

KARI E. TURUNEN

**KOKEMUKSEN
RAKENNE**

MIELEN SISÄLTÖJEN TUNNISTAMINEN

KOKEMUKSEN RAKENNE

Mielen sisältöjen tunnistaminen

Kari E. Turunen

KOKEMUKSEN RAKENNE

Mielen sisältöjen tunnistaminen

ARATOR

Verkkoversio julkaistu perikunnan
ja Arator Oy:n luvalla.

URN:ISBN:978-951-39-9852-3
ISBN 978-951-39-9852-3 (PDF)

Jyväskylän yliopisto, 2023

© Kari E. Turunen

Arator Oy
www.arator.fi
Taitto ja kannet: Marko Kitti
Takakannen kuva: Riitta Piltonen

ISBN 978-952-9619-30-6
Kirjapaino Pakett, Tallinna 2016
www.pakett.ee

Sisälllys

Lukijalle	7
TIETOISUUDEN KEHITYS ..	9
Näköhavainto ja tietoisuus	9
Psykologiatieteet	13
Minä ja ajattelu ..	17
PSYYKEN LAADUT	24
Jäsentyminen ja ajattelu	27
Ajattelun fenomenologinen rakenne	35
Liittyminen ja tunteet	44
Tunteen fenomenologinen rakenne	51
Tekeminen ja tahto	58
Tahdon fenomenologinen rakenne ..	62
Käytännölliset tarpeet ja yllykkeet	66
Kehon yllykkeet ..	71
PSYKODYNAMIIKKA ..	74
Ajattelun psykodynamiikka	74
Ajatusvalta	80
Häpeä ..	89
Viha ..	101
Tunteen psykodynamiikka	106
Pyyde ..	107
Ahdistus	113
Pelko	119
Tahdon psykodynamiikka	122
Ahneus	123
Tyhjyys	127
Kateus ..	131

MINÄ, ITSE JA IDENTITEETTI ..	135
Minuuden havainto	135
Ajatusidentiteetti ..	141
Tahtoidentiteetti ..	146
Tunneidentiteetti ..	147
Identiteetti ..	152
Olemassaolon kipeys ..	155
Puolustavat tunteet ..	161
Hankala tunne-elämä ..	168
HIENOSTUNEET KOKEMUKSET	172
Yllykeluonto ja kognitiot ..	173
Häpeä, syyllisyys ja velvollisuus ..	177
Harmi, katumus ja ymmärrys ..	181
Ahdistus, suru ja sääli ..	185
Tyhjiys, huoli ja vastuu	187
Nöyryys ja inspiraatio ..	190
Usko, toivo ja rakkaus ..	195
ARVOT JA MIELI ..	205
Arvostus ja epäarvostus ..	205
Tosi ja totuus ..	207
Kaunis ja kauneus ..	211
Hyvä ja hyvyys ..	214
Ihanteet ..	218
Kohdearvot ..	221
Kokemusarvot ..	223
IHMISEN KOKEMUKSEN PERUSULOTTUVUUDET	229
KIRJALLISUUTTA ..	230
KUVIDEN LUETTELO	231
VIITTEET	232

Lukijalle

Ihmistä tutkivat monet tieteet. Jotkut niistä selvittävät hänen fyysistä olemustaan, kun taas toiset paneutuvat ihmislajin yhteisöihin, yhteiskuntiin ja elämäntapoihin. Tässä teoksessa tarkastellaan tutkimusalueita, jotka perinteisesti kuuluvat psykologian ja filosofian alueelle.

Tutkimuksen kohteena on ihmisen kokemus, jossa voidaan kulttuurista riippumatta havaita ajatus-, tunne- ja tahtorakenteita. Toisaalta on mahdollista tarkastella myös mielikuvia ja halumuodosteita. Tärkeitä ovat myös aistimukset ja havaintorakenteet. Kieli heijastaa olemassa olevia kokemuksen osatekijöitä osuvasti. Tähän teokseen perehtymällä voi lisätä kykyään tunnistaa psyyken vaihtelevia muotoja.

Ihmisen hermoston ja aivojen toiminnan perustalta kehittyvä hämmästyttävän selkeitä mielen sisäisiä ilmiöitä. Aivot ovat fyysisesti ikään kuin sekavaa harmaata massaa, mutta mielen toiminta ja järjestys ovat ihmislajille tyyppillistä. Tässä ei olla niinkään kiinnostuneita mielen sisälöistä, vaan etupäässä mielen rakenteista ja funktioista.

Seuraavat tarkastelut perustuvat näkemykseen, että psyyke koostuu kolmesta peruslaadusta eli lyhyesti ajat-

telusta, tunteesta ja tahdosta. Kyseessä ovat laajat ilmiöt, joten oikeampaa olisi puhua vaikkapa ajatusolemuksesta (kognitiivisista prosesseista), tunne-elämästä (emootioista) ja tahtotoiminnoista. Tässä käytetään usein kuitenkin lyhyitä ilmaisuja ajattelu, tunne ja tahto, vaikka niillä tarkoitetaan moniulotteisia rakenteita. Ne kietoutuvat monin tavoin keskenään ja esiintyvät yhtä aikaa kokemuksessa, eikä niiden välillä ole selvää rajaa kokemuksen hetkellä.

Tarkastelin ensimmäisen kerran laajasti näitä ilmiöitä teoksessani Ihmissielun olemus (1987). Ajatteluni on sen jälkeen monipuolistunut ja kehittynyt niin paljon, että koin tarpeelliseksi kirjoittaa asiasta uuden teoksen. Lopulta siihen tuli tilaisuus, kun KT Esko Paakkolalle järjestyi aikaa auttaa minua kirjoitustyössä (Kiitos hänelle vaativasta toimitustyöstä!).

Kari E. Turunen
YTT, filosofian dosentti

TIETOISUUDEN KEHITYS

Parina viime vuosisatana ihmiskunnan keskeinen kasvattaja on ollut tiede. Se on muokannut tapamme arvioida sitä, mikä on todellista. Varsinkin luonnontiede on opettanut meitä kriittisiksi tietyin ehdoin; käsitysten tulee perustua suoriin tai teknisiin havaintoihin. Arvioimme mielessämme esiintyvien tai meille esitettyjen ajatusten ja maailman keskinäistä vastaavuutta. Tieteestä on tullut olennainen osa ajatteluamme. Emme halua uskoa mitä tahansa perusteetonta.

Näköhavainto ja tietoisuus

Tieteellinen koulutus opettaa meitä asettamaan kysymyksiä maailmalle, joka on kokemuksemme mukaan meistä riippumaton. Kysymisen kyky on – epäilyn ohella – inhimillisen tietoisuuden merkittävä saavutus. Näin kysyvän henkilön ja hänen kohtaamansa todellisuuden, subjektin ja objektin, vastakohtaisuus korostuu. Silti tarkastelevan ja käsityksiä luovan subjektin osuus unohtuu monesti.

Tutkijat eivät ole aina huomanneet ajattelevan mielen ja muun subjektiviteetin olennaista mukanaoloa tutkimusprosessissa. Käsitykset ovat kuitenkin ihmismielen luomia kuvia todellisuudesta.

Erityisesti kehittyvä luonnontiede synnytti uusia maailmankatsomuksia ja ideologioita, jotka olivat luonteeltaan reduktionistisia. Kaikki pyrittiin perustamaan näköhavaintoihin, mikä johti siihen, että vain aineellisia ilmiöitä pidettiin todellisina. Luonnontieteellinen menetelmä ideologisoitui tai "rehevöityi" maailmankatsomukseksi, jota voi kutsua luonnontieteelliseksi materialismiksi.

Luonnontieteen valokeilassa monet aiemmin arvokkaina pidetyt näkemykset, esimerkiksi uskonnot, alkoivat menettää uskottavuuttaan. Todellisuus näytti "vain" siltä ja rajoittui "vain" siihen, mitä luonnontiede kertoi siitä. Ajatuskulttuurissa kehittyi 1800-luvulla uusi radikalismien virta, joka pyrki näkemään koko todellisuuden aineellisenä ilmiönä.

Materialismi tunkeutui kaikkialle. Kansanopetus levitti omalta osaltaan uusia valistuneita tieteellisiä käsityksiä. Reduktionistisista asenteista tuli mieltä hallitseva yleinen ajatustapa. Ihminen muuttui sattumaksi maailmassa. Vaikka tiede tuotti merkittäviä saavutuksia, se samalla kaapetti suhdettamme todellisuuteen. Todellisuuden näkeminen "on vain"-näkökulmasta toi mukanaan kyynisyyttä, mikä vaikuttaa monissa kulttuuri-ilmiöissä.

Luonnontieteen voittokulku perustui kokemusperäisyyteen. Samalla se vahvisti kriittistä asennetta, joka terävöitti minä-tietoisuutta. Kokemusperäisyyden vaatimuksen ja terävöityneen minä-kokemuksen välimaastossa heräsi uudella tavalla myös itsetietoinen järki ja rationalismi. Erityisesti Immanuel Kant (1724–1804) kamppaili näiden

ristiriitaisten paineiden keskellä. Hän piti luonnontieteellistä tietoa ihmiskunnan erityisenä saavutuksena. Silti Kant näki yksilön autonomisuuden ja "täysikasvuisuuden" perustuvan puhtaaseen järkeen. Hän pyrki yhdistämään empirismin ja rationalismin, subjektiviteetin ja objektiviteetin uudessa filosofisessa ohjelmassaan.

Itsetietoisen ajattelun terävöittäjä minä-kokemus luumosi monet ajattelijat, esimerkiksi J.G. Fichten (1762–1814) ja F.W.J. Schellingin (1775–1854). Kaukana ei ollut näkemys, että minä luo kaiken. Se oli täysin vastakkainen näkemys luonnontieteen objektiivisuudelle. Silti saksalaisessa idealismissa minuus ja järki, eli subjektiviteetin löytyminen, huumasi monet filosofit. Se oli tässä mitassa jotain uutta ihmiskunnan historiassa, ja se jätti jälkensä koko elämäntapaan ja kulttuuriin. Jopa eettinen ja yhteiskunnallinen ajattelu saattoi saada äärimmäisiä minä-korostuksia (Max Stirner 1806–1856).

Euroopasta tuli "minän manner", jossa ei palvottu vain tietoa ja järkeä, vaan myös yksilöä ja yksilöllisyyttä. Minuus, subjekti ja subjektiviteetti olivat nyt tarkasteluissa mukana korostuneesti silloinkin, kun niitä ei tiedostettu. Kantin ansio oli se, että hän analysoi myös tietävän subjektin rakennetta. Hän oivalsi sen, että "subjekti tietää" ja että ihminen tietää nimenomaan "subjektiivisten" eli subjektiin kuuluvien edellytystensä rajoissa. Myös subjektilla oli rakenne, jota on syytä ja mahdollista selvittää. Kant oli ensimmäinen merkittävä valistuksen ajan reflektiivinen ajattelija. Hänen esityönsä pohjalta saksalainen idealismi aloitti tutkimusmatkan ihmisen sisäisyyteen.

Kantin vanavedessä ennen kulkematonta polkua astui myös Arthur Schopenhauer (1788–1860). Hän aavisti ihmiseen kätkeytyvän muutakin kuin vain tietävän mielen

ja kirkkaan järjen. Rationalismin terävöittävä minä-kokemus auttoi Schopenhaueria kohtaamaan tiedostamattoman voiman, jota hän nimitti tahdoksi. Hän piti sitä ihmisen ja oikeastaan koko luomakunnan liikuttajana. Schopenhauer törmäsi näin pimeään tahtoon, josta oli lyhyt matka psyyken kerrosten tiedostamiseen. Tätä kokemusta voi verrata Henri Bergsonin (1859–1941) luomaan käsitteeseen ”elämän hyökky”.

Uudessa itsetietoisuudessaan materialistit kohtasivat aineen ankaran ehdottomuuden. Silti minän ja maailman vastakohtaisuus tuli esiin yllättävällä suunnalla. Lenin (1879–1924), oli vallankumousmies ja marxilainen materialisti. Ajattelevana minänä hän joutui ristiriitaisesti tunnustamaan koetun luovuutensa ja riippumattomuutensa, mutta näki omassa teoriassaan vain aineellisten ehtojen täydellistä määräävyyttä. Idealisteilla minuus oli taas taipuvainen sulautumaan hengen eri muotoihin ja tasoihin (esim. G.W.F. Hegel 1770–1831).

Niin henki kuin ainekin voi kuvaannollisesti sanoen nielaista¹ minuuden. Henki lupaa paljon; aine todistaa, että kaikki on vain materiaa. Molemmat suunnat saattavat olla minuuden ”sammumisen” suuntia, mutta molemmat ovat silti tiedon arvoisia. Minuus eli subjekti ja subjektiviteetti ovat mukana tarkasteluissa silloinkin, kun ne ohitetaan teoreettisesti.

Minän yksinäisyyden ja ”on vain”-radikalismien tietty tyhjyys johti myös näkemyksiin, joissa punaisena lankana oli pessimismi ja elämän näkeminen turhana kärsimyksenä (esim. Eduard von Hartmann 1842–1906). Elämässä oli vaikea havaita mitään todella kestävästä ja arvokasta. Luonnontieteellinen materialismi sävytti kaikkia maailmankatsomuksia. Skeptisismi, agnostisismi, anarkismi, nihilismi

ja monet muut, myös arkisen karkeat ja vulgaarit elämänsenteet, tulivat tavallaan perustelluiksi. Ihmistä saattoi nyt pitää itsekkäänä eläimenä. Tätä asennetta vahvasti biologian kehitys ja ihmisen näkeminen yhtenä eläinkunnasta kehittyneenä lajina (vrt. Charles Darwin 1809–1882 ja evoluutioteoria).

Ajatteleva ja modernisti valistunut yksilö ajautui hankaliin kysymyksiin. Olemassaolo muuttui tuskalliseksi ongelmaksi. Se synnytti uusia eksistentiaalisia ajatussuuntauksia. Jean-Paul Sartre (1905–1980) ilmaisi terävästi ihmisen ja maailman, minän- ja ulkomaailman, vastakohdan. Kriittisen mielen maailmankuvaan ei voinut kuulua mitään realistisen pessimismin ylittävää ”vääää” toivoa tai uskoa. Ihminen on maailmaan heitetty, aineellinen sattuma. Sisäinen luontomme saattaa kapinoida tällaista ”vähennystä” vastaan, mutta toivo muusta on illuusiota. Moni ajatteli, että kyyniset elämäntähtäykset olivat suoraan tieteellisesti todistettuja.

Jo aiemmin Sören Kierkegaard (1813–1855) törmäsi omassa individualistisessa rationalismissaan traagiseen maailma- ja jumalasuhteeseen. Hän vastusti Hegelin massiivisen hengenrationalismin hukuttavaa ja ylevää hurmiota. Hän ei halunnut kadota sen paremmin aineeseen kuin henkeenkään.

Psykologiatieteet

Tieteen historiassa on usein korostettu, että tieteet ovat syntyneet filosofiasta. Alussa ei ollut muuta kuin yksi tiede, jonka nimi oli viisauden rakkaus. Tieteet erkanivat vä-

hitellen filosofiasta, itsenäistyivät ja hylkäsivät sen. Uusia tieteenaloja syntyi lukuisa määrä, mikä merkitsi samalla tiedon alueen huomattavaa laajentumista.

Luonnontieteen kiinnittäessä huomionsa ulkomaailmaan kääntyi tietoinen järki yhä enemmän tutkimaan ihmisen sisäistä maailmaa. Niinpä 1800-luvun lopulla alkaa vähin erin kehittyä moderni psykologia. Ajatuskulttuurin kannalta oli käänteentekevää, että terävöitynyt minuus havaitsi itsessään tietoisuudelta kätkeytyvän ”pimeän” sielunalueen. Sitä kutsuttiin myöhemmin vaihtelevin ilmauksin: tiedoton tai tiedostumaton sielunelämä, alitajunta tai piilotajunta. Tämän tärkeän aatteellisen maa-perän valmistaja oli Schopenhauerin ohella Eduard von Hartmann, joka näki ihmiselämän perustuvan kokonaisuudessaan luonnon prosesseihin, jotka jäivät tietoisuuden ulkopuolelle.

Tiedottoman sielunalueen kohtaaminen mullisti oikeastaan koko eurooppalaisen sivistyksen. Tärkein tienraivaaja tässä oli psykoanalyysin keksijä ja kehittäjä Sigmund Freud (1856–1939). Hän loi ensimmäisen kattavan teorian psyyken dynamiikasta. Psykoanalyysi oli intellektuaalinen vallankumous, joka jätti vahvan jäljen näkemyksemme ihmisestä.

Myöhemmin Freudin jalanjäljissä lukuisat muut psykodynaamiset suuntaukset loivat omia käsityksiään sielunelämästä ja piilotajunnasta.² Älylliseen maisemaan avautui uusi todellisuus. Ajattelua jouduttiin laajentamaan pelkästä teknisestä havainnosta itsehavainnon suuntaan. Psykodynamiikka on aito tietoisen järjen käytön ja rationaalisen ajanhengen tuote. Syvyyspsykologiasta tuli monien eurooppalaisten elämäntähtöjen merkittävä muokkaaja.

Sielunelämän tarkastelu sivuuttaa tosin usein minuuden problematiikan. Huomio kiinnittyy vain psyyken rakenteisiin ja dynamiikkaan. Biologistinen paatos – esimerkiksi Freudilla viettien keskeisyyden korostus – ajaa helposti uudentyypisiin ”on vain”-näkemysiksi. Sielunelämä on vain biologisista ehdoista nousevaa ihmisen sopeutumiskykyä. Minuus ja jopa ajattelu saattavat olla tässä tarkastelussa vain defensiivisiä ”funktioita” tai ”momenteja”, mutta eivät mitään itsenäisiä olemuksia.

Psykodynaaminen ajattelu toi joka tapauksessa aivan uuden ulottuvuuden tietämisen kulttuuriin. Ihminen näyttää tästä näkökulmasta monimuotoisesti kehittyvänä psyykkisenä olentona. Silti viettiluonnetta korostava psykoanalyysi voi myös lisätä yleistä kyynisyyttä. Se saattaa hukuttaa terävöityneenkin minän ”kaiken paljastavaan” teoretisointiin. Minuus ei ehkä kestä uuden ja valloittavan tiedon houkutusta, ja voi kietoutua uudenlaiseen tietämisen omnipotenssiin.

Kyynisyyttä lisäsi se tosiasia, että moderni psykodynaaminen ajattelu sai alkunsa patologisten ilmiöiden tarkastelusta. Tämä seikka on luonut omaa synkähköä sävyänsä ihmisestä koskeviin teorioihin ja samalla se on kapeuttanut ihmiskuvaa. Joukkoon mahtuu tosin myös avarampia kehityspsykologisia näkökulmia (esim. M.S. Mahler 1901–1985).

Minän ongelma nousi esiin uudella tavalla kehittyvässä psykoanalyysissä (tunnettuja nimiä esim. H. Kohut 1913–1981, O.F. Kernberg 1928–). Minuutta laajemmin tarkastelevia ajatussuuntauksia on kutsuttu egopsykologiaksi. Ne nojaavat perinteiseen psykoanalyysiin, mutta selvittelevät lisäksi niin sanottuja minän rakenteita, eivätkä näin ollen korosta niin voimakkaasti sielunelämän viettiperustaa.

Viime aikoina mielen tutkijat ovat ottaneet tutkimuskohteeksi myös inhimillisen ajattelun. Aluksi lähinnä oppimisteorioihin perustunut kognitiivinen psykologia löysi ajattelevan mielen. Sittemmin kiinnostuttiin tunteistakin kokemuksen osana. Niin sanottu kognitiotiede alkoi selvittää kognitioita eli ihmismielen luomia todellisuuden vastineita. Monesti kognitiivisia näkemyksiä sävyttää varsin ulkokohtainen suhde ajatusilmiöön; yksilö ei välttämättä kohtaa ja löydä niiden avulla omaa ajatteluaan.

Arvovaltaisten näkemysten ohella on ollut runsaasti myös "epävirallista" ajattelua. Erilaiset kirjavat ajatusmuodot, joita on saatu niin idän kuin lännenkin perinteestä, ovat antaneet herätteitä ja luoneet uusia perinteitä. Yksi tärkeä ajattelija on ollut muun muassa J. Krishnamurti (1895–1986). Hän opetti ihmisille, kuinka vapautua mieltä kahlitsevista suggestioista. Hallitsevista mielteistä vapautuminen johtaa minuuden entistä kohtaavampaan ja vapaampaan asemaan suhteessa todellisuuteen ja itseensä.

Minuus on tavallaan historian saatossa "ajettu" terävöitymään ja kokemaan oma erillistynyt, ehkä kipeäkin, olemassaolonsa. Tämä on johdattanut yksilön kohtaamaan tietoisemmin myös oman sisäisyytensä. Erillisyyden ja riippumattomuuden kohtaaminen tapahtui ja tapahtuu edelleen ajatuksin. Näin on myös mahdollista oivaltaa, että ajattelu ei ole persoonan kannalta merkityksetöntä "hyrinää". Ajattelun sisällöt vaikuttavat ratkaisevasti muuhunkin kokemukseemme ja sen kehitykseen. Ajattelu on aito energieettinen ilmiö ihmisessä, ja se on osa psyyken eli sielunelämän³ monipuolista dynamiikkaa.

Minä ja ajattelu

Ihmiskunnan kehityksen eräs linja on ollut eteneminen kohti itsetietoista minuutta. Nykyaikainen ihminen on usein kipeästi tietoinen omasta erillisyydestään ja kokee jopa tiettyä yksinäisyyttä sisimmässään. Pystymme asettumaan vastakkaiseen suhteeseen kaikkeen ulkopuoliseen.

Minuuteen herääminen liittyy läheisesti ajattelun kehitykseen. Evoluution myötä ajatustoiminta on todennäköisesti ”kuoriutunut” asteittain muusta tajunnan aineksesta aivojen rakenteen monimutkaistuessa. On silti arvoituskellista, miksi tämä kokemusta jäsentävä energia on rakentunut ja mistä se on saanut sysäyksen kehitykseensä. Vastauksen löytäminen on vaikeaa, koska ajatusilmion luonnetta ei oikeastaan tunneta.

