### ***3.1 Tutkimuskysymykset***

Tässä tutkielmassa pääpaino on lukemisen terapeuttisessa vaikutuksessa. Kokemukselliseen, terapeuttiseen lukemiseen paneudun kirjallisuusterapian näkökulmasta. Kokeeko lukija lukiessaan terapeuttisia vaikutuksia, auttaako lukeminen jäsentämään lukijan omaa elämää ja edesauttaako se kokonaisvaltaisessa hyvinvoinnissa? Saako lukija kirjallisuudesta tukea omiin vaikeisiin aikoihinsa ja jos saa, niin mikä sen saa aikaan? Terapeuttisen lukemisen tavoite on edistää lukijan kasvuprosessia, tuleeko se esiin lukijoiden kokemuksissa?

Tämä tutkielma on ajankohtainen kahdestakin syystä: kirjallisuusterapiaa ei ole aiemmin juurikaan tutkittu kirjallisuudentutkimuksena ja tutkimusmateriaali, Saima Harmajan jäljillä - keruumateriaali, on hyvin tuore. Saima Harmaja on myös ollut tänä vuonna enemmän esillä, tulihan hänen kuolemasta 21.4.2007 kuluneeksi 70 vuotta. Kirjallisuusterapian merkitys yhtenä taideterapian muotona on saanut huomiota myös median parissa. Kirjallisuusterapiasta on ollut artikkeleita eri lehdissä, esimerkiksi Hyvä Terveys- lehdessä otsikolla ”Minä sanojen peilissä” (HT kesäkuu 2006), Kaupunkilehti Vartissa otsikolla ”Terapiaa tarinalla” (KV 27.12.2005) ja Mielenterveys- lehdessä otsikolla ”Sanat hoitavat” (MT 3/2006). Tämä kuvastaa mielestäni kirjallisuusterapian mielenkiinnon ja merkityksen kasvusta. Erilaiset kirjoittajaryhmät ovat myös työväen- ja kansalaisopistojen ohjelmistossa erittäin suosittuja.

Tutkimusmateriaalini avulla voin tutkia sekä lukijoiden omin sanoin kuvaamia kokemuksia että mahdollista kirjallisuusterapian esiintymistä Saima Harmajan tekstien pohjalta. Kirjallisuusterapia-aineistona käytetään yleisimmin runoja (käytetäänhän siitä myös runoterapia- nimitystä) ja päiväkirjojen kirjoittaminen on ehkä yleisin kirjallisuusterapian muoto.

Yleisiä kokemuksia Harmajan teksteistä käsittelen tämän tutkielman luvussa 4. Yritän nostaa esille lukijoiden omia kokemuksia ja lainaan heidän omia sanojaan. Etsin lähiluvun avulla yhteisiä teemoja lukijoiden kirjeistä. Tutkin minkä ikäisiä lukijat ovat ja minkä ikäisenä he ovat Harmajan tuotantoon tutustuneet.

Useimmissa kirjeissä on mainittu jokin Saima Harmajan runo nimeltä, jonka lukija on kokenut läheisimmäksi. Koetan löytää muutamia yhteisiä tekijöitä, millä lukijat kuvaavat suhdettaan tiettyyn runoon. Etsin, löytyykö muitakin nimittäjiä kuin tämä tutkielman alussa olleen lainauksen ”elämän yhtäläisyydet”.

Runo, *Rannalla*, mainittiin ”erityiseksi runoksi” yhteensä 17:ssä kirjeessä. Luvun 4 lopussa paneudun pelkästään tämän runon maininneiden osallistujien kirjeisiin. Tutkin, mitä tunteita tämän runon lukijat kertovat kokeneensa, miksi

he kokevat tämän runon tärkeäksi. Etsin myös näiden lukijoiden kirjeistä yhteisiä nimittäjiä tämän runon valintaan.

Seuraavaksi lähestyn kaikkia lukijoiden tekstejä kirjallisuusterapian näkökulmasta. Etsin viitteitä kirjallisuusterapian kannalta tärkeistä asioista, muun muassa omien tunteiden käsittelystä ja kasvun prosessista. Kirjallisuusterapiassa myös omalla kirjoittamisella on suuri merkitys. Oman kirjoittamisharrastuksen osuutta kysyttiin myös materiaalin keruuohjeissa ja tutkin materiaalin avulla mainintoja omasta kirjoittamisesta. Onko kirjoittajilla ollut kirjoittamisharrastus jo aiemmin vai onko se herännyt vasta kirjallisuuden, esimerkiksi runojen lukemisen myötä.

### **3.2 Aiemmat tutkimukset**

Lukijasta ja lukijasta kirjallisuuden kokijana on tehty Suomessa vasta jonkin verran tutkimuksia. Lukijan asemaa kirjallisuudentutkimuksessa on tutkinut mm. Outi Alanko, jonka mukaan lukijatutkimuksen laajin suunta on reader-response – tutkimus. Tämän tutkimuksen Alanko jakaa kolmeen osaan riippuen siitä, mihin teoria perustuu: lukevaan subjektiin, objektina olevaan tekstiin vai tekstin ja lukijan vuorovaikutukseen. (Alanko 2001, 209.)

Kirjallisuusterapiasta ei Suomessa ole juurikaan julkaistuja tutkimuksia. Kirjallisuusterapiaa ei ole lähestytty kirjallisuuden näkökulmasta vaan kattavin tutkimus on tehty psykologian näkökulmasta. Tämä johtunee siitä, että kirjallisuusterapia on Suomessa vielä niin hajanainen, ei yksittäinen tieteen laji. Kirjallisuusterapiaa voikin lähestyä useammalta tieteen alalta: hoitotieteen, psykologian ja taiteen näkökulmista. Opinnäytetöitä kirjallisuusterapiasta onkin tehty näistä edellä mainituista näkökulmista, kirjallisuuden näkökulmasta en ole löytänyt. Suomessa kirjallisuusterapian ”isänä” mainitaan psykologi Juhani Ihanus, joka on toimittanut useita teoksia aiheesta. Ihanus on ollut myös perustamassa Suomen Kirjallisuusterapiayhdistystä vuonna 1981.

Mielenkiintoista on havaita, että tämän yhdistyksen varsinaisista jäsenistä puolet on psykologian ja puolet kirjallisuuden edustajia.

Kirjallisuusterapiaan olennaisesti kuuluvaa omaa kirjoittamista on tutkinut FM, YTM Tuija Saresma, joka tuoreessa (2007) väitöskirjassaan *Omaelämäkerran rajapinnoilla. Tekstuaalisuus, subjektiivisuus ja sukupuoli taideomaelämäkertoissa* käsittelee mm. kirjoittamisen merkitystä surutyössä.

### **3.3 Tutkimusmateriaali**

Tutkimusmateriaalina on Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran (SKS) järjestämän Saima Harmajan jäljillä - keruun materiaali. Keruun ohjeissa lukijoita pyydettiin kertomaan nimenomaan lukukokemuksistaan, joten tämän materiaalin avulla lukijoiden omat kokemukset pääsevät esille.

Tutkimusmateriaali käsittää keruuseen osallistuneiden kirjeitä ja niiden oheismateriaalia kuten osallistujien omia päiväkirjakatkelmia. Keruuseen osallistui yhteensä 115 henkilöä. Olen lukenut kaikki kirjeet ja kortit, tarkempaan analyysiin otin ne, joissa Harmajan tuotantoa oli käsitelty keruuhjeiden mukaan. Pois jätin sellaiset kirjeet, joissa oli esimerkiksi vain mainittu osallistujan pitävän Harmajan tuotannosta tai mainittu vaikkapa tyytyväisyys Harmaja- seuran olemassa olosta.

Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran järjestämä keruu Saima Harmajan jäljillä järjestettiin vuosien 2005 – 2006 vaihteessa yhteistyössä Saima Harmaja - seuran kanssa. Idea lukumuistojen keruuseen oli syntynyt Saima Harmaja - seuran puheenjohtajan Päivi Istalan aloitteesta. Tarkoituksena oli saattaa Saima Harmaja runoilijana siihen arvoon, johon hän seuran mukaan kuuluu Suomen kirjailijoiden kaanonissa. (Istala 2007, 9-10.) Tämän tutkielman tarkoituksena on kuitenkin tutkia itse lukukokemuksia ja niiden mahdollisia terapeuttisia vaikutuksia. Siihen tämä Saima Harmajan jäljillä – keruumateriaali on myös mitä sopivin. Onhan keruun ohjeissa korostettu lukukokemuksia ja pyydetty kirjoittamaan juuri niistä.



Olen jakanut tämän materiaalin käsittelyn kahteen osaan. Tämän luvun aluksi käsittelen materiaalia yleisesti ja kerron osallistujien taustatiedoista.

Kokonaiskuvan hahmottamisen jälkeen tutustun materiaaliin osittain keruuohjeiden kysymysten valossa ja sen jälkeen paneudun niihin teemoihin, joita osallistujien kirjeistä nousi esille. Tämän luvun loppuun käsittelen sitä materiaalin osaa, jossa mainittiin yksi runo (*Rannalla*) vaikuttavammaksi runoksi. Osaan näistä kirjeistä paneudun tarkemmin. Toisessa osassa perehdyn koko materiaaliin kirjallisuusterapian näkökulmasta.

Käsittelen materiaalia sekä diskurssianalyysin että lähiluvun tekniikoita hyödyntäen. Olen esimerkiksi teemoja tutkiessani lajitellut kirjoituksia sekä sen mukaan, minkä teeman osallistuja on suorasanaisesti nimennyt että sen mukaan miten osallistuja on käsitellyt teemaa sitä erikseen nimeämättä. Olen myös yhdistellyt lähiteemoja, esimerkiksi olen käsitellyt yhtenäisenä teemana sekä osallistujan omaa että lähiomaisen sairautta tai kuolemaa. En mainitse jokaisen käsittelemäni aiheen kohdalla kuinka monta mainintaa ko. asia on saanut, olen poiminut asioita sen mukaan, miten niitä kirjeissä on nostettu esille. Materiaalin luonteesta johtuen on ollut mahdotonta etsiä yksittäisiä sanoja, joita laskea, sen sijaan olen lajitellut saman asian eri muotoja yhteen. Annan paljon tilaa osallistujien omille sanoille. Osallistujista käytän etunimeä ja tarvittaessa sukunimen etukirjainta (erottaakseni samannimiset toisistaan) sekä ikää, mikäli he ovat ikänsä ilmoittaneet. Päädyin tähän käsittelymuotoon jättääkseni osallistujille mahdollisuuden säilyttää anonymiutensa vaikka he osallistuessaan ovat olleet tietoisia materiaalin tulevan myös tutkimuskäyttöön. Jokunen osallistujista mainitsi toiveensa käyttää nimimerkkiä, mikäli heidän kirjeitään julkaistaan ja sen toiveen olen ottanut huomioon tutkielmassani. Toisaalta myöskään kirjallisuusterapiaryhmissä eivät osallistujat tiedä toisistaan välttämättä enempää kuin etunimen, koska osallistuja saa itse päättää kuinka paljon haluaa itsestään tietoja paljastaa muille ryhmäläisille.

Keruuohjeet julkaistiin suurimmissa päivälehdissä, viikkolehdissä sekä joissain ammattilehdissä. Keruuohjeet löytyvät myös Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran internet-sivuilta ([www.finlit.fi](http://www.finlit.fi)). Ohjeet kuuluivat seuraavasti:

Saima Harmaja -seura ja Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran kirjallisuusarkisto kartoittavat Harmajan teosten herättämiä lukukokemuksia. Kerro mitä nousee mieleesi, kun ajattelet Saima Harmajaa ja hänen runojaan, tai käytä seuraavia kysymyksiä kirjoituksesi pohjana: Minkä ikäisenä luit? Oliko lukukertoja useampia? Muuttuiko lukukokemuksesi? Mitä jäi erityisesti mieleen? Piditkö runoista vai päiväkirjoista enemmän? Onko Harmaja vaikuttanut elämäsi, esim. kirjoitusharrastukseesi?

Vastauksia tuli yhteensä 115 kappaletta, osa myöhässä mutta ne kelpuutettiin mukaan keruuseen. Vastanneista 10 on miehiä. Pyynnöstä huolimatta kaikki eivät ole liittäneet yhteystietojaan, joten osa tiedoista (mm kotimaa) on oletettu osoitteen perusteella. Osa kirjeistä on lähetetty sähköpostilla, josta ei voi päätellä yhteystietoja ellei niitä ole mainittu erikseen. Ammattiaan tai koulutustaan eivät kaikki myöskään ole maininneet.

