

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

Author(s): Manninen, Paavo

Title: Moniääninen teos kertomuksien muutosvoimasta

Year: 2019

Version: Accepted version (Final draft)

Copyright: © 2019 Therapeia-säätiö

Rights: In Copyright

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

Please cite the original version:

Manninen, P. (2019). Moniääninen teos kertomuksien muutosvoimasta. *Psykoterapia*, 38(2), 162-165.

Paavo Manninen

Moniääninen teos kertomuksien muutosvoimasta

Ihanus, Juhani (2019). Transformative words: Writing otherness and identities. (Sarjassa Expressive arts therapies.) New York: Nova Science Publishers, Inc.

Suomen kirjallisuusterapian uranuurtajan, psykologian dosentti ja kirjailija Juhani Ihanuksen *Transformative words: Writing otherness and identities* on avarakatseisuutta ja näkemyksellisyyttä osoittava teos kirjallisuudesta, kirjallisuusterapiasta ja tarinoista laajassa kulttuurihistoriallisessa kontekstissa. Noin 300-sivuinen kirja on jaettu kolmeen pääosaan – ”Letters and Writing”, ”Biblio/Poetry Therapy” ja ”Narratives” – ja nämä alalukuihin. Keskeinen argumentti on, että ihminen voi kertomalla luoda itseään yhä uudelleen, koska ehyt samana pysyvä ego on illuusio, ”psykologinen ennakkoluulo”. Vaikka menneisyyden tapahtumia ei saakaan muuttumattomiksi, niitä voi valottaa uusista näkökulmista: itse kertoja voi muuttua.

Aiheista ja tyylistä

Kirja saattaa eri tieteenalojen, psykoterapiasuuntauksien, filosofian ja runouden diskursseja samaan tekstikudelmaan. Aiheissaan suvereenisti aikamatkaileva kirja johdattaa lukijan muinaisista seemiläisistä ja kreikkalaisista kirjoittamisjärjestelmistä nykykulttuurin digitaalisiin ja Internetissä ruumiillistuviin kirjoitusjärjestelmiin. Kirja myös osoittaa, että genererajoissa – kuten konventionaalisessa tieteellisessä diskurssissa – pitäytyminen ei ole välttämätöntä. Kirjassa on paljon havainnollistavia sitaatteja esimerkiksi runoilijoilta, kirjallisuudentutkijoilta, filosofeilta, psykoterapeuteilta sekä esimerkiksi syöpään sairastuneen ihmisen sairauskertomuksesta. Ihanus myös pysähtyy kertomaan sanojen etymologioista ja konteksteista, joihin kulloinkin kuvattava ilmiö liittyy, lukijastaan huolehtien.

Kirjoittajan tietämys psykologiasta ja kirjallisuudesta sekä syvälinen oppineisuus antavat vakuuttavan perustan näkemyksille sanojen ja tarinoiden muutosvoimasta. Seuraava lista kattaa vain osan kirjan aihepiiristä: lapsen kielen kehitys esikielellisine vaiheineen ja ”protokeskusteluineen”, kirjoittamisen ”pakottavat” ja ”vapaat” intohimot, kirjaesineen kohtalo sekä kirjan ja kirjallisuuden uudet mahdollisuudet mediakulttuurin aikakaudella, muistojen ja identiteetin virtualisoituminen, digitaalinen kirjallisuus konventionaalisen kirjan ”Toisena”, nopea ”hypertarkkaavaisuus” vs. pitkäkestoinen yhteen asiaan perehtyminen, uskonnon ja metafysiikan

logosentriset järjestelmät, psykologian ”psykkinen ennakkoluulo” kokonaisesta, ehyestä, jakamattomasta egosta, mediaväkivalta, narsismin kulttuuri, elämän- ja kuolemanvietti, ilmaiseva teatteri, positiivinen psykologia. Erityisesti Derridan mutta myös Lacanin näkemykset ovat sisäistyneet tekstiin. Toistuvia siteerattavia nimiä ovat Blanchot ja Nietzsche. Vanhat nimet saavat uuden roolin mediakulttuurin näyttämöllä: nietzscheläinen subjekti on prosessi ja tuloillaan-olemisen tilassa myös digitaalisissa kirjoittamisen muodoissa (s. 187).