Olemme siis ajattelevia olentoja eli meillä on ajatteleva eksistenssi, mutta emme oikeastaan tiedä ajattelun ilmiöstä muuta kuin oman kokemuksemme siitä. Toteudumme ajattelevina, mutta emme tiedä, mistä ajattelun kyky lopulta tulee. Joka tapauksessa ihminen pystyy nimenomaan ajattelevana erottamaan itsensä muusta todellisuudesta erilliseksi minuudeksi. Toisaalta vain ajattelevalle mielelle minuuden asema ja kohtalo muodostuvat arvoitukseksi.

Ajattelun ei tarvitse olla lainkaan tietoisista; ehkä pienet lapset tai eläimet eivät ajattele tietoisesti. Niinpä pelkkä ajattelu ei ehkä luokaan kysymystä, vaan kysymiseen tarvitaan kysyvä tietoisuus, tietty tietoisuuden asenne, joka ei ilmeisesti sisälly ajatteluun sinänsä. Kysyvä tietoisuus edellyttää kohteeksi asettamisen eli kohtaavan tietoisuuden. Ajattelu saattaa olla vain automaattinen sielunfunktio, joka tarvitsee korkeampia sielunkerroksia ohjaamaan, arvioimaan ja suuntaamaan siinä esiintyviä sisältöjä.

Nykyistä minä-kokemusta voi luonnehtia erilliseksi, erakoituneeksi, pistemäiseksi ja tuskaisesti tietoiseksi. Tämä ei silti merkitse sitä, että aina olisimme tässä tilassa. Jatkuvasti ei pysty olemaan minä-tietoinen, vaan on myös unohduksen hetkiä, ja ne ovat elämän sujuvuuden kannalta tarpeellisia. Ajatuskulttuurissamme on kuitenkin paineita korostuneeseen minätietoisuuteen. Historiallisista dokumenteista voi aavistaa, että menneisyydessä minuus ja olemassaolo eivät olleet yksilölle niin terävä ja kipeä ongelma, kuin se on ollut eurooppalaiselle ihmiselle viimeisinä vuosisatoina.

Eriytynyt minuus kaipaa luonnollisesti jonkin yhteyteen. Mutta minkä yhteyteen? Monenlaiset uskonnolliset, poliittiset, maailmankatsomukselliset ja tieteelliset aatteet tarjoavat ”pelastusta” ja vastauksia. Yksilöitynyt minuus pidättäytyy kuitenkin yleensä helpoista ja houkuttelevista ratkaisuista. Kriittinen mieli haluaa pysyä riippumattomana arvioijana, itsenäisenä omissa erillisyydessään.

Ihminen on minäinen olento. Ilmiöt hänessä ja hänen ympäristössään saavat minäisen leiman. Minulle kuuluvat erityisesti ajatukseni, tunteeni ja pyrkimykseni. Kokemukset ovat minun tai kuuluvat minulle. Ne ovat minäisiä. On vaikea kuvitella ei-minäisiä ajatuksia; ne eivät leiju minättöminä kosmoksessa. Sama koskee tunteita ja muita kokemuksiamme. Sisäinen maailma eli sielunsisällöt liittyvät minuuteen. Minun tai minän ovat myös näköhavainnot; ne ovat ”minäluontoisia”, minuus on niissä aina mukana rakenteellisena osana.

Luonnollisesti oma kehoni on tärkeä osa minua; sekin on minäinen, minän ”tartuttama” tai minään liittynyt. Minuus laajenee myös ympäristöön, ystävyys-suhteisiin ja esineisiin. Ystävät ovat ainakin jossain mielessä minun,

samoin kuin tavarani. Jokin virka tai rooli yhteiskunnan rakenteessa voi olla minun. Tällaiset roolit ja muut minän laajentumat ovat osa yksilön identiteettiä.

Monia minuun ja minulle kuuluvia seikkoja en suinkaan ole itse tehnyt, vaan olen saanut ne osakseni. En ole niitä esimerkiksi ansainnut, vaan olen tavallaan vain joutunut niihin. Tämä koskee varsinkin kehoani, mahdollista lahjakkuuttani ja persoonallisuuttani, mutta oikeastaan myös tavaroitani ja asemaani yhteiskunnassa. Silti näistä kaikista tulee yleensä ankara identiteettikysymys ja samastumiskohde, mikä kuvastaa sielun dynamiikan vahvoja voimia.

Oletettavasti menneisyyden ihminen eli monin tavoin välittömämmin kietoutuneena sekä itseensä että ympäristöönsä; hän ei kyennyt erottamaan niistä minuuttaan.⁴ Samalla tavalla lapsi on yhtä ympäristönsä kanssa. Lapsen maailma on ”itse-ympäristö”, itsen ja ympäristön yhteen sulautuma. Pieni lapsi ei vielä pysty erottamaan itseään minänä muusta kokemuksestaan. Aikuisen kokemus on kehittynyt kuitenkin siihen suuntaan, että olemme päässeet – tai joutuneet – yhä tietoisempaan tarkasteluasemaan jopa omiin sielunsisältöihimme nähden.

Ihminen samastuu ajatuksiinsa, käsityksiinsä, haluihinsa, tarpeisiinsa, tunteisiinsa, asemaansa, tavaroihinsa ja tavoitteisiinsa sekä näistä rakentuviin kokonaisuuksiin. Edellä kuvattu ”minuuden sammuminen” tarkoittaa sellaista samastumista johonkin koettuun tai piilotajuiseen sielunmuodostelmaan, jonka olemassaoloa tai todellista vaikutusta yksilö ei tiedosta. Se merkitsee samalla riippuvuutta ympäristöstä, koska mainitut sielunsisällöt luovat yhteyttä maailmaan. Vastapaine kohti ehdotonta riippumattomuutta, pistemäistä ja ”pientä minää”, on kuitenkin olemassa.

Elämän koettelemuksissa joudumme usein vastentah-
toisesti ja kipeästi purkamaan samastumia. Silti myös
tietoisella pyrkimyksellä selvittää sielun sisältöjä on oma
osuutensa. Ihmisen mielessä vaikuttaa ”minäkitka”, joka
pyrkii ajamaan minuuttamme yhä riippumattomampaan
asemaan. Samastumisen vastatila on ei-samastuminen. Se
on yksi osa kriittistä maailma-asennetta eli pyrkimystä irti
”luonnollisesta tilasta” kohti ”aitoa eksistenssiä”, kuten
jotkut filosofit ovat asian ilmaisseet. Samastumattomuus
ja riippumattomuus ovat minä-tietoisuuden ilmentymiä ja
tuntomerkkejä.

Paine irti samastumisesta, särö minuuden ja välittö-
mien sielunsisältöjen välillä, tekee elämän ristiriitaiseksi.
Useimmilla esiintyy tällaisia tietoisuusjännitteitä aika-
ajoin, mutta joillakin se on melkein jatkuva elämäntunto.
Ihminen on tietoinen olento: kärsimme tietoisuusikeestä.
Ei-samastuminen ja riippumattomuus ovat haaste yksi-
löille.

Vertauskohteen voi ottaa ajallisesti kaukaa. Aposto-
li Paavali sanoi synnin tulleen suureksi lain kautta. Hä-
nen mukaansa ei-juutalaiset kansat eivät samalla tavalla
tienneet erehtyvänsä eli syntiä tekevänsä, koska ne eivät
olleet tietoisia laista eli eivät olleet ”lain alaisia”. Tieto
lankeemuksen mahdollisuudesta teki kuitenkin synnin
teräväksi. Se merkitsi toista tietoisuuden astetta kuin ei-
juutalaisten viattomampi suhde tekoihinsa ja niiden taust-
tayllykkeisiin. Lain tunteva juutalainen kamppaili synnin
eli erehdyksen kanssa ja sortui siihen ikään kuin vaka-
vammin ja raastavammin. Lakia noudattamalla hän halusi
välttää rikkomasta Jumalan tahtoa.⁵

Nykyaikana olemme astuneet oikeastaan vielä askeleen
pitemmälle: törmäämme entistä tietoisemmin omiin yllyk-

keisiimme. Ne ovat usein raskaita kohdata, vaikka niiden tiedostaminen aina myös vapauttaa. Yllykkeitä kuoriutuu kuitenkin esiin jatkuvasti uusia; yllykeluonnon pohjaa ei ole helppo saavuttaa.⁶ Terävöityessään ja tiedostaessaan minuus laskeutuu aivan kuin alemmaksi sieluunsa. Psykologis-teoreettinen tieto ja sen herättämä omakohtainen tietoisuus ärsyttävät itseyttämme ja sen narsismia uuteen terävyyteen.

Historiallisesta näkökulmasta tilanne on oikeastaan kärjistymässä. Teoreettisesti meidän on mahdollista tuntea paremmin ihmisen sielun rakenne ylipäättään, mutta toisaalta nimenomaan myös henkilökohtainen tilamme. Ajatuskulttuurin kehitys on luonut edellytyksiä kohdata ne piiloyllykkeet, jotka ovat toimissamme mukana. Niin kauan kuin yksilö ei tiedosta niitä, hän on tavallaan ”vianton”. Psykyen tunnistaminen kuitenkin lietsoo hereille aiemmin kätköön jääneet impulssit, ja näin arvaamattomien voimien läsnäolo kokemuksessamme vahvistuu. Minuus terävöityy ja narsismi voimistuu. Ne ovat tavallaan toistensa vastakohtia.

Kyseenalaisen aineksen osuus omassa sielussa voi tuntua rannattomalta ja vastustamattomalta.⁷ Ihminen kokee ajoittain olevansa moraalisesti todella huono. Samalla aukeaa kuitenkin – ja tämä on tärkeää – mahdollisuus itseyden voimien muuntamiseen ja niiden hallitsemiseen. Jos omia heikkouksiaan ei tunnista, ei yksinkertaisesti ole vielä edennyt riittävästi itsetuntemuksessa. Kysymys ei kuulu, olenko piilotajuisten yllykkeiden viemä, vaan millä tavalla ne minua liikuttavat. Sivistynyt tietää erehdyksen olevan läsnä aina kokemuksessaan, tietämyksessään ja toimissaan. Viisas tietää erehtyvänsä.

Kehitys on johtanut siihen, että meidän täytyy oppia

tunnistamaan yllyke-elämyksiä. Lisäksi meidän täytyy oppia myös tunnustamaan ne, ainakin itsellemme. Jokainen joutuu jossain elämänvaiheessaan selvittämään ja prosessoimaan arkitietoisuudelta kätkeytyviä sielunmuodosteita, vaikka ihmisluonnon mukaista on myös yrittää välttää tätä selvitystyötä ja itsen paljastumista. Yksilöityvän mielen kehitys näyttää kulkevan suuntaan, missä terävöityvä minuus törmää yllykeolemuksensa sisältöihin. Ei näin ole mikään sattuma, että narsismin teoreettinen tarkastelu on noussut esiin juuri meidän aikanamme. Tilanne vaatii moraalialia, jolla voi hallita nykyajassa uuden terävyyden saanutta narsismia.

Vuosituhantinen kulttuuri on kantanut moraalialia arvoja sukupolvelta toiselle. Ne ovat suojelleet yhteisöjä ja yksilöitä. Moraali on perustunut pitkälti noudattamiseen. Tilanne on nyt kuitenkin jo muuttunut. Joudumme arvioidaan tietoisemmin, henkilökohtaisemmin ja itsenäisemmin omia todellisia aikeitamme.⁸ Ilman uutta asennetta, mielenmuutosta, voimme ”hukkua” narsistisiin yllykkeisiimme – tai jopa teorioihin niistä. Nykyaikaiseen tietoon sielunelämästä, ”sielutieteeseen”, kuuluu myös moraalinen arviointi. Ristiriidoissa kärsivä minuus on kuva uuden moraalialin mukaan elävästä yksilöstä. Elämä ei ole helppoa, jos pyrkii koko olemuksen läpäisevään moraalialiin.

Narsismi on kehittyvän itsetietoisuuden ongelma. Ihmisten omat ja heidän keskinäiset ongelmansa palautuvat aina viime kädessä siihen. Kehittyvä tietoisuus oman psyyken luonteesta ja perustasta tuo mukanaan ahdistusta, mutta se antaa myös avaimia vapauteen. Yllykeluonnon hyökkäykset täytyy tunnistaa, tiedostaa ja tunnustaa.

Yksilöiden toimet näyttävät ulospäin hyvältä sopeutumiselta. Yllykkeet eivät tule yhteiskunnassa useinkaan

avoimesti esiin. Tällöin ne ovat piilossa, ja ovat taustalla ohjaamassa tapahtumia. Näin narsismi ei ole vielä puhjennut avoimeksi ongelmaksi. Yhteisö näyttää rauhalliselta ja sopuisalta, mutta pinnan alla voi kyteä.

Varsinkin eksistentiaalistit ovat kuvanneet niitä ahdistavia tunteita, jotka liittyvät minän korostuneeseen erilisyyteen ja yksinäisyyteen. Juuri modernin tietoisuuden näkökulmasta ihmiselämä saattaa näyttäytyä merkityksettömänä, ahdistavana ja kuolemaan päättyvänä "hyödyttömänä intohimona" ja "turhana kärsimyksenä". Sisäinen tuska on monesti vain merkki narsististen yllykkeiden otteesta sielussamme, mutta samalla se luo mahdollisuuden niiden tunnistamiseen.

Minuudella tuntuisi olevan vain kaksi huonoa vaihtoehtoa: joko samastua sielun sisältöihin tai herätä jonkun mielestä "turhaa kärsimystä" aiheuttavaan minä-tietoisuuteen. Käytännössä me taiteilemme elämässä näiden ääripäiden välillä.

PSYYKEN LAADUT

Edellisessä luvussa pohdittiin minuuden ongelmaa. Tässä ei oteta kantaa siihen, mitä minä-kokemus syvimmiltään on. Onko minuus lapsen kehittyessä tajunnan aineksesta erkaantuva ja sitten kuolemassa katoava momentti vai onko se jokin vielä alkuperäisempi olemus? Minä on kuitenkin jollain tavoin ihmisen kokemuksessa läsnä. Minuus on yhteydessä tajuntaan ja tajunta kehoon.

Tätä tutkimusta voi kutsua emotiologiaksi, koska se tarkastelee pääasiassa tunteita tai tunteenomaisia sielunlaatuja. Kuvaus on eräänlaista sielunelämän geometriaa, joka selvittää sitä emotiologista koordinaatistoa, jossa inhimillinen kokemus toteutuu. Sisäisen elämän ulottuvuudet rakentavat välittömän ja läsnä olevan kokemuksen. Erilaiset psyyken laadut on mahdollista hahmottaa selkeästi erilleen toisistaan, vaikka niiden keskinäinen kietoutuminen hankaloittaa niiden tunnistamista.

Kokemusavaruutta luonnehditaan mahdollisimman tutuin sanoin niin, että käsitteiden vieraus ei estä ilmiöiden tunnistamista. Itse asiassa luonnollinen kieli on sielunelämän kuvauksen kannalta paljon viisaampi kuin yleensä luullaan. Se erittelee ilmiöt varsin tarkasti, vaikka arki-

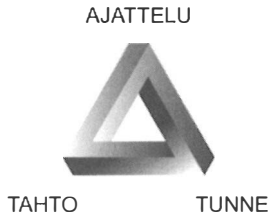
puheessa sanoja käytetään välillä epäjohdonmukaisesti. Luonnollisen kielen tunnekartta ohjaa meitä pääasiassa osuviin havaintoihin. Jatkossa yritetään välttää keinotekoisia käsitteellisiä konstruktioita tai hypoteettisia malleja, koska ne saattavat ehkäistä suoran tunnistamisen. Joissakin tapauksissa joudutaan käyttämään kuvallisia ilmauksia asioista, jotka ovat hyvin abstrakteja ja joilla ei ole selkeitä käsitteellisiä vastineita.

Ajattelu on keskeinen osa ihmisen sielunelämää. Ei ole yhdentekevää, miten yksilö tulkitsee tällä välineellä muita kokemuksiaan. Ajattelu ei ole vaaratonta, sillä ajatus on osa kokemusta. Emme tulkitse ajatuksin vain ulkoista näköhavaittavaa todellisuutta, vaan myös sisäistä kokemustamme. Tämä koskee varsinkin psykologisia teorioita mutta myös maailmankatsomuksia. Tulkinta on osa kokemusta eli koettua todellisuutta.

Liian yksinkertainen tai virheellinen tulkinta vääristää kokemusta ja luo ainakin väärintymmärrystä. Siksi tarkastelu tässä perustuu niin sanottuun hahmolliseen käsitteenmuodostukseen. Se ei rajoita näköalaa, sillä näkemystä on aina mahdollista täydentää. Hahmollinen ajattelu ei myöskään sido tai vangitse mieltä, vaan kulkee yhtä matkaa avartuvan kokemuksen kanssa. Käsitteet säilytetään avoimina ja liikkuvina; ne täyttyvät ja täydentyvät yksilön mielessä sitä mukaa kuin tunnistaminen ja tiedostaminen lisääntyvät.

Psyyke koostuu kolmesta peruslaadusta eli lyhyesti ajattelusta, tunteesta ja tahdosta.⁹ Kyseessä ovat laajat ilmiöt, joten oikeampaa olisi puhua vaikkapa ajatusolemuksista (kognitiivisista prosesseista), tunne-elämästä (emootioista) ja tahtotoiminnoista. Tässä käytetään usein kuitenkin lyhyitä ilmaisuja ajattelu, tunne ja tahto, vaikka

niillä tarkoitetaan moniulotteisia rakenteita. Ajattelu, tunne ja tahto ovat toisistaan erottuvia ja laadultaan erilaisia energioita. Ne kietoutuvat kuitenkin monin tavoin keskenään, esiintyvät yhtä aikaa kokemuksessa, eikä niiden välillä ole selvää rajaa kokemuksen hetkellä.



Kuvio 1. Psyhyken peruslaadut.

(Kirjan lopussa olevassa kaaviossa on pelkistetty yhteenveto mielen rakenteesta.)

Sisäisyydessämme on kokemuksia, joiden merkitys olemassaolollemme on vielä alkuperäisempi – mikäli mahdollista – kuin mainittujen sielun peruslaatujuen. Niitä kutsutaan eksistentiaalisiksi tarpeiksi eli lyhyesti jäsen-tymiseksi, liittymiseksi ja tekemiseksi. Toisaalta ne eivät ole pelkästään tarpeita, vaan ne ovat sisäisen elämämme perustoimintoja, jotka aina toteutuvat jotenkin.



Kuvio 2. Eksistentiaaliset tarpeet.

Sielun peruslaadut ovat eksistentiaalisten tarpeiden välittäjiä ja ohjaajia. Ajattelu on jäsentymisen keskeinen välittäjä ja toteuttaja. Samoin tunne-elämä on liittymisen toteuttaja yksilön ja ympäristön välissä. Tahto-olemuksen monet sisällöt muotoilevat tekemistä ja toimintaa.

Jäsentymisessä ei ole kyse vain koetusta tarpeesta, vaan myös reaktiosta. Se on "funktio" tai toimi, joka toteutuu aina vuorovaikutuksessa kohtaamamme todellisuuden kanssa. Samoin toteutuvat "liittymistoimi" ja "tekemisfunktio". Ajattelun sisällöistä riippuu se, kuinka yksilö jäsenyy todellisuuteen. Tunne-elämän taso ja laatu vaikuttavat taas siihen, miten hän liittyy. Tekemistä puolestaan ohjaavat tavat, taidot, tottumukset, halut, tarpeet ja omaksutut päämäärät, ylipäätään monirakenteinen "tahokoneisto".

Jäsentyminen ja ajattelu

Jäsentyminen ympäristöön ja omaan kokemukseen on niin luonnollista, että sitä ei tavallisesti huomaa. Siitä huolehtivat pitkälti automaattiset, tiedottomat prosessit. Varsinkin lapsuudessa jäsentyminen ympäristöön kehittyy itsestään. Siihen ei kuulu tietoista ajatusponnistusta eli jäsentämistä.

Maailma, johon lapsi jäsenyy, on aluksi pieni. Siinä ei ole vielä paljon jäsennettävää. Iän myötä kohdattava todellisuus kasvaa koko ajan, omaksuttavia ja jäsennettäviä yksityiskohtia tulee lisää. Myös aikuisuudessa mielen energiat huolehtivat jäsentymisestä pääosin huomaamattamme. Toisaalta usein koemme itse ponnistavamme ja

muodostavamme ajatuksia jäsentääksemme mielessämme jonkin seikan. Yleensä pidämme ajatuksia omina luomuksinamme.

Jäsentyvän kokemuksen perusta on aistimusten hahmottuminen havainnoiksi. Niistä jää mieleemme muistijälkiä eli mielikuvia. Käsitteiden muodostaminen eli merkitysten liittäminen esineisiin ja tapahtumiin on seuraava taso. Mielikuviin ja merkityksiin nojaten me sitten orientoitumme todellisuuteen. Mielikuvia, käsitteitä, käsityksiä, eli näitä ”kognitiivisia elementtejä”, voi kutsua yhteisesti mielteiksi.¹⁰ Hämmästyttävästi mieleemme rakentaa – pääasiassa siis aivan itsestään! – jäsentyneitä miellekokonaisuuksia, joiden varassa ja opastamana tunnistamme ympäristöä ja toimitamme askareitamme.

Omaksumamme käsitteet ja käsitykset ovat olennaisia jäsentymisen välittäjiä. Ne ovat mielen rakentamia todellisuuden vastineita eli representaatioita, jäsentymistuloksia eli tavallaan mielen karttoja. Jäsentyminen on ajattelu alkuperäisempää, ja laajasti käsittäen se on ajattelun ydintoimi. Aivojen ja tajunnan yksi keskeinen tehtävä on nimenomaan kokemuksen jäsentäminen ja säilyttäminen muistissa. Ajatusolemus rakentaa eli ”konstruoi” jäsentyneen vastineen kohdatusta maailmasta, ja omalta osaltaan tekee meille todellisuuden. Maailma on sama kaikille, mutta todellisuudet vaihtelevat. Tämä tarkoittaa sitä, että ihmismielen luomat vastineet maailmasta ovat erilaisia (vrt. lapsen ja aikuisen todellisuutta). Yksilöt elävät samassa maailmassa, mutta eri todellisuuksissa. Jokaisella on näin oma todellisuutensa. Oikeastaan toimimme mieleemme luomassa todellisuudessa eli mielen todellisuuskuvassa.