Osallistuneiden ikähaitari oli laaja, vanhin osallistujista on syntynyt 1921 (keruuvuonna 85-vuotias) ja nuorin syntynyt 1987 (keruuvuonna 19-vuotias). Kaikki eivät ole laittaneet ikäänsä kirjeisiin. Valtaosa osallistujista asuu Suomessa mutta kirjeitä on tullut myös Ruotsista (2 kpl), Hollannista (1 kpl) ja Belgiasta (1 kpl), yksi osallistujista on syntyään venäläinen, muuttanut Suomeen 35-vuotiaana. Kaukaisin kirje on tullut Australiasta, jonne kirjoittaja on muuttanut 1960-luvulla. Osallistujia on monessa eri elämänvaiheessa ja ammatissa olevia henkilöitä, on (oman mainintansa mukaan) opiskelijoita, kotiäitejä, hoitoalalta, telealalta, opettajia, kouluttajia, kielenkääntäjiä, sihteereitä, taiteilijoita, kirjailijoita sekä eläkeläisiä. Koulutukseksi osallistujat ovat maininneet kansakoulun, yliopisto-opinnot tai korkeakoulututkinnon. Osa kirjeistä on lyhyitä sähköpostiviestejä, osa yhden tai useamman arkin kirjeitä, mukana on myös yksi postikortti. Kirjeiden liitteinä

on lähetetty omia runoja, omien sävellysten nuotteja (Harmajan runoihin sävellettyjä), otteita omasta päiväkirjasta, kouluaikaisia esitelmiä sekä kirjallisuusalan lehdessä julkaistu essee.

## 4. Saima Harmajan jäljillä

### 4.1 Saima Harmaja ja hänen tuotantonsa

Saima Harmaja (1913 - 1937) on runoilija, jonka lyhyttä elämää hallitsi vaikea sairaus, keuhkotuberkuloosi, johon hän kuoli ennen kun ehti täyttää 24 vuotta. Hänen ensimmäinen runokokoelmansa *Huhtikuu* ilmestyi vuonna 1932 vähän ennen kun hän täytti 19 vuotta. Itse hän kertoo omaelämäkerrassaan (Harmaja 1937) kirjoittaneensa 7-vuotiaasta lähtien pitäen taukoa vain 10 -12-vuotiaana ollessaan terve ja välittäneensä vain "ulkoleikeistä". Toinen kokoelma *Sateen jälkeen* ilmestyi vuonna 1935 jolloin hän oli jo sairastunut keuhkotautiin. Seuraava kokoelma *Hunnutettu* (1936) sisältääkin enimmäkseen sairaalassa kirjoitettuja runoja sekä runoja, jotka liittyvät Outi-siskon kuolemaan. Neljäs kokoelma *Kaukainen maa* ilmestyi vasta runoilijan kuoleman jälkeen syksyllä 1937.

Omaelämäkerrassaan Saima Harmaja kertoo sairastelun vaikuttaneen hänen koulunkäyntiinsä 13-vuotiaasta lähtien. Ylioppilaaksi hän pääsi kuitenkin yhdessä koulutoveriensa kanssa 1932. Hän yritti opiskella mutta toistuvat sairaalajaksot keskeyttivät sen. Lopullisesti vuoteenomaksi hän kertoo joutuneensa melkein vuotta ennen kuolemaansa. (Harmaja 1937.)

Vaikka luonto on voimakkaasti esillä Harmajan tuotannossa, kertoo hän itse kotinsa ja omaistensa antaneen suurimmat vaikutteet hänen runoihinsa. Toisista runoilijoista hän mainitsee Edith Södergranin ja Uuno Kailaan vaikuttaneen eniten. (Harmaja 1937.)

Saima Harmajan runojen lisäksi on julkaistu hänen päiväkirjamerkintöjään, joista voi seurata nuoren, herkän runoilijan kasvua ja kehitystä. Niistä saa

myös käsityksen miten sairaus on vaikuttanut nuoren naisen elämään ja miten hän on sairauteensa sopeutunut.

Ensimmäisen kerran päiväkirjamerkinnyt on julkaistu vuonna 1939, jolloin kirja *Saima Harmaja, kootut runot sekä runoilijakehitys päiväkirjojen ja kirjeiden valossa* ilmestyi. Sen esipuheen on kirjoittanut Saima Harmajan äiti, Laura Harmaja. Samassa kirjassa on Saima Harmajan omaelämäkerta hänen itsensä kirjoittamana sekä kaikki hänen runokokoelmansa. Mukana on muutamia Saima Harmajan kääntämiä runoja. Laura Harmaja on kirjoittanut esipuheen myös kirjaan *Saima Harmaja. Elämän auetessa, koulutyttön päiväkirjoja*, joka on ilmestynyt vuonna 1950. Se sisältää lisää päiväkirjaotteita ja Saima Harmajan kirjeitä sekä Laura Harmajan kirjoittaman kuvauksen Saiman lapsuusajalta.

Seuraava kirja Saima Harmajasta ilmestyi vasta 1977, jolloin ilmestyi Saiman nuorimman sisaren Kirsti Topparin toimittama kirja *Varhainen kevät, lisälehtiä Saima Harmajan päiväkirjoista*. Tässä kirjassa on aiemmin julkaisemattomia päiväkirjaotteita, jotka äiti Laura oli jättänyt julkaisematta osittain häveliäisyssyistä. Vuonna 1978 ilmestyi Kaarina Helakisan kirja *Saima Harmaja, legenda jo eläessään*. Siinä Helakisa valottaa sekä Saima Harmajan muotokuvaa että omaa suhdettaan Harmajaan.

Tuorein kirja on, Saima Harmaja- seuran perustajan ja puheenjohtajan Päivi Istalan toimittama kirja *Saima Harmaja, runoilijoista runoilijoin* ilmestyi huhtikuussa 2007, juuri ennen Harmajan kuoleman 70-vuotispäivää. Tämän kirjan Istala on toimittanut Saima Harmajan jäljillä – keruun materiaalista. Kirjaan hän on valikoiden ottanut keruuseen osallistuneiden kirjeitä kokonaisuudessaan.

Saima Harmajan runojen teemoina ovat siis koti ja omaiset (hänen omien sanojensa mukaan). Päiväkirjojen mukana olevista kirjeistä suurin osa onkin osoitettu vanhemmille sekä veljelle Tapanille. Sisar Outi oli Saimalle myös erittäin läheinen, jonka kuolema 1936 oli Saimalle suuri menetys. Luonto on myös voimakkaasti läsnä runoissa, viettihän hän pitkiä aikoja vuoteessa

ikkunasta ulos katsellen. Päiväkirjamerkintöjen mukaan hän oli onnellinen viettäessään aikaansa perheen kesäpaikalla Lohjansaaressa. Runoissa sairaus ja kuolema ovat koko ajan läsnä vaikka hän ei niistä suoranaisesti kirjoitakaan. Keuhkotuberkuloosi oli aikanaan lähes aina tappava tauti, joten Harmajakin aavisti kuolevansa nuorena. Vaikka runoissa on välillä katkerahko sointi, on niissä kuitenkin myös nöyrä, Jumalan tahtoon sopeutuva sävy. Uskonnollisuus onkin Harmajan runoissa voimakkaasti läsnä.

Kirkossa ymmärsin yht'äkkiä, että en tule terveeksi, että en jaksakaan lukea luokan yli, hyvä jos jollakin pelin pärjään tältäkin, että en jaksakaan pitkiin, pitkiin aikoihin, ehken koskaan, olla nuori ja riemuita. (SH, päiväkirjamerkintä 21.11.1927)

Samalla kun hän ymmärsi kohtalonsa, pohti hän elämänsä merkitystä. Vanhemmat koettivat saada Saimaa lepäämään ja säästämään voimiaan. Saima tunsi kuitenkin voimakkaasti kirjoittamisen pakkoa, kirjoittaminen oli Harmajalle keino elää se elämä, josta hän tiesi jäävänsä paitsi.

Mistä minä tiedän, miten kauan elän! Ehkä kuolen huomenna! Ja silloin voin ainakin kuolla tietäen, että olen parhaani mukaan noudattanut Korkeimman rinnassani soivaa ääntä. Voin kuolla jättäen jälkeeni edes hiukkasen sitä Kauneutta, jota minulla on ollut armo tuntea ja tulkinta. Mutta jos kuolisin koettaen viimeiseen asti olla kirjoittamatta ja tulla terveeksi, olisinko menetellyt oikein Häntä kohtaa, joka sytytti Luomisen kipinän sydämeeni? – En, tuhat kertaa en! (SH, päiväkirjamerkintä 21.11.1927)

Saima Harmaja on päivännyt melkein kaikki runonsa, osissa on vain viitteellinen päiväys. Tämä yksittäinen päivääminen antaa mahdollisuuden seurata päiväkirjojen merkintöjä runojen rinnalla. On siis mahdollista seurata minkälaiset tapahtumat edeltävät runoja, mitä runoilija tuntee, mistä runo saa alkunsa. Kaikkien runojen päiväysten tiimoilta ei ole päiväkirjamerkintöjä, niin on muun muassa tämän tutkielman kannalta merkittävän *Rannalla* runon kohdalla. Alkuperäinen suunnitelmani tutkia kirjoittajan omia tuntemuksia tämän runon kirjoittamisen ajalta ei näin ollen onnistu. Kaiken kaikkiaan Harmajan päiväkirjoja voi pitää hyvänä esimerkkinä kirjallisuusterapian

käytöstä (tiedostamattaankin), niihin hän on kirjannut syvimät tunteensa ja pystynyt sen avulla käsittelemään elämänsä vaikeita asioita. Joutuessaan olemaan pitkiä aikoja vuodepotilaana ja erossa rakkaistaan, on hän voinut elää kirjoittamisen kautta. Kirjoittaminen on ollut hänelle pakko, eikä hän voi ymmärtää, etteivät vanhemmat ”aavista, että panen koko sieluni runoihin” (SH, päiväkirjamerkintä 8.2.1927.)

## **4.2 Lukukokemuksia Saima Harmajasta**

Suurin osa Saima Harmajan jäljillä - keruuseen osallistujista oli tutustunut Saima Harmajan runoihin 10 – 15-vuotiaana tai kouluikäisenä. Seuraavaksi eniten mainittiin ikä 16 – 25, tähän laskin myös maininnat ”lukiossa” tai ”lukioikäisenä”. Kolmanneksi mainittiin iät 30 vuodesta ylöspäin. Suurin osa oli tutustunut ensin päiväkirjoihin ja sitten runoihin. Tämä johtunee siitä, että teos *Kootut runot sekä runoilijakehitys päiväkirjojen ja kirjeiden valossa* on yleisin teos Harmajasta, jonka osallistujat ovat lukeneet. Tähän teokseen sisältyvät ensin päiväkirjat ja sen jälkeen runot. Nuoret lukijat ovat samaistuneet antaumuksella Harmajan elämään, jopa niin, että 36-vuotias Satu miettii termin ”saimaistuminen” käyttöä. 34-vuotias Lotta kirjoittaa: ”Saima oli samaistumisen kohde, [...] Saimaan oli helppo samaistua juuri hänen inhimillisyytensä vuoksi”. Monet osallistujista olivat todella ottaneet nimenomaan Harmajan elämän omakseen, he kertoivat kokeneensa samoja iloja ja tuskia mistä Harmaja päiväkirjoissaan kertoo. He ovat olettaneet, että kaikki runoilijat ovat eteerisiä, herkkiä ja jopa tunteneet itsensä yhtä väsyneeksi ja sairaaksi kuin Harmaja. Päivi kirjoittaa: ”Nuoruusikäni leimasi syvä raskasmielisyys – olin vakuuttunut siitä, että kuolisin hyvin nuorena johonkin hivuttavaan tautiin, postuumit runoni löydettäisiin ja minusta tulisi suuri lyyrikko varhaisen kuoleman jälkeen!”.

Sekä varhaismurrosiässä että murrosiässä nuoret ovat löytäneet Harmajasta ystävän ja sielunsisaren. ”säkeet vastasivat täydellisesti murrosikäisen sieluni aaltoiluja. Löysin paksusta nahkaselkäisestä kirjasta tuttuja mielialoja jaettavaksi lähes jokaiseen tunnetilan ailahdukseen. [...] Harmaja oli

nuoruuteni sielun sisar.” (Johanna, 58 vuotta.) Monet kirjoittavatkin Harmajan tekstien vaikuttaneen heihin eniten juuri murrosiässä, jolloin he itse ovat olleet tunteiden myrskyssä. 65-vuotias Eeva kertoo varsinkin Harmajan runojen vaikuttaneen häneen eniten 12 -20-vuotiaana: ”Luin runoja yhä uudelleen ja uudelleen, osa niistä jäi soimaan mieleen kai loppuelämäksi; ne ikään kuin muotoilevat ajatteluni joissakin tilanteissa”. Toisaalta lukijat ovat löytäneet Harmajan tekstit uudelleen myöhemmin, kuten 61-vuotias Marja-Leena:

Nyt, jäätyäni eläkkeelle, ja aloitettuani lukemisharrastuksen uudella intensiteetillä, olen löytänyt Saimani jälleen. Päiväkirjoihin on tullut uutta näkökulmaa oman kehityksen myötä. Mutta runojen maailman, syvä ja herkkä luonnon kokeminen on yhä samaa, sama pikkutyttö kuuntelee heinäkuun sadetta ja käy menninkäisen ja keijun matkassa maan povessa...

