

**JYX**



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

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

**Author(s):** Kallio, Eeva

**Title:** Se kehittyy, mitä kehitetään : viisautta kokemustietona ja itsekasvatuksessa

**Year:** 2019

**Version:** Accepted version (Final draft)

**Copyright:** © Basam Books, 2019

**Rights:** In Copyright

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

**Please cite the original version:**

Kallio, E. (2019). Se kehittyy, mitä kehitetään : viisautta kokemustietona ja itsekasvatuksessa. In T. Jantunen (Ed.), *Myötätunto ja viisautta Topeliuksen ajattelussa* (pp. 221-228). Basam Books.

## SE KEHITTYY, MITÄ KEHITETÄÄN – viisautustietona ja itsekasvatuksena

Eeva Kallio

dosentti

Tampereen yliopisto,

Jyväskylän yliopisto

Se, kuinka kirjoittaa annetusta aiheesta, riippuu monesta tekijästä. Se riippuu osaltaan kirjoittajan tavoitteista ja kiinnostuksista ja myös kirjan toimittajan tavoitteista ja päämääristä. Kukin kirjoittaja kirjoittaa opetetusta, oppimastaan ja omaksumastaan. Siitä, mitä meille on muodollisesti opetettu ja mitä meidän on haluttu oppivan. Samalla myös epämuodollinen elämäkokemusvarasto toimii kirjoittamisessa taustana. Kolmanneksi kirjoitettuun vaikuttaa se, mitä tutkija löytää kirjastojen tietovarannoista koskien annettua aihetta. Tieteellinen ulkoisiin, toisia koskeviin havaintoihin perustuva tutkimus voi kuvata sitä ryhmien keskiarvojen tasolla tai laadullisemmin yksilökuvauksina, tai soveltaen molempina. Tällaista tutkimusta pidetään järjestelmällisimpänä tapana tuottaa uutta tietoa ilmiöstä.

Minulle esitettiin pyyntö kirjoittaa viisaudesta. Tiedätkö ennakolta tätä kirjoittaessani, että tulen löytämään kuvaamastani ilmiöstä viisautta? En. Jos täyttäisin viisautta koskevan kyselylomakkeen, se saattaisi kertoa jotakin viisaudesta. Se kertoisi siitä sen osan, mitä kyselyn laatija on määritellyt viisaudeksi, ja minä vastaisin siihen niiltä osin kuin haluan, tiedostan ja ymmärrän itseäni. Lomake mittaa ainoastaan palaa todellisuudesta, tiettyä viipaletta, emmekä voi olla varmoja, millaisella vakavuudella lomake on täytetty. Myös oma kokemukseni on arvio ilmiön yhdestä osasta, omasta kokemustodellisuudestani. Kokemusta voidaan mitata ulkoisin menetelmin, kuten neurofysiologisesti, jolloin tulos on tämän menetelmän tuottamaa tietoa, mutta ei koko kuva. Samasta ilmiöstä voidaan niin sanotusti saada *ensimmäisen*, *toisen* tai *kolmannen* persoonan tuottamaa tietoa, eli ainakin kolmen erilaisen näkökulman tuottamia käsityksiä (Kallio, 2016).

### **Kulttuurinen viisautus**

Teen eksoottisen hyppäyksen aivan toisaalle. Tarkoitukseni on seuraavaksi kuvata, kuinka yhden liikuntalajin harjoittelu ilmentää sen taustakulttuuriin liittyviä viisauksikäsitteitä ja -filosofiaa, ja kuinka siinä pyritään tietoiseen itsekasvatukseen. Harjoittelen taiji- ja qigongryhmässä, joka osin on pysynyt samana, osin muuntunut viimeisen 18 vuoden aikana. Harjoitteleminen taijissa liikesarjoja, jotka pohjautuvat kiinalaisiin taistelulajeihin, mutta emme harjoita niitä taistelun oppimiseksi, vaan imitoiden näitä liikkeitä mahdollisimman sulavasti ja pehmeästi. Harjoitteleminen myös helpompaa

qigongia, hyvinvointiharjoitteita, joiden tehtävänä on ylläpitää kehon terveyttä ja joustavuutta. Tässä vaiheessa mielle yhtymäni vie luonnollisesti kiinalaiseen kulttuuriin näiden liikuntamuotojen taustana. Pidän näiden – todennäköisesti alkuperältään ehkäpä ainakin tuhannen vuoden ikäisten – liikuntalajien säilymistä merkinä siitä, että jokin niissä puhuttelee aikakaudesta ja kulttuurista riippumatta. Harjoittelussa on jotakin, joka vaikuttaa voimakkaasti sekä kehollisesti että kokemusten tasolla. Koska vaikutus on myönteinen, sitä haluaa jatkaa.