Jäsentymisen tarpeen huomaamme tavallisesti vasta,

kun jäsentymisen on jostain syystä puutteellista. Näin tapahtuu esimerkiksi silloin, kun joudumme uuteen tilanteeseen tai kun jonkin häiriön vuoksi kadotamme riittävän orientoitumisen ympäristöömme. Ottaessamme vastaan uuden työpaikan tai joutuessamme uusien tehtävien eteen koemme usein pitkään jäsentymättömyyttä, johon liittyy epävarmuutta ja pelkoa. Johtotehtävissä joutuu yleensä jäsentymään laajemmin yhteiskunnan rakenteisiin ja toimiin kuin vaatimattomammissa työtehtävissä.

Jäsentymisen tarvitsee oman aikansa, koska se on tunnassamme omaehtoisesti etenevä tapahtuma; emme pysty sitä paljon jouduttamaan. Jäsennymme vähin erin uusiin asioihin, paikkoihin ja ihmisiin, samoin kuin tilanteisiin ja käytänteisiin, jopa uusiin sanoihin ja käsitteisiin. Vaativa uudelleenjäsentymisen kuluttaa voimiamme, joten se väsyttää. Toisaalta kun olemme väsyneitä ja ahdistuneita, kykymme jäsentyä heikkenee, ja silloin toimimme joskus "ajattelemattomasti".

Joutuessamme vaikeaan elämäntilanteeseen meidän on pakko ryhtyä pohtimaan missä olemme ja mitä meidän täytyy seuraavaksi tehdä. Meillä on tarve selvittää asiat. Tällöin jäsennämme tilannetta tietoisesti mielessämme ja yritämme ratkaista näkemämme ongelmat, eli pyrimme jäsentyneeseen tilaan. Meidän täytyy ajatella ponnekkaasti. Silti on paljon jäsentymistä, mikä toteutuu suureksi osaksi ilman tietoista ponnistusta. Esimerkiksi uuteen paikkakuntaan tutustuminen tapahtuu yksinkertaisesti vain liikkumalla aiemmin tuntemattomalla seudulla.

Jokin voima tai energia toteuttaa jäsentymisen. Tämän energian tunnistamme aluksi kielessä ja ajattelussa. Tavallisesti nimitämme ajatteluksi vain mielikuvia ja lauseita sekä niiden virtaa mielessämme. Ajattelu on monitasoi-

nen sielunilmiö, josta vain osa ilmenee tietoisesti. Tutussa ympäristössä suuri osa tunnistamisesta toteutuu huomaamattomasti. Kaikkea ei kuitenkaan voi millään ilmaista ajatuksin, vaikka koemme olevamme hyvin jäsenyनेitä todellisuuteen; tämä on itse asiassa hämmästyttävää. Havainnoissa esiintyvä yksityiskohtien rikkaus ylittää ajattelun käsitteellisen potentiaalin huikeasti.¹¹

Koulutus on tärkeä keino, jolla jäsentymistä pyritään jouduttamaan. Opittava aines sisältää tietoja eli sanoja, käsitteitä ja käsitteitä. Ne muokkaavat mieltä ja valmistavat koulutettavaa kohtaamaan jonkin elämänalueen ilmiöitä ja tehtäviä. Opittavan asian tuttuus syntyy mielikuvien rakentumisesta mieleen. Mielikuvien muodostuminen on tutustumista opittavaan asiaan. Ne auttavat tunnistamaan todellisuutta.

Tehtävänsä koulutettu asiantuntija tunnistaa ja ymmärtää kohtaamansa ilmiöt, tietää niiden merkityksen sekä löytää sopivat toimenpiteet. Monet työt opitaan vasta käytännössä, mutta käsitteellinen eli teoreettinen koulutus on usein välttämätön esi- tai rinnakkaisvaihe, joka valmistaa yksilöä jäsentymään tehtäviin nopeammin. Työelämän vaatimukset kasvavat jatkuvasti, joten tiedollinen koulutus on välttämätöntä. Se on tavallaan mielen valmistamista hallitsemaan todellisuutta.

Vapaa-ajalla ja työssä tulee eteen tilanteita, joissa emme ole riittävästi orientoituneita, vaan joudumme miettimään ja pohtimaan, mistä on kysymys. Tunneimme jäsentymättömyyden tällöin paineena. Koemme olevamme tietämättömiä ja taitamattomia. Mahdollisesti tarvitsemme lisää tiedollista perehtymistä tai taidollista harjaantumista eli yleisesti koulutusta. Oppiminen on opetettavan tai kohdatun aineksen jäsentämistä. Osaaminen on tilanteiden

käsittämistä ja oikeiden toimenpiteiden taitamista sekä seurausten osuvaa ennakointia.

Nopeasti muuttuvassa yhteiskunnassa ja jatkuvasti kehittyvässä työelämässä jäsentymättömyyden kokemukset rasittavat kansalaisia yhä enemmän. Uudelleen jäsentymisen tarve ja siitä johtuva väsymys ovat nykyisin yleinen stressin syy. Vaikeus tehtävien hoitamisessa johtuu muun muassa siitä, että meillä ei ole sopivia käsitteitä ja käsityksiä, jotka auttaisivat meitä orientoitumaan tehtäviimme. Omaksuessamme uusia tietoja ja teorioita jäsennymme moniulotteisemmin todellisuuteen; se laajenee ja yksityiskohtaistuu kokemuksessamme.

Ajattelu on olemukseltaan jähmeä energialaatu. Se muokkautuu yleensä hitaasti käsitellessään uusia virikkeitä. Poikkeuksia ovat nopeat oivallukset, mutta niitäkin on saattanut edeltää pitkä kypsytelyvaihe. Ajattelun jähmeyden myönteinen puoli on se, että todellisuus pysyy kokemuksessamme kohtuullisen vakioisena. Olisi yllättävää, jos aamulla heräisimme täysin erilaiseen maailmaan kuin missä olimme nukahtaessamme. Hämmäntävää olisi havaita maailma yhtäkkiä aivan toisin silmin, korvin tai kehon tunnoin.

Ajattelun jähmeys haittaa oppimista. Mieli tarvitsee aikaa "sulattaakseen" uudet asiat. Oppimista ei voi paljon kiirehtiä. Yksilön perehdyttämiseen ja opettamiseen tarvitaan kärsivällisyyttä, mihin kuuluu virikkeiden ja suoritusvaatimusten sopiva annostelu. Käsitteiden ja käsitysten vakioisuus tulee esiin muistissa, mikä säilyttää omaksunsa lähes muuttumattomana. Ajatuskentän muistiluonne on tärkeä seikka persoonan jatkuvuustunnon ja identiteetin kannalta. Ajatusolemus pitää meidät tavallaan koossa; oikeastaan me olemme yhtä kuin ajatuksemme.

Ajattelun etenevä (prosessuaalinen) luonne näkyy myös sen polaarisuudessa. Ajatusolemus pyrkii pelkistyneisiin rakenteisiin. Ajattelu luo yleensä johdonmukaisia, käsitteiltään niukkoja kokonaisuuksia. Tämä merkitsee kuitenkin myös sulkeutumista. Ihminen käsittää maailmaa ajattelullaan, joten on hämmentävää arvailla, mikä merkitys sulkeutumisella on. Pelkistymisellä on merkitystä ainakin mielen energiatasapainolle. Persoonasta tulee näin koostunut ja kompakti. Yksilön kuva todellisuudesta pelkistyy joskus jopa liikaa: voimme juuttua joihinkin yksinkertaisiin käsityksiin.

Maailman sisäistäminen mieleen ja ajattelun jänteikästä pelkistämisyrittäminen ovat ajattelun omaa sisäistä ”tahtoluonnetta”. Oikeastaan ajattelu toimii pääosin itsestään. Se omaksuu asioita, mutta se myös vastustaa muutosta. Usein se ”kulkee” itsekseen entisiä ratojaan. Ajattelulle on luonteenomaista muutoksen vastustus, jolloin se ei omaksu mitään uutta. Ajatusolemus on ”itsetoimiva” eli automaattin kaltainen, virikkeitä sulattava ja sisäänsä sulkeva kenttä.

Ajattelu tarvitsee virikkeitä hankkiakseen uusia sisältöjä. Ajatteluolemuksessa on myös avoimuutta, sulkeutumisen vastakohtana. Ennen kaikkea havainnot, mutta myös elämykset, puhe ja kirjoitus antavat virikkeitä ja käynnistävät ajattelua. Joskus tarvitaan ajatustyön tietoisuutta suuntaamista, jotta jäsentymisprosessi lähtisi liikkeelle. Sitten kehitys jatkuu omia aikojaan tietoisuuden pinnan alla. Kognitiivinen energiakenttä järjestää ja jäsentää kokeensa ja omaksumaansa tiedottomana ”piiloajatteluna”. Uudet havainnot täytyy tunnistaa samoiksi tai erilaisiksi, osittain tai kokonaan.¹²

Ajattelu sulkeutuisi mahdollisesti täysin, jos havain-

not ja elämykset eivät toisi uutta ainesta sen piiriin, ja jos minuudessa ei heräisi tahtovaa aktiivisuutta. Meissä on myös tahto ajatella ja tahto tarkkailla ajattelua; nämä pyrkimykset uudistavat ajattelua. Se on silti kuin orgaaninen kenttä, joka pyrkii sulkeutumaan ja kulkemaan vanhoja polkujaan. Uusi teoria, tieto tai maailmankatsomus avaa näkemään jotain sellaista, mitä emme olisi havainneet, tunnistaneet tai oivaltaneet ilman uusia käsitteitä ja käsitteiksiä. Ajattelussa on näin todellisuutta avaava funktio; se tekee aiemmin tuntemattomat asiat olemassa oleviksi.

Ajattelun hidaskuuluus antaa yksilölle tunteen pysyvyydestä ja jatkuvuudesta. Tältä osin se on luonteeltaan defensiivinen eli puolustava sielunilmiö. Ajatusolemuksen kiinteys pitää ihmisen koossa. Ajattelu on eräänlainen panssari, jolla torjumme kaoottisuuden sekä omassa kokemuksessa että ympäristössä.

Yleisestä näkökulmasta ajattelu on yksi inhimillisen olemassaolon olomuoto eli ihmisen toteutumisen alue. Se on tärkeä osa koettua todellisuutta. Me toteudumme siis myös ajattelevina, eli ajattelu kuuluu eksistenssiimme; emme ole valinneet sitä osaksemme. Yksilö elää ajatuksissaan ja kokee ne yleensä vahvasti todellisuudeksi. Edellisessä luvussa todettiin, että ajattelu jäsentää (abstrahoi) minuuden erilleen muusta todellisuudesta. Samalla minuudelle tulee mahdollisuus asettaa myös itse ajattelu tarkastelun kohteeksi. Tällainen reflektio eli "peilaaminen" näyttää olevan ihmiselle mahdollista.

Hämentävää on herätä aitoon elämykseen siitä, kuinka ajattelu todella antaa merkityksen havaitulle ja koettulle. Ajattelu ei ole tasalaatuista kenttää, vaan siinä olevat laatuerot ovat erilaisia merkityksiä. Käsitteen koivu merkitys on eri kuin männyn tai kuusen merkitys. Tämä

on arkikokemukselle oikeastaan selviö. Silti herääminen siihen, että merkitys läpäisee tai sävyttää havainnon, on yksi ajattelun tiedostamisen huippukokemuksia. Laskemme kohtaamamme päälle ikään kuin merkitysten verkon, vaikka toisaalta mielemme on sen aiemmin kohdatusta konstruoinut.

Herääminen ajatteluun on usein vahva kokemus. Todennäköisesti juuri se on saanut monet filosofit oletta- maan – ehkä liioittelevasti –, että ajattelu tavoittaa todelli- suudessa olevia olemuksia tai on jopa yhtä niiden kanssa (vrt. esim. Platonin idealismi). Saatamme jopa ajatella, että ajattelumme on todellisuus. Ajattelu voi tällöin tuntua ylivertaiselta ja kaikkivoipaiselta (omnipotentilta). Ajatte- lun tarkastelu, rehellinen sisäinen reflektio, paljastaa silti sen suunnattoman rajoittuneisuuden. Samalla tulee esiin myös ajattelun monenkirjava motiivitausta. Yllykkeitön- tä ja halutonta ajattelua ei ole olemassa; halu usein johtaa ajattelua ja luo aikeita.

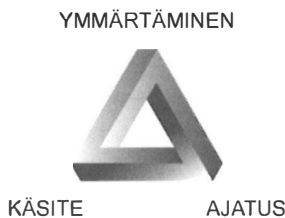
Ajatusolemus luo merkitysvastineita kohtaamastaan. Mielikuvat, käsitteet ja käsitykset tavoittavat jotain todel- lisuudesta, koska me tunnistamme esineitä ja ennakoim- me tulevia tapahtumia.¹³ Arkisessa kokemuksessa merki- tykset ovat kuin liimautuneita havaintoon; tunnistamme välittömästi ympäristöämme. Emme oikein osaa kuvitella sitä, miltä todellisuus näyttäisi ilman merkityksen antoa. Erikoinen elämys syntyy, kun ”irrotamme” merkitykset läsnä olevasta havainnosta eli pyrimme saavuttamaan pel- kän aistimustilan.

Ajattelu on osa todellisuutta, mutta se ei ole mikään yli- vertainen osa. Vai olisiko sillä jokin ontologinen erityisase- ma kosmoksessa? Ainakin ihmisen kokemuksessa sillä on merkittävä sija, ja siksi sille saatetaan antaa muihin sielun

laatuihin nähden korkeampi asema. Näin tapahtuu monissa maailmankatsomuksissa. Ajattelu sokaisee ja se sitoo yksilön samastumaan itseensä. Tällä on yhteyksiä vallan ilmiöön.

Ajattelun fenomenologinen rakenne

Ajattelun olemukseen kuuluu kolme keskeistä ilmiötä: käsite, ajatus ja ymmärtäminen. Käsitteet ovat ajattelun ”yksiköitä”, ja ajatukset näiden yksiköiden välisiä yhteyksiä. Ymmärtäminen on sisäistävää saavuttamista. Se on ajatteluun kuuluva ajattelunomainen laatu. Ymmärtäminen toteutuu kuitenkin käsitteiden ja käsitysten varassa. Käsite on tahdonomaista, ja käsitteiden välisessä yhteydessä eli ajatuksessa toteutuu jotain tunteenomaista.



Kuvio 3. Ajattelun fenomenologinen rakenne.

Ymmärtäminen on ajattelun varsinainen tarkoitus ja päämäärä. Tämän ilmiön tunnistamme oivalluksessa, kun ymmärrys rakentuu yhtäkkiä. Silloin ajattelussamme tapahtuu jokin nopea uudelleen rakentuminen, eikä ole liioitellua sanoa, että mieli ikään kuin valaistuu. Saamme tällöin

jotain haltuumme, tavallaan persoonalliseksi omaisuudeksi. Ymmärtäminen tuntuu tyydyttävältä, ja se vaikuttaa ratkaisevasti jäsentymiseemme elämän jollain osa-alueella.

Ymmärtämisessä on jotain samaa kuin tutun ympäristön tunnistamisessa. Tuttuus pohjautuu aiemmin mieleemme piirtyneisiin ja varastoituneisiin mielikuviin. Niiden avulla tunnistamme kokemuspiiriimme tulevat tai siinä olevat kohteet. Mieleemme suorittaa tuttuus- tai tunnistamisvertailua kaiken aikaa automaattisesti. Havaintokohteiden tunnistaminen on arkisen selkeyden perusta. Tuttuuttakin voi kutsua ymmärtämiseksi. Varsinaisesti se toteutuu kuitenkin toisella, käsitteellisellä ja sisäisemmällä tasolla.

Havaintojen tunnistaminen tutussa ympäristössä on itsestään selvää. Samalla tavoin myös suuri osa ymmärtämisestä on lähes huomaamatonta. Se toteutuu käsitteiden ja niiden välisten yhteyksien varassa, tavallaan käsitteiden kautta ja läpi. Käsitteet muodostavat mielessämme käsitteverkostoja eli näkemyksiä, ja nimenomaan niissä elää ymmärrys.¹⁴ Olemme tavallisesti aina ymmärtämisen tilassa, jos mitään odottamatonta ei ilmene. Ihminen on siis ymmärtävä olento eli ymmärtämisen kokemus kuuluu eksistenssiimme, samoin kuin vaikkapa halut ja tunteet. Sana ymmärtäminen tarkoittaa sekä saavuttamista että saavutettua tilaa.

Ymmärrys kehittyy pääasiassa huomaamatta ja vähitellen. Omaksumme – mieleemme valmistaa – uusia käsitteitä, käsityksiä ja näkemyksiä. Itse asiassa ajatteleva mieleemme on toiminnassa myös silloin, kun emme kiinnitä siihen mitään huomiota. Ajattelun sisältöjen monipuolistuessa ymmärryksemme mahdollisuudet kehittyvät, ja näin sen alue laajenee. Ymmärtäminen on siis kokemuksen tosi-

asia, mutta sitä itseään ei kuitenkaan ole helppo ymmärtää. Sitä, miten se on olemassa, on vaikea selittää.¹⁵ Mutta niin on vaikea selittää sitäkin, miksi on olemassa sinistä väriä, ajatuksia, tähtiä, elektroneja, vihaa tai arvoja, taikka ylipäätään mitään.

Ajattelu on reaktiivinen olemus: mieli luo käsitteet ja käsitykset ensisijaisesti havainnoista, mutta niitä omakсутaan myös puheesta, kirjoituksista, riiteistä, viittomista tai muista merkeistä. Ajatusolemuksessa on siis vastaanottavaa aktiivisuutta. Voittopuolisesti se on introjektiivinen toiminto; maailma sisäistyy meille mieleen, mielen todellisuudeksi.

Ymmärtäminen tai ymmärtämisen kokemus, on sisäinen ja henkilökohtaisesti joskus "ravisteleva" tapahtuma. Vakaa ymmärtämisen tila kuvastaa jo itsessään merkityksissä elämistä. Lisäksi aikuisen ajattelu on usein energistä sisäistä aktiivisuutta. Sen keskuksena on jokin tietoinen "ajattelun tahto" tai "minätahto", vaikka ajattelu toisaalta eteneekin automaattisesti ja toistaa paljolti itseään. Todella perusteellinen ajattelun uudistuminen on hidasta.

Ymmärtämistä ei pidä absolutisoida. Se on psyykinen tila, joka ei todista mitään siitä, onko saavutettu ymmärrys totta vai ei. Ymmärtämisen tyydyttävyyteen kätkeytyvä vaara kaikkivoipaistaa oma ajattelunsa. Ymmärtäessämme emme saavuta lopullista totuutta, joka ei koskaan enää muutu. Ajatus on kuva, nimenomaan vain käsitteellinen kuva todellisuudesta. Tietomme lisääntyvät ja kehittyvät jatkuvasti, ja se mihin ymmärtämisemme perustui aiemmin, osoittautuu usein puutteelliseksi tai virheelliseksi.

Ymmärtämisen tunne on sisäinen tosiasia, ehkäpä juuri sisäisyyttä sinänsä. Se on joko ajatusrakenteiden uudelleen järjestymistä (saavuttava ymmärtäminen) tai perus-

tuu jo olemassa oleviin rakenteisiin (ymmärtämisen tila). Ymmärtämisellä on yhteys ulkopuoliseen todellisuuteen käsitteiden kautta, koska niiden merkitys on peräisin koh-teista. Ajatusolemus sekä pyrkii ymmärtämiseen että pitää yllä saavutettua ymmärtämistä.¹⁶ Me samastumme tähän kokemusavaruutemme perusilmiöön, emmekä tunnista sitä itseään.

Ymmärtäminen on monesti sikäli ainutkertainen ta-pahtuma, että yksilö ymmärtää jonkin asian oikeastaan vain kerran. Samaa asiaa ei tarvitse yleensä ymmärtää uudelleen. Saavutettu ymmärrys on siirtynyt ”hiljaiseksi tiedoksi”. Elämme tavallaan aina jonkinasteisessa ymmär-tämisen suhteellisen pysyvässä tilassa. Olemassa olevat ajatusrakenteet aktivoituvat vastaukseksi kohdattuun.

Sanat ymmärtäminen, käsittäminen ja tietäminen mer-kitsevät monesti samaa. Niitä voi usein käyttää toistensa synonymyminä samoin kuin tuntemista, tunnistamista ja tiedostamista. Arkikieli ei ole näiden sanojen käytössä tarkka; tosin ei myöskään tieteellinen kieli. Painotuseroja mainituissa sanoissa on mahdollista nähdä ja näitä eroja voi myös tarkoituksellisesti korostaa.

Pelkistetysti voi sanoa, että ymmärtäminen viittaa si-säiseen tilaan; se on sisäisyyttä sinänsä ja sisäistyksen (introjektion) tulos. Käsittäminen, yksinkertaistaen, on vuorovaikutuksellisempaa aktiivisuutta kohteen kanssa, tavallaan ymmärtämisen retrojektiivinen (interaktiivi-nen) momentti. Tietäminen on puolestaan mielen pro-jektiivista toimintaa, koska tietoon kuuluu odottaminen. Tunteminen puolestaan tarkoittaa usein samaa kuin tietä-minen, ja tiedostaminen on myös sisäisen prosessin nimi, jolloin siihen liittyvät luontevasti ilmaiset tunnistaminen ja käsittäminen.

Ymmärtäminen – samoin kuin käsittäminen – tapahtuu ydinosaltaan käsitteiden varassa. Tavallisesti juuri niihin kiinnitetään huomio ajattelua tutkittaessa. Käsite on todellisuutta pelkistävä, näkymätön ja mentaalinen muodoste, joka muun muassa jäsentää kohteet toisistaan erilleen. Käsitteet ovat eräänlaisia ”supistumia” ajatuskentässä. Ajattelu ikään kuin tiivistyy niissä.

Voimme tunnistaa käsiteilmiössä tahdonomaista liikettä. Siinä on erottavaa voimaa, joka ”vetää irti” eli abstrahoi havainnoista jotain uudelleentunnistettavaa. Ajattelu kuvallisesti ”porautuu” todellisuuteen juuri käsittein tai oikeastaan toisin päin: käsitteet porautuvat tajuntaamme kohdatun virittämisenä. Porautuminen on siis kaksisuuntaista: introjektiivista käsitteiden muodostamista ja projektiivista uudelleen tunnistamista. Kaikissa sielun ja mielen ilmiöissä voi havaita sisäistäviä (introjektiivisia), vuorovaikutuksellisia (retrojektiivisia) ja heijastavia (projektiivisia) piirteitä.