Samaistuminen ja ystävyydeksi koettu tunnetila välittyi lähes kaikista kirjeistä, esimerkiksi suurin osa osallistujista kirjoittaa tuttavallisesti Saimasta eikä virallisemmin Saima Harmajasta. Kirjeiden otsikot kertovat myös läheisistä tunteista: ”Saima kasvinkumppanina” (Laura V-K), ”Supersankarini Saima” (Satu, 36 vuotta), ”Rakkauteni Saima Harmajaan” (Sauli, 30 vuotta), ”Saiman kanssa maailmaan” (Marja-Leena, 61 vuotta), ”Saima Harmaja – osa nuoruuttani” (Irmeli, 66 vuotta) vain osan mainitakseni.

Jokunen kertoo lukeneensa sekä päiväkirjat että runot mutta runojen jääneen vieraammaksi. Suurin osa kokee molemmat yhtä tärkeiksi tai eivät erottele päiväkirjoja runoista. Samaistumisen kohteen lisäksi päiväkirjat ovat toimineet hyvänä ajankuvaajana Harmajan ajan maailmasta. Päiväkirjojen merkitys ajankuvaajana on huomattu jo kirjan ilmestymisen aikoihin 1940-luvulla. 1900-luvun alkupuolella välimatkat Suomessa olivat pitkiä ja matkustaminen hankalaa, joten maaseudun lapsista ei monikaan ollut päässyt kaupunkiin. Nimimerkki ToMa (68 vuotta) kirjoittaa hämmästelleensä kaupungin elämää: ”sukelsin Saiman myötä ennestään tuntemattomaan helsinkiläisten koululaisten maailmaan. Pohjois -suomalaiselle maalaiskylän lapselle se maailma oli ihmeellinen ja viehättävä koulu- ja myös kotitanssiaisineen,

rusettiluisteluineen yms.” Myös kaupungissa asuvat eri yhteiskuntaluokkaan kuuluvat nuoret ovat panneet merkille ylempään luokkaan kuuluneen Harmajan perheen elämän kulun. Helsingissä 1950-luvulla koulua käynyt Marja-Leena kirjoittaa vaikuttuneensa päiväkirjoista elämän kuvaajana: ”Niiden kautta sain kurkistaa erilaiseen maailmaan, sivistyneistön ja porvarisperheen elämään.”.

Innostus Harmajan runoihin on tullut monille äidiltä tai joltain vanhemmalta perheenjäseneltä. Äidit ovat johdattaneet nuoret, varhaismurrosikäiset tyttärensä Harmajan päiväkirjojen ääreen. Miehet ovat sen sijaan törmänneet Harmajan runoihin erilaisissa tilanteissa, ”En tarkkaan muista, että miten tässä vaiheessa Saiman runouteen törmäsin, mutta jotenkin se oli kuin kohtalon johdatusta” kirjoittaa Ari. Äitien tai kodin vaikutus on kuitenkin ollut merkittävä tyttöjen runoinnostuksen kannalta. ”Äitini oli harrastanut runojen lukemista ja lausumista lapsuudestaan aikuisikään asti. Hän johdatti minut runouden pariin lukemalla sisarelleni ja minulle runoja ääneen” kirjoittaa 60-vuotias Arja. Monet ovat löytäneet Harmajan kirjan kotinsa kirjahyllystä ja teoksen lukemisen myötä on syntynyt ehkä koko loppuelämän vaikuttanut kirjallinen innostus. Tämä innostus ja varsinkin rakkaus Harmajan runoihin halutaan myös siirtää jälkipolville: ”Äidiltäni ne [Harmajan kirjat] sain, ja ehkä joskus tulevaisuudessa annan ne omalle tyttärelleni.” kirjoittaa Maija. Monet vanhemmat osallistujista kertoivat harrastaneensa nyt jo hieman unohdettua runonlausuntaa ja sitä kautta tutustuneensa Harmajan runoihin. 74-vuotias Hilikka K. kirjoittaa saaneensa lapsena runokirjan aina joululahjaksi, ”Se johtuu siitä, että kansakoulussa, seurakuntakerhon ja pyhäkoulun juhlissa lausuin aina runoja”. Samoin 65-vuotias Mirjam kertoo voittaneensa Harmajan runokirjan lausuntakilpailussa vuonna 1957.

Monet kirjoittavat lukeneensa ja lukevansa edelleen myös muiden runoilijoiden teoksia Harmajan runojen ja Harmajan elämän innoittamana. ”Saiman kautta sain kyllä sysäyksen syventyä muihin runoilijoihin, aluksi etenkin muihin Saiman aikalaisiin ja Tulenkantajiin, myöhemmin myös tämän päivän runoilijoihin. Mutta Saima oli ensirakkaus, eikä ensirakkauden paikkaa voi kukaan muu ottaa.” (Johanna, 22 vuotta). 66-vuotias nimimerkki ”Muistelija”



kirjoittaa tutustuneensa Harmajan tuotantoon 1980-luvulla ja ”yleensä olen alkanut kiinnostua runoista samoista ajoista alkaen (n. -80 luvulla) ja nykyisin luen mielelläni runoja.”

Monissa kirjeissä tulee esille se, miten monissa eri elämän vaiheissa Harmajan runoja on luettu ja niistä saatu voimaa. 34-vuotias Lotta on otsikoinut kirjeensä kysymällä ”Voiko Saima Harmajasta kirjoittaa objektiivisesti?” ja myöhemmin kirjeessään miettii vastausta: ”Olen yrittänyt vastata otsikon kysymykseen, ja huomaan sen erittäin vaikeaksi sillä Saiman voi omassa viitekehityksessäni liittää niin moneen asiaan.” Monelle onkin vaikea eritellä, mikä Harmajan tuotannossa viehättää tai nostaa yksi teema yli muiden. Monet kirjoittajat jakavat 41-vuotiaan Kirsin ajatuksen: ”Saiman teemat; luonto, hengellisyys, rakkaus ja kuolema ovat myös minun teemojani.” 46-vuotias Leena La.kirjoittaa:

Saima Harmajan runoista jotkut liittyvät saumattomasti elämässäni tiettyyn vuodenaikaan ja tapahtumiin. Alkukesästä lausun ääneni aina pihamme sireenipensaille runon Sireenit. Flunssan iskiessä muistelen runoa Sairas. Hietaniemen hautausmaalla kävellessäni tavailen mielessäni runoa Omistaminen [...]. Saima Harmajasta ja hänen perheestään on tullut minulle kuin perhetuttuja. Jouluisin vien Hietaniemen hautausmaalle Harmajien perhehaudalle kynttilän ja totean mielessäni elämän olevan lyhyen, runouden ikuisen.

Nämä Kirsin mainitsemat teemat löytyvätkin melkein kaikista kirjeistä. Kuoleman lisäksi sairauden teema on vahvasti esillä. Eniten Harmajan runoissa keruuseen osallistuneita viehättää kuitenkin Harmajan tapa kuvata luontoa. Tämä mainittiin ehdottomasti eniten näissä kirjeissä. 61-vuotias Ritva tulkitsee näin: ”Harmaja elää runoissaan suruaan luonnon kautta ja sen vertauskuvia hyväksikäyttäen”. Tämä lienee monelle tuttu tapa kuvata tunteitaan sillä lukijat kirjoittavat myös itse tunteistaan käyttäen luontokuvauksia, kuten 55-vuotias Eeva: ”Saima Harmajan luonnonkuvaukset ja runojen onnettoman rakkauden tuskan imin itseeni kuin kuva maa sateen”.

76-vuotias Kaarina kirjoittaa pohtineensa, mikä runoissa viehätti eniten ja kirjoittaa:

näin jälkeinpäin ajatellen, että tärkein anti, joka jäi jäljelle lukemattomista lukukerroista oli voimakas luonnon kokeminen. Varmasti olisin muutenkin osannut nauttia kauneudesta luonnossa, mutta on aina helpompaa, kun joku osaa sanoittaa omat tunteet, ne, joita ei itse osaa riittävän hyvin pukea sanoiksi.

Tämä kuvastaa hyvin luonnon merkitystä suomalaiselle. Luonto on tärkeä elementti ja siitä nautitaan joka tapauksessa, mutta jos joku osaa kuvata sitä tunteisiin koskettamalla, se koetaan vieläkin tärkeämmäksi. 20-vuotias Laura L. kirjoittaa ”Saima Harmajan runoudessa minuun vetosivat voimakkaimmin lumoavat luontokuvaukset ja se tapa, jolla runoilija on kietonut omat tunteensa luonnon tapahtumiin.” Kevät ja syksy koetaan voimakkaina aikoina ja niin runot Huhtikuu, Ensimmäinen kevätpäivä, Syysilta ja Syysmetsässä mainitaan monessa kirjeessä. Päivi kirjoittaa runosta Ensimmäinen kevätpäivän merkityksestä itselleen: ”Sain sen äidiltäni ”lahjaksi” joka syntymäpäivä, ja jo varsin varhain minulle selvisi, että runo on yksi Saiman viimeisiä. Runon kevätperinne on jatkunut – nyt kun äitiä ei enää ole, saan runon joko sisareltani tai tyttäreltäni – lausuttuna tai kirjeessä”. Monet kevään lapset (kevääällä syntyneet) kokevat sen vuodenajan omakseen ja jakavat näin Harmajan kanssa riemun tunteen kevään vihdoon koittaessa. Suomalaisen erityisen suhteen luontoon tiivistää 54-vuotias Eila:

Luonnossa minäkin olen usein kokenut pyhän. Niin kuin Saima en ole koskaan osannut kuvata valon aineetonta leikkiä keväisellä pajunoksalla, tai pilvien kulkua levollisen taivaan poikki – mutta olen aina niissä nähnyt ja vaistonnut syvän salaisuuden. Luonnon kieli puhuu minullekin.

Toinen teema, jonka kirjoittajat mainitsevat on sairaus tai kuolema. Jonkun kohdalla kyseessä on oma, toisella läheisen sairaus. Monet kirjoittajat ovat

sitä sukupolvea, joka on itsekkin elänyt keuhkotaudin aikaan ja menettänyt sille läheisiään. Ylipäättään oma sairaus on tuonut Harmajan runouden lähelle. Mirja kirjoittaa sairastelleensa vakavasti nuoruudessaan ja ”sitäkautta myös SH:n persoona tuli minulle tutummaksi”. 71-vuotias Sirkku kirjoittaa: ”Olin itsekkin sairastanut tuberkuloosin edellisenä vuonna, joten Saima tuntui kohtalontoverilta”. Myös 77-vuotias Kyllikki on sairastanut tuberkuloosin ja kirjoittaa olleensa onnekas: ”Tuberkuloosisairaala tuli minullekin tutuksi vuosina 1958 -59. Aika oli minulle onnekkaampi, kuin Saimalle. Lääkitykset olivat tulleet Suomeen”. Sairauden kokeminen ei ole muuttunut vuosien aikana, myös nuoremmat Harmajan lukijat kokevat yhteyttä Harmajan kanssa sairastuttuaan. Näin 33-vuotias Kaisa: ”Saiman elämä tuntui koskettavan kovin läheltä omaa elämääni: minäkin olin sairas ja jouduin olemaan poissa koulusta, minäkin tunsin itseni erilaiseksi kuin muut ja yksinäiseksikin”.

Useat kirjoittajat kirjoittavat myös kuoleman jatkuvasta läsnäolosta, niin Harmajan runoissa kuin omassa elämässään. Nimimerkki ”ToMa” kirjoittaa sairastuneensa keuhkotuberkuloosiin vuonna 1953 ja ”Sairauden aikana Saima Harmajan runot avautuivat aivan eri tavalla kuin ennen. Tunsin niissä oman kuolemanpelkoni, nuoren elämäni kenties elämättömäksi jäävät kokemukset”. 61-vuotias Ritva oli kokenut monta kuolemantapausta lähekkäin ja kirjoittaa: ”Oli lohdullista huomata, että joku muu oli kokenut saman menehdyttävän kaipauksen. [...]Saima sanoi sen, jota en itse kyennyt sanoiksi pukemaan”. Samanikäinen Hilikka K. on saanut suruunsa lohdutusta myös Harmajan runoista: ”Monien lohduttavien kirjojen ja runojen joukosta tulivat eräiksi tärkeimmistä juuri Saima Harmajan runot”. 59-vuotias nimimerkki Muistelija kertoo lukeneensa Harmajan runoja surutyössä läheisten kuoleman jälkeen ”sekä myös surutyönä monien omien leikkauksieni edellä ja jälkeen”.