Teoksen esittämisen tyyli on luonteenomaista erilaisten, toisilleen vastakkaistenkin, näkökulmien kertominen. Ihanus esimerkiksi osoittaa, kuinka mediakulttuuri voi aiheuttaa levottomuutta ja synnyttää merkityshyjöitä, mutta yhtä lailla teknologinen murros voi luoda uusia tiloja, odottamattomia mahdollisuuksia ja näkökulmia sekä uudenlaista yhteenliittymistä ihmisten välille. Kirjallisuus itse on avarakatseinen ja sen on myönnettävä, tiedostettava ja mietittävä omaa muuntumistaan. ”Kirjallisuus, tunne itsesi”, kirjoittaja kehottaa.

Teoksessa onkin erotettavissa pohjavirityksenä *sopeutuminen*: ei kiistettä digitalisaatiota, sitä mikä on tullut jäädäkseen, vaan tutkitaan sitä oppiaksemme. Äänen moninaisuus kukoistaa ja rehoittaa, toisinaan liikaakin – ”rajausta” ei perinteisessä mielessä ole. Teoksessa vallitsee se polyfonia, jonka ihminen kirjallisuuden ja kirjoittamisen avulla voi omaksua myös omaan identiteettiinsä. Teoksen muoto – kokoava, sisäistävä, yhteyksiä luova diskurssi (*miten* kerrotaan) – tuntuu havainnollistavan sitä, *mistä* kerrotaan: tarinoita voi kertoa vaihtelevista näkökulmista, ja jokaisessa tarinassa kuuluu toisen ääniä.

Kirjalle luonteenomaista on myös konventionaalisen tieteen kielen haastaminen. Kirjoittaja esimerkiksi kertoo oman unensa apokalypsista (s. xii), ja toisinaan tyyli on intohimoisen kaunokirjallista: ”Runon hengitys (psykye, ’perhonen’) lentää kauemmas kuin runoilijan halu, ristiriidat ja intohimot” (s. 64). Ihanus toteaa, että teoriat eivät ole täysin erillisiä tarinankerronnasta. Kumpikin koettaa sanoittaa kokemuksia ja löytää merkityksiä. Kirjassa myös osoitetaan yhteyksien tajua humanismin ja esimerkiksi fysiikan välillä. Ihanus rinnastaa sen (psykoanalyttisen) tosiasian, että meissä on paljon enemmän kuin voimme tietää, universumin ”pimeän aineen” (*dark matter*) olemassaoloon. Niin kuin avaruus on laaja ja pääosin tutkimaton, samoin on ihminen itselleen.

Yksi kirjan keskeinen idea on, että tieteen tuoma tieto ja kaunokirjallinen tapa esittää sitä lähentyvät toisiaan. Tieteessäkin looginen ja tropistinen kielenkäyttö sekoittuvat toisiinsa (s. 59). ”Matka tiedostamattoman kertomuksellistamisen prosessin lävitse ei ole tieteiskirjallisuutta, mutta se voi koskea tieteen fiktioita ja tieteellisiä fiktioita intrapsyykkisestä maailmasta” (s. 164). Ihanuksen kerroksellinen, moniääninen ja ajoittain kaunokirjallinen tyyli metaforineen ja apostrofeineen havainnollistaa väitettä siitä, että tieteellistäkin diskurssia asuttavat kaunokirjallisuuden troopit:

”sanat panevat tanssikengät jalkaan” (s. 23); ”Muisti, anna meidän antaa sanoja kasvoille ja kasvoja sanoille, joilla ei ole kasvoja” (s. 36). Psykologinen tietämys kulkee samalla kuitenkin koko ajan mukana: ”Ihmisen muisti ei ole jotain erillistä ruumiista, joka on itse muistin yksi muoto” (s. 139).

Kirja vilisee kiinnostavia yksityiskohtia, jotka laajentuvat koskemaan pääteemoja. Esimerkiksi heprean kirjoitusjärjestelmässä ei ole vokaaleja, vaan ne täytetään luettaessa. Tämä täydennys on tulkittu ”hengen puhaltamiseksi” kirjoitukseen, ikään kuin lukevan ruumiin kautta henki siirtäisi itseään kirjoitukseen, joka on hengittävä ja avoin siksi, että se voidaan lukemisen tapahtumassa täydellistää. Tämä johdattaa pohdintaan Sanasta, joka luo maailman ja on syy maailman takana, sekä Jumalasta, jonka nimeä ei saanut lausua, ja runoilijoista, joiden tehtävä oli ylistää nimeä. Raamatun eri tulkinnat ja kertomus Baabelin tornista havainnollistavat ihmisen halua etsiä tietoa. Tämä halu on ihmiskunnan historiassa kiihdyttänyt luku- ja kirjoitustaitoa, ja näiden taitojen kehittyessä ihmiset ovat sekä lähentyneet että etääntyneet merkityksistä. Merkityksiä ja menneisyyttä on aina uudelleen kerrottava, sillä – kuten Ihanus siteeraa Lachmannia – ”tekstin muisti on sen intertekstuaalisuus” (s. 20).