Välittömässä kokemuksessa käsitettä on vaikea tavoittaa tunnistettavaksi. Se vaikuttaa itsessään oikeastaan tyhjältä, vaikka se onkin latautunut merkityksellä. Käsite on ikään kuin ”tyhjä kohta” mielteiden meressä. Ajatuskentässä sen merkitys tulee ilmi vasta sen yhteyksistä muihin käsitteisiin. Käsitteen merkityksellä voi siis ymmärtää sen ”ympäristöä” eli yhteyttä muihin käsitteisiin. Käsitteeseen kätkeytyvät potentiaaliset yhteydet pulpahtavat mieleemme ajatuksina.

Sanat vaikuttavat merkittävästi käsitteiden kehittymiseen. Kieli on tärkeä virike ajattelulle, mutta siihen ei kiinnitetä laajemmin huomiota tässä. Yleensä puhuessamme käsitteestä tarkoitamme samanaikaisesti siihen liittyvää sanaa ja merkitystä; sana ja merkitys ovat kiinteä osa kä-

sitettä. Jos käsittemuodosteisiin ei liittyisi sanoja, tavallaan kuin ”nimilappuja”, emme ehkä huomaisi niitä lainkaan. Käsitteet ovat varsin muuttumattomia mielen muodosteita, mutta ne ovat silti jatkuvan muutoksen alaisia. Ne ovat kiinteydestään huolimatta eläviä, eräänlaisia hahmollisia ”kuroumakohтия” merkitystajunnan kentässä.

Jos joku kysyy meiltä, mikä on kynä, voimme tarttua tähän esineeseen ja näyttää sen hänelle. Mutta jos joku haluaa nähdä käsitteen, niin sitä ei voi nipistää sormiinsa; se ei perimmältään ole näköhavainnollinen ilmiö eikä sillä ole ilmeisesti myöskään aineellista ulottuvuutta. Neurologinen tutkimus saattaa tulevaisuudessa löytää käsitteilmion aivoista, joten sillä voi olla jokin avaruudellinenkin olemassaolo, mutta käsitteen varsinainen olemus ei ole avaruudellinen.

Käsite ikään kuin porautuu mieleen sisäistysten kohteesta. Käsitteen merkitys rakentuu kuitenkin myös tunnonomaisesti yhteyksistä toisiin käsitteisiin. Käsitteet eivät siis ole yksinäisiä tai erillisiä muodosteita. Mieleessä toteutuva ajatus yhdistää toisiinsa vähintään kaksi käsitettä tai tarkemmin sanoen vähintään kahden käsitteen merkityksen. Käsitteet punoutuvat toisiinsa ja muodostavat merkitysverkostoja, joissa merkitykset tukevat toisiaan.

Varsinainen yhteyksiä luova seikka ihmissielussa on tunto-olemus, johon kuuluvat myös aistihavainnot. Jäsenytyneissä aistimuksissa eli havainnoissa esineet esiintyvät ”rinnakkain”, ”vierekkäin” ja ”yhdessä”, mutta myös hahmoontuneina toisistaan erilleen. Havainto tarjoaa siis aina näkyviin kokonaisuuden, vaikka erotammekin esinehahmot toisistaan. Ajatusolemus pystyy sekä erottamaan että myös yhdistämään asioita, jotka ovat yhdessä näkyvissä. Erillisyys ja yhteys esiintyvät erityisesti näköhavaintoku-

vassa, mutta samanlaista hahmotusta on muidenkin aistien piirissä.¹⁷

Oleennaista on huomata myös tajunnan ”ajallinen levittäytyneisyys”. Tapahtumat säilyvät hetken aikaa työ- tai lähimuistissa; kokemus ei ole pistemäinen. Näin ajallises-
tikin erilliset tapahtumat yhdistyvät mielessä, koska ilmi-
öiden olemassaolo jatkuu kokemuksellisesti havainnossa. Pystymme omaksumaan ”tämä seuraa tätä” -ketjuja, sillä tajunnalla on kyky yhdistää ja odottaa. Ymmärtämisessä ei ole kyse vain seurauksista, vaan myös ”tämä liittyy tä-
hän” -liitoksista.

Tunto-olemukseen kuuluvat aistihavaintojen ohella myös elämykset, tunteet, tunnot, tunnelmat ja muut vas-
taavat kokemukset, eli siihen kuuluu kaikki, millä yksilö on välittömästi kosketuksissa todellisuuden kanssa. Laa-
jasti käsittäen tunto-olemukseen kuuluvat myös mieliku-
vat. Ne voi tosin käsittää ajattelun piiriin kuuluviksi todel-
lisuuden vastineiksi. Mielikuvat ovat kuvallisuudessaan lähellä aistimuksista rakentuvia havaintoja.

Tunnonomaisuus kuuluu siis ajattelun fenomenolo-
giseen perusrakenteeseen. Rakenteellisen tunnonomai-
suuden ohella kokonaan toinen taso ovat ajattelun ulko-
puoliset tunteet eli varsinaiset tunteet (nimettävissä ole-
vat tunteet), jotka ohjaavat tavallaan ulkoapäin ajatusten
sisältöjä. Tunne tai tunnetila on usein ajatuksen motiivi,
sen kätkeyty tai avoin aihe. On syytä hahmottaa erilleen
tunteenomainen ajattelun rakenteessa ja varsinainen tun-
ne-elämä, vaikka nämä kaksi tunnetasoa eivät olekaan toi-
sistaan riippumattomia.

Tehokas ajattelu edellyttää herkkää ja liikkuvaa tunne-
elämää, mutta myös elävää mielikuvitusta. Tunteet saat-
tavat toki harhauttaa ajattelua, mutta syvimmiltään ajatus

ilman jonkinlaista tuntoa on rakenteellisesti mahdoton. Kaikesta huolimatta ajattelu on silti aina ajattelua, eikä sen tarvitse olla tunteilua sanan kyseenalaisessa merkityksessä.

Etsiessämme ja rakentaessamme käsitystä jostain asiasta me yleensä tunnustelemme aiempia kokemuksiamme. Meillä on ehkä aiheeseen liittyviä mielikuvia, mutta mahdollisesti myös siihen liittyviä elämyksiä tai tunnemuistumia. Itse asiassa ajatuksen taustalla on usein tietty ”perusmielikuvanäkymä” asioiden välisestä yhteydestä.

Havainnolliset mielikuvat ja elävöittävät tunneyhteydet ovat ajattelun välttämätöntä ainesta. Mielikuvia ja elämyksiä kumpuaa jatkuvasti mieleemme. Pohtiessamme jotain asiaa ”selaamme” aiheeseen liittyviä mielikuvia ja tuntoja mielessämme. Mielikuvia ja mielikuvitusta ei riittävästi tiedosteta oikeastaan millään elämänalueella, lukuun ottamatta ehkä mainontaa ja politiikkaa.

Esimerkiksi puhe ja kirjoitus herättävät aina mielikuvia ja tuntoja. Me ”mielikuvitamme” ja ”tuntoelävöitämme” kuulemamme tai lukemamme. Se, miten miellän ja mitä kykenen mieltämään, riippuu mielikuvistani ja tunnoistani. Niinpä opetuksessa täytyisi ajattelun perustaksi luoda rikas mielikuva- ja elämysmaailma. Havainnollistaminen ja elävöittäminen ovat tärkeitä pedagogisia metodeja.

Mielikuvat ovat erikoisia ”häiviä” ja ”jäämiä” kokemuksessamme. Abstrahoituneina, eli jäljentävän kuvaluonteensa lähes menettäneinä, ne muistuttavat käsitteitä. Korostuneen käsitteellisessä ajattelussa mielikuvat supistuvat tunnonomaisiksi häivähdyksiksi. Jopa geometria, joka perustuu erityisen pelkistyneisiin käsitteisiin, perustuu tällaisiin kuvanomaisiin häiviin (vrt. esim. pisteen tai viivan mielikuva).

Ajattelussa on jotain muistinkaltaista. Käsitteet säilyvät mielessä, ja niillä on hämmentävän vahvaa jatkuvuutta. Vastaavasti mielikuvat ovat usein hyvin pysyviä. Silti mielikuvat ovat liikkuvampia kuin käsitteet, ja sama koskee myös tunteita ja elämyksiä. Niinpä eloisa mielikuviutus ja liikkuvat tunnot ovat ajattelun kehitykselle ja luovuudelle eduksi.

Käsitteiden tahdonomainen luonne antaa aavistaa, että tahdolla ylipäätään on keskeinen merkitys muistamis-kyvyille. Ilmeisesti ”tahtoihminen” muistaa paremmin. Tahto itsessään, syvimmissä juurissaan, on tosin hyvin salaperäinen ja sisäiseltä havainnolta katoava sielunlaatu. Luonnollisesti yksilön tahtoon vaikuttavat monentasoiset motiivit, yllykkeet, halut ja tunteet. Ne ovat muistojen syntymiselle tärkeitä.

Usein sotketaan toisiinsa ajattelu ja tietäminen. Tietäminen on eri asia kuin ajattelu. Ajatusolemuksemme tuottaa jatkuvasti ajatuksia. Ajattelu on mielen energialaatu, joka rakentuu käsitteistä, ajatuksista ja ymmärtämisestä. Monesti emme tee eroa ajatuksen ja tiedon välille, koska ajattelu samoin kuin mielikuvanmuodostus on tiedon väline. Asiallisesti kuitenkin vain sellaiset ajatukset tai käsitykset ovat tietoa, jotka täyttävät tietyt ehdot. Tiedon kriteereistä eli vaatimuksista tietoinen yksilö ymmärtää sen, että kaikki ajatukset eivät ole tietoa.

Ajattelu on olemus ja kyky, joka tuottaa ajatuksia, kun taas tieto on idea eli näkemys siitä, minkälaiset ajatukset ovat tietoa. Vain sellaiset ajatukset ovat tietoa, jotka ovat jollain tavoin perusteltavissa. Ajattelu on oikeastaan vain sielunenergeettinen prosessi, jonka sisältöjä voi ja kuuluu arvioida, samoin kuin muitakin ihmisen toimintoja arvioidaan erilaisin arviointiperustein.

Tietämistä ei tule absolutisoida niin kuin ei ymmärtämistäkään. Meillä ei ole tietämisen ”elintä” tai ”orgaania”, joka tuottaisi ehdottomasti oikeaa tietoa. Meillä on vain ajatusolemus, joka tuottaa ajatuksia. Ne osoittautuvat mahdollisesti – kokemuksen tai arvion mukaan – tiedoksi. Oikeastaan olemme yhteydessä ympäristöön aistimuksilla, elämyksillä ja tunteilla, ja ajattelu vain jäsentää näin kohdattua.

Tieteen kehityksen kannalta on ollut tärkeää se, että tieto ideana ja ajatus kykynä on pystytty erottamaan toisistaan. Tosin tätä eroa ei useinkaan osata tehdä tietoisesti. Yksilö saattaa samastua ja uskoa käsityksiinsä niin, että pitää niitä tietona, vaikka siihen ei olisi minkäänlaisia perusteita. Tämä liittyy myöhemmin käsiteltävään narsismiin ja erityisesti vallan ilmiöön.

Yhteenvetona voi todeta seuraavaa. Varsinkin käsitteet jäsentävät ja pelkistävät kokemusta. Ne mahdollistavat, samoin kuin mielikuvat, todellisuuden tunnistamisen ja tuttuuden. Käsitteiden yhdistymisen kautta ja näin syntyneiden ajatusten avulla toteutuu ymmärtäminen. Näin syntyvä tieto puolestaan auttaa orientoitumaan todellisuuteen eli odottamaan oikein. Ajatustoimintaan liittyy monta ihmisen eksistenssille tärkeää seikkaa, esimerkiksi jäsentäminen, tietäminen, tunnistaminen, hallitseminen ja orientoituminen.

Liittyminen ja tunteet

Liittyminen on sekä elämän välttämättömyys että eksistentiaalinen tarve. Kaikki elämän tilanteet ovat liittymisti-

lanteita. Liittymisen luonne näkyy tunteissa – tai oikeammin: tunteet välittävät ja ilmentävät liittymistä. Osa liittymistunteista ei tiedostu, joten suhteemme ympäristöön on syvimmissä poimuissaan meille arvoitus ja monesti myös ongelma.

Lasta tarkkailemalla löydämme yksinkertaisessa muodossa sen, mikä aikuisessa tulee esiin mutkikkaasti. Tämä koskee erityisesti varhaisia tunteita, joita lapsi ilmaisee estoitta. Lapsi on liittyvä olento, jonka maailma vähin erin laajenee ja yksityiskohtaistuu. Hän kiintyy läsnä olevaan, eikä tunne siitä selkeää erillisyyttä; hän on osa läsnä olevaa kokonaisuutta. Nuoren riippuvuus vanhemmistaan ja muista lähimmäisistään saattaa kestää kauan; ehkä se ei joissain tapauksissa lakkaa koskaan. Aikuinen erottaa selvemmin itsensä ympäristöstä ja hän osoittaa itsenäisyyttä myös muihin aikuisiin nähden. Myös aikuiset kiintyvät läheimpiin ystäviinsä ja viettävät mielellään aikaansa tutussa seurassa ja paikassa.

Lapsen ja nuoren tunteet nousevat esiin iän myötä ihmisilajille tyypillisessä järjestyksessä, vaikka kehityksessä on aina vaihtelua. Ympäristössä saattaa olla jatkuvasti ikäviä kokemuksia kuten riitaa, yksinäisyyttä, väkivaltaa tai päihteitä. Tällöin sielusta nousevat esiin kielteiset tunteet: pelko, häpeä, suru, viha, kateus, katkeruus ja monet muut. Yksilön tunne-elämä vastaa tilanteen vaatimuksiin, ja hän yrittää luonnollisesti selvittää niistä kykyjensä mukaan.

Kasvavassa lapsessa herää tietysti myös myönteisiä tunteita. Aikuisten läheisyys ja yhdessä tekeminen ovat turvallisen kehityksen lähtökohta. Lasten keskinäinen leikki samoin kuin muiden vanhempien perheenjäsenten tai lasten läsnäolo vahvistavat turvallista kehitystä. Lapsi kiintyy ympäristöönsä ja lähimmäisiinsä, vaikka nämä

olisivat melkein kuinka epäinhimillisiä tahansa. Lapsi on erikoisen lojaali vanhempiansa kohtaan.

Lapsen myönteiselle kehitykselle on tärkeää, että hänestä pidetään huolta ja että häntä rakastetaan. Vasta sitten, kun hän alkaa itse ajatella ja arvioida lähimmäisiään, hän saattaa ryhtyä ottamaan etäisyyttä myös vanhempiinsa ja jopa joissakin tapauksissa torjuu heidät. Vapautuminen vanhemmista on vaikeaa, eikä se ehkä aina ole tarpeellista.

Kehittyäkseen myönteisesti lapsi tarvitsee arvokkaita kokemuksia ja laadukkaita harrastuksia. Erityisesti kielen elävä ja rikassisältöinen käyttö avaa vivahteikkaan yhteyden ympäristöön. Lasten ja aikuisten monimuotoinen keskinäinen vuorovaikutus on tärkeää. Tunne-elämä muokkautuu synnynnäiseltä perustalta, vaikka ihmisten kokemusavaruus rakentuu periaatteessa samoista tunteista, haluista ja yllykkeistä. Geneettinen vaihtelu saa yksilöt reagoimaan ja kasvamaan eri tavoin samantyyppisissä oloissa. Kasvavan psykodynamiikka rakentuu pitkälti ulkoisista paineista ja valmiudesta ottaa vastaan ympäristön virikkeitä. Yhtään samanlaista ja -näköistä ihmistä ei ole olemassa, vaikka identtisten kaksosten kasvu menee lähelle toisiaan.

Lapsen tunne-elämä osoittaa tietyssä kehitysvaiheessa sulkeutumisen merkkejä. Tämä on vastakohta sille, kun pieni naurava iloinen olento on todella vauvamaisesti avoin ympäristölle. Samalla kun tunteet avautuvat, kehittyvä olento ryhtyy piilottamaan niitä. Hän tavallaan arastelee, että jotain paljastuu hänestä. Hän pelkää joitakin tunteita, koska ne ovat hänen ymmärryksensä ulkopuolella. Vasta kypsässä aikuisiässä yksilö pystyy prosessoimaan sisintään, mutta itsetuntemus jää aina enemmän tai vähemmän epätäydelliseksi.

Lapsuuden elämäntilanne ja ihmissuhteet vaikuttavat ratkaisevasti persoonallisuuden muokkautumiseen - näin psykologiassa yleensä ajatellaan. Näitä suhteita joudumme usein pohtimaan ja prosessoimaan myöhemmin elämässämme. Synnynnäiset vajavuudet tai lapsuuden raskaat kokemukset saattavat tehdä yksilöstä "liittymishäiriöisen" tai "tunnevammaisen". Tällöin esimerkiksi psykoterapialla pyritään korjaamaan huonoja liittymiskokemuksia. Tosin jokaisella on persoonassaan henkilökohtaisia heikkouksia ja psyykkisiä ongelmia.

Ihminen kiintyy ja kiinnittyy myös luonnonmaisemaan, kotiseutuun, vanhoihin rakennuksiin, aatteisiin, kieleen ja murteisiin. Fyysinen ympäristö, niin kuin myös luonnon maisemat ja äänet, jättävät meihin jälkiä, tunnepitoisia mielikuvia eli "kiintymysmielikuvia" tai kiintymismieliteitä. Syväälle syöpyy erityisesti se elämäntapa ja kulttuuri, jossa olemme lapsuudessa olleet mukana ja johon olemme liittyneet. Näistä "ympäristökuvista" tulee vahva osa sielunmaisemaa, koska lapsen eriytymätön olemus kiinnittää hänet läsnä olevaan. Aikuisen arvioiva asenne ja ajattelun etäisyyttä luova olemus pitää hänet jo enemmän erillään ympäristöstä.

Liittyminen on elämän välttämättömyys, joka toteutuu aina jollain tavoin, mutta se on myös syvä kaipaus. Toivomme paljon liittymiltä, olipa kysymys liittymisestä toiseen ihmiseen tai johonkin yhteisöön. Kaipamme miellyttäviä tunteita ja pyrimme välttämään tuskaa. Tunteet ovat siis joko kipeitä ja lamaannuttavia tai innostavia ja vapauttavia. Liittyminen on monesti ongelmallista, ja me saatamme vältellä joitain tilanteita, koska ikävät tunteet tekevät kohtaamisen epämiellyttäväksi tai uhkaavaksi. Yleensä ihmiselämän draamat näytellään liittymissä, sillä

asennoitumista ja käyttäytymistä ohjaavat tiedottomat ylläkkeet.

Lapsen liittyminen on ongelmaton ja avointa, jos hän kokee olonsa turvalliseksi. Aikuisen liittyminen ei ole niin kitkatonta, koska aiemmin kehittynyt tunne-elämä ja kokemukset säätelevät kohtaamista. Liitymme uusiin ihmisiin tai yhteisöihin yleensä askel askeleelta, vähitellen. Liittyminen on prosessuaalinen ilmiö samoin kuin jäsentymisen. Yksilöiden välisessä liittymisessä on kyse keskinäisestä vuorovaikutuksesta, jossa eri osapuolten kokemukset vaikuttavat toisiinsa. Oma liittymistapaansa on syytä tarkkailla, sillä se on yksi tie itsetuntemukseen.

Kohtaaminen ja liittyminen käsitteinä ovat lähellä toisiaan. Kohtaamisen ja liittymisen ero on tärkeä, sillä näin voi kohdata myös liittävät energiansa eli oman olemuksensa elämykset, tunteet, tunnot ja tunnelmat. Sisäisen elämänsä kohtaaminen on tiedostamisen edellytys. Tunto-olemus välittää todellisuuden kohtaamista, mutta yksilö voi pyrkiä kohtaamaan myös tunto-olemustansa. Tunne-elämä on eräänlainen luonnonvoima, joka toteuttaa liittymisen aina jollain tavoin.

Yhteisössä on harvoin kyse vain yhden ihmisen omista tunteista. Tunteet ilmaisevat aina suhdetta johonkin, ja ne ovat usein vastavuoroisia. Tunteet heijastavat meissä sitä, miten tulkitsemme muiden käyttäytymistä. Tunteemme ilmaisevat meille myös kokemuksemme toisen tunteista ja ajatuksista. Jos yhteisössä esiintyy voimakas viha tai kateus vastaamme siihen tavallisesti samoilla tunteilla. Liityessämme yhteisöön tapahtuu vastavuoroista prosessointia, mikä on joskus tukalaa. Tuomme aina omat tunteemme, tapamme ja käsityksemme yhteisöön, jossa muilla on puolestaan omat vastaavat kuvionsa.

Tunteet voivat välittää vääristyneen kuvan todellisuudesta, mutta ne kuvaavat joka tapauksessa kokijan suhdetta asioihin. Niiden vastavuoroisuus kertoo jotain molemmista osapuolista. Tunteet saattavat joskus kertoa osuvasti jotain yksilöstä eli tunteet ovat siis informatiivisia. Myös psykoterapeutit pyrkivät kuuntelemaan asiakkaiden tai potilaiden tunteita. He siis harrastavat ”tunnekuuntelua”, jota opitaan tunteiden ”vastavuoroisen tunnistamisen” avulla. ”Tunnekuunteluun” on mahdollista harjaantua. Tunteet voivat toki harhauttaa ketä tahansa, mutta se on silti tärkeä informaatiokanava esimerkiksi ihmissuhteutyössä. Ymmärtämällä tunteita ja sitä, miten ne kietoutuvat toisiinsa, ymmärtää myös psyyken rakennetta ja sen reaktioita.

Tunteet ovat eräänlainen ihmisten yhteisyyden taso. Mitä pidemmälle yksilö onnistuu selkeyttämään omaa tunne-elämäänsä, sitä objektiivisemmän – mutta myös hienotunteisemman – suhteen hän kykenee luomaan toisiin ihmisiin. Kohtaaminen voi siis olla korkeatasoista. Näin voitaneen perustellusti väittää, vaikka ei ole helppo luonnehtia tasokasta tunne-elämää. Myös tunteissa, ei vain tiedoissa ja taidoissa, on siis mahdollista kehittyä ja saavuttaa hienostuneita tasoja.