Kulttuurinen viisaus on eräs osa viisauden laajaa kenttää. Taiji ja qigong ovat pitkään harjoitettuja liikunnan muotoja, joiden vaikutuksista on täytynyt olla jonkinlaista kokemusnäyttöä. Tuntuu epätodennäköiseltä, että merkityksetön ja hyödytön jatkaisi olemassaoloaan. Ei liene maata, jossa ei törmäisi näiden harjoitteluun. Uuden näkökulman niihin tuo yhä enenevä tieteellinen tutkimus, joka osaltaan tukee joitakin omia kokemuksiani (Wayne, 2013).

Kulttuuri siis kantaa jonkinlaista yhteisössä muodostunutta kokemusta.<sup>1</sup> Onko tämä kokemustieto viisautta? Nykyisen käsityksen mukaan juurikin kokemustieto on viisauden ydintä. Ei (ainoastaan) kirjatieo, vaan käytännön elämässä hankittu tieto, jota myös asiantuntijuustiedoksi kutsutaan (vrt. Kallio, 2016). Vieläkin tarkemmin ilmaistuna kyse on teoreettisen kirjatieon ja kokemustiedon yhdistymisestä, jossa ymmärretään tiedon moniulotteinen syntyminen niin, että siitä kyetään myös parhaimmillaan luomaan uutta tietoa. Kokemustiedon alueella puhutaan myös hiljaisesta tiedosta osittaisesti tiedostamattomana tietona. Keräämme kokemuksia, mutta emme tiedä tietävämme, ennen kuin sopiva tilanne tuo esiin piilevän tiedon.

Taijin ja qigongin harjoittelu on yleensä järjestelmällistä ja pitkäaikaista, koska ainakaan ensin mainittu ei ole helposti opittavissa. Se edellyttää myös jatkuvaa nöyryytystä oman osaamattomuutensa edessä. Mikä viisaus on siinä, että asia avautuu vain hitaasti matkaa kulkien? Harjoittelija tietää ennakolta, että ei tule valmiiksi ja tie jää kesken. Kun taijin monimutkaisia liikesarjoja on luotu ja luodaan, mihin sillä tähdätään? Mikä tai mitkä mielen ja kehon alueet kehittyvät, kun tiettyjä liikesarjoja toistamistaan toistetaan, ja miksi tätä tulisi tehdä? Ainakin ne juurtuvat syvälle kokemukseen ja muodostuvat hiljaiseksi keholliseksi tiedoksi.

Taijin harjoittelussa piilee ajatus siitä, että vain kärsivällisyys palkitaan. Lähtökohtana on oppilasmestariasetelma, jossa pidemmälle edennyt voi viisautessaan, kokemustiedossaan, auttaa tielle astuvaa noviisia. Viisauden välittyminen on siten monikerroksisesti sosiaalista toimintaa: kulttuuri kantaa viisautta, ja mestari tuo sen oppilaalle, joka vie sitä puolestaan muille. Mestarin tai tietäjän arkkityyppi onkin ollut hyvin yleinen viisaan ihmisen arkkityyppi eri kulttuureissa (Curnow, 2015).

---

<sup>1</sup> Ei silti voida päätellä, että yhteisöllinen (tai yksilöllinen) kannettu kokemus olisi aina luonteeltaan myönteistä. Voihan esimerkiksi olla, että missä tahansa kulttuurissa kannetaan ja yleistetään kokemuksia, jotka ovat eettisesti arveluttavia.

## **Itsensä kultivointi**

Taiji ja qigong perustuvat filosofiseen taolaisuuteen. Jokainen liikesarjojen liike heijastaa tätä filosofiaa, jonka hyvin yksinkertaistetusti voisi ilmaista perusyksytenä, joka ilmenee aina (loputtomasti monistuvana) kakseutena. Kaikki ilmiöt kantavat itsessään vastakkaisuuttaan mutta ovat ytimeltään ykseyttä (Curnow, 2010; 2015)<sup>2</sup>. Liikesarjojen elegantissa hienostuneisuudessa matkitaan ja luodaan kuvaa tästä filosofisesta perustasta: liike aaltoilee aina kahden vastakohdan välissä. Vaikeuden tekee se, että harjoittelijan on pyrittävä ottamaan huomioon samanaikaisesti melkoinen määrä osatekijöitä – kuten kädet, jalat, lantion asento, silmät, hengitys, mieli – jotta liike onnistuisi. Lienee selvää, että niiden huomioonotto ei koskaan onnistu täydellisesti, vaan jokainen on niissä keskeneräinen ja rajallinen.

Monimutkaisten kuvioiden toistaminen johtaa väistämättä siihen, että harjoittelijan täytyy olla täysin keskittynyt tekemiseensä. Mikään muu sisältö ei voi tulla mieleen, koska se johtaa liikkeen epäonnistumiseen. Ei ole siten ihme, että lajia pidetään liikemeditaation muotona ja ainakin osa siitä luetaan ns. mindfulness-tyyppiseksi harjoitukseksi (Wayne, 2013). Keskittynyt läsnäolo poistaa mielen sisällöt ja tyhjentää ajattelun.