Kirjallisuusterapia ja tarinallinen ymmärrys

Toinen osa luotaa kirjallisuusterapian ehtoja, sen tutkimusta ja vaikutuksia. Kirjallisuusterapia liittyy laaja-alaisesti filosofian, kirjallisuuden ja psykologian historiaan. Akateemisessa ja ammatillisessa psykologiassa narratiivinen ajattelu alkoi saada perustaa 1980-luvulla. Psykoterapioissa tarinoita kaivetaan esille, tutkitaan ja luodaan uusia, ja tarinoissa sekä paljastuu jotain että jotain tulee kätkeytyksi. ”Keskustelu itse on kirjoittaja” (s. 141). Kirjallisuusterapian saamisen ja harjoittamisen ei tarvitse nojautua ”näyttöön perustuvaan tutkimukseen”, nykypsykiatrian suosittuun paradigmaan, vaan ”kertomiseen perustuvaan tutkimukseen”. Psykiatrisen sairauskertomuksen ja diagnoosin kertoo lääkäri, ei potilas, jonka olisi luotava itselle kokemuksellisesti tosi, kannatteleva tarina. Ihminen on sitä, mitä hän itsestään kertoo, ja toisaalta niin kauan kuin hän ei kerro, hän on sitä hiljaisuutta ja tukahtuneisuutta, joka hänet on vanginnut. Tarinoiden luonne on kahtalainen: tarinan romahtaminen voi suistaa ihmisen kriisiin, joka voi olla hedelmällinen uusi alkua, tai vanhan tarinan sitkeä toistaminen voi aiheuttaa ihmiselle kärsimystä. Ihanus muistuttaa myös siitä, että ihmiset herkästi kiinnittävät huomiota vain tarinan sisältöön, ei siihen, miten tarina on kerrottu. Ihanus tuo lisäksi esille kiintoisan näkökulman, että jotkut elävät ”ei-tarinallista” elämää hyvin tyytyväisinä: heille tarinallinen hahmottaminen ei toimi tai ole tarpeen.

Tarinat ymmärretään teoksessa paitsi yksilön monikerroksisiksi ja -äänisiksi luomuksiksi itsestään tai hänestä tehdyiksi kuvauksiksi myös suuriksi kertomuksiksi esimerkiksi

humanismista. Suurten metakertomusten (*grand narratives*), kuten humanismin ja kapitalismin, sanotaan olevan kuolleita, mutta Ihanus tarjoaa uutta kertomusta, jossa vakiintuneet ”suuret kertomukset” ovat toisiinsa metonyymisessä suhteessa: “We are living the grand narrative of information: the super-historical moment of implosion and explosion brings about an unforeseen ecstatic fantasy, a self-fulfilling Theory, the deletion of nature, the enchantment of terminals (terminal states), the control of tech and info spaces. It is carnival time, the Middle Ages, the space age, whatever age” (s. 48).

Kirjallisuusterapian historiaa, kirjallisuusterapian vaihtelevaa teoriataustaa ja kirjallisuusterapian hyötyihin kohdistuvia tutkimustuloksia, myös tuoreita metatutkimuksia, esitellään seikkaperäisesti, samoin kirjoittamisen merkitystä psykoterapioissa, kuten sitä, onko kirjoittamisella niissä välinearvo vai laajempi merkitys. Ilmaisevalla kirjoittamisella on sekä lyhyt- että pitkäkestoisia vaikutuksia käyttäytymisen, kognitiivisella, emotionaalisella, sosiaalisella ja neurobiologisella tasolla (s. 115). Ihanus myös toteaa, että ei vain se, mitä luemme, vaan se, miten luemme (esim. nautinnonhalu vs. valpas lähiluku), muokkaa kognitiivisia prosessejamme. Kirjoittaminen voi esimerkiksi vapauttaa tukahduttavan kiellon ja saada integroitua ”emotionaalisia muistoja” enemmän omaelämäkerrallisiksi. Myös ei-johdonmukainen tai ei-yhdenmukainen elämäkerta voi antaa terapeuttisia etuja. Ihanus esittää myös oman teoreettisen mallin kirjallisuusterapeuttiselle prosessille.