Tunteet ovat omalla tavallaan pakottavia ja vääjäämättömiä. Emme pysty väistämään jotain tunnetilaa, vaikka kuinka haluaisimme. Emme pääse tunteistamme eroon ja siksi niiden kanssa täytyy elää ja niitä joutuu työstämään. Voimme tietysti yrittää välttää ja paeta asioita, jotka herättävät pelkoa tai muita kipeitä tunteita. Usein tietämättämme torjumme hankalien tunteiden kohtaamista, mutta loputtomasti emme pysty niitä pakoilemaan. Se, miksi tunteet ovat lukossa, johtuu pääasiassa yllykkeistä. Niiden

lisäksi tähän tunnerakennelmaan liittyy myös pinttyneitä käsityksiä.

Ylykkeet ja halut sitovat ajatuksemme, tunteemme ja uskomuksemme liikkumattomiksi. Meiltä puuttuu usein riittävää rehellisyyttä kohdata ja tunnustaa todelliset tunteemme ja niitä sitovat ylykkeet. Ne torjutaan, koska ne ovat vastoin ihanteellista omakuvaa. Tunteiden kohtaamisessa tarvitaan monesti kärsivällisyyttä eli kykyä odottaa ja ”kärsiä” riittävän kauan.

Elämä on liittymistä ja eroamista. Liittymällä me saavutamme suhteen uusiin ihmisiin tai asioihin. Samalla me prosessoimme ylykkeitämme ja tunteitamme. Myös eroaminen on monesti vaikea prosessi, jos se saa aikaan muutoksen sielunelämässä. Eroamiseen liittyy kipeitä elämänjaksoja, mutta parhaimmillaan se kasvattaa riippumattomuuteen.

Oikeastaan ihminen tuntee asiallisesti vain sen, mihin hän on liittynyt. Niinpä aito asiantuntemus on sitä, että on ollut jonkin asian tai ilmiön kanssa tekemisissä. Eristäytymällä voi tulla korkeintaan teoreettiseksi asiantuntijaksi. Myös oppiminen edellyttää liittymistä opittaviin asioihin. Tämä tarkoittaa havainnollisuutta, eläviä mielikuvia ja elämyksiä. Pedagogiikan keskeisiä kysymyksiä on se, kuinka auttaa lasta liittymään kehittäviin virikkeisiin. Käytännössä se tarkoittaa lapsen kiintymyksen ja arvostuksen herättämistä inhimillisesti arvokkaina pidettyihin aiheisiin.

Tunto-olemus rakentaa perussuhdetta maailmaan. Ihmisen yhteys ympäristöön on luultavasti ollut aluksi tunnonomainen, unohtamatta kuitenkaan aistimuksia, havaintoja ja mielikuvamielteitä. Vuosituhantisessa kehityksessä tästä tajunnan ”alkuaineksesta” on kuoriutu-

nut esiin tietoisemmin koettuja laatuja kuten esimerkiksi käsitteellinen ajattelu ja minuus. Kulttuuri viljelee näitä tajunnan korkeampia ilmentymiä omalla tavallaan eteenpäin.

Tunteen fenomenologinen rakenne

Kolminainen perusrakenne ilmenee tunteissa, vaikka tunteiden maailma vaikuttaa kovin kirjavalta. Nimettäviä tunteita on runsaasti, ja sen lisäksi on monia vaikeasti kuvattavia elämyssävyjä. Ymmärtäminen on ajattelun ”pääilmiö”. Vastaavasti kosketus – tässä valitun puhe-tavan mukaan – on tunteen alueen keskus. Yleisesti voi sanoa, että me olemme tunto-olemuksemme välityksellä aina kosketuksessa ympäristön kanssa.



Kuvio 4. Tunteen fenomenologinen rakenne.

Tavallisin kosketus-sanan käyttö viittaa ihon aisteihin. Kosketamme vaikkapa kädellämme jotain esinettä. Näin olemme kosketuksessa aineellisen maailman kanssa. Seuraavassa käytetään sanaa kosketus laajassa merkityksessä. Tavallaan me kosketamme maailmaa kaikkien aistien

välityksellä. Ulkomaailmaan saamme yhteyden muillakin aisteilla kuin vain ihon kosketusaistilla.¹⁸ Esimerkiksi näköaistin avulla, sen oman luonteen mukaisesti, saamme ”kaukokosketuksen” ympäristöön. Maailma tarjoutuu näkövälle näköhavaintokuvana.¹⁹ Kuuloaistin tai hajuaistin kosketus tai liittymäpinta on toisenlainen.

Me saamme kosketuksen todellisuuteen myös elämyksissä, tunteissa, tunnoissa, tuntumissa ja tunnelmissa. Se, mistä ja mitä tällaiset kosketukset kertovat, on toinen asia. Jos tunteiden ”kosketustaso” puuttuisi ihmisen kokemuksesta, maailmamme olisi inhimillisesti tyhjä ja merkityksetön. Tunne koskettaa omalla tavallaan ympäristöä; se antaa kohdatulle tunnetulkinnan ajatustulkinnan lisäksi ja ohessa.

Tietäminen on tietoista ajattelun käyttöä ja arviointia. Samoin – valitun puhutavan mukaan – käsitteellä yhteys ilmaistaan tunteen tietoisempaa käyttöä. Kosketus on tunne-elämän automatiikkaa, mutta yhteydessä on jotain enemmän, niin kuin tietäminen on jotain enemmän kuin pelkkä ajatus.

Tietäminen on arjessa usein itsestään selvää ja huomaamatonta, mutta niin on yhteyskin. Toisaalta niin kuin tietoinen tietäminen on ajatustoiminnan hyödyntämistä, samoin yhteys on tunne-elämän ja sen kosketusvalmiuksien hyväksikäyttöä. Tieto saattaa olla puutteellista tai yksilön mielessä on vääriä uskomuksia. Samoin yhteys voi olla heikko, tai tunteet suorastaan vääristävät yhteyden todellisuuteen.

Kosketus on usein huomaamatonta ja hiljaista kuten ymmärtäminen. Saatamme silti kokea myös yhteydettömyyttä ja siihen liittyvää ymmärryksen puutetta. Joskus syvempi yhteys rakentuu yhtäkkiä johonkin aiheeseen tai

kohteeseen. Silloin siihen liittyy usein tyydytyksen ja jopa henkisen täyttymyksen tunne.

Meissä elää jatkuva kaipaus saavuttaa syvempi yhteys toisiin ihmisiin tai muihin inhimillisesti arvokkaisiin asioihin. Unelmoimme hyvästä liittymästä ja innostavasta yhteydestä. Joskus yhteys läheisiinkin tuntuu olevan kadoksissa. Onneksi se saattaa löytyä uudelleen esimerkiksi jonkin myönteisen kokemuksen tai selventävän kriisin kautta. Jostain syystä yhteys luontuu helpommin joihinkin henkilöihin, kun taas toisiin se on vaikea löytää.

Yhteys tuntuu yleensä rakentavalta: todellisuutemme avartuu sen kautta. Pyrimme kiinnostusta ja innostusta luovaan yhteyteen erilaisten kohteiden esimerkiksi ihmisten, yhteisöjen, luonnon, perinteiden, aatteiden, taiteiden, kulttuuri-ilmiöiden, hengen tai vaikkapa Jumalan kanssa. Haluamme "harjoittaa yhteyttä", koska se on tärkein tyydytyksen lähde elämässä. Yksilö kärsii kuitenkin usein yhteyden puutteesta. Tyydyttävä yhteys on iloa ja onnellisuutta sanan varsinaisessa merkityksessä. Elämä tosin ei ole tässäkään mielessä täydellistä, yhteyden tunto on ajoittaista.

Yhteyden saavuttaminen edellyttää harjaantumista. Musiikin kuuntelu ja varsinkin sen omakohtainen tuottaminen kouluttaa kuulohavaintoa. Harrastaminen opettaa äänien laatujen, sävelten sävyjen ja rytmien vaihtelujen erottamista sekä kehittää yksilön niihin liittämiä elämyksiä. Sama koskee muitakin kulttuurin alueita. Synnynnäiset valmiudet tekevät mahdolliseksi yhteyden saavuttamisen, mutta sen kehittymiseksi tarvitaan aina myös harjoittelua ja harrastamista.

Tunne-elämän herkkyyttä voi pitää yhtenä lahjakkuuden lajina eli "tunnelahjakkuutena". Jollakulla on laajempi

ja hienostuneempi kosketus asioihin kuin toisella. Yksilöt ovat myös erilaisia sen suhteen, mihin he saavat yhteyden. Oikeastaan todellista on vain se, mikä puhuttelee hänen sisintään. Jos hän ei saa yhteyttä esimerkiksi johonkin inhimillisen harrastuksen alaan, hän saattaa kieltää sen merkityksen tai jopa olemassaolon. Vasta sitten, kun yhteys on herättänyt ja sytyttänyt yksilön mielen, hän tunnustaa jonkin toiminnan arvon ja alkaa ehkä itsekkin työskennellä sen parissa.

Tunne merkitsee liittymistä, kosketusta, yhteyttä ja parhaimmillaan tyydytystä. Tunteen rakenteeseen kuuluu paljon enemmän ulottuvuuksia kuin huomaammekaan. Jos katselemme outoa esinettä, saatamme aprikoida, mikä se on. Tunteen kohdalla meidän ei yleensä tarvitse miettiä, mitä se on. Tunne ilmaisee lähes aina itse itsensä. Tunne on sitä, mitä se on. Tiedämme tavallaan heti, välittömässä kokemuksessa, mitä häpeä, viha, pelko, ilo ja hämmästyys ovat. Tunteessa on siis merkitys itsessään. Merkitys on tunteen ajattelunomainen osa.

Käsitteen merkitys tuntuu yleensä selviöltä. Elämme merkityksissä, tätä on syytä osata hämmästyä. ”Merkityksisyys” on ajatteluolemuksen perusominaisuus. Ajattelun luomat merkitykset ovat todellisuuden vastineita. Tunne ei ole samalla tavalla ulkopuolisen maailman vastine, vaikka se rakentaakin kosketusta ympäristöön ja saattaa kertoa jotain inhimillisesti merkittävää kohdatusta asiantilasta. Tunteeseen liittyy joka tapauksessa tietty merkityksen tunne. Käsitteen ja tunteen merkitys-komponentit ovat luonteeltaan erilaisia.

Nimettävissä olevissa tunteissa merkityksen havaitsee helposti. Kaikki tunnot ja elämykset eivät ole näin selkeitä. Usein tämä johtuu siitä, että tunnot eivät ole ”puhtai-

ta”, vaan ne ovat koostuneita monista aineksista. Niihin kuuluu tunteiden ohella yllykkeitä, haluja ja käsityksiä. Tunnot kätkevät mutkikkaan rakenteensa ja taustansa. Arjen touhuissa emme tunne tarvetta pysähtyä tutkimaan jonkin epämääräisen tunteen merkitystä. Tunne, tunto, elämys tai tunnelma on merkityspitoinen, vaikka olisikin arvoituksellinen. Nimettävienkin tunteiden taustat ja syyt saattavat olla kätöksissä ja kokijan tavoittamattomissa.

Tunteet, tunnot, elämykset ja tunnelmat tekevät elämän merkitykselliseksi. Oikeastaan vain niiden kautta kohdatut ja olemassa olevat asiat merkitsevät inhimillisesti jotain. Ihmisen näkökulmasta ei muuta merkitysulottuvuutta voi oikeastaan löytää. Tapahtumien arvoa mitataan tunteilla. Arvot esiintyvät tunteiden verhoamina ja usein tunteilla välitämme arvoja toisillemme. Tämä on havainnollista, kun luemme satuja lapsille.

Tunnoissa on lisäksi tahdonomainen osa. Tunnot ja tunteet ovat myös ajattelun ja toiminnan syitä eli yleisesti aiheita. Selvästi tämä näkyy tunteiden toimiessa tekojen motiiveina. Ajatellaan esimerkiksi kiintymystä, vihaa, kauteutta, häpeää, pelkoa tai kunnioitusta; ne saavat aikaan liikettä mielessä ja jäsenissä. Tunne liikuttaa meitä sanan sekä motorisessa että emotionaalisessa merkityksessä. Usein esimerkiksi sadun sanoma on jokin hyve tai ihanne, jonka liikuttava tunne tai elämys välittää.

Tunnekokemus panee meidät liikkeelle. Ei ole pelkkää sanaleikkiä sanoa, että elämä on ”aiheellista” juuri tunteiden vuoksi. Aihe-sana voi tarkoittaa joko motiivia tai teemaa. Tunne siis panee liikkeelle tai ”tematisoi”. Piilosieluiset muodostelmat, moniaineksiset kompleksit, aiheistavat elämäämme eli ohjaavat pyrkimyksiämme ja reaktioitamme tiedottomasti. Tunne aiheuttaa tai aiheis-

taa myös ajatuksia eli vaikuttaa niiden sisältöön. Minkä tahansa tunteen tai tunnonomaisen muodosteen analyysissä voi käyttää hyväkseen sitä lähtökohtaa, että tunteen rakenteeseen kuuluu kosketus, merkitys ja aihe.

Tunteet ovat elämässä usein ratkaisijan asemassa. Niissä emme voi eristäytyä ympäristöstä niin helposti kuin ajatuksissamme. Erakkokin peilaa tunteitaan – ja niistä kehimiään ajatuksia – menneisiin kokemuksiinsa ja suhteisiinsa. Vaikka ajatukset ovat pitkälti yhteisiä, harva ajattelee kovin omaperäisesti, niin ajatuksissa me voimme helpommin sulkeutua itseemme. Tunteissa sen sijaan me levitämme yleensä omat ongelmamme ympäristöön. Toisaalta joudumme myös vastaanottamaan toisten ongelmat omaksemme. Niinpä ihmissuhteet kietoutuvat tiedottomilla tunnepunoksilla mutkikkaiksi vyyhdiksi. Tietoinen ajattelu on tällöin vain pintakuohua ja selitystä. Salaiset käsitykset, meiltä itseltämme kätkeytyvät uskomuksemme, ovat monesti todellisia vaikuttajia.

Elämän kulusta määräävät pitkälti tunteiden yllykejuuret, jotka ovat suurelta osin piilotajuisia. Siksi tunteiden hallinta on ongelmallista. Tasapainoisen elämän toivossa ihminen pyrkii tunteidensa ohjailuun. Tunteiden hallinnasta puhuminen saattaa johtaa kuitenkin väärään mielikuvaan tunteiden tukahduttamisesta. Luonnollisesti tunteiden hillitseminen on usein paikallaan, mutta emme pysty kuitenkaan hävittämään niitä pois noin vain. Joskus emme voi estää sitä, että tunteemme lopulta purkautuvat myrskyisästi. Näin tapahtuu usein silloin, kun niihin kietoutuneet taustayllykkeet ovat olleet kauan torjuttuja ja patoutuneita.

Kypsempään tunne-elämään voi päästä lähinnä vain tunnistamalla ja tunnustamalla tunteensa. Tämä ei kuiten-

kaan ole helppoa, koska se tuntuu uhkaavan ihanteellista omakuvaamme. Tunteiden tunnistaminen vaatii myös sitä, että pystyy arvioimaan niitä moraalisesti ja havaitsee niiden taustalla olevat yllykkeet. Moraali ei koske vain tekoja, vaan myös aikeita. Aikomusten ja yllykkeiden kohtaaminen tulee ajankohtaiseksi, kun niiden paine omassa kokemuksessamme tulee häiritseväksi.

Tunnistettu kiusallinen tunne ja sen pohjalla oleva yllyke hellittää vähin erin otteensa. Sielunelämä vapautuu, ja yleensä se myös monipuolistuu ja tulee aiherikkaammaksi. Tunteista olisi kyettävä puhumaan, vaikka toisaalta täytyy myös kunnioittaa toisen ihmisen vaikeutta ja hallittomuutta kohdata tunteitaan. Usein näyttää siltä, että yllyke- ja tunnemuodostelmiin kätkeytyy sekä yksilön kohtalo että myös hänen kehitystiensä. Kun piilossa olleet muodostelmat nousevat pintaan, ne saattavat aiheuttaa vakavan kriisin. Kohdattuina ja tunnistettuina ne kuitenkin yleensä purkautuvat ja sulautuvat muuhun sielunelämään. Terapiassa yksilöt saavat ikään kuin korvaavia ja jopa omaa pahaa oloa parantavia tunteita, niin että heidän ei tarvitse kohdata suoraan omia hankalia ja arkoja tunteitaan.

Tunteiden avulla voi myös hallita ihmisiä. Ne tarttuvat ja leviävät yleensä ryhmissä ja joukkotilaisuuksissa. Niitä myös käsitellään usein poliittisesti tarkoituksenmukaisesti. Erityisesti mainonnassa käytetään tunteita estottomasti.

Oman tunne- ja yllykeolemuksensa tiedostaminen on koko elämän läpi ulottuva tehtävä. Kohtuullinen pyrkimys tässä suhteessa tuskin häiritsee elämän sujuvaa kulkua. Elämä tarjoaa joka tapauksessa kiperiä paikkoja, joissa tunnistaminen käy välttämättömäksi. Ihmisen kehitykseen kuuluvat jatkuvat prosessit tunne-elämässä. To-

della hämmentävä kysymys on se, miksi tunne-elämää on ylipäättään olemassa tai miksi tunteita on maailmankaikkeudessa? Inhimillisesti ne ovat erittäin tärkeää todellisuusainesta.

Tekeminen ja tahto

Kolmas eksistentiaalinen perustarve on tekeminen. Meillä on suorastaan fysiologinen pakko liikkua; emme voi jähmettyä paikallemme. Lapsessa tekemisen alkuperäisyys kuvastuu havainnollisesti. Pieni vauva on eräänlainen refleksikimppu, ja alkava elämä säilyy näiden refleksien varassa (esim. imemis- tai tarttumisrefleksi). Oikeastaan koko varhaista olemistamme leimaa refleksinomainen reagointi ja edistyminen. Lapsi tuntee ilmeistä nautintoa jäsentensä liikkeestä, ja tyydytystä liikkeiden koordinaation kehittymisestä. Pieni ihminen on yleensä jatkuvassa liikkeessä. Lapsi on tekevä olento, joka myös oppii ensisijaisesti tekemällä.

Lapsen toimintaan painottunut olemus säilyy pitkälle kouluikään. Näin itse asiassa lapsen kehitys näyttäisi alkavan liikkeestä ja tekemisestä, ja vähittäisestä liittymisestä ympäristöön. Tunnesuhde hoitaviin aikuisiin rakentuu tosin sekin hyvin aikaisessa vaiheessa. Jo varhain reaktiot kuvastavat liittymistä ja ihmissielun olemuksen kehittyviä puolia (esim. hymy ja innostus). Koko ajan lapselle rakentuu myös jäsentyneempi kuva maailmasta, missä on yhä enemmän tunnistettuja ja käsitettyjä yksityiskohtia.

Pikkulapsen tekeminen on yksinkertaista. Iän myötä leikit saavat mutkikkaamman rakenteen. Aikuisen toimin-

ta on jo hyvin laaja-alaisesti järjestynyttä. Harvoin huomataan miten paljon itse asiassa jo varhain yhteisön normit ja järjestelmät kuten organisaatiot järjestävät ja säätelevät ihmisen toimintaa. Esimerkiksi työelämässä tehtävät on organisoitu toisiinsa monikerroksisesti. Yhteiskunta on yleensäkin jäsenetty ja hallittu järjestys, hallinnoitu järjestelmä.

Aikuinen ei näytä kaipaavan pelkästään tekemistä siinänsä, vaan nimenomaan yhteiskunnallisesti arvostettua tekemistä. Me haluamme roolin tai aseman jossain organisaatiossa, työryhmässä, yhteisössä, yrityksessä, ammattikunnassa, koulutuksessa tai harrastuspiirissä. Tehtävä palvelee aikuisen itsearvostusta. Tämä taas riippuu yhteiskunnassa vaikuttavista arvostuksista.

Olemassaolon näkökulmasta ihminen kaipaa syvimiltään juuri tekemistä. Tekevä ote tuntuu terveeltä ja tervehdyttävältä; se on luonnollinen tapa olla olemassa. Elämä on tekojen virtaa, ja toiminta on elämän ylläpitämiseksi välttämätöntä.

Tahto tulee havainnollisesti esiin tekoina, jotka suuntautuvat ulkoiseen maailmaan. Jos kyse ei ole pelkästä refleksistä, tekoa on yleensä edeltänyt aie. Tosin rutinoituneissa ja tutuissa tehtävissä emme ehdi huomata tätä aietilaa tai aietilojen sarjaa. Sisäiset ilmiöt, ajatukset, tunteet, halut ja yllykkeet ovat kuitenkin aina mukana teossa. Teon suoritettavaa, jäsenistössä ja mielessä vaikuttavaa tahtoenergiaa ei ole helppo tunnistaa.

Tietyssä välittömydessään tahto on erikoinen psyyken laatu. Se näkyy teoissa ja tuntuu jäsenissä vastuksena. Se ilmenee aikeissa, valinnoissa, päätöksissä ja tavoitteissa. Sitä ohjaavat halut, tunteet ja oivalletut tarpeet. Lisäksi havainnot ja käsitykset ovat tärkeä osa teon ohjausta. Silti

itse liikkeen suorittava energia tai laatu tuntuu karkaavan huomiolta. Tosin moni muukin ihmistajunnan ilmiö on samaan tapaan vaikeasti tavoitettava, ajatellaan vaikka käsitteitä tarkkaavaisuus, tietoisuus tai minä. Yksi olenainen puoli tahtoa tulee esiin siinä sitkeydessä, jolla tavoittelemme asettamaamme päämäärää.

Kysymys vapaasta tahdosta on eri asia kuin kysymys tahdosta yleensä. Yksilö voi olla toimissaan hyvin epäitseenäinen. Hän toteuttaa vain sitä, mitä on oppinut ja mitä häneltä vaaditaan. Toisaalta hän on myös tunteidensa ja yllykkeidensä viemä. Kaiken tämän keskellä on kuitenkin jokin toteuttava energia, joka purkautuu henkilön olemuksen ja valmiuksien kautta. Näitä valmiuksia ovat ennen kaikkea taidot, tavat ja tottumukset, jotka nekään eivät tosin toimi tyhjässä tilassa, vaan tunnistetussa, tulkitussa ja käsitetyssä todellisuudessa. Todellisuuskuvaa riippuu iästä, koulutuksesta ja vallitsevan eli yleensä hallitsevan kulttuurin käsityksistä.