68-vuotias Irja kirjoittaa kokeneensa Harmajan kanssa monia tunteita: ”Saiman tuntemukset sairaalasta olivat niin tuttuja. [...] Seuraava yhteinen kokemus oli siskojemme yllättävät kuolemat. [...] Vielä yksi kokemus meillä on yhteinen, se ihana ensirakkaus [...]”. Rakkaus olikin kolmas suuri teema, jonka kirjoittajat nostivat esille. Lukijat kirjoittivat kokeneensa rakkauden ja kaipuun yhdessä Harmajan kanssa ja monet kirjoittivat miettineensä, kuinka

Harmajan olisi pitänyt kohdella tunteissaan häilyvää ihastustaan. 77-vuotias Kaija kirjoittaa monista tunteistaan Harmajan kanssa ja ”aikanaan sitten Saima Harmajan rakkausrunotkin tulivat lähelle omien kokemusteni mukana ja kun ensimmäiset rakkauskokemukset usein ovat sekä riemullinen että surullinen kokemus, yhtymäkohtia löytyi”. Nuoruuden ihastuksiin kuuluvat niin ylä- kuin alamäet ja joskus myös ero. 68-vuotias Ulpu kirjoittaa ”eron tuskaa käsittelevät runot olivat aikoinaan lohduksi, kun opiskeluaikainen rakkaustarina päättyi”. 43-vuotias Anna on kokenut Harmajan kanssa yhteenkuuluvuutta, joka ”tuli esiin Saiman rakkausrunoissa ja hänen kipeästä suhteestaan poikakaveriinsa ja minun yhtä kipeästä suhteesta rakastettuuni ja suhteeni lohduttomuudesta”. Rakkaus- teema tulee enemmän esille myös myöhemmin tässä luvussa, kun käsittelen *Rannalla* – runon osuutta.

Harmajan runoista kiitettiin myös niiden hengellisyyttä. 77-vuotias Kaija tosin kirjoittaa arastelleensa runojen paatoksellisuutta: ”Päiväkirjojen avulla ne kuitenkin aukenivat toisin, kuin varmaan muuten olisi tapahtunut. Ymmärsin, miten raskaana hän koko uskonnolliset murrosvaiheensa”. Pirkko kokee saaneensa lohtua: ”Saima Harmajan uskonnolliset runot olivat rippikouluajanani paras lohdutus. [...] Saiman runot olivat kuultavan kirkkaita ja omakohtaisesti sairauden ja tuskan kautta elettyjä”. Myös 77-vuotias Hilppa kirjoittaa: ”Saima Harmajan [...] kirjoituksissa on uskonnollista painotetta ja tämäkin ”ruokki” teini-ikäisenä mieltäni, kun jonkin asteinen uskonnollinen herätys tuli elämäni.” Harmajan hengelliset runoteemat ovat myös Arille mieluisia, hän kirjoittaa menettäneensä läheisen ihmisen ja tutustuneensa silloin Harmajan runouteen.

Monissa kirjeissä pohdittiin Harmajan runojen mitallisuutta ja sen vaikutusta runojen rytmiin. Rytmia auttoi lausunnassa ja rytmien vuoksi runoja oli helpompi oppia ulkoa. 54-vuotias Eeva H. kirjoittaa löytäneensä nyt myöhemmin rytmien: ”Synkkämielisyys ja nuoruuden elämäntuska ovat jääneet, nyt mieltä kiehtoo runojen rytmi” ja 47-vuotias Eila on samoilla linjoilla kirjoittaessaan: ”Minuun tarttui ennen kaikkea rytmi. Se kulkee päässäni sanoja ennen, ja usein oma kirjoittamiseni alkoi rytmistä.” Maija V., itsekin lauluntekijä, kirjoittaa: ”Muodoltaan Saiman runot eivät kuitenkaan poikkea laulunteksteistä

mitenkään dramaattisesti: ne ovat rytmikkäitä ja hyvänmuotoisia.” Myös Liisa Enwald vertaa Harmajan runoja lied-lauluihin (Istala 2007, 292).

Useissa kirjeissä kiitettiin lopuksi sekä Harmajaa että keruun järjestäjiä. 56-vuotias Helena kirjoittaa: ”Kiitos lukuelämyksestä, Saima! Kiitos nuoren ja ikääntyneen kohtaamisesta! Kiitos sanojen mahdista ja runon kauneudesta.” 20-vuotias Pirita kokee osallistumisensa keruuseen olevan ikään kuin piste tietylle asialle ja kirjoittaa: ”Ajattelin, että Saiman ja itseni vuoksi minun täytyy osallistua kampanjaan. Haluan näin kiittää Saimaan unohtumattomista ja kuolemattomista säkeistä [...]. Itseni osalta tämä kirjoitus on eräänlainen tilinpäätös.”

### **4.3 Lukukokemuksia Rannalla - runosta**

Yksi Harmajan runoista oli lukijoiden mukaan ylitse muiden. Tämä runo *Rannalla* mainittiin erityiseksi runoksi 14:sta kirjeessä ja monessa muussakin se mainittiin yhtenä läheisimpänä runona.

Rannalla

Ihanat valkeat pilvet  
liukuvat taivaalla.  
Hiljaa ja lumoavasti  
laulaa ulappa.

Aaltojen hyväilyistä  
hiekkä on väsynyt.  
Tulisit aivan hiljaa,  
tulisit juuri nyt –

SH 17.3.1930

Tämän runon taustasta ei ole tietoa, mistä se on syntynyt ja ketä tai mitä Harmaja siinä odottaa. Harmajan päiväkirjamerkinnoissä ei ole mitään mainintaa tähän runoon liittyen ja kirjoittamisajankohtana on muutenkin hyvin vähän merkintöjä. Harmaja kirjoittaa päiväkirjaansa keväällä 1930 tammi- ja helmikuussa muutamia kertoja ja sitten maaliskuussa vain kerran, 30.3.

Harmajan sisaren tytär kertoo Harmajan tehneen tuona keväänä ulkomaanmatkan äitinsä kanssa ja siltä matkalta ei ole päiväkirjamerkintöjä (Toppari 1977, 178).

*Rannalla* - runo on vienyt lukijansa rakkauden tunteisiin. Kaikissa kirjeissä, missä tämä runo nostettiin tärkeimmäksi, erityisemmäksi tai rakkaimmaksi, kirjoitettiin sen liittyvän jotenkin rakkauteen. Vain kaksi kirjoittajaa on tulkinnut runon erilailla: ”Luulin runon Rannalla puhujan odottavan rakastettuaan, en kuolemaa” kirjoittaa ToMa, 68 vuotta. 76-vuotias Kaija ei kerro, miten hän itse tulkitsee runon, mutta kirjoittaa: ”Kun eräässä tilaisuudessa jokin aika sitten kuulin sen naistaiteilijan lausuvan sen voimakkaasti päätöksellä kaipaavan naisen rakkausrunona, tyrmistyin, miten sama teksti voidaan kokea monella tavalla. Totta kai näin on, mutta ”omalta runoltani” se näin kuultuna ei tuntunut”. 24-vuotias Kirsi kirjoittaa saavansa runosta ”joka kerta jotain uutta ajattelemisen aihetta” ja 65-vuotias Eliisa toteaa ”juuri näin sanoi minunkin sydämeni”. Runo herättää nuoruuden tunteet uudelleen esiin, näin kirjoittaa 75-vuotias Anneli:

Miten kaukaa nousevatkaan nuoruuden  
lukuelämykset ja miten tuoreina kuitenkin.  
[...] Lukukokemus ei tunnut muuttuneen  
yhtään vaikka iän ja eletyn elämän olisi pitänyt  
vaikuttaa tuo tuoda viileyttä ja kriittisyyttä. Yhä  
löytyy herkkä kosketuspinta... tulisit aivan  
hiljaa, tulisit juuri nyt.

Samat säkeet, runon loppusäkeet, tekivät vaikutuksen 20-vuotiaaseen Piritaan, joka kirjoittaa:

Viimeisen säkeistön kaksi viimeistä säettä,  
[...] iskivät. Olin ensimmäistä kertaa  
rakastunut ja poikaystäväni oli toisella  
paikkakunnalla koulussa. Ainoat  
mahdollisuuteni tavata häntä olivat  
viikonloppuisin ja lomilla. Kaipasin häntä  
ihan hirveästi ja toistelin Harmajan runon  
säkeitä mielessäni kun toivoin hänen olevan  
lähelläni.

42-vuotias Leena Le. kokee runon kaipauksen vahvana, jopa eroottisena:

”Rannalla – runon eroottiseen kaipaukseen on edelleen helppo yhtyä.” Pirkko on mieltynyt runoon sen keveyden ja laulumaisuuden vuoksi.

50-vuotiaan Tuulan kirje *Rannalla* – runon herättämistä tunteista on mielestäni hieno kuvaus ja liitän sen siksi tähän melkein kokonaisuudessaan:

Saima Harmajan runo *Rannalla* on hänen koko tuotannossaan minua eniten koskettanut teksti. Muukin tuotanto ja Saima Harmajan elämätarina ovat pysäyttäneet, mutta mikään ei niin kuin runo *Rannalla*. Nuorena, yksinäisenä tyttönä 1970-luvun alun Suomessa, Ounasjoki-varren rannoilla kulkiessani koin runon hyvin läheiseksi. Ikävä ja kaipuu toisen ihmisen läheisyyteen ja hyväksyntään saivat sanansa tuossa Harmajan runossa. Kesäinen, lumoava, pohjoisen vaalea yö tuntui kuvastuvan runon kahdessa ensimmäisessä säkeessä: ”Ihanat vaaleat pilvet / liukuvat taivaalla.” Toista ihmistä ja rakkautta kaipaava nuori tyttö kuuli vain ulapan äänet, vaikka ne eivät tainneet ihan samanlaisesta vesistöstä kuulua kuin Harmajan ulapan äänet. Mieleton ymmärtämisen tunne syntyi kahdesta toisen säkeistön aloitussäkeestä: ”Aaltojen hyväilystä / hiekka on väsynyt.” Rakkautta, aaltojen hyväilyä, voi saada jopa väsymiseen asti, jos vain ”tulisit aivan hiljaa / tulisit juuri nyt –”. Vuosia meni aikaa ennen kuin haave toteutui.

[...]

Nyt, jo kohta puoli vuosisataa eläneenä, runo koskettaa edelleen. Rakkaimmat säkeet ovat nykyisin: ”Aaltojen hyväilystä / hiekka on väsynyt”. Elämä on antanut paljon ja se väsyttää joskus kuin hiekkaa, jota ikaikaiset aallot hyväilevät.

Päivi I. kehuu *Rannalla* – runoa: ”Yhä vielä se on mielestäni maailmanlyriikan kauneimpia rakkausrunoja, vetää varmasti vertoja Shakespearen kauneimmille soneteille...”

Runo voi olla täynnä muistoja ja vuosienkin päästä herättää ne henkiin, kuin kaikki se olisikin tapahtunut juuri äsken. Jokaisella lukijalla on oma

merkityksensä runolle, jokainen lukija kokee sen omalla tavallaan ja elää sen omassa elämässään. Runon sanoma voi olla ajaton, kuten rakkaus.

## 5. Kirjallisuusterapia materiaalissa

Tässä luvussa käsittelen keruumateriaalia kirjallisuusterapian näkökulmasta. Käsittely jakautuu kahteen osioon, joista ensimmäisessä keskityn osallistuneiden omiin kuvauksiin Harmajan teosten merkityksestä heidän elämässään. Useissa kirjeissä käytettiin termejä ”terapia”, ”lohdutus”, ”auttaminen” tai muita vastaavia, kirjallisuusterapian kannalta merkittäviä termejä. Useissa kirjeissä taas kuvattiin näitä asioita ilman varsinaista termin käyttöä, näitä kirjeitä olen käsitellyt tasavertaisena. Toisessa osiossa käsittelen keruuseen osallistuneiden kuvauksia omasta kirjoittamisestaan, kirjoittamisesta terapiamielessä. Monet osallistuneista kirjoittavat työkseen ja onhan osoitus kirjoittamisesta jo se, että on osallistunut keruuseen. Tässä käsittelen kuitenkin vain kirjoittajien omia mainintoja omasta kirjoittamisestaan silloin kun he kertovat tekevänsä sitä kirjallisuusterapian tavoitteet täyttävässä mielessä.

Aiemmin on tullut hyvin esille se, kuinka läheisesti Saima Harmajan jäljillä – keruuseen osallistuneet kirjoittavat Harmajasta. Tämä läheisyyden tunne vain vahvistuu kun materiaaliin tutustuu kirjallisuusterapian näkökulmasta. Kirjallisuusterapian monipuoliset hyödyt voidaan saavuttaa ehkä parhaiten erilaisissa kirjallisuusterapiaryhmissä, jossa ryhmänvetäjän ja toisten ryhmäläisten kanssa syntyy dialogia käsiteltävästä asiasta. Tässä kohden tämä keruumateriaali ei täytä kirjallisuusterapian ”vaatimuksia”. Dialogia kuitenkin esiintyy hyvin paljon keruuseen osallistuneiden kirjeissä ja Saima Harmajan välillä. Keruuseen osallistuneet käyvät dialogia myös itsensä kanssa, mikä taas on hyvinkin kirjallisuusterapian tarkoitus ja tavoite. Dialogia voi kirjallisuudessa käydä myös eri aikoina eläneiden kanssa ja tällä dialogilla



voi olla terapeuttinen vaikutus (Andersson 2002). Juhani Ihanus luettelee kirjallisuusterapian tavoitteiksi ”itsen ja toisten ymmärtämisen, itseilmaisun ja itsearvostuksen kehittäminen, vuorovaikutustaitojen, tunteiden käsittelyn ja selviytymiskeinojen vahvistaminen, uusien voimavarojen, ideoiden, oivallusten ja merkitysten löytäminen ja muutosten hyväksyminen” (Ihanus 2002, 8).