Kirjallisuusterapian varhainen historia liittyy sairaaloiden kirjastoihin. Ranskassa, Englannissa ja Italiassa 1700-luvun lopussa ja Yhdysvalloissa 1800-luvun puolivälissä sairaaloissa oli jo kirjastoja ja potilaat kirjoittivat; useimmissa eurooppalaisissa mielisairaaloissa oli 1900-luvun alusta kirjasto. Vuonna 1914 lanseerattiin termi ”bibliotherapy”, ja vuonna 1969 Yhdysvaltoihin syntyi ensimmäinen kirjallisuusterapiayhdistys, Association for Poetry Therapy (s. 85). Ensimmäinen Yhdysvaltojen ulkopuolelle syntynyt kirjallisuusterapiayhdistys perustettiin Suomeen vuonna 1981: siitä on kiittäminen Ihanusta, psykologi Heli Mertasta ja kirjastonhoitaja Leena Sippolaa. Nykyään alan yhdistyksiä on myös Saksassa, Isossa-Britanniassa, Puolassa, Unkarissa, Liettuassa, Italiassa, Israelissa ja Japanissa. Suomessa järjestetään kirjallisuusterapiakoulutuksia muun muassa Helsingissä, Jyväskylässä ja Oulussa, ja koulutuksia ollaan paraikaa laajentamassa. Niihin hakeutuu hoito- ja kasvatustieteen, kirjastojen ja taitealojen sekä kirjallisuudentutkimuksen ihmisiä.

Kirjallisuusterapian kolme pääulottuvuutta ovat kliininen tai psykoterapeuttinen, kehityksellinen ja pedagoginen, ja kirjoittamisen kolme pääulottuvuutta ovat puolestaan kirjallinen (päämääränä teos), prosessi-orientoitunut ja terapeuttinen (interaktiivinen) (s. 98). Terapeuttisessa kirjoittamisessa olennaista on monitasoinen ja eri ajoissa tapahtuva reflektointi (”Miksi ajattelen kirjoituksestani näin?”). Yksilön sanoille antamista merkityksistä keskustellaan ja näin samalla myös

aina omasta kokemustodellisuudesta, joka silloin alkaa liikahdella. Transferenssit ja vastatransferenssit kulkeutuvat merkityskeskusteluissa mukana (sana)taideobjektin välityksellä kirjallisuusterapeuttisen ryhmän jäsenten välisten transferenssien lisäksi.

Tarinat tiedostamattomasta ja ”ylijäämän” ilo

Vaikka tiedostamattoman käsite liitetään hanakasti Freudiin, Freudin omien sanojen mukaan se, mitä hän keksi, oli tieteellinen menetelmä tiedostamattoman tutkimiseen. Kolmannen osan ”Narratives” luvussa ”Stories of the unconscious” esitellään eri tapoja kertoa tiedostamattoman käsitteestä kaunokirjallisuudessa, filosofiassa ja psykologiassa. Sen lähtökohta on, että koska tiedostamattomasta ei ”kukaan ole nähnyt”, siitä on *kerrottava*. Ihanus esittelee eri tiedostamattomasta kerrottuja tarinoita, kuten animistisesta, luonnonfilosofisesta, fysiologisesta, freudilaisesta (dynaamisesta), jungilaisesta (kollektiivisesta), lacanilaisesta (kielellisestä), behavioristisesta, adaptiivisesta (mieli toimii lähes kokonaan tiedostamatta), kognitiivisesta, neuro-evolutiivisesta, sosiaalis-kulttuurisesta ja dialogisesta/polylogisesta tiedostamattomasta. Jo esimerkiksi vuonna 1778 Lichtenberg totesi: ”Se ajattelee” (”It thinks”) – näkemys, joka muistuttaa Bionin näkemyksiä ajatuksesta vailla ajattelijaa tai Ogdenin käsitystä ”unelmoinnista”.