Emme kuitenkaan tunne sitä, mikä saa aikaan käden ja sormien liikkeen; ne vain toteuttavat aikeemme. Emme siis tunnista välittömästi, mikä toteuttaa teon, vaikka saatamme tunnistaa osan niistä sisäisistä tiloista, jotka motivoivat, saattelevat tai ohjaavat tekoa. Havaitsemme jäsentemme suorittavan teon. Välittömyys tahdon toteutumisessa on hämmentävää, vaikka se on luonnollista. Tahto itsessään on erikoisella tavalla tuntumaton energia, mutta sen voi aavistaa voimakkaissa ponnistuksissa. Meillä on niin sanottu tahdonalainen elimistö suorassa käytössä. Erityisesti kehon jäsenet ovat tahtomista ja tekemistä varten.

Havainnon ja käden yhteistyö on tahdon tärkein ulkoinen ilmentymä; ihminen käsittelee todellisuutta. Tahto ilmenee myös katseessa ja tarkkaavaisuudessa. Katseeseen

liittyy mielen toimintoja, havaintojen tulkintaa ja ennakkointia. Katsominen ja tarkkaavaisuus ovat osa tahtovaa orientoitumista ympäristöön. Tahtovan ja tarkkaavan minätietoisuuden kohtaamme juuri katseessa.²⁰

Yksittäiselle teolle on ominaista paikka ja aika, kuten ihmisen kehollekin. Samoin kuin fyysinen elimistömme on erityinen, samoin tekommekin ovat aina erityisiä. Tämä ei ole ristiriidassa sen kanssa, että teot ovat yleensä luokiteltavissa johonkin kategoriaan (esim. tervehtiminen teon nimenä). Toisaalta tahtomme luo myös hyvin kauaskantoisia tavoitteita. Tahtominen on kuitenkin alkukahmossaan läsnäoloa ajassa ja paikassa. Tahdon yleinen ja pitkäjännitteinen suunta on yksilöä kuvaava tuntomerkki.

Sopeudumme monenlaisiin tahtojen kuvioihin ja virtoihin, joita emme suinkaan ole itse valinneet tai luoneet. Sovitamme omaa tahtoamme muiden tahtoihin. Me joudumme sijoittumaan yhteiskunnan toimintoihin ja vaatimuksiin, tavallaan ulkopuolisten tahtojen välikappaleeksi. Usein yksilölle jää vain mahdollisuus ottaa vastaan yhteiskunnan hänelle antama ”tahto”, esimerkiksi jokin ennalta rajattu työ tai paikka organisaatiossa.

Tahdon ja ajattelun välillä on mielenkiintoinen jännite. Ajatusten jatkuva virta on sekin eräänlaista ajattelun sisäistä tahtoa. Yleensä me kuvittelemme itse muodostavamme ajatuksemme ja säätelevämme niitä. Koemme usein, että ajattelu on tietoista ja tahtovaa ponnistusta. Ajattelussa on kuitenkin paljon automaattisuutta ja pakonomaista toistoa, ikään kuin itseliikkuvaa tahtoa. Me saatamme silti kohdistaa tarkkaavaisuutemme ja arvioivan tahtomme myös ajattelumme sisältöihin. Voimme tällöin havaita, että tahtomme toimii nimenomaan ajattelun jäsentämässä ja tulkitsemassa todellisuudessa.

Suuntaamme tahtomme myös tunteisiin. Saatamme ihmetellä, tarkkailla, säädellä tai tukahduttaa niitä. Missä määrin tällöin on kyse tietoisesta tai vapaasta tahdosta? Tahtovina pyrimme ohjailemaan sisäisiä tilojammekin; yritämme kontrolloida vaikkapa kielteisinä pitämiämme haluja tai tunteita. Halujemme suhteen saatamme osoittautua heikkotahtoisiksi; lankeamme toimintaan, jota emme itsekään hyväksy. Arvioimme halujamme ja tekojamme myös moraalisesti. Saatamme pyrkiä vahvistamaan jotain tunnetta, esimerkiksi kunnioitusta. Samoin kestävässä rakkaudessa on paljon tahdottua.

On paljon tilanteita, joissa on vain pakko tehdä jotain, eikä meillä ole täyttä varmuutta teon seurauksista. Jopa suunniteltu teko saattaa tuottaa tuloksia, joihin ei osattu varautua. Ajattelu liittyy tekojen arviointiin ja tunteissamme me syvennymme tekojen seurausten inhimilliseen merkitykseen. Tekojen välittömästä luonteesta johtuu se, että me kehitymme niissä oikeastaan vain tekemällä. Me opimme menneitä tekojamme pohtimalla ennakoimaan tulevien tekojemme vaikutuksia ja varautumaan uusiin tilanteisiin.

Tahdon fenomenologinen rakenne

Seuraavassa kuvataan tahdon fenomenologista rakennetta. Tahto pyrkii aikaansaamaan jotain. Yksilö voi tehdä esimerkiksi päivällisen, talon, sävellyksen tai kirjan. Tuotos on saatava aikaan, muuten se ei ole olemassa. Sillä on myös oma elinaikansa, kun se on ensin valmistettu. Monet aikaansaannokset ovat väliaikaisuudestaan huolimatta elämän kannalta tärkeitä.

Tahdon perusilmiö on teko. Ihmisen liikkeitä täytyy kutsua teoiksi, koska ne eivät ole pelkkiä mekaanisia liikkeitä. Teko ilmaisee aina jotain, nimenomaan tekijänsä sisäistä tilaa. Teon taustalla on yleensä laajoja inhimillisiä merkitysrakenteita, käsityksiä, tunteita ja motiiveja. Käytännössä teot koostuvat monista yksittäisistä ”osateoista” eli ovat oikeastaan tekosarjoja. Laajempia tekokokonaisuuksia kutsutaankin yleensä toiminnoiksi. Teko kuuluu samaan ”ydingsarjaan” ymmärryksen ja kosketuksen kanssa.



Kuvio 5. Tahdon fenomenologinen rakenne.

Tekemällä kohtaamme ennen kaikkea aineellisen todellisuuden. Tekojen täytyy mukautua ympäristön lainalaisuuksiin. Edellä tuli esiin jo käden ja havainnon yhteistyö, mikä on luonnollista lähes kaikissa toiminnoissa. Yksilön täytyy muokata tekojansa myös muiden, esimerkiksi sosiaalisten ja kulttuuristen vaatimusten mukaisiksi; tavat ja käytänteet kuvastuvat toiminnoissa. Hallinnolliset toimet ovat usein ulkoisesti vähäeleisiä, koska niitä ohjaavat käsitteelliset rakenteet ja ajatukset. Kaikessa toiminnassa on yleensä kyse taidosta.

Teot perustuvat aina harjoitteluun lukuun ottamatta yksinkertaisimpia refleksiä. Liikkeiden urautumista ja hioutumista edellyttävät kaikki toiminnot: kävely, ruokailu,

halonhakkuu, kirjoittaminen, tietokoneen käsittely, viulunsoitto ja hiihtäminen. Taidotonta tekoa ei ole olemassa. Taitavuudessa voi saavuttaa hämmästyttävän tason, ajatellaan esimerkiksi urheilusuorituksia, musiikkiesityksiä tai akrobatiaa. Virkamies tuntee lainsäädännön ja hallinnon kuvioita; tieto niistä on urautunut hänen mieleensä.

Taidossa kuvastuu myös ihmisen kyky arvioida ja tulkita tekojensa tuloksia. Hän pystyy havaintonsa perusteella vertaamaan suorituksia ja korjaamaan omaa toimintaansa. Meillä on itse asiassa kolme suurta intohimoa: tietäminen, yhteys ja taitaminen. Usein ne esiintyvät yhdessä.

Ajattelu ja todellisuuden tulkinta ohjaa tahtoa. Ytimekkäästi ajattelunomainen ilmenee tahdon piirissä siinä mielenliikkeessä, jota kutsumme päätökseksi. Päätös voi olla tietoinen ajatus, mutta ei ole sitä välttämättä. Se saattaa olla "ajatukseton" ratkaisu, jota ei pysty aina pelkistämään sanoiksi. Päätöksen teko tai päätökseen pääseminen on tahdon liike sielunelämässä. Se, miksi johonkin päätökseen päädytään, voi tietysti olla seuraus mutkikkaasta sielun prosessista. Siihen liittyy yllykkeiden, halujen ja tunteiden ohella myös vaihtoehtojen pohdintaa, tarpeiden määrittelyä, seurausten ennakointia ja vaihtoehtojen valintaa.

Päätössarjat ovat olennaisia arkisen puuhailun osia ja päivittäinen elämä on itse asiassa jatkuvasti etenevä jono päätöksiä. Suurin osa niistä on niin totunnainen osa tekojen virtaa, ettei päätöksen hetkeä tai päätöshetkien sarjaa juuri havaitse. Merkittävien ratkaisujen yhteydessä päätöksen kauas kantava merkitys huomataan helpommin. Ristiriitaisista motiiveista johtuva valinnan vaikeus, tiedon puute ja ennakoinnin hankaluus sekä ristikkäiset sosiaaliset paineet aiheuttavat kitkaa päätöksentekoon.

Ihminen tarvitsee kykyä päästä päätökseen ja voimaa

pysyä siinä. Tässä suhteessa kyvykkyys vaihtelee niin kuin kaikessa muussakin. Päätöksen saavuttaminen on tahtovaa kyvykkyyttä. Silti hätäinen päättäminen saattaa olla merkki jostain pulmasta sielun dynamiikassa. Päättämisen vaikeus puolestaan voi kuvastaa esimerkiksi pelkoja tai liittymisen ongelmia. Ajatus ilmaisee päätöksen ja nostaa sen tietoiseksi. Päätös nimenomaan jäsentää toimintaa omalta tärkeältä osaltaan. Hallinnollinen päätös muotoillaan tarpeen niin vaatiessa selkeäksi ajatukseksi ja merkitään talteen kirjallisesti. Arkisessa touhussa tapahtuu kuitenkin runsaasti huomaamattomia ja tiedottomia päätöksiä.

Päätöksiä täytyy tietysti korjata tarvittaessa. Korjaaminen on nimenomaan arviointia ja päätöksentekoa. Päättämisen jatkuva läsnäolo ja päätösten ”läpivirtaus” sielunelämässä tulee näin havainnollisesti esiin. Nimenomaan päätöksessä tahto tulee tietoiseksi. Päätös on ennakoivaa tietoisuutta tahdon suunnasta, vaikka lopulta tekoa voi tarkastella vain tehtynä. Päätös toteuttaa aikeen, joka on rakentunut yksilön mielessä. Aie houkuttaa meitä päättämään, mutta voimme myös arvioida aikeen edullisuutta tai vaikkapa sen moraalista arvoa. Aikeen taustalla on myös kyseenalaisia yllykkeitä.

Tunteenomainen ilmenee tahdon alueella arvostuksena.²¹ Periaatteessa jokainen teko tai jokin muu sisäisempi tahdon liikahtus, esimerkiksi päätös, ilmaisee arvostamista. Tekeminen ja tavoitteen asettaminen ovat aina arvostuksen ilmauksia. Arvostaminen on tunteenomainen kokemus, joka kuuluu tahdon rakenteeseen. Yksilössä heräävien arvostusten taustalla on tarpeita ja haluja, jotka ovat yhteydessä yhteiskunnassa vallitseviin eli valtaa pitäviin arvoihin.

Yhteiskunta tihkuu arvostuksia, se on niiden kyllästä. Samaa voi sanoa ihmismielestä; arvostaminen on sielunelämän perusreaktio. Ympäröivä yhteiskunta vaikuttaa ratkaisevasti siihen, mitä arvostamme; emme ole kovin itsenäisiä arvostuksissamme. Yksilö ei välttämättä ole edes tietoinen omista arvostuksistaan tai arvostamisen ilmiöstä ylipäätään. Sosiaalisia arvostuspaineita vastaan on yleensä vaikea esiintyä. Teot, päätökset ja elämän perussuunta osoittavat lopulta konkreetisti sen, mitä todella arvostamme.

Käytännölliset tarpeet ja yllykkeet

Sielun laadut toteutuvat päivittäisissä askareissamme. Elämä on sielunelämää, pelkistetysti tuntemista, tahtomista ja ajattelua. Näitä syvemmillä olemuksestamme kumpuavat eksistentiaaliset tarpeet: jäsenyminen, liittyminen ja tekeminen. Arkista toimintaa voi kuitenkin tarkastella myös käytännöllisten tarpeiden näkökulmasta. Näitä ovat lyhykäisesti hallitseminen, tyydytys ja saavuttaminen.



Kuvio 6. Käytännölliset tarpeet.

Jäsentymisen sisäisessä liikkeessä ja jäsentämisen tietoisessa pyrkimyksessä on tavoitteena elämän hallinta. Yksilö ei kestä pitkiä aikoja ennakoimattomuutta ja yllätyksiä; epävarmuus on tukalaa. Jokainen pyrkii hallitsemaan kohtuullisesti elämäänsä. Hallitseminen on myös yhteiskunnan yksi perusolottuvuus; tällöin puhumme yleensä hallinnoimisesta ja hallinnosta. Hyvä yhteiskuntajärjestys ei suinkaan vain rajoita kansalaisten toimia, vaan ihanteellisesti se takaa nimenomaan ihmisten oikeudet, vapaudet ja tasapuoliset edut.

Yksityisinä ihmisinä me hallitsemme elämäämme omin neuvoin. Joskus koemme asioiden luisuvan hallinnastamme ja tunnemme olevamme eksesyksissä, mistä syntyy paineita. Toisinaan asiat tuntuvat olevan hyvin otteessamme. Elämä on hajottavien ja vakiinnuttavien voimien välistä kamppailua.

Toinen käytännöllinen tarve on tyydytys. Emme oikein jaksaa elää, jos elämä ei ole riittävän tyydyttävää. Tyydytys voi tosin löytyä hyvin monenlaisista lähteistä. Hyvän olon vaihtelevia muotoja on mahdoton luetella; tarvitsemme aistinautintoja samoin kuin henkisesti arvokkaita kokemuksia. On luonnollista tavoitella eritasoista tyydytystä, ja kyky saavuttaa ja tuntea tyydytystä kehittyy harjoittelemalla ja harjaantumalla. Jossain elämän vaiheessa saatamme menettää kiinnostuksemme johonkin tyydytyksen lajiin ja siirrymme parempaan tai hienostuneempaan. Luostarissa munkki tai nunna – luopumalla paljosta – hakee nimenomaan kaiken valaisevaa hengellistä tyydytystä.

Ihminen välttää luonnostaan epätydyttäviä kokemuksia. Tämä ei ole ristiriidassa sen kanssa, että henkilö saattaa sietää pitkään tuskaa ja vaivaa, koska hän olettaa saavuttavansa jonkin tyydyttävän päämäärän myöhem-

min. Yksilö kestää raskaita oloja myös velvollisuudesta ja moraalista syistä esimerkiksi sodassa. Toisinaan elämä näyttää umpikujalta siksi, että näköpiirissä on vain huonoja vaihtoehtoja. Tällöin sisäinen elämämme on ”koe-tuksella”. Ehkä silläkin on jokin tarkoituksensa sielumme sopukoissa, vaikka emme näe sitä välittömästi. Kaikki tyydytyshakuisuus ei kestä moraalista arviointia.

Kaikkeen tekemiseen puolestaan kuuluu saavuttaminen. Tuskin voi ajatella mitään toimintaa, jossa ei olisi saavuttamisen näkökulmaa. Tekemistä yleensä edeltää jokin ajatus tai aie tavoitteesta. Fyysinen liikkuminen on jonkin paikan saavuttamista, mikä on yleensä vain välivaihe jonkin tärkeämmän päämäärän saavuttamiseen. Elämämme on tavoiteketjuja ja toiselta tasolta katsottuna päätösketjuja. Suunnitelmallinen työ on aina tarkoitushakuista saavuttamista.

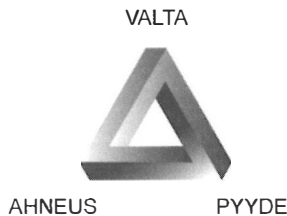
Samaan tehtävään voi liittyä monentasoisia tavoitteita riippuen siitä, tarkastellaanko yksilöä vai yhteisöä. Työyhteisö tuottaa tuotteita tai palveluita asiakkaille. Asiakkaiden tarpeet sanelevat pitkälti sen, mitä tuotetaan. Toisaalta työntekijöillä on henkilökohtaisia päämääriä, esimerkiksi palkka toimeentulon välineenä tai eteneminen uralla. Työyhteisössä elää siis eritasoisia tavoitteita ja monenlaista saavuttamista.

Elämä on oikeastaan jatkuvaa saavuttamista, olipa kyse arjen pikku askareista tai sitten pitkän aikavälin päämääristä. Jotain aina tavoitellaan eli saavuttamatta ei voi olla; teot pyrkivät johonkin tulokseen. Toiminnassamme tavoitteleminen monentasoisia tavoitteita yhtä aikaa. Suuri osa niistä juontuu yhteiskunnasta ja sen rakenteesta, mutta varsinkin osatavoitteet voivat joskus myös olla kekseliäitä ja omaperäisiä eli innovatiivisia. Se mitä pitkäjänteisesti

tavoittelemme, kertoo jotain olennaista meistä itsestämme henkilönä.

Yksilö ei aina saavuta sitä, mihin hän pyrkii. Tämä saattaa johtaa sisäiseen prosessiin, jossa tavoitteet täytyy arvioida uudestaan. Saavuttaminen on monesti identiteettikysymys, joten pettymykset voivat olla ankaria. Se ajaa meissä esiin vaikeita tunneprosesseja. Elämä pakottaa meidät joskus näkemään, että se, mitä me tavoittelimme tai kuinka sitä tavoittelimme, ei kestä moraalista arviointia. Joskus huomaamme liian myöhään, että aika on jo ajanut päämääriemme ohi.

Edellä on mainittu monessa yhteydessä sana yllyke (impulssi), mutta sitä ei ole tarkemmin määritelty. Tässä tehdään joitakin alustavia huomioita tämän sanan käsitteestä, mutta seikkaperäisemmin sen alalajeja tarkastellaan seuraavassa luvussa. Käytännöllisten tarpeiden tarkastelu on hyvä välivaihe siirryttäessä psykodynamiikan tutkimiseen. Niihin liittyvät nimittäin narsistiset yllykkeet: valta, pyyde ja ahneus. Edellä mainittujen perustunteiden yksityiskohtiin paneudutaan tarkemmin jäljempänä.



Kuvio 7. Narsistiset yllykkeet.

Itse asiassa jäsentymisen, hallitsemisen ja vallan välillä on luonteva yhteys. Niissä heijastuu ihmisen eksistentiaali-

nen, käytännöllinen ja psykodynaamis-sosiaalinen olemus. Samanlainen moniulotteinen jatkumo on käsitteissä liittyminen, tyydytys ja pyyde. Vastaavasti tahdon alueella meillä on käsitesarja: tekeminen, saavuttaminen ja ahneus. Kaikki nämä linjat läpäisevät oikeastaan koko inhimillisen olemuksen ja punoutuvat monin tavoin toisiinsa.

Valtaa, pyydetä ja ahneutta voi kutsua sielun yllykkeiksi, koska ne syntyvät psyykessä, vaikka niiden evoluutionaarinen lähtökohta on todennäköisesti fyysisessä olemuksessa. Elossa pysymisen kannalta tärkeimmät yllykkeet ovat kuitenkin peräisin ihmisen kehosta.

Kehon yllykkeet – kuten niitä kutsutaan jatkossa – ovat silti vain osa impulsseista, sillä yllykeluonto laajenee kehosta laajemmaksi narsistiseksi ytimeksi. Vielä näitäkin mutkikkaampia ja hienostuneempia impulsseja on olemassa. Yllykeluonnon moniulotteisuuden tekee mahdolliseksi sielunelämän rikkaus, joka on siis narsistista ydintäkin laajempi, ja yltää ihmisen luovuuden ja vapauden ydinalueille.

Ihmisen kokemuksen moniulotteisuuden näkökulmasta mikä tahansa esitys on aina kaavamainen. Kielellinen ja käsitteellinen kuvaus on aina vajavaista sielunelämän vivahteikkouden kannalta. Silti teoreettinen tarkastelu voi auttaa tunnistamaan omia sielun liikkeitä, vaikka käsitteelliset pelkistykset ja valinnat saattavat myös ehkäistä ymmärrystä yksipuolisuudellaan. Siksi itsetuntemus ei ole vain tiedon keruuta tai oppineisuutta, vaan kyse on aidosta kohtaamisesta, tunnistamisesta, tunnustamisesta ja tiedostamisesta.

Kehon yllykkeet

Meillä on siis muitakin kuin vain narsistisia yllykkeitä. Fyysinen elimistö esimerkiksi vaatii ravintoa, suojaa ja kivun lievitystä. Monet fysiologiset puutostilat esimerkiksi nälkä ja jano toimivat kuin yllykkeet. Liika kylmyys tai kuumuus, ehkä myös kuivuus ja kosteus, toimivat ihmisen kokemuksessa toimintaan johtavina impulsseina.

Yllyke kuuluu rakenteelliseen olemukseemme, kun taas koettu ja tietoisempi halu herää ajoittain luonnostaan. Halu on tilapäinen verrattuna sen perustana olevaan yllykkeeseen, jota emme ehkä tiedosta, mutta joka kuuluu kuitenkin ihmisolemukseen. Sieltä halu nousee ajoittain luonnostaan kokemukseen paineiden kasvaessa.

Paineet herättävät yksilön huomion, ja se suuntaa hänen mielikuvitustaan. Hän valpastuu ja etsii tyydytyksen kohteita todellisuudesta tai luo niitä mielikuvituksessaan. Jos hän on oppinut tuntemaan tyydytyksen kohteita, hän etsii niitä. Impulssit ja halut voivat herätä jo opitun tyydytyksen kohteen havainnosta. Joskus sellainen kohde virittää halun, jonka yksilö on oppinut liittämään yllykkeeseen.

On kuitenkin myös muita ”korkeampia” yllykkeitä, joista otetaan esimerkiksi uteliaisuus. Ihminen haluaa tietää ja kokea uusia asioita, aivan kuin aistit ja mieli vaativat sitä. Tämä johtuu ehkä hermoston kehittyneestä rakenteesta. Tiedonhalu parantaa toimintavalmiutta ja palvelee tietysti muiden halujen ja tarpeiden tyydytystä.