Vaikkakin taijin perustaso sisältää liikesarjojen harjoittelua yksin, siihen sisältyy myös pariharjoitteita. Liikkeet ovat samat kuin liikesarjoissa, mutta mukaan tulee ”vastustaja”, toinen harjoittelija. Pariharjoittelun ytimenä on oman ja toisen voiman keskinäinen tunnustelu ja kuunteleminen. Kyse ei ole väkivaltaisen voiman suuntaamisesta, vaan höyhenenomaisesta pehmeystä ja keskittymisestä ainoastaan omaan ja toisen vastavuoroiseen liikkeeseen.

Taolaisuuden ytimessä on kehityspsykologiasta ja filosofiasta tuttu ajatus korkeampien kehitystasojen saavuttamisesta itsekasvatuksen kautta. Tämä samantyyppinen harjoitusten idea on tyyppillinen useissa antiikin filosofisissa koulukunnissa (vrt. Tuominen, 2016), samoin eri uskonnoissa ja esoteerisissa liikkeissä (Curnow, 2015), ja myös käsillä olevassa kirjassa liittyneenä Topeliukseen. Itsensä kultivointi ei taolaisuudessa keskity ainoastaan kehollisiin harjoitteisiin. Kuitenkin kehollisten harjoitteiden tuloksena syntyy myös mielen kehitystä ja muutosta. Keho ja mieli toimivat yhdessä, ja toisen harjoittaminen voi vaikuttaa toiseen (vrt. Klemola, 2004).

## **Lopuksi**

Kulttuuri kantaa siis mukanaan monenlaista kokemusviisautta, josta tässä on esitelty yksi esimerkki. Kaikki kokemus ei välttämättä ole kuitenkaan sellaista, jota pitäisi jättää jälkipolville, eivätkä kaikki

---

<sup>2</sup> Jätän muiden pohdittavaksi, onko kyse metafysisestä monismista, dualismista vai pluralismista – vai näistä kaikista yhdessä.

itsensä kehittämisen muodot sovellu kaikille. Ajatuksenani oli kuitenkin myös sen esille tuominen, että viisautta ei voida samaistaa ainoastaan teoreettiseen tietämiseen. Tarjottu ja omaksuttu tieto on vain osa – toinen osa on yksilön työskenneltävä itse, ja sitä kautta omaksutaan käytännön viisautta. Viisauden ytimessä on kokemustiedon ja teoreettisen tiedon sulauma.

Eri aikoina ja eri kulttuureissa on kehitetty menetelmiä siitä, kuinka on mahdollista lähestyä viisauden ja tietämisen tilaa omalla harjoittelulla ja itsekasvatuksella (Curnow, 2015). Tällaisia teitä on monia. Itsekasvatus on nähtävissä yhtenä tärkeänä tienä viisastumiseen, mutta sisältäen myös sosiaalisen tien niin oppilaan ja opettajan kuin myös kahden oppilaan välisessä vuorovaikutuksessa.

Mielenkiintoista on, että viisaustutkimuksen moderneissa tulkinnoissa syvä ja rehellinen itsetuntemus on myös eräs tärkeä tekijä. Ehkäpä omien pimeiden puoliensa selkeä näkeminen voisi antaa kipinän itsekasvatukseen. Itsensä jatkuvan kultivoinnin idea ei kuitenkaan välttämättä ole muodikasta – se vaatii paljon aikaa ja ponnistelua. On mielenkiintoista nähdä, että maailman eri kulttuureissa ja eri ajattelijoiden on kuitenkin ollut varsin samanlaisia näkemyksiä itsekasvatuksen merkityksestä eräänä viisaustienä.

## **Kirjallisuus**

Curnow, T. (2010): *Wisdom in the ancient world*. A&C Black.

Curnow, T. (2015): *Wisdom: A history*. Reaktion Books.

Kallio, E. (2004): ”Valkoinen kurki levittää siipensä. Huomautuksia taijiquanin oppimisesta ja tuntemattomaan maastoon etenemisestä.” Teoksessa M. Taajamo (toim.) *Suunnistuksia. Tiede-kulttuuri-taide*. Jyväskylän yliopisto: Koulutuksen tutkimuslaitos.

Kallio, E. (2015): “From causal thinking to wisdom and spirituality: some perspectives on a growing research field in adult (cognitive) development.” *Approaching Religion*, 5 (2), 27–41. doi:10.30664/ar.67572

Kallio, E. (toim.) (2016): *Ajattelun kehitys aikuisuudessa. Kohti moninäkökulmaisuuutta*. Suomen kasvatustieteellisen seuran julkaisu 71.

Klemola, T. (2004): *Taidon filosofia – filosofin taito*. Tampere University Press.

Tuominen, M. (2016): ”Ajattelun kehityksestä tiedollis-henkisenä saavutuksena: Antiikin filosofikoulujen näkemyksiä.” Teoksessa E. Kallio (toim.): *Ajattelun kehitys aikuisuudessa. Kohti moninäkökulmaisuuutta*. Suomen kasvatustieteellisen seuran julkaisu 71.

Wayne, P. (2013): *The Harvard Medical School guide to Tai Chi: 12 weeks to a healthy body, strong heart, and sharp mind*. Shambhala Publications.