### **5.1 Lukeminen terapiana**

Useat kirjoittajat kertovat löytäneensä Harmajasta ”sukulaissielun” kuten Kirsi ja Pirkko T. 57-vuotias Leena Maija kirjoittaa löytäneensä Harmajasta ”ymmärtäjän, ihmisen, joka puki sieluni tuskan ja onnen paperille”. Myös 50-vuotias Sauli kirjoittaa tunteneensa Harmajan rinnalla ”samankaltaisuutta ” ja lukiessaan Harmajan tuotantoa pääsevänsä ”kaiken kurjuuden ulkopuolelle”. 64-vuotias Eliisa kirjoittaa Harmajan runoista: ”Ne vastasivat tunteitani ja tuntemuksiani. [...] En tiedä, olivatko ajatukset, aavistukset, tunteet jo silmuina mielessäni vai syntyivätkö ne juuri runojen ansiosta”. Aira kirjoittaa: ” Kärsin ja itkin Saima Harmajan kanssa lukiessani hänen ihan runojaan ja elin mukana kaikessa päiväkirjamerkinnöissään. Hän oli todella minun sydänystäväni”.

Ihmisen elämään kuuluvat erilaiset muutokset, iloiset ja surulliset. Kaikki ne vaativat kuitenkin enemmän voimavaroja kuin tasainen elämänvaihe. Kirjallisuusterapia, yhtenä osana taideterapiaa, voi olla suuri apu näissä elämän murrosvaiheissa. Luova työskentely voi auttaa antamalla uudenlaisia näkemyksiä, jopa muuttaa asenteita ja arvoja. (Lehtonen 1998). Kirjallisuus on tässä hyvänä esimerkkinä, onhan kirjallisuus monipuolista ja siitä löytyy monenlaisia näkemyksiä. Usein kirjoja mainostetaankin lauseella ”se muutti elämäni”, tämä kertoo kirjallisuuden mahdollisuudesta ohjata lukijaa omien elämänarvojen valinnoissa. Murroksiässä haetaan omaa itseään, kysytään kuka minä olen ja miksi olen sellainen kuin olen. Tämä itsensä etsiminen tulee esille useassa keruuseen osallistuneessa kirjeessä. Kirjan hahmon, oli se sitten todellinen ihminen tai fiktiivinen hahmo, ei tarvitse elää samassa ajassa kuin lukijan, riittää, että kokemukset ovat samat. Joskus voi olla hyväksikin

huomata, että eri aikakausina eläneillä on ollut samanlaisia ongelmia kuin lukijalla tässä ja nyt, ongelmat saavat erilaiset mittasuhteet.

Useat osallistujista kirjoittivat lukeneensa Harmajan tuotantoa murrosikäisinä, 10 – 25-vuotiaina. Monet tunnistavat vasta myöhemmin tuon ajan olleen voimakkaan murrosvaiheen, jossa he ovat tarvinneet opastusta ja lohdutusta. Keruuseen osallistujista useat kirjoittavat murrosiän yksinäisyydestä ja erilaisuuden kokemuksestaan. 42-vuotias Leena Le. kirjoittaa:

Kun olin murrosiässä, Saima Harmaja pelasti henkeni. Hänen runonsa ja päiväkirjansa auttoivat minua kestäämään rankat ajat: sairaudet ja onnettomat rakastumiset. En ollut aivan yksin maailmassa, kun joskus oli elänyt joku, joka tunsin ja koki samoin kuin minä. [...] Murrosikäisenä tunsin, että Saima Harmajalla ja minulla oli paljon yhteistä. [...] Molemmat kokivat olevansa vieraita, erilaisia omassa ympäristössään.

37-vuotias Erja kirjoittaa myös erilaisuudesta ja ulkopuolisuudesta: ”Toisaalta Saima tunsin itsensä erilaiseksi ja ulkopuoliseksi, ja niihin tunteisiin ja ajatuksiin saatoin samaistua täysin”. 64-vuotias Eeva H. kirjoittaa samaistuneensa ”heti päiväkirjan kirjoittajaan, tunsin itseni samalla tavalla yksinäiseksi, onnettomaksi ja erilaiseksi”. 74-vuotias Anneli muistaa kirjeessään nuoruuttaan: ”Saiman päiväkirjoista löydän omia piirteitäni. Nyt tarkasteltuna tuntuu kuin olisin elänyt aikanaan itse samanlaisten tunteiden vallassa kuin Saima Harmaja. [...] Murrosvuosina olen itkenyt paljon. Voisi melkein sanoa: Saiman kanssa”. 64-vuotias Outi kirjoittaa: ”Saima Harmajan runoista ja päiväkirjoista löysin lohtua minua vaivanneeseen ujouteen ja arkuuteen. [...] Varmasti olen ollut kehitysvaiheessa, siirtymässä lapsuudesta nuoruuteen, jolloin nämä kohdat ovat kuvanneet hyvin myös omia tuntojani”. Hilikka S-K. kirjoittaa pitkän kirjeen kulttuurin ja ennen kaikkea Harmajan merkityksestä itselleen. Hän kuvaa monen muun kirjoittajan lisäksi oman elämänsä vertailua Harmajan elämään ja kertoo saavansa siitä lohtua:

Saima, helsinkiläinen sivistyskodin tyttö, sai käydä oppikouluakin johon minua ei päästetty,

ja minä kaukaisen maalaispitäjän  
 kaukaisimmasta kylästä ja kaukaisimmalta  
 perältä. Oppimaton ja mielettömän ujo  
 maalaistyttö, mutta niin täydellisen, niin  
 ehdottoman samanlaisen sielun saanut kuin  
 Saima. Voi, hän olikin minä! [...] Sitten  
 myöhemmin oli Saima minulle enemmän kuin  
 uskovaiselle raamattu. Kun oli mieli apea tai  
 yksinäisyys ja lohduttomuus puristivat, silloin  
 Saima käteen. Sieltä sai lohdun, sieltä  
 kauneutta janoava sielu tuli ravituksi. [...] Voin  
 myös sanoa, että Saima Harmaja pelasti minut,  
 antoi minulle valoa sinne kaukaiseen korpien  
 ympäröimään kylään. Antoi minulle myös  
 minuuden jossain mielessä.

Omaa minuuttaan pohtii myös 65-vuotias Mirjam:

Saima Harmajan hentoinen olemus ja  
 hauras runoilijanääni tulivat minulle tutuksi ja  
 olivat kumppanini noina puberteetin, kiihkon  
 ja kaipauksen sekä syvän  
 perusyksinäisyyden vuosina. [...] Saima  
 Harmajan lyhyt kiihkeä elämäntarina ja  
 hänen kirjallisuutensa on ollut tärkeä  
 osatekijä rakentaessani pohjaa  
 käsitykselleni elämästä ja ihmisistä. Se on  
 antanut voimaa omalle taipaleelleni  
 kirjailijana ja ihmisenä.

31-vuotias Kaisa kirjoittaa Harmajan vaikuttaneen hänen käsitykseensä  
 itsestään:

Saiman elämä tuntui koskettavan kovin läheltä  
 omaa elämäni: minäkin olin sairas ja jouduin  
 olemaan poissa koulusta, minäkin tunsin itseni  
 erilaiseksi kuin muuta ja yksinäiseksikin [...].  
 Saima oli tärkeä kasvinkumppani  
 kehitysvuosina, jolloin kukaan koko maailmassa  
 ei koskaan ymmärrä teini-ikäisen ajatuksia. [...]  
 Saima on muokannut minua tällaiseksi kuin nyt  
 olen ehkä enemmän kuin edes itse tiedän.

Maija kirjoittaa miettineensä jälkeenpäin ”kuinka paljon Saima ohjaili  
 päiväkirjan tyylin lisäksi myös elämäni ja luonnettani”. 31-vuotias Johanna  
 kirjoittaa:

Muistan esimerkiksi, että teini-iässä olin jonkin aikaa hyvin yksinäinen. Tuolloin Saiman päiväkirjat olivat terapeutista luettavaa. Saima osasi kääntää kipunsa kauneudeksi, luoda omasta yksityisestä murheestaan koskettavaa runoutta. Tämä ajatus on minusta edelleen voimallinen: oman epäonnensa voi kääntää voitoksi; sen vangiksi ei tarvitse jäädä.

65-vuotias Irmeli muistelee nuoruuttaan Harmajan kautta ja kirjoittaa nuoruudessa tunne-elämysten voimakkuudesta: ”Ehkä koin jotenkin, että Harmajan runot olivat kuin osa minua, [...] ja tässä olen ihan vakavissani sitä mieltä, että Harmajan runot tulivat mielentilaani palvelemaan kuin terapeutti. Ne olivat terapeutini. Tai siis Harmaja oli”. Hän myös miettii, miksi runot tuntuvat niin tärkeiltä nuoruudessa: ” Ja ehkä juuri siksi niin rakkaita meille kaikille, joita ne etenkin nuorena auttoivat työstämään omaa teinitytön kehitysaikaamme kaikkine silloin suurelta tuntuvine maailmantuskineen”. Myös tämän päivän nuori löytää Harmajasta tukea omaan kehitykseensä, vaikka ikäeroa voi olla 80 vuotta. 19-vuotias Laura L. kirjoittaa Harmajan *Noita*-runon innoittama kuinka ”mystiikkaan taipuvainen mieleni heräjää oitis horroksestaan”. Hän kirjoittaa kuinka kyseinen runo ” valoi lukijaansa uskomatonta rohkeutta, se puki sanoiksi uhmani maailmaa ja muita ymmärtämättömiä ihmisiä kohtaan [...]”. Laura kirjoittaa omassa päiväkirjaotteessaan löytäneensä Harmajasta ”sisaren” ja vaikka heillä on suuri ikäero niin ”moni ajatus, jonka hän nuorena tyttönä kirjoitti päiväkirjaansa, voisi olla lähtöisin omasta kynästäni”. Laura vertaa Harmajaa itselleen samanlaiseksi voiman kädeksi, joka Harmajan vei pois parantolasta:

Minulle käsi on hänen vuosikymmenten yli kurottuva äänensä, joka auttoi minua tavattomasti kestämaan silloista elämäni. Enää en tuntenut olevani niin yksin. Lämmittää tavattomasti mieltä, kun tietää, että jossain päin maailmaa joku toinenkin on pyöritellyt samanlaisia ajatuksia, tuntenut voimattomuutta unelmien ja mahdollisuuksien ristiaallokossa, etsinyt ihmisjoukosta jotain saavuttamatonta sielunsukulaista ja löytänyt kirjoittamisesta virvoittavan palsamin haavoilleen.

42-vuotias Leena Le. kirjoittaa lukeneensa Harmajaa myös sairautensa ja sairaalassa oloaikanaan: ” Sairaala-vankila – aikana sain sentään lukea. [...] Sellitoveri Saima lohdutti ja rohkaisi ja auttoi syvällä sisimmässäni tajuamaan, että en minä kuolla tahtonut. [...] Etsin runojen tilanteesta samankaltaisuutta omaan elämäntilanteeseeni ja sitä kautta myös ratkaisuja”.

Kirjallisuuden avulla voi etäännyttää omia tunteitaan tekstiin, joko jo olemassa olevaan tai itse tuotettuun. Sen kautta voi kipeitäkin tunteita elää ilman, että mieli hajoaa. Nuoruuden tai muuten murroksessa oleva voi kirjallisuusterapian avulla hahmottaa oman tilansa ja sitä kautta kenties saada tukea olla oma itsensä yhteisössä. (Huldén 2005, 54 – 55.)

Nuoruusaika ja murrosikäkin menevät ohi ja ihmiset kasvavat ja kehittyvät. Laura L. kirjoittaa vielä: ”Olen tässä kirjoittaessani vaivihkaa tullut läpikäyneeksi tuon vaikean kahdeksannentoista syksyni, ja huomaan kasvaneeni vuoden aikana ainakin vähän tynemmäksi, ehkä tasapainoisemmaksi”. Useat kirjoittavatkin Harmajan kuuluneen selkeästi tuohon nuoruuden ja murrosiän aikaan, kuten 75-vuotias Kyllikki toteaa: ”Kaksikymmenvuotiaalle Saiman runot ja päiväkirjat olivat vielä läheistä luettavaa”. 58-vuotias Johannakin kirjoittaa ”tarvitsevansa” runoja mutta ei ”muista enää aikuisiällä lukeneeni Harmajan päiväkirjaa”. 35-vuotias Satu kirjoittaa: ”Aikuisen ihmisen näkökulmasta Saima edustaa minulle feministisen arvomaailman mukaista vahvaa naiskuvaa”. Laura T. kirjoittaa muistelevansa ”hieman haikeana Saimaa ja yhteisiä vuosiamme. Hänen kanssaan oli hyvä kasvaa ja unelmoida”.