Lisäksi puhutaan myös sosiaalisista ja henkisistä tarpeista. Kanssakäyminen ja kulttuuripalvelut tyydyttävät mainittuja tarpeita, joita on kirjava joukko. Ihminen tarvitsee hyvinvointinsa varmistamiseen todella monia

seikkoja. Kaikki tarpeet kietoutuvat kokemuksessa myös narsistisiin yllykkeisiin. Ne puolestaan ovat yhteydessä kulttuurissa vallitseviin arvostuksiin. Osa tarpeista on vain haluja, joten niiden kohteet eivät aina ole tarpeellisia.

Mielikuvat ovat mieleen jääviä havaintojen vastineita. Ne ovat usein latautuneet joillakin tuntemuksilla. Esimerkiksi jotkin mielikuvat ovat latautuneet seksuaalisilla impulsseilla. Halu eli jäsentynyt yllyke kohdistuu yleensä johonkin tuttuun kohteeseen. Esimerkiksi nälkä ja jano, voivat tyydyttyä lukusilla kohteilla; kiinteillä ruuilla tai nesteillä. Yksilön halu herää monesti havainnosta, jonka hän uskoo kokemuksensa perustella tyydyttävän hänen halunsa. Yllyke on synnynnäinen ja herää fysiologisen kehityksen kuluessa.

Psykoanalyysissä erityistä huomiota on kiinnitetty varsinkin seksuaalisiin yllykkeisiin. Ne perustuvat kehomme fysiologiaan. Yllykeluontomme tuottaa seksuaalisia haluja, jotka suuntautuvat ihmiselläkin vaistomaisesti kohteisiin, mutta lisäksi myös opittuihin objekteihin. Psykoanalyysin mukaan ongelmat perustuvat kiintymyssuhteissa tapahtuviin pettymyksiin jo varhaisen lapsuuden aikana.

Synnynnäisiin vaistoihin perustuvat osaksi myös niin sanotut avainärsykkeet, joilla tarkoitetaan toisen sukupuolen fyysisiä leimallisia piirteitä tai toimintatapoja, jotka herättävät seksuaalista kiinnostusta. Ne ovat lajityypillisiä ja herättävät seksuaalista halua lajin sisällä. Yllykkeet ja avainärsykkeet herättävät yksilön valppauden ja mielikuvituksen, ja hänen mielessään syntyy aikeita, niiden arviointia ja päätöksiä.

Seksuaaliset impulssit voimistuvat selvästi murrosiässä. Yllyke purkautuu aluksi haluina, joihin liittyy erityisesti kohdemielikuvia. Seksuaalisuus synnyttää mieliku-

via, suunnitelmia, unelmia, toimintakuvittelua ja aikeita. Mielikuvat ovat luonnollisesti peräisin yksilön havainnoista eli kokemuksista. Tietyt synnynnäiset avainärsyke-mielikuvat ovat taustalla halun kiinnittyessä havaintoihin. Perustana ovat vaistomaiset sukupuolten fyysiseen hahmoon ja kehon muotoihin perustuvat ärsykkeet.

Seksuaaliset yllykkeet saattavat herätä itsestään niin kuin nälkä ja jano, eräänlaisina kehon puutostiloina. Nämä kuuluvat siis ihmisen olemukseen. Seksuaalikulttuuri vaihtelee eri kansojen keskuudessa muun muassa pukeutumisessa, tavoissa ja käyttäytymisessä. Samoin vaihtelee toisen sukupuolen arvostaminen. Biologisesti ajatellen kyseessä on vain lajin säilyminen ja suvun jatkaminen.

Seksuaalisuuden yllykkeeseen olemukseen, sen kiehtovuuteen kuuluvat ihmissielun hienoimmat tuntemukset, erityisesti kiintymys ja rakkaus. Ne ovat läheisessä yhteydessä luottamukseen, uskoon, ja toivoon ja moniin muihin parhaimpiin kokemuksiin. Lisäksi voidaan mainita kiinnostus, uteliaisuus ja innostus, tai esimerkiksi sääli ja vastuu sekä monet muut. Näitä tarkastellaan tarkemmin teoksen loppupuolella.²²

PSYKODYNAMIIKKA

Tunteiden avaruus tai kokemuksen ulottuvuudet ovat tässä sovellettavalle tarkastelutavalle luonteenomaisia ilmaisuja. Tarkoituksena on tutkia olemassaolon toteutumisen ehtoja eli sitä, mitä on olla ihminen. Käsillä olevassa luvussa luonnehditaan psykodynaamista kokemusavaruutta. Lukuisat psykologian suuntaukset ovat selvittäneet psyyken rakennetta, ja alan kirjallisuus on häkellyttävän runsas.

Ajattelun psykodynaamiikka

Jäsentyminen aineelliseen ja henkiseen ympäristöön on yksi ihmisen kokemuksen välttämättömyyksistä. Ajattelu huolehtii keskeisiltä osin jäsentymisestä. Arjessa tuttujen esineiden ja tapahtumien tunnistaminen ja ymmärtäminen tuntuu selviöltä; perusteellisesti omaksuttu automatisoituu mielessä. Se ikään kuin katoaa tietoisuuden valokeilasta ja painuu urautuneeksi valmiudeksi ja reaktiivisuudeksi. Tämä on pääasiassa myönteistä elämän sujumiselle ja kuuluu elämän hallintaan.

Jäsentäminen, hallitseminen ja valta ilmaisevat jotain olennaista ajattelun tehtävistä. Valta on yksi ajattelun perusilmiöistä. Ajatuksia muodostamalla me pyrimme saamaan todellisuuden haltuumme, tietoisesti tai tiedottomasti. Vallan käsite on hahmollisesti niin laaja, että sen sisältöä voi täydentää lähes loputtomasti. Tässä esitetään siitä vain tiettyjä näkökohtia.

Vallasta puhuttaessa tulee ensimmäiseksi mieleen yleensä väkivalta eli voiman käyttö tai sillä uhkaaminen. On syytä erottaa valta niistä toimista, joilla valtaan pyritään tai joilla valtaa pidetään yllä. Vallan voi anastaa tai säilyttää väkivallalla. Sivistyneesti valta toteutuu erilaisin pakottein eli säätelemällä yksilöiden etuja ja haittoja. Pakotteiden käyttö edellyttää sitä, että jokin taho, henkilö tai joukko henkilöitä, on sellaisessa valta-asemassa, että heidän on mahdollista käyttää pakotteita. Vaikka jonkinasteinen pakkovalta on yleensä yhteiskunnan muotojen taustalla, niin arkinen valta toteutuu ensisijaisesti yhteiskunnan vaalimissa muodoissa.

Valta on ennen kaikkea muotoa: sääntöjä, normeja ja määrämuotoista toimintaa. Yhteiskunta on loputtomien muotojen verkosto. Kaikkialla täytyy noudattaa sääntöjä: työpaikoilla, virastoissa, pankeissa, liikenteessä, kokouksissa, käytöksessä, juhlatilaisuuksissa, pukeutumisessa ja seremonioissa. Tätä voi tuskin riittävästi hämmästyä. Muodot tekevät yhteiskuntaan järjestyksen. Pääasiassa niistä on kaikille osapuolille etua. Valtamuodot luovat turvallisuutta, varmuutta ja ennakoitavuutta. Esimerkiksi virastoissa täytyy sekä asiakkaiden että virkailijoiden noudattaa säädöksiä oman etunsa ja yleisen edun vuoksi; "mielivaltaa" ei sallita.

Jos yksilö ei noudata säädöksiä ja määräyksiä tai rikkoo

vain hyviä tapoja, hän joutuu yleensä kohtaamaan jonkin epäedun tai haitan. Hän saa jonkin rangaistuksen, olipa siinä kyse vaikka yhteistyöstä pidättäytymisestä, suuttumisesta tai ainoastaan epäarvostuksen osoittamisesta.

Useimmat joutuvat työssään vartioimaan muiden ihmisten käyttäytymistä eli muotojen noudattamista. Esimerkiksi opettaja joutuu vastaamaan koulutyön järjestyksestä ja kurista, opettajia puolestaan valvovat kouluviranomaiset. Esimies joutuu tekemään päätöksiä alaistensa suhteen, koska hänet on asetettu valta-asemaan heihin nähden. Samoin vanhemmat arvostelevat ja ohjaavat lastensa käytöstä. Melkein jokainen on jonkinasteinen vallankäyttäjä. Yhteiskunta on valtojen hierarkia, vaikka vallan tiukkuus vaihtelee yhteisöstä toiseen. Vallan luonne riippuu paljon siitä, missä määrin yhteisössä kunnioitetaan esimerkiksi vapaus- ja kohteluoikeuksia. Myös vapaamielinen yhteisö pitää kiinni joistain muodoista ja periaatteista, tai muutoin se lakkaa olemasta yhteisö.

Joskus kansalaiset esittävät muutosvaatimuksia vallitsevia eli vallassa olevia muotoja kohtaan. Muotojen katsotaan esimerkiksi sortavan jotain kansanosaa tai olevan muutoin epäedullisia ja vanhanaikaisia. Mahdollisesti jonkin uudistuksia ajavan ryhmän mielestä vallitsevat käytännöt eivät toteuta tärkeitä yhteiskunnallisia arvoja. Saattaa syntyä kapinaa ja pyrkimys vallan kumoukseen. Se voi tarkoittaa uusien muotojen asettamista, eikä pelkästään uusien henkilöiden asettamista valta-asemaan. Äärimmäisessä vallankumouksessa on tosin kyse vallan anastamisesta väkivalloin jonkun henkilön tai jonkin ryhmän käsiin. Valta voi ääritapauksessa olla täydellistä miehivaltaa.

Yhteiskunnassa esiintyy usein taistelua siitä, minkä-

laiset muodot toiminnoille asetetaan ja kuka saa määrätä niistä. Myös kamppailulle vallasta eli politiikalle, on pyritty antamaan muodot, jotka säätelevät valtaan pääsyä (esim. perustuslaki²³). Tosin näitä muotoja voi jokin taho pitää vaikkapa epäoikeudenmukaisina, tehottomina tai jopa sortavina. Tällöin saattaa esiintyä kansalaistottelemattomuutta, jolloin valtaan pääsemiseksi asetettuja metamuotoja rikotaan. Ehkä valta on aina ensiksi väkivaltaa, kunnes yhteisö kehittää inhimillisiä keskustelun muotoja. Sivistyneessä valtiossa, jossa vallan muodot ovat kehittyneet, ketään ei syrjitä eikä kohdella väkivaltaisesti hänen mielipiteidensä vuoksi.

Myös pienissä yhteisöissä, esimerkiksi perheissä ja harrastuspiireissä, käydään valtataisteluja määräysvallasta, tavoista ja käytänteistä. Kyse on siitä, kuka päättää ja määrää. Tämä ei tarkoita sitä, että asioista ei voitaisi myös neuvotella, sopia ja olla yksimielisiä; mutta jokin järjestys (valtamuoto) silloinkin valitaan ja toteutuu.

Yhteiskunnan muotojen säilymisen perimmäisenä taakeena on oikeus käyttää väkivaltaa tai muuta pakkovaltaa, jos olemassa olevia tai asetettuja muotoja (järjestystä) ei noudateta. Valtaa käyttää valta-asemassa oleva viranomainen, viime kädessä esimerkiksi vartija, poliisi tai armeija. Yksilöllä on myös valtaoikeuksia eli esimerkiksi hänen asemaansa työyhteisössä liittyvää päätös-, määräys- ja toimivaltaa. Valta-asemassa henkilö voi säädellä tarvittaessa toisen kansalaisen etuja ja haittoja. Vallan käyttö saattaa tulla esiin vasta sitten, kun muotoja ei noudateta. Vallan edellyttämä järjestys eli "valtamuodot" tai "muotovallat" edellyttävät noudattamista.

Muoto näyttää neutraalilta silloin, kun siihen sopeudutaan kyselemättä. Mutta jos joku käyttäytyy poikkeavasti,

mieleemme nousee vaatimuksia hyvien tapojen tai vanhojen käytänteiden noudattamisesta.²⁴ Olemme sisäistäneet ja hyväksyneet ne, usein tosin tietämättämme. Vihastumme, jos yhteisön käytänteitä ei noudateta. Kansalaiset esittävät aggressiivisia vaatimuksia järjestyksen palauttamiseksi tai rikkojien rankaisemiseksi. Vallitsevista tavoista poikkeaminen herättää torjuntaa ja halveksuntaa.

Kansalaiset hyväksyvät pääosan hallitsevista muodoista yleisen edun nimissä; ajatellaan vaikka liikennesääntöjä. Monenlaiset vaatimukset ja tavat läpäisevät elämämme oikeastaan joka hetki. Erilaisia muotoja on paljon ja niin monikerroksisesti, että meidän on vaikea havaita ja tiedostaa niitä. Määräys-, päätös-, ratkaisu-, vaatimus- ja käskyvaltaa harjoitetaan arjessa tiheään. Vallan käyttö kuuluu elämän hallintaan. Kaikki käyttävät valtaa ja ilmentävät käytöksessään vallitsevia vaatimuksia.

Valta tai jopa valta-sana herättää epäluuloja, koska olemme tottuneet korostamaan vapautta ja tasa-arvoa. Emme välttämättä huomaa, kuinka laaja ilmiö valta on myös vapaamielisessä ja kansanvaltaisessa yhteiskunnassa. Oikeastaan emme koe valtaa pahaksi, vaan tarpeelliseksi ja välttämättömäksi todellisuutta järjestäväksi tosiasiaksi.

Muotojen hyväksymistä tukee luonnollisesti se, että yksilö tuntee asioiden olevan hallinnassa myös omasta näkökulmastaan. Joskus yhteiskunnan hitaasti toimivat muodot kuitenkin ärsyttävät, jos ihmisistä tuntuu että kansalaisille kuuluvia oikeuksia toteutetaan liian hitaasti (esim. byrokratia). Yleensä muodot takaavat kansalaisen edut, oikeudet ja vapaudet, mutta hänen oikeuksiinsa kuuluu myös asioiden käsittelyn kohtuullinen nopeus. Valtamuodot ilmentävät ja toteuttavat tärkeitä arvoja.

Samalla kun yksilö hyväksyy suurimman osan muodoista, hän saattaa haluta joillekin toiminnan aloille uutta järjestystä. Esimerkiksi eläinten suojelijat ovat vaatineet uusia ihanteita ja käytänteitä eläinten kohteluun. Tietoyhteiskunnassa yksityisyys ja tietosuoja vaativat ajanmukaista säätelyä ja nimenomaan uusia lakeja sekä asetuksia. Tällä kehittyvällä elämänalueella tarvitaan uudenlaista valvontaa.

Valtataisteluja syntyy yhteiskunnan monilla toiminta-alueilla, kun eri tahojen vaatimukset eivät sovi yhteen. Niiden taustalla on joko ristiriitaisia ihanteita (eli arvoja) tai vaatimuksia ihanteiden tarkemmasta ja laajemmasta soveltamisesta. Yhteiskunnan järjestys on kehittynyt vähin erin historian kuluessa. Muodot ovat syntyneet osaksi itsestään ihmisten kanssakäymisen tuloksena. Toisaalta yhteiskuntaa on kehitetty tietoisesti joidenkin arvojen kuten esimerkiksi oikeudenmukaisuuden ja vapauden näkökulmasta.

Suomessa kansan valitsema eduskunta on tärkein valtamuotojen asettaja, samalla kun se laatii yhteiskunnan ylimmät tavoitteet. Neuvoteltuja ja sovittuja tavoitteita toteuttaa kansakunnan hallitus, joka harjoittaa toimeenpanovaltaa. Vallan kolmijako-opin mukaan riippumattomalle oikeuslaitokselle kuuluu puolestaan tuomiovalta. Liberaalissa yhteiskunnassa yksilöt saavat asettaa vapaasti huomattavan osan omista tavoitteistaan. Lisäksi he saavat yleensä toimia haluamallaan tavalla, jos he eivät riko yhteiskunnan yleisiä normeja tai lakeja.

Nyky-yhteiskunnassa on käytetty paljon ajattelua erilaisten käytänteiden jäsentämiseksi. Yhteiskunta on valtava "ajatusmuotoihin perustuva kone", josta esimerkkejä ovat koulutus, armeija sekä pankki- ja vakuutustoiminta.

Valta on muoto, joka jäsentää ja järjestää yhteisöjä. Muotoja luonnollisesti perustellaan ajatuksin. Suunniteltaessa uutta toimintaa, se jäsennetään ja kuvitellaan aina ensin ajatuksissa ja mielikuvissa. Esimerkiksi edellä mainitut toimialat ovat vähitellen kehittyneet ajatuksin tapahtuvan jäsentämisen avulla nykyiseen muotoonsa.

Yhteiskunnan järjestyksen runkona on ideoita ihmisten eduista, tarpeista, oikeuksista, velvollisuuksista ja yleensä kansalaisuudesta. Keskeisiä arvoja yhteiskunnan rakenteiden ja kehittämisen taustalla ovat Ranskan vallankumouksen tunnetut ihanteet vapaus, veljeys ja tasa-arvo. Ne ovat eurooppalaisen yhteiskuntakäsityksen perusta.

Ajatusvalta

Yhteiskunta on muotovaltojen verkosto, joka koostuu lukuisista pienemmistä ja suuremmista yhteisöistä. Ne rakentuvat erilaisista muoto- ja asemavalloista. Valta perustuu yhteisössä vaikuttavaan maailmankatsomukseen, käsitteelliseen viitekehykseen, oppiin, tieteelliseen teoriaan, uskonnolliseen näkemykseen, hallitsevaan mielipiteeseen tai arvostuksiin. Organisaatioiden taustalla on usein jokin aate tai ihanne, jota edistämään organisaatio on perustettu.

”Käsitys yhteisöt” ovat monesti mustasukkaisia edustamista näkemyksistä; ne pyritään pitämään voimassa ainakin omassa yhteisössä. Yhteisö torjuu tunkeutujat, jotka yrittävät muuttaa valitsevia käsityksiä tai toimintatapoja. Yksinkertaisin tapa päästä valtaan on noudattaa jonkin vallassa olevan organisaation vaatimuksia, sopeutua järjestelmään ja kunnostautua sen edustajien silmissä.

Valta on vain poikkeustapauksissa yksilöllistä tai oma-peräistä. Ihmiset ovat yleensä muoto- tai aatevaltojen edustajia, välittäjiä ja noudattajia, sekä myös omaksutun vallan vartijoita. On luonnollista, että yhteisöt antavat ase-mia niille, jotka noudattavat vallassa olevia vaatimuksia. Järjestelmään samastuminen antaa yksilölle voimassaolon tunteen. Valta, joko aatevalta tai valtakoneisto, rakentaa noudattajalleen identiteetin, jonka suhteellisuutta meidän on vaikea itse nähdä.

Olemme yleensä huonoja tiedostamaan, että joudumme toistuvasti tekemään valtaan liittyviä moraalisia ratkaisuja. Muoto- ja ajatusvallat ovat kuin refleksiä mielessämme. Menestyäkseen ja taatakseen turvallisuutensa yksilö saattaa alistua mihin vain. Historian draamoissa tavalliset kansalaiset ovat osallistuneet käsittämättömiin julmuuksiin myötäillen valtajärjestelmää. Vallan patologiaa esiintyy kaikissa yhteisöissä. Se kuuluu oikeastaan yhteisön olemukseen; sen tuntee uhkana ilmapiirissä.

Uskonnolliset, maailmankatsomukselliset tai tieteelliset yhteisöt – eli ”ajatusvaltayhteisöt” – eivät juuri poikkea dynamiikaltaan toisistaan. Niissä ilmenevä järjestys koetaan usein oikeutetuksi ja perustelluksi. Ainoa perustelu on monesti vain se, että tiettyihin muotoihin ja käsityksiin on totuttu ja ne ovat tulleet kiinteäksi osaksi identiteettiä. Henkilöiden arvoasema ja itsearvostus perustuvat järjestelmään. ”Oikea oppi” on ollut ehkä tuhoisimpia ideoita ihmiskunnan historiassa. Horjumaton usko kuvastaa usein vallanhimoa.

Vallat ja valtojen edustajat herättävät monesti pelkoa. Pelottavia eivät ole vain henkilöt, vaan myös valtojen symbolit, esimerkiksi virkanimikkeet tai virkapuvut ja vallan käyttämät rakennukset. Arvovallan ilmiö on mielenkiin-

toinen ja hämmästyttävä; sen läsnäolo tuntuu joskus suorastaan käsin kosketeltavalta.²⁵ Yksilö ajautuu usein vallan noudattajaksi tiedostamatta sen olemassaoloa.

Tarkasteltaessa valtaa täytyy muistaa myös siihen kuuluva vastuu. Valta-asemassa oleva joutuu kantamaan vastuuta toimialueeseensa kuuluvista tehtävistä, ja kaikki me olemme jonkinlaisessa valta-asemassa. Joudumme asemamme vuoksi käyttämään päätös-, ratkaisu- ja määräysvaltaa, joskus pakkovaltaa ja ehkä myös väkivaltaa. Tällöin valta tietysti koskettaa muita ihmisiä, mutta muuta vaihtoehtoa ei ole.

Jos vallankäytön perusteet ovat hyvät, se yleensä myös hyväksytään. Yhteiskunnallisiin tehtäviin liittyy usein valtaoikeuksia, mutta nimenomaan velvollisuus käyttää päätösvaltaa ("valtavelvollisuus"). Varsinkin esimiehen täytyy tehdä päätöksiä, jotka koskettavat alaisia tai asiakkaita. Hän on itsekin vallan alainen, koska hänen tehtävänsä on pitää huolta tavoitteiden saavuttamisesta ja työtä säätelevistä muodoista. Huolimatta kansalaisvapauksista hyvin järjestetyssä yhteiskunnassa yksilön päätösvalta, esimerkiksi työelämässä, on varsin rajoitettu; mielivaltaa tai sooloilua ei siedetä kauan.

Valtajärjestelmiin liittyminen merkitsee kansalaiselle mahdollisuutta kokea oma persoonansa arvokkaana. Saattaa silti tuntea ristivetoa ympäristön vaatimusten ja henkilökohtaisen vapauden välillä. Meillä on houkutus luovuttaa persoonamme järjestelmälle ja näin saamme asemia ja arvostusta sekä yleensä myös taloudellisia etuja. Yhteiskunnan toimet näyttävät pääasiassa tarpeellisilta, joten antaudumme hyvällä omallatunnolla – ja oman etumme vuoksi – tämän "välttämättömyyden valtakunnan" edessä.