Ihanus saa tiedostamattoman käsitteen liikkumaan kulttuurihistoriassa. Freudilainen tiedostamaton esitellään omassa alaluvussaan, Jung ja Lacan lyhyemmin. Kirjassa osoitetaan Freudin teorioiden liittyminen pitkään traditioon ja puolustetaan Freudin asemaa tiedemiehenä. Ihanus esittelee myös kritiikkejä Freudin tiedostamattoman mallia kohtaan. Malli on nähty liian rationaalisena konstruktiona, joka keskittyy ”rationaalisuuden viholliseen” (Lancelot Law Whyte 1960; s. 151). Nähdäkseni Freud halusi pitää kuitenkin kiinni rationaalisuudesta avatakseen juuri sillä tiellä mahdollisuuden tiedostamattoman tieteelliseen tutkimiseen, erona esimerkiksi surrealistien ajoittain (hengen)vaarallisista tutkimuksista. Rationaalisuus ei tarkoita tunteiden ja elämyksellisyyden vähättelyä, päinvastoin rationaalisuuden valossa niitä voidaan paremmin ymmärtää ja kokea.

Kirjassa jää yllättävän vähälle huomiolle seuraavanlainen konventionaalinen psykoanalyttinen näkemys, jonka äänen liitän tässä Ihanuksen teoksen polyfoniaan. Tämän näkemyksen mukaan voi ajatella, että ihmisen varhaisessa vuorovaikutuksessa muodostuva ydinminuus *odottaa kertomistaan*. Ehkä pitkässä ja vaivalloisessa kerronnassa tunnistamme sen omaksemme. Sen sisältöä toisaalta on ollut olemassa ennen sen kertomista, toisaalta laajasti ymmärrettyä kertomisen tapahtumassa, kuten transferensseissa, se saa ensi kertaa hahmoa. Transferenssikertomuksesta tulee kokemuksellisesti tosi metafora menneisyydestä, tarina

tiedostamattomasta, jonka ihminen itse on kertonut. Tämä ”ydin” ei sinänsä muutu, mutta sen kertomisen tavat voivat muuttua, kuten Ihanuskin painottaa. Se ei siis ole ainoa totuus, vaikka se onkin totuus. Siihen, mikä ennen saattoi olla pelottavaa, voi nyt suhtautua joustavammin, ehkä iloisestikin.

Ylijäämä (surplus) on Ihanuksen teoksen keskeisiä käsitteitä – eräänlaista laulua, joka jää hiljaisena kuulumaan sitten kun totuuden tavoittelemisen on törmännyt tiedon rajoihin. Tiettyyn rajaan asti voimme tulla tietoisiksi persoonallisen esihistoriamme totuudesta, mutta sen ”takana” on tavoittamaton. Tämä tavoittamaton kohde on ollut kulttuurihistoriassa milloin sielu, milloin tiedostamaton ja milloin jokin muu totuus, kuten kirjassa osoitetaan käsittelemällä ihmisen kulttuurihistoriaa varhaisista kirjoitusjärjestelmistä asti. Sanat ovat sekä tiedon palveluksessa – ne vievät kohti sielua tai esimerkiksi kuningas Oidipuksen kohti totuutta – että välineitä tiedon rajojen ymmärtämiseen, niin kuin Ihanus toteaa. Ylijäämä on Ihanuksen mukaan sitä, mikä vastustaa mielihyväperiaatetta, mutta sen tuolla puolen tuottaa oudompaa ja ehkä hedelmällisempää nautintoa.

Tulkitsen ylijäämän olevan sitä kirjallisuuden olematonta olemusta, eräänlainen trooppi, joka kirjallisuuden ja teorioiden historian aikana kulkee teoksista ja teorioista toiseen. Se ei häviä digitalisaationkaan aikana, kuten Ihanus osoittaa. ”Meidän on vaikea myöntää, että erilaisia totuuksia voidaan ajatella” (s. 52). Kirjallisuus ja terapiat auttavat meitä tässä yrityksessämme, kuuluu *Transformative words: Writing otherness and identities* -teoksen sanoma.

Paavo Manninen

FM, Tohtorikoulutettava

Jyväskylän yliopisto

Musiikin, taiteen ja kulttuurin tutkimuksen laitos / Kirjallisuus

paavo.t.manninen@student.jyu.fi

puh. +358456704892

Vellamonkatu 2 as. 15

40700 JYVÄSKYLÄ