Sairaus, ero, kärsimys ja kuolema ovat ihmisen elämässä myös murroksen aikaa. Jotain muuttuu, kaikki ei olekaan niin kuin ennen. Tämä nousi toiseksi suureksi teemaksi, kun keruumateriaalia tarkastelee kirjallisuusterapian näkökulmasta. Surutyö etenee itsekseen shokkivaiheesta uudelleen kasvun aikaan eikä sitä saa estää etenemästä omalla aikataulullaan. Sitä ei voi kiirehtiä eikä sitä voi ohittaa. Jokin jakso voi kestää kauemmin kuin toinen tai jaksot voivat limittyä toisiinsa. Usein suru on vain hiljaista mustaa, josta ei saa

otetta tai sitä ei saa ulos itsestään. Kirjallisuusterapia on surutyössä apuna, se voi auttaa valmiilla tekstillä tai tekstiä voi tuottaa itse. Runo on usein surutyön lähtötekstinä kirjallisuusterapiassa. Runon käyttämät metaforat antavat tilaa muokata tekstiä oman surun näköiseksi ja mahdollistavat väylän omille tunteille. (Linnainmaa 2005, 73, 78 -79.) Runon tilalla voi olla vaikka laulun sanat, ovathan suomalaisten rakastamien tangojen sanoitukset ”surusta tehdyt”. Jos ei osaa itse pukea suruaan sanoiksi, voivat ne olla väylänä omalle surulle ja siten edesauttaa tervehtymisen alkamista. (Ammond, 2006.)

Surutyössä osallistujat ovat saaneet lohtua Harmajan runoista kuten 29-vuotias Päivikki: ”Saima Harmaja oli se, joka oikeassa hetkessä antoi sanat minun surullen”. Hänen isänsä oli kuollut jokin aika ennen kun hän oli pitänyt esitelmäänsä Harmajan tuotannosta. Elisa kirjoittaa omassa kirjeessään Harmajalle: ”Annoit kokemuksen kärsimyksestä, sairaudesta, vapahduksen kaipuusta ja Jumalan voimasta”. Osallistujat ovat tehneet surutyötä monen asian edessä, niin myös 58-vuotias nimimerkki Muistelija, joka kirjoittaa lukeneensa Harmajan ja muiden runoilijoiden runoja läheisten kuoleman jälkeen sekä omien leikkauksiensa yhteydessä. Hän kirjoittaa saaneensa myös lohdutusta ”suhteen välirikossa sekä avioerossaan”. 59-vuotias Jane on käyttänyt Harmajan runoja työssään terveydenhoitoalalla: ”Runoteos on auttanut myöskin ammatillisessa mielessä. Olen saanut lukea sitä lohdutukseksi sairaille ja lähteville. Koen henkistä kasvua tämän kirjan kautta”. 60-vuotias Ritva on kohdannut useamman menetyksen, ensin läheisen sukulaisen ja pian sen jälkeen oman lapsensa. Hän oli jo ensimmäisen menetyksen yhteydessä lukenut Harmajan runoja ja lapsensa kuoleman jälkeen hän kirjoittaa:

Tämän suuren menetyksen ja siitä aiheutuneen tuskan ja surun kohtaamisessa ja läpikäymisessä auttoi paljon, että mielikuva Saima Harmajan runoista oli vielä tuoreessa muistissa ja voin ottaa ne surutyöni tueksi. [...]

Läheisen tapaturmaisessa kuolemassa joutuu heitetyksi tilanteeseen, jossa mielessä ei ole valmista karttaa, jonka avulla selvitä pois kaoottisesta tilanteesta. Sanatkin hukkuvat itkun alle. Silloin auttaa, kun on toisen saman kokeneen luomistyön tuloksena syntyneitä

ajatuksia, joihin surun turruttamana voi tarttua.  
 Näin menetys alkaa jäsenyä ja tulla  
 käsitettäväksi – kestettäväksikin. Saima  
 Harmajan runot muodostivat yhden niistä  
 silloista, joita pitkin pääsin pois ”kuoleman  
 varjon maasta” takaisin elämään.

Myös 60-vuotias Hilkka R. kirjoittaa menettäneensä lapsensa ja kirjoittaa ”monien lohduttavien kirjojen ja runojen joukosta tulivat eräiksi tärkeimmistä juuri Saima Harmajan runot”. Hän jatkaa: ”Vaikuttaa siltä, että palaan runoihin etenkin silloin, kun elämässäni on surun ja epävarmuuden aikoja. Tunnen saavani runoista voimaa”. Sekä Marketta että 38-vuotias Erja kirjoittavat äitinsä kuolemasta. Marketta kirjoittaa: ”Äitini tajuttomuuden aikana luin [Harmajan] kirjaa itsekseni ja pidin äitini kädestä kiinni. En olisi millään selvinnyt noita kahta kuukautta ilman S:H:n kirjaa. [...] Sellaisesta levottomuudesta, onnettomuudesta ja haavemaailmasta oli niillä hetkillä rajaton lohtu”. Erja kirjoittaa olevansa varma, ”että molemmille – äidilleni ja Saimalle – kuolema saapui *varjoin / hienoin ja tuoksuvin siimein*”. 65-vuotias Kalevi miettii suhtautumistaan omaa kuolemaansa: ”Monista, monista vaikuttavista runoista on kaikkein vaikuttavimpia olleet runot ”Rakas kuolema” ja ”Uhri”. Niissä Saima Harmaja paljastaa suhteensa Kuolemaan, omaan kuolemaansa. Jotenkin olen aina toivonut, että voisin samalla tavalla olla valmis ottamaan kuoleman vastaan”. Myös nimimerkki ToMa pohtii omaa kuolemaansa: ”Sairauden aikana Saima Harmajan runot avautuivat aivan eri tavalla kuin ennen. Tunsin niissä oman kuolemanpelkoni, nuoren elämäni kenties elämättömäksi jäävät kokemukset”.

## **5.2 Kirjoittaminen terapiana**

Useissa kirjeissä oli kirjoittajan oma maininta omasta kirjoittamisesta ja yhtä useasta se kävi ilmi esimerkiksi kirjeiden liitteinä olleista, kirjoittajien omista runoista tai kirjoittajan omista päiväkirjan lainauksista. Osalla kirjoittajista kirjoittaminen oli alkanut hyvin nuorena, kenties keskeytynyt aikuisiässä mutta ikään kuin alkanut uudelleen keski-ikään tultaessa. Osa oli kirjoitellut vain koulu-aikaan lähinnä aineita tai esitelmiä. Kirjoittamisharrastuksen jatkuessa se

on jakautunut pääasiassa kahteen muotoon: päiväkirjaan ja runoihin. Proosan kirjoittaminen on toki myös vahvasti edustettuna, onhan keruuseen osallistunut usea henkilö, joka ilmoittaa ammatikseen kirjailija. Myös ammatikseen kirjoittavia henkilöitä on osallistunut keruuseen, mm. toimittajia.

Keruuseen osallistuneet kirjoittavat aloittaneensa kirjoittamisharrastuksen hyvinkin nuorena. 53-vuotias Eila kirjoittaa: ”Kirjoittaminen oli minulle luonnollista heti, kun opin lukemaan ja riipustamaan kirjaimia – noin nelivuotiaasta”. Päiväkirjan pitämiseen ovat monet kirjoittajat saaneet innostuksen Harmajan päiväkirjoista ja esikuvan mukaisesti antaneet päiväkirjalleen nimen kuten Pirkko B-S. kirjoittaa: ”Aloin pitää päiväkirjaa ja tarkkaan mietin, mikä olisi hyvä nimi päiväkirjalle, kun sillä kerran piti olla nimi – Ilona, kirjoittaminen olisi ilona elämässä. Siitä lähti kirjoittajan tieni.” Lapsuuden päiväkirjoista on sitten siirrytty nuoruuden aikoihin ja Harmaja on vaikuttanut ainakin 66-vuotiaan Irmelin kirjoittamiseen: ”Varmasti on vaikuttanut ainakin haikeisiin rakkausrunoihin, joita kirjoittelin 15 -16-vuotiaana omiin vihkosiini”. Hilkka K. kirjoittaa olevansa varma Harmajan vaikuttaneen hänen runojen kirjoittamiseensa mutta joutuneensa tyhjiöön vapaan mitan runojen esiintulon myötä. Hän kirjoittaa: ”Minulta putosi pohja koko runoudelta pitkäksi aikaa. En pystynyt vastaanottamaan sanomaa. Mielenkiinto hävisi vuosiksi. Uusi ”murrosikä” (vaihevuodet) palautti minut jälleen runojen maailman. Runoja on taas syntynyt nippukaupalla.” Runolla ja kirjoittamisella voi olla tehtävä myös vanhuuden kynnyksellä, 72-vuotias Paula kirjoittaa: ”tässä esivanhuudessa käyn kirjoittajaryhmässä virkistäytymässä, kirjoitamme, lausumme ja muistelemme.”

Päiväkirjan kirjoittamisen merkitys voimistuu yksinäisellä tai yksinäiseksi itsensä tuntevalla henkilöllä. Aira kirjoittaa: ”Läheisen sydänystävän puutteessa aloin kirjoitella mustakantiseen vihkoon lyijykynällä ajatuksiani ja tunteitani. Siitä tuli kuin ystävä minulle.” 64-vuotias Pirkko L. on myös pitänyt päiväkirjaansa ”ainoana uskollisena ystäväenä”. Vaikka päiväkirja on lähes kaikkien nuorten tyttöjen harrastus tietyssä elämänvaiheessa, on Mirja osannut jo nuorena analysoida päiväkirjan merkitystä itselleen:



Tärkeintä oli kuitenkin itse päiväkirjan kirjoittaminen. Noin 10 -11-vuotiaana levisi koululuokallemme päiväkirjainnostus. Sain lukea erään toverini kirjan. Olin suorastaan närkästynyt! Hän kertoi luettelonomaisesti mitä oli päivän mittaan tehnyt. Minä sen sijaan tiesin, että päiväkirjan on tunteitten, ajatusten, toki tapahtumienkin kirjaamista varten. Olin jo varhaisnuorena ylpeä, että olin tuon oivaltanut (Kiitos Saiman!) Läpi vuosien ja edelleen jatkuva päiväkirjan pitäminen lienee myös Saima Harmajan vaikutusta.

64-vuotias Eeva H. kirjoittaa kirjoittavansa päiväkirjaa päivittäin ja pohtii kirjoittamisen merkitystä itselleen: ”Päivästä puuttuu jotain, ellen dokumentoi sitä. [...] Jos on tärkeää asiaa, on helpompi kirjoittaa kuin puhua.” Suru tai tuska voi olla liian vaikea asia puhuttavaksi ja näin kokee Pirkko B-S: ”Kirjoittaminen oli ainoa keino puhua ja se auttoi tuon vaikean kokemuksen yli.” Raija kirjoittaa löytäneensä runojen kirjoittamisen 70- luvulla:” Se oli silloin monien tuskallisten kokemusten purkautumistie.” Myös Ari kirjoittaa kirjoittaneensa runoja läheisensä kuoleman aikoihin ja 64-vuotiaalle Kaarinalle ”[...] 50-vuotiaana sairauden ja muiden tapahtumien kautta alkoi uusi runovaihe.” Kaarina kirjoittaa kirjoittaneensa runoja myös nuorempana mutta se oli tauonnut välillä.

Päiväkirjan kirjoittamisen syvällisin merkitys tulee esille monen kirjoittajan kirjeessä, jossa he kuvaavat päiväkirjan merkitystä itselleen. Hilikka S-K. kirjoittaa aloittaneensa päiväkirjan pidon jo kymmenvuotiaana ja säilyttäneensä ne kaikki. Hän kirjoittaa: ” Yleensä ne ovat olleet vain tunteen ja sisäisen elämän kuvauksia, hyvin vähän konkreettisia tapahtumia, siis vain ominta minuuttani.” 75-vuotias Anneli T. kirjoittaa: ”Nuoruuteni ajan päiväkirjat, kirjeet ja runoyritelmät ovat harjoittaneet minut ilmaisemaan itseäni ja tunteitani kirjoittamalla”. 19-vuotias Laura L. kirjoittaa kirjoittaneensa

kaikenlaista pienestä pitäen [...] mutta siinä neljäntoista ikävuoden jälkeen kirjoittamisesta alkoi muotoutua tärkeä omien tunteiden ja tapahtumien käsittelyväylä ja mielikuvituksen lähteistä pulppuavien tarinoiden tallennusmuoto. Lukioaikana kirjoittamisesta,

kuten muustakin taiteellisesta ilmaisusta, tuli se intohimoinen rakastettu, jollaisena taide minua tänäkin päivänä syleilee – ja minä sitä.

48-vuotias Päivi kirjoittaa päiväkirjan kirjoittamisestaan ja Harmajan osuutta siihen:

Saima opetti minut käymään sisäistä vuoropuhelua päiväkirjan kanssa, jota olen pitänyt yksitoistavuotiasta lähtien. Saima opetti, ettei tarvitse oikeastaan hävetä ylenpalttisiakaan tunteita, joista ei voi puhua muille kuin päiväkirjalle. Hänen ansiostaan tajusin, ettei yksinpuhelua olekaan: aina on olemassa itse ja toinen, joiden välille yhteyttä luodaan. Saima rohkaisi minua kirjoittamaan runoja ja kesyttämään omaa henkistä outoutta.

Tämä kuvaa kirjoittamisen merkitystä ja sen mahdollisuuksia. Tämä kuvaa jo myös syvällisesti oman itsensä analyysiä ja sitä, miten oppia elämään itsensä kanssa.

Kirjoittaminen ei sinällään ole terapiaa mutta se voi olla terapeutista. Se voi antaa kirjoittajalleen uutta merkitystä ja näin saada aikaan muutoksen.

(Linnainmaa 2005, 19). Päiväkirja on tässä avainasemassa. Ihminen kirjoittaa usein selkiyttääkseen ajatuksiaan, saadakseen ne haltuunsa voidakseen käsitellä niitä. Asiat näyttävät selkeämmiltä kirjoitettuna. Kirjoittaja voi myös huomata kirjoittaneensa sellaista, mitä ei ollut huomannut ajatelleensa tai ei ollut uskaltanut itsensä antaa ajatella. Jollakin saattaa olla lapsuudessa tai nuoruudessa sellaisia tapahtumia, joista ei voi puhua kenellekään.

Selvittämättömät asiat mielessä voi olla yksi syy sairastumiseen. Kirjoittamalla asiat päiväkirjaan ne eivät jää sisälle vaivaamaan vaan ihminen saa kasvaa ilman (usein turhia) painolasteja. Päiväkirjan etuna on myös se, että se on aina tarvittaessa saatavilla. (Pietiläinen 2005, 99 -103). Kirjoittamisella voi olla merkitystä myös surutyössä. Surua ei ehkä pysty sinällään kirjoittamaan, mutta jo se, että kirjoittaa miltä tuntuu, voi olla auttamassa surun käsittelyssä. Kirjoittamalla voi käydä surutyön vaiheita läpi ja näin päästä uuteen alkuun. (Saresma 2007, 167 – 193.)

Yksi tämän hetken suosituksi kirjoittamismuodoksi on noussut elämäntarinan kirjoittaminen. Erilaisia kursseja oman elämäntarinan tai – kerran kirjoittamiseen on jo muutamia, ja nekin täyttyvät nopeasti. Ihmisillä on tarve kirjoittaa omasta elämästään. Varsinkin vanhustyössä erilaiset muistelut ovat tervetullutta vaihtelua vanhusten päivärytmiin. Se antaa vanhukselle arvokkaan roolin hänen omassa elämässään ja voi näin helpottaa hyväksymään vanhenemisen. Eläkkeelle jääminen on yksi elämän murroskohdista ja kirjoittaminen voi auttaa sopeutumaan siihen. Eläkkeelle jäävä voi kokea ulkopuolisuuden tunnetta sekä yksinäisyyttä, jota kirjoittaminen voi lieventää. Kirjoittajapiiristä voi saada paljon sisältöä elämäänsä ja se voi tuoda myös uusia ystäviä niitä toivoville. Toisaalta eläkkeelle jääminen voi mahdollistaa kirjoittamisen, johon sitä ennen ei ole ollut aikaa tai voimia. (Viitaniemi – Lahtinen 1995, 113 – 116, 121 – 122 ja 2005, 83 – 97.) Oma elämä halutaan jäsentää kirjoittamalla se muistiin ja samalla voidaan hahmottaa oman elämän paikka ja merkitys vaikkapa sukuun avulla. Oma elämä halutaan liittää tiettyyn ketjuun omien vanhempien elämän oheen ja jättää se sitten seuraavalle sukupolvelle jatkettavaksi.

Kirjallisuus on keruuseen osallistuneiden kirjoittajien mukaan auttanut heitä monella tapaa. Kirjallisuuden avulla voi löytää elämänohjeen itselleen ja kirjailijan esikuvalla voi olla vaikutusta oman elämäntavan löytämiseen. 49-vuotias Päivi kirjoittaa: ”Saima on opettanut minua elämään täysillä ja auttanut välttämään emotionaalista ja älyllistä pintapuolisuutta.” 58-vuotias Leena H. kirjoittaa samalla ajatuksella: ”Edelleen Saima Harmajan viesti minulle on olla oma itsensä, tehdä asioita itselleen rehellisenä, toteuttaa sydämen kutsua. Uskon, että juuri siitä syystä Saiman runot ja päiväkirjat ovat koskettaneet ja edelleen koskettavat ja antavat lohtua ja iloa monille.” Syvällisesti Harmajan tekstien merkitystä on pohtinut myös 36-vuotias Satu, joka kirjoittaa saaneensa

Saimalta yhä vahvistusta omalle  
 elämänasenteelleni: hän inspiroi minua elämään  
 rohkeasti ja rakastaen. Saman vanavedessä  
 me kaikki voimme löytää täyttymyksen oman

elämäntehtävämme palvelijoina. Päiväkirjojen viisaudet johdattavat ymmärtämään elämän tarkoitusta ja sovintoa kuoleman edessä.

Monissa kirjeissä käy ilmi, että lukijat palaavat samoihin teksteihin aika ajoin, elämäntilanteesta riippuen. 60-vuotias Hilikka R. kirjoittaa huomanneensa, että ”palaan runoihin etenkin silloin, kun elämässäni on surun ja epävarmuuden aikoja. Tunnen saavani runoista voimaa.” Kirjallisuuden avulla voi oppia myös yhteisöllisyyttä ja elämän kiertokulkua. Se voi olla keino, joka auttaa jäsentämään omaa elämäänsä ja sen vaikutusta muihin. 60-vuotias Arja kirjoittaa: ”Runous on antanut minulle paljon. Se on yksi ulottuvuus lisää ymmärtää ihmistä ja elämää. haluan myös edistää runojen tutkimista ja lukemista sekä jakaa runoelämyksiä muiden kanssa.” Useat keruuseen osallistuneet kirjoittajat kokevat myös tärkeänä sen, että seuraavat sukupolvetkin kokisivat runouden merkitykselliseksi. Se, mikä koetaan itselle tärkeäksi ja läheiseksi, halutaan jättää perinnöksi. Eliisa kirjoittaa kirjeessään Saimalle: ”Olet antanut minulle kaikinensa niin paljon: luomisvoimaa, rakkautta luontoon, elämään, runouteen ja rakkauteen. Vähintä (vai suurinta, onkohan siinä edes eroa) mitä voin kiitokseksi tästä tehdä, on koettaa siirtää rakkautta runouteesi uusille sukupolville.” Myös Leena Le., itsekin kirjailija, kirjoittaa Harmajan tekstien vaikuttaneen omaan kirjoittamiseensa ja pohtii: ”Ehkä sitä kautta annan jollekin lahjaksi Saima Harmajan teokset, ja kirjojen ja lukijoiden ketju jatkuu.” Ihmisen elämänkaareen kuuluu myös sen päättyminen ja kirjallisuuden avulla voi kokea olleensa osa isompaa kokonaisuutta.

Kirjailija ja psykiatri, ministeri Claes Anderssonin mukaan ”kirjallisuudella on aina sekä terapeutin että pedagogin ulottuvuus” (Andersson 2002). Luovuusterapian merkitys alkaa vähitellen avautua myös lääketieteessä. Arvovaltainen Lääkärilehtikin on julkaissut artikkeleita koskien erilaisia luovuusterapioita. Myös kirjallisuuden professori Ammondin artikkeli on julkaistu Lääkärilehdessä. Pääkaupunkiseudulla on ainakin kahdessa sairaalassa jatkuvasti taidenäyttelyitä sekä potilaiden että vierailijoiden iloksi. Taideterapiaa käytetään hyväksi psykiatrisessa hoitotyössä. Tämä kertoo ehkä uudesta ajattelutavasta, jossa ihmisen kokonaisvaltainen hyvä olo antaa terveyden tunteen. Lukemisella ja kirjoittamisella, jotka Claes Anderssonin

mielestä ovat ”samantyyppisiä prosesseja” (Andersson 2002), on mahdollisuudet edesauttaa ihmisen kokonaisvaltaista hyvän olon tunnetta.

## Päätäntö

Saima Harmajan jäljillä – keruuseen osallistuneiden kirjeistä on luettavissa hyvin läheinen, henkilökohtainen ja intiimi suhde Harmajaan ja hänen tuotantoonsa. Osallistujat kirjoittavat tuttavallisesti Saimasta, meidän Saimastamme ja kutsuvat häntä ”ystäväkseen” tai ”sydänystäväkseen”. Toiset kirjoittajat kuvaavat tunnettaan Harmajaan hyvin monisanaisesti ja avoimesti, toisten kirjeistä se on tulkittavissa tai on hienotunteisempaa. Yhteistä kaikille osallistujille on kuitenkin se, että he ovat kokeneet jotain ainutlaatuista Harmajan tekstien ääressä.

Vaikka itsensä toteuttaminen tulee Maslowin tarvehierarkian mukaan vasta pyramidin huippuna, on sekin tarpeena olemassa, kunhan perustarpeet on saatu tyydytettyä. Vainottujen kansojen kulttuuri on syntynyt usein siitä, että on yhdessä pyritty keventämään henkistä ahdistusta vaikkapa laulamalla tai tanssimalla. Vaikka työtä on ollut paljon ja sen tekeminen on ollut raskasta, kuten maalaistaloissa ennen maatalouden koneellistumista, on ihmisillä kuitenkin ollut tarve myös henkiseen työhön. Keruuseen osallistuneiden kirjeistä kävi ilmi, että monet, varsinkin iäkkäämmät ovat kokeneet oman kasvuilmapiirin henkisesti ehkä jotenkin puutteelliseksi. Maaseudun pitkät välimatkat eivät antaneet mahdollisuuksia osallistua tarjolla oleviin kulttuuriharrastuksiin, joista lausunta mainitaan useimmin näissä kirjeissä. Hilikka kirjoittaa: ”Maalaistalossa piti tehdä työtä jokaisen, jopa enemmän kuin voimat olisivat riittäneet. [...] Aineellista puutetta ei ollut, oli ehkä mielen, henkisen elämän, sielun ravinnossa puutostilaa. Harrastuksille ei paljon aikaa järjestetty työn ohella, [...] Eihän elänyt, ellei saanut murusia kirjallisuudesta ja musiikista.” Meillä suomalaisilla on hieno kirjastolaitos ja se on ollut (ja toivottavasti tulee edelleen olemaan) monen henkinen koti. Kirjastoista on

moni sivukylilläkin asuva saanut täytettä kulttuurinnälkään. Keruuseen osallistuneista useat kertovat kantaneensa kotiin kirjoja ja ahmineensa niitä, toiset jopa salaa. 67-vuotias Ulpu kirjoittaa vanhempiansa koettaneen rajoittaa hänen lukemistaan vedoten hänen likinäköisyyteensä: ”En saisi rasittaa silmiäni. Silmälaseja pidettiin melkein häpeänä, ja lukemiseen käytettyä aikaa monet maalaisoloissa pitivät laiskuutena. Mutta samalla lailla kuin kirjoittaminen oli Saimalle elämää, oli lukeminen sitä minulle.” Nuorten kirjoja ei vielä ehkä silloin monia ollut ja niin monet ovatkin aloittaneet lukuharrastuksensa Harmajan päiväkirjoista.

Päiväkirjoista ovat saaneet maalla asuvat lukijat tietoa, miten kaupungissa lapset ja nuoret ovat eläneet. Sitä kautta he ovat voineet laajentaa maailmankuvaansa ennen television tuomaa nojatuolimatkaikun aikaa. Päiväkirjoista lukijat ovat myös saaneet peilattua omaa elämäänsä ja kasvuaan. Osallistujat kirjoittavat myös aloittaneensa itse päiväkirjan pidon, joka toisilla jatkuu yhä vielä vanhuusiässä. Murrosikäinen määrittelee identiteettiään peilaamalla jatkuvasti itseään toisiin. Monet keruuseen osallistuneista kirjoittavatkin juuri murrosikäisenä lukeneensa hartaimmin Harmajan tekstejä. Päiväkirjoissa he ovat seuranneet Harmajan kasvua lapsesta nuoreksi naiseksi ja kokeneet hänen kanssaan tuon kasvun ajan vellovan murrosten tunteet. 48-vuotias Päivi kirjoittaa: ”Jaoin nuoruuden hulluuteni hänen [Harmajan] kanssaan palaten usein itselleni rakkaimpiin teksteihin, joissa runoilija pakottautui näkemään fyysisen kipunsa ja henkisen kärsimyksensä läpi siihen pysyvään rauhaan, johon minäkin halusin nähdä.” Varsinkin syrjäseudulla asuvalle, yksinäiselle nuorelle kirjojen merkitys kasvaa, tämä tulee ilmi monessa kirjeissä. Kirjoista he ovat saaneet tietoa, että muutkin kokevat samoja tunteita eivätkä he siis ole yksin vierailta ja ehkä pelottavilta tuntuvilta tunteiden kanssa. Lukeminen voi näin korvata ystävän, se voi toimia ystävän korvikkeena tunteiden ja identiteetin peilaamisessa ja helpottaa kasvuprosessia.

Saima Harmajan runojen teemat koskettavat suomalaisia lukijoita tutunomaisuudellaan. Luonnon läheisyys ja sen kauneuden ylistys on keruuseen osallistuneille läheisintä. Harmaja osaa kuvata luontoa tavalla, joka

koskettaa lukijaa hyvin syvältä. Joskus yhteys voi olla näennäisesti pieni ja mitätön, mutta lukijalle tärkeä, kuten Karl-Ivar kirjoittaa: ”Saima rakasti samaa pikku eläintä kuin minä, peipposta, joka lauloi hurmaantuneena, ja jonka riemua helisi maa!” Harmajan tapaa kuvata luontoa kehuttiin melkein kaikissa kirjeissä, vaikka jokin toinen teema olisikin ollut läheisempi. Suomalaiset ovat aina eläneet lähellä luontoa ja käytämme paljon luonnonkuvia kuvaamaan omia tunteitamme. Kaikkihan me, varsinkin jo varttuneemmat, tiedämme, mitä tapahtuu vanhassa suomalaisessa elokuvassa silloin, kun näytetään aaltojen pauhua ja taustamusiikkina soi Sibelius tai jokin muu ylevä musiikki. Luonto antaa mahdollisuuden kokea erilaisia tunteita ja antaa tunteen, että kuulumme johonkin, olemme osa jotain isompaa kokonaisuutta, jossa kaikella on merkityksensä ja tarkoituksensa. Lukijat kirjoittavat toistelleensa Harmajan luontorunoja aina tietynä vuodenaikana, vuodesta toiseen, ikään kuin todetakseen ja todentaakseen vuoden kiertokulun jatkuvuutta. Vaikka ihmisen elämässä tapahtuu eri tapahtumia, vuoden kiertokulku on ja pysyy, kevät tulee joka vuosi vaikka ihmisen elämässä ei siltä tuntuisi. Tämä voi auttaa suhteuttamaan omien tapahtumien käsittelyä ja päästää jatkamaan elämää silloinkin kun tuntuu, että on jäänyt paikoilleen. Ulla-Maija kirjoittaa: ”Me tarvitsemme jokapäiväisen leivän lisäksi jotain, joka kohottaa korkeammalle, auttaa näkemään silloinkin kun varjot kasaantuvat tiellemme.”

Runon rytmi onkin vaikuttava asia lukijoille. Elämässä kaikki tapahtuu tietyissä rytmissä, sydämensykkeestä lähtien. Vauvat rauhoittuvat äitinsä rinnoilla tuntiessaan äidin sydämensykkeen ja koiranpennut nukahtavat uudessa kodissaan kun patjan alle kätketään kello matkimaan tikityksellään emon sykettä. Runon rytmi on aiemmin helpottanut sen muistamista, kun runolla on kerrottu tarinoita eikä ollut vielä kirjoitettua historiaa. Rytmii luo pohjan tanssille ja musiikille. Joskus rytmi on ainut asia, joka havahduttaa. Vanhukset tai sairaat voivat olla sairauden takia täysin omassa maailmassaan ilman, että saisivat enää yhteyttä tähän maailmaan. Joskus laulu voi kuitenkin saavuttaa heidät ja tuoda heille iloa ja eloa. Runon parantava rytmi onkin vaikuttavassa asemassa silloin, kun kirjallisuusterapiaa käytetään henkisesti sairaiden hoidossa. Tässä tutkielmassa ei ole tutustuttu tähän psykiatriseen hoitoon lainkaan, mutta runon rytmi voi auttaa myös kasvuryhmien toiminnassa. Ja,

kuten keruuseen osallistuneiden kirjeistä käy ilmi, myös yksittäiselle lukijalle rytmi voi olla elvyttävä.

Sairaus ja suru ovat keruuseen osallistuneiden mielestä vaikeimpia asioita. Monet kirjoittavat tunteistaan omien sairauksiensa ajoilta ja kirjoittavat, kuinka saivat helpotusta lukiessaan Harmajan tekstejä. Oli joku, joka oli kokenut kaiken saman. Läheiset ihmiset eivät ehkä kuitenkaan osaa lohduttaa oikeilla sanoilla toisin kuin henkilö, joka on itse käynyt läpi kaiken saman. Harmaja on kuvannut pelkojaan, kapinointiaan ja lopulta kohtalonsa hyväksymistään sillä lailla, että lukijat ovat voineet elää omat tunteensa niiden kautta. Tarpeeksi suuri ahdistus tai suru vie usein sanat jonnekin pois, on vain täyttä mustaa ympärillä. Lukijat kirjoittavat nähneensä valoa sittenkin ja saaneet surustaan otteen kun ovat saaneet sille sanat. Runojen kielikuvat ja aukkopaidat antavat mahdollisuuden päästä sanojen sisälle ja näin saada sanojen lohdutus esille. Runojen tulkinnallisuus auttaa siten, että lukija saa tulkita tekstin omista lähtökohdistaan, siitä, mihin teksti lukijan omassa elämässä kiinnittyy.

Oma kirjoittaminen koetaan hyvin merkittävänä tekijänä oman elämän jäsentämisessä. Monissa kirjeissä kävi ilmi, kuinka tärkeä tunteiden ilmaisukanava kirjoittaminen on. Kaikissa kirjeissä ei eritelty kirjoittamisen laatua tai muotoa vaan kirjoittaja kirjoitti ikään kuin todeten kirjoittavansa ajatuksiaan ja tunteitaan. Toiset kirjoittavat runoja, toiset päiväkirjaa. Yhtä kaikki kirjoittamisen kuvataan olevan monesti keskustelun korvike, jos keskusteluun ystävän kanssa ei ole mahdollisuutta. Kirjoittaminen myös koetaan luotettavaksi keinoksi paljastaa arimpiakin tunteita, joista ei uskalleta kertoa toisille. Avautuminen koetaan kuitenkin tärkeänä keinona asioiden jäsentämiseksi sekä niiden suhteuttamiseksi. Se, että joku toinen lukee oman tekstin, ei tunnu olevan merkityksellistä terapeuttisen kirjoittamisen kannalta, vaikkakin moni osallistuja kirjoitti lähettäneensä tekstejään kustantamoihin tai julkaisseensa omakustanne julkaisuja.

Kirjoittamisen terapeuttisen vaikutuksen määrää voi jokainen pohtia lukiessaan mitä tahansa kaunokirjallista teosta. Nykyisin yhä yleisempiä teoksia tuntuvat olevan osittain fiktiiviset omaelämäkertateokset sekä julkiset



nettipäiväkirjat. Kirjoittaessaan kirjoittaja on oma jumalansa ja voi kirjoittaa itselleen sellaisen elämän, jonka haluaisi elää tai jonka olisi halunnut elää. Rohkeimmat kirjoittavat ehkä sellaisen, jonka ovat eläneet tai jota elävät parhaillaan. Sanoilla, joita kirjoittaja käyttää, on merkitystä. Ihmisen psyyke ottaa vastaan käytettyjä sanoja, joten sanojen laadulla on suuri merkitys siihen, millaisena ihminen itsensä kokee. Kirjoittamalla jokin mieltä vaivannut asia toisesta näkökulmasta, asiaan voi saada uudenlaisen lähestymistavan ja näin suhtautuminen asiaan voi muuttua täysin. Tässä voi myös luettu teksti olla apuna. Lukiessaan voi saada joko vahvistusta näkökulmaan tai sitten toisen, päinvastaisen suhtautumistavan. Myös kirjailijan elämällä voi olla merkitystä, hän voi olla esimerkkinä ja opastajana. Tästä näkökulmasta katsottuna on todella sääli, jos tulevaisuudessa ei ole tarjolla hyvää kirjallisuutta, jonka avulla ja jonka kanssa voi kasvaa eheäksi ihmiseksi.

Kirjallisuusterapian merkitys ja sen hyödyt ovat vasta avautumassa. Amerikassa se on ollut käytössä jo vuosia ja sen vaikutuksia on tutkittu lähinnä sairaiden hoidossa. Mielestäni sen merkitys erilaisten kasvu- tai kuntoutuvien ryhmien käytössä on myös huomattava. Kirjallisuusterapiaa voi käyttää hyvinkin laajasti ja omaa kirjoittamista hyödyntää monien erilaisten tilanteiden jäsentämiseen. Näen sen erittäin käyttökelpoiseksi mm. eroryhmien, mielenterveyskuntoutujien ryhmien tai työnohjausryhmien metodina. Mielestäni kirjallisuusterapian käyttö on näissä tilanteissa ”helppo” terapiamuoto, ryhmien vetäjänä voi olla monen eri koulutuksen saanut henkilö. Kirjallisuusterapia monitieteisenä mahdollistaa sen muotoutumisen osallistujien tarpeen mukaan eikä sitä pidä väheksyä sen takia. Kirjallisuusterapiaa on tähän mennessä tutkittu ja hyödynnetty lähinnä psykiatrisessa hoitotyössä ja – tieteessä. Kirjallisuuden tutkimuksen kentällä on tässä nyt mielestäni oiva tilaisuus laajentua.

## Kirjallisuus

Tutkimuskohde

Saima Harmajan jäljillä – keruun materiaali, Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran arkisto, 2007.

Lähteet

Alanko, Outi (2001). Lukijasta lukemiseen, tulkinnasta elämykseen: lukijan käsite kirjallisuudentutkimuksessa. Teoksessa Alanko, Outi ja Käkelä-Puumala Tiina (toim.) *Kirjallisuudentutkimuksen peruskäsitteitä*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Tietolipas 174. RT-Print Oy, Pieksämäki.

Hietaniemi, Helena (2006). Minä sanojen peilissä. Artikkelit Hyvä Terveys-lehdessä kesäkuu 2006. s 32 – 35.

Hämäläinen, Soili (2006). Sanat hoitavat. Artikkelit Mielenterveys-lehdessä 3/2006. s 26 – 28.

Hosiaisluoma, Yrjö (2003). *Kirjallisuuden sanakirja*. WS- Bookwell Oy, Juva.

<http://www.perielongo.com/therapy.html>. Tulostettu 5.5.2007

<http://www.poetrytherapy.org/history>. Tulostettu 19.11.2006.

Ihanus, Juhani (2002). *Koskettavat tarinat. Johdantoa kirjallisuusterapiaan*. BTJ Kirjastopalvelu.

Kajannes, Katriina (2000). Kognitiivinen kirjallisuudentutkimus. Teoksessa Kajannes, Katriina ja Kirstinä, Leena (toim.) *Kirjallisuus, kieli ja kognitio*. Yliopistopaino, Helsinki.

Kirstinä, Leena (1984). *Epämääräisyyskohtia teoksen rakenteen ominaisuutena Roman Ingardenin ja Wolfgang Iserin mukaan*. Monistesarja 17. Tampereen yliopisto, yleinen kirjallisuustiede. Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.

Koskela, Lasse ja Rojola, Lea (2000). *Lukijan ABC- kirja. Johdatus kirjallisuuden nykyteorioihin ja kirjallisuudentutkimuksen suuntauksiin*. Suomen Kirjallisuuden Seuran Tietolipas 150. Kirjapainooy West Point, Rauma.

Lehtovuori, Eeva (2005). Unimaailman mahdollisuudet. Teoksessa Mäki, Silja ja Linnainmaa, Terhikki (toim.) *Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan*. Duodecim. 115 – 128.

Linnainmaa, Terhikki (2002). Kirjallisuusterapia Gestalt- terapian ja NLP:n näkökulmasta. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) *Koskettavat tarinat. Johdantoa kirjallisuusterapiaan*. BTJ Kirjastopalvelu. s.143 – 163.

Linnainmaa, Terhikki (2005). Kriisit ja kirjallisuusterapia. Teoksessa Mäki, S. ja Linnainmaa, T. (toim.) *Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan*. Duodecim. s.71 - 82.

Linnainmaa, Terhikki (2005). Mitä kirjallisuusterapia on? Teoksessa Mäki, S. ja Linnainmaa, T. (toim.) *Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan*. Duodecim. s.11 – 25.

Linnakylä, Pirjo (1990). Lukutaito – valmiutta ja vapautta. Teoksessa Linnakylä, Pirjo & Takala, Sauli (toim.) *Lukutaidon uudet ulottuvuudet*. Kasvatustieteiden tutkimuslaitoksen julkaisusarja B, Teoriaa ja käytäntöä 61. Jyväskylän yliopiston monistuskeskus.

Merloo, J.A.M. (1985). *The Universal Language of Rhythm*. Teoksessa Leedy, J.J. (toim.) *Poetry as Healer*. Vanguard Press.

Niemi, Juhani (2000). Lukija kirjallisuusinstituutiossa. Teoksessa Niemi, Juhani *Kirjallinen elämä. Kirjallisuuden yhteiskuntasuhteiden kartoitusta*. Vammalan Kirjapaino Oy, Vammala.

Pietiläinen, Katri (2005). Päiväkirja mielen avaajana ja persoonallisen kasvun välineenä. Teoksessa Mäki, Silja ja Linnainmaa, Terhikki (toim.) *Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan*. Duodecim. s. 99 – 114.

Saresma, Tuija (2007). *Omaelämäkerran rajapinnoilla. Kuolema ja kirjoitus*. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 92. Jyväskylän yliopisto. Gummerus Oy.

Tuomela, Minna (2005). Terapiaa tarinalla. Artikkelit Kaupunkilehti Vartti-lehdessä 27.12.2005. s 6.