Liittymällä ja omaksumalla saavutamme paljon hyödyllistä, mutta vapauden tai luovuuden näkökulmasta tilanne saattaa olla kahlitseva. Vapauttaan vaaliva, jossain merkityksessä "omavaltainen" henkilö, joutuu käymään kamppailua ahdistavien valtojen kanssa ja selvittämään suhteensa niihin.²⁶ Tämä taistelu koskettaa itsearvostusta ja aiheuttaa sisäisiä ristiriitoja.

Monesti puhutaan vallanhimosta. Alkuhahmossaan se merkitsee halua levittää omia käsityksiään tai omaa elämänotettaan muiden noudatettavaksi. Se tarkoittaa usein myös pyrkimystä päästä valta-asemaan, josta käsin on mahdollista harjoittaa esimerkiksi määräys- ja käskyvaltaa. Vallanhimolla saatetaan lisäksi ymmärtää pelkästään korkean ja arvostetun yhteiskunnallisen aseman tavoittelua. Vallan halua voi tyydyttää myös puolustamalla asemastaan käsin sitä järjestystä, jonka osa yksilö on.

Monilla historiassa tunnetuilla ja julmilla johtajilla on luultavasti ollut poikkeuksellisen voimakas vallanhimo. On itse asiassa hämmästyttävää, miten valta leviää yhteiskunnassa henkilöstä toiseen niin, että lopulta koko yhteiskunta on vallan "saastuttama", jossa toisinajattelijaa saa maksaa erimielisyytensä jopa hengellään. Vallan leviäminen mielestä toiseen ja siitä syntyvä "hengendiktatuuri" on todella erikoinen ilmiö, koska se ottaa valtaansa lähes kaikki kansalaiset. Käyttövoimana on pelko sekä oman ja lähimmäisten turvallisuuden puolustaminen. Se on valheella toimiva koneisto, jossa puolustetaan omia etuja.²⁷

Valta on myös välttämättömyys, "vallaton" eli muotoja noudattamaton yhteiskunta on mahdottomuus. Se tuhoaisi yksilöiden elämän ja tulevaisuuden näköalat. Oikeasti valtaa voi perustella tai arvioida vain arvojen näkökulmasta. Lainsäädäntö on normikokoelma, joka ruumiillis-

taa ja konkretisoi yhteiskunnan perusarvot. Ne säätelevät yleensä kansalaisten toimia, mutta myös viranomaisten hallinnollisia tekoja. Yhteiskunta ei kestä kauan aikaa anarkiaa eli "ei-valtaa".

Valta on moni-ilmeinen yhteiskunnallinen tosiasia. Se on oikeastaan rannaton tutkimusalue kaikessa laajuudessaan. Valta on sekä yhteiskunnallinen välttämättömyys että yksi ihmissielun narsistisista impulsseista. Usein nämä kaksi vallan lähtökohtaa, ulkopuoliset muotovallat ja yksilön vallanhalu, löytävät toisensa. Ne kuitenkin haakeutuvat helposti yhteen. Itsetuntemus edellyttää myös "valtayllyke-elämysten" tunnistamista itsessään. Mutta vaikka huomaisi tällaiset halunsa, ihmisen saattaa olla vaikea luopua niistä; ne ovat hänen identiteettinsä ja elämänsä.

Valta tulee ensiksi esiin tietoisuudelle vasta ajattelun piirissä. Yleensä yksilö luottaa ehdottomasti omiin ajatuksiinsa. Tämä ei tarkoita sitä, että hän ei kykenisi epäilemään ajatustensa oikeellisuutta. On kuitenkin mahdotonta asettaa koko ajatustoimintansa kyseenalaiseksi; tavallisesti epäilijä uskoo ainakin epäilyynsä. Ihminen elää ajattelussaan ja ajattelunsa varassa, ja siinä toteutuu jokaisen oma valta. Ajatteluun sisältyy myös tunteita, esimerkiksi epäily on ajattelua, johon liittyy epävarmuuden tunne.

Ajatukset, jotka kykenemme ajattelemaan, ovat määrällisesti ja laadullisesti rajoittuneita; näkemyksemme ovat puutteellisia. Meidän täytyy silti elää niiden ajatusten tai ajatusaiheiden varassa, joita meillä sattuu olemaan mieleemme varastossa. On itse asiassa johonkin rajaan asti tervettä ja normaalia se, että luottaa omiin ajatuksiinsa. Mutta me samastumme ajatuksiimme myös niin, että emme pidä niitä suhteellisina. On syytä korostaa, että "sivistynyt ih-

minen tietää jo olevansa väärässä”. Ajattelu on voimakas todellisuuden jäsentäjä ja hallitsija, kuten vaikkapa tiede ja tekniikka osoittavat, mutta toisaalta yksittäinen ajatus on vain piirto todellisuudesta.

Oikeassa olemisen tunne on vallan perusilmiö. Se on itse asiassa salakavala elämys, koska uskomme monesti kiihkeästi omiin käsityksiimme. Syvimpiä ajatussiteitä emme edes huomaa. Vaikka ajattelu ”valaisee” ja ”avaa” tulkinnallaan todellisuuden, se on erikoisella tavalla so- kaiseva sielun ilmiö. Yksilön on vaikea käsittää sitä vain erääksi omalaatuiseksi energialaaduksi ja toisaalta jopa satunnaiseksi sisällöltään. Ajatus on inhimillisen tajun- nan luoma käsitteellinen kuva maailmasta, samalla kun se itsekin on todellisuuden omalaatuinen osa.²⁸

Ajatuskannan lisäksi ihmisellä on myös oma elämän- muotonsa eli tapansa toimia ja kuluttaa aikaansa. Ennen kaikkea jokaisella on oma otteensa työstä ja harrastuksista. Luonnollisesti käsitykset liittyvät läheisesti näihin as- kareisiin. Meillä on siis sekä toiminta- että ajatusote asioi- hin. Näissä muodoissa toteutuu meidän henkilökohtainen valtamme. Yksilöiden otteet ja käsitykset kohtaavat toi- sensa heidän joutuessaan tekemisiin keskenään; monesti ne myös törmäävät toisiinsa.

Ristiriitoja syntyy, kun henkilökohtaiset vallat täytyy sovittaa yhteen. Käsitys- ja toimintakonflikteja esiintyy kaikkialla: perheissä, työpaikoilla, harrastuksissa ja laa- jemminkin yhteiskunnassa. Niinpä yhteisöissä joudutaan neuvottelemaan ja sopimaan ratkaisuihin, tai sitten joku taho yksinkertaisesti käyttää määräysvaltaa. Se voi koskea joko toiminnan muotoja tai päämääriä.

Jokainen meistä tukeutuu käsityksiinsä, koska meillä ei oikeastaan ole muuta vaihtoehtoa. Saatamme toki kuun-

nella muiden mielipiteitä ja näkemyksiä, mutta meillä on taipumus pitää ajatuksiamme erityisen oikeina. Vallanhi-moinen luottaminen omaan ajatteluunsa on usein tiedos-tamatonta. Uskomme edustavamme jotain parempaa ja oikeampaa kuin muut, emmekä ole tämän uskon yllyke-juurista välttämättä lainkaan tietoisia.

Ajatukset ovat sikäli henkilökohtaisia, että ne esiintyvät paikallisesti yhden yksilön päässä.²⁹ Se ei silti tarkoita, että ajatukset olisivat kovin omaperäisiä. Tavallisesti olemme vain omaksuneet joitakin olemassa olevia ajatuskantoja. Yhteiskunnan ajatusvallat myös palkitsevat henkilöitä, jotka noudattavat ja osaavat käyttää niitä. Sama koskee myös toimintaotteita, käytäntöjä ja tapoja, eli käsitykset ja toimintatavat tukevat toisiaan.

Koulutus ja opillinen kulttuuri tuottavat mieleemme "ajatuskenttiä", oppineita käsityskantoja; me takerrum-me teorioihin ja viitekehyksiin. Opista ja sen mukanaan tuomasta roolista tulee persoona. Ajatusvallalla on meistä ote, jos emme kykene aidosti ajattelemaan, että voisimme ajatella toisin. Varsinkin arvostetut tai arvovaltaistuneet näkemykset vievät meidät mukanaan. Usein yksilö myö-täilee muodikkaita ajatustapoja tai muodikasta kieltä.

Ajatuskannalla on yleensä aina oma oikeutensa ja omat perustelunsa, mutta se saattaa silti estää uudistumisen. Omaksumalla oppeja, tieteitä, teorioita, tietoja, uskomuk-sia ja aatteita laajennamme ymmärrystä ja todellisuuden hallintaa, mutta toisaalta meistä tulee niiden välikappalei-ta ja "etäpäätteitä". Toisaalta tietämättömyyttä on silti vai-kea sietää, ja niinpä kiiruhdamme usein tietämään. Olem-me yleensä samastuneet niin omaksumaamme, että emme osaa edes kuvitella vaihtavamme kerralla koko "käsitaka-lustoamme". Tosiasiassa se ei ole ihmiselle mahdollista;

ajatuskanta uudistuu vähitellen uusien virikkeiden avulla.

Meillä on myös houkutus laajentaa omaa persoonaamme ympäristöön; haluamme olla arvostettuja ja vaikuttavia. Oman minuuden laajentaminen "tuntumaan muissa" on hyvin alkuperäinen ja syvältä nouseva valtayllyke. Ihminen saattaa toivoa, että toiset liittyisivät häneen ja hänen käsityksiinsä, ja hän yrittää vetää myös voimakkaasti muita henkilöitä kannallensa. Se toteutuu esimerkiksi politiikassa kannattajien hankkimisena. Tällöin yksilöt voivat jäädä vallananastajan valtaan.³⁰

Ihminen haluaa jäsentää ja hallita ympäristöönsä niin kotona kuin työssäänkin, mutta henkilökohtainen valta koskettaa myös muita. Yhteisöissä näkemykset saattavat törmätä toisiinsa. Monesti vaadimme muita noudattamaan oikeana pitämäämme järjestystä, muotoa tai käsitystä. Vallassa on kyse oman toimintaotteen ja omien käsitysten levittämisestä ympäristöön, jotta niitä noudatettaisiin ja arvostettaisiin. Yhteisön erimielisyyksissä osapuolet tarvitsevat kannattajia omille ajatuksilleen. Tämä pyrkimys on mukana monissa työyhteisöjen ja yhteiskuntien konflikteissa.

Omiin ajatuksiinsa samastuminen saa joskus suorastaan patologisen luonteen. Tietystä toimintatavasta, järjestyksestä tai käsityksestä tulee identiteettikysymys. Uusi tai kilpaileva ajatustapa koetaan uhkaavaksi ja sitä vastaan puolustaudutaan kiivaasti. Vallan patologisoituminen tapahtuu usein yhteiskunnallisten muutosten tai levottomuuksien aikana, jolloin kansalaiset alkavat kaivata järjestystä. Totalitaariset yhteiskunnat sekä historiassa että nykyajassa osoittavat tämän.

Vallan anastaja saattaa lopulta kieltää kaiken toisina ajattelun ja vapaan toiminnan. Meillä on taipumus torjua

omista käsityksistämme poikkeava ajattelu. Taustalla vaikuttaa myös oman (paino)arvon lisäämisen yllyke. Vallan ymmärtäminen on oikeastaan itsetuntemuskysymys.



Kuvio 8. Ajattelun psykodynaaminen rakenne.

Sitoutuminen johonkin näkemykseen ja oikeassa olemisen vimma saattavat kestää koko elämän ajan. Kyse on hämmästyttävän syvältä nousevasta yllykkeestä, joka rakentaa lähes horjumattoman identiteetin. Uskoa ja sitoutumista vahvistaa organisaation tai yhteisön antama arvoasema ja siihen liittyvä asemavalta. Yksilön saattaa olla mahdotonta luoda uudelleen nahkaansa, jos järjestelmän tai aatteen romahdus ei pakota häntä siihen. Tällöinkin se aiheuttaa yleensä vakavan ja vuosia kestävän kriisin; identiteetin muruset täytyy koota uudelleen. Kriisi on kuitenkin henkilön vapautumisen ja kehityksen kannalta välttämätön.

Jos elää kiihkeästi omista käsityksissään, voi ajautua patologiseen ajatuspyörteeseen. Tunne oman ajattelun kaikkivoipaisuudesta eli omnipotenssista täyttää mielen. Taustalla on tietysti monia muitakin yllykkeitä. Toisin ajattelevat ovat vihollisia ja yksilö on kuuro toisten käsityksille. Jos on luonut itselleen vahvan näkemyksen jostakin asiasta, siihen liittyy melkein lainomaisesti kyvyttömyys ymmärtää muita näkökulmia.

Yksilö ei ylitä ajatteluaan, vaikka kuinka tahtois. Samastuminen omiin käsityksiin ja omaan toimintaotteeseen on joskus niin luonnollista, että muuta ei edes huomaa kaivata. Jokainen tarvitsee ajatuksensa ja elämänhallintansa. Ajattelun todellisuutta jäsentävä olemus on keskeinen elämää kantava seikka. Jos muutos on välttämätön, se vie oman aikansa, sillä uusien ajatusten ja käytänteiden omaksuminen on vähittäistä. Mieleemme kapinoi usein muutosta vastaan.

Häpeä

Seuraavassa tarkastellaan sielunilmiötä, jota kutsutaan häpeäksi. Se vahvistaa olennaisesti – ja usein salakavalasti – erilaisten valtojen otetta meissä, mutta toisaalta koettuna tunteena purkaa niiden voimaa.

Häpeä kuuluu ihmisen tunnevaruuteen, eikä se itsessään, sielunlaatuna, ole ympäristön synnyttämä. Se kuuluu olemukseemme ja on osa meidän geneettistä perimäämme. Sosiaalinen ympäristö tosin antaa häpeälle sisältöjä sekä muokkaa sen dynamiikkaa niin kuin muidenkin tunteiden esiintymistä. Yksilön kehittyessä häpeä tulee esiin ja jäsentyy osaksi muuta sielunelämää.

Vauva ei vielä häpeä mitään, mutta kaksivuotiaassa tämä tunne näkyy jo pilkahduksina. Lapsi ei aluksi tiedosta häpeän tuntemuksiaan, mutta ne heräävät vähän kerrassaan ja alkavat esiintyä tietoisemmin käytöksessä. Häpeä myös muokkaantuu ympäristön vaikutuksesta omalaatuiseksi riippuen kulttuurista sekä siitä, miten lähiympäristö käsittelee häpeää.

Häpeän vuoksi ihminen ylipäättään sosiaalistuu ja oppii noudattamaan ympäristön vaatimuksia. Jos häpeä ei jostain syystä herää ollenkaan tai tulee muutoin torjutuksi, siitä aiheutuu ”häpeämättömyyttä”. Se merkitsee kyvyttömyyttä ottaa huomioon ympäristön edellyttämiä muotoja. Häpeäkulttuuri vaihtelee yhteiskunnissa eli se, mitä pitää hävetä, vaihtelee yhteisöstä ja henkilöstä toiseen.

Häpeä on kiusallinen tunne. Mutta juuri siihen perustuu sen ohjaava voima, koska sitä pyritään välttämään. Häpeä sinänsä ei ole sairas tunne, niin kuin usein ajatellaan, vaan se on luonnollinen osa ihmisen sielunelämää. Se voi tosin saada ylikorostuneen osan yksilön kokemuksesta. Herkkyys häpeään saattaa olla synnynnäistä, mutta kasvuolot muokkaavat tämän tunteen rakentumista persoonallisuuden osaksi.

Kova kuri opettaa yleensä suoraviivaisesti, mikä on hävettävää ja mikä ei. Jos kuriin liittyy lisäksi epäjohtonmukaisia ja ennakoimattomia vaatimuksia, se luo hallitsemattomia häpeän tunteja. Yksilö ei tällöin tiedä, mikä on hävettävää ja mikä ei. Hän saattaa käpristyä häpeäänsä ja pelkoihinsa, tai torjuu ahdistuksen ”pelastautumalla” vihaan ja tuhoamiseen. Mukana on usein voimakkaita pettymyksen tunteita. Vaatimusten ankaruus ja oikukkuus ovat tärkeä syy epätasapainoiseen sielunelämään, mikä voi johtaa esimerkiksi väkivaltaan ja rikollisuuteen.

Kasvatuksessa täytyisi välttää häpäisyä ja häpeällisiä tilanteita, sillä kyseessä on hyvin haavoittava tunne. Lapasia ei tulisi painostaa sellaisilla seikoilla, jotka saattavat ”lyödä” heitä häpeällä. Elämän tilanteet ovat silti arvaamattomia ja häpeä saattaa herätä kiusallisesti. Esimerkiksi kilpailu luo lähes aina tilanteita, jotka saattavat synnyttää häpeänkaltaisia tai häpeänsekaisia kokemuksia. Kypsät

aikuiset ja viisastuneet vanhukset ehkä osaavat välttää kilpailua ja oman paremmuuden todistamista.

Tunteet esiintyvät psyydessä harvoin puhtaana. Esimerkiksi ihmisen kokemuksessa ei ole koskaan pelkkää häpeää, sillä mielessämme elää myös muita tunteita. Jos pidämme sitä tiettyinä hetkenä ensisijaisena tunteena, peruskokemukseen voi silti liittyä vihaa, pettymystä, kateutta, pelkoa, katkeruutta, syyllisyyttä ja vielä monia muita tunteita. Ilmaisuu häpeänkaltainen tai häpeänsekainen tarkoittaa, että pidämme häpeää jotenkin keskeisenä tunteena. Siihen liittyvät monet muut tunteet tai elämykset vaihtelevalla voimakkuudella ja tietoisuudella. Osa tunteista on jossain määrin tietoisia, mutta paljon jää tietoisuuden pinnan alle.

Kaikkea ei tarvitse lapselle opettaa, koska hän huomaa ja oppii itsekkin vähän kerrassaan mitä hänen ympäristönsään arvostetaan. He oppivat vertaamaan omia ja toisten suorituksia keskenään, ilman että niitä arvioidaan tai arvostellaan korostuneesti tai julkisesti. Lapselle ei tule aiheuttaa epäonnistumisen kokemuksia ja siitä seuraavaa häpeää, jos opettaminen voidaan hoitaa hienotunteisesti.

Parasta olisi, jos lapset oppisivat omaan tahtiinsa. Opiskelija etenee yleensä kyvykkyytensä ja voimiensa mukaan. Yksilöiden välille tulee aina kilpailua, joten sitä ei voi tyystin välttää, sillä kilpailu kuuluu ihmisluontoon. Arvostusten maailma tunkeutuu lasten ja nuorten maailmaan ja luo paremmuuden tai huonommuuden tunteita sekä kilpailuhenkisyttä. Hienotunteisuus on tietysti toivottavaa myös aikuisten maailmassa, koska häpeän iskut ovat usein kovia.

Häpeä ja valta kytkeytyvät moni-ilmeisesti toisiinsa. Yksilö tuntee häpeää ensisijaisesti silloin, kun hän arve-

lee, että ei ole onnistunut täyttämään joitakin vaatimuksia. Hän ei ehkä ole käyttäytynyt, asennoitunut tai puhunut niin kuin hän uskoo ympäristön edellyttävän. Hän ei ehkä ole suoriutunut jostain tehtävästä niin kuin olisi toivonut tai olettanut muiden toivovan. Koetut vaatimukset ovat osaksi todellisia, sillä huomattava osa niistä kuuluu yhteiskunnan järjestykseen. Tosin vaatimukset ovat usein myös kuviteltuja, ja yksilön – esimerkiksi omassa kunnanhimossaan – itse itselleen asettamia. Häpeäminen on joskus vain yliherkkää luuloa siitä, että jotain todella vaaditaan.

Valtamuodot tai vallankäyttäjät monesti todella myös häpäisevät ”väärästä” toiminnasta tai ajattelusta. Moite, iva, pilkka ja torjunta osoittavat, että ihmiset ovat suuttuneita ja edellyttävät jonkin muodon noudattamista. Poikkeaminen tavanomaisesta herättää usein närkästystä tai suoranaista vihaa. Media huolehtii nykyisin yhteisön muotojen rikkojiksi leimattujen julkisesta häpäisystä ja yleisön vihan kanavoinnista.

Häpeä on sosiaalinen aisti, joka ohjaa meitä ottamaan huomioon ympäristön ihanteet, arvostukset ja käsitykset. Se ei välttämättä vaivaa meitä tietoisesti, joten me emme huomaa sitä. Tiedostumatonkin häpeä pitää meitä silti hereillä sosiaalisten vaatimusten sekä myös valtaa ja järjestystä edustavien henkilöiden suhteen. Ennakoimme herkästi toisten käsityksiä ja arvostuksia, koska meillä on sisimmässämme paine tulla hyväksytyksi ja välttää häpeää.

Aikuinen on jo oppinut hoitamaan oikein kohtaamansa tilanteet; hän tuntee vaatimukset ja osaa toimia niiden mukaan. Nuorempi saattaa arastella ja tuntee herkästi häpeää, koska ei vielä tunne muotoja tai ei ole löytänyt omaa

asemaansa ja varmuuttansa niissä. Oudoissa tilanteissa olemme monesti yliherkkiä ympäristön vaatimuksille, koska emme osaa ennakoida niitä. Emme koe oloamme jäsentyneeksi ja turvalliseksi, sillä meiltä puuttuu kokemusta ja itseluottamusta ja pelkäämme ”mokaavamme”. Häpeä ilmenee ulkoisesti esimerkiksi paikalta pakenemisena, punastumisena tai kasvojen peittämisenä, mutta se saattaa herättää myös vihan.

Yksilö saattaa ajautua äärimmäiseen mielistelyyn pyriessään tyydyttämään oletettuja vaatimuksia; ajatellaan esimerkiksi nuorisojengiä. Häpeään joutumisen pelko ja hyväksytyksi tulemisen yllyke ajavat monet nuoret uhkarohkeisiin tekoihin. Oma heikkous ja kätkeyty häpeä puretaan usein toisten häpäisyyn. Tätä tunnetta ”kierrätetään” ja siltä suojaudutaan suuntaamalla se muihin. Häpeä on, muiden tunteiden tapaan, ristiriitainen sielunilmiö. Siinänsä se ei ole hyvä tai paha, vaikka se kokemuksena on kiusallinen ja joskus se tuntuu riistävän meiltä kaiken arvokkuuden.

Häpeä tukee vallitsevaa moraalialia eli on osaltaan luomassa yhteiskunnan eettistä selkärankaa. Usein toivotaan, että se joka on loukannut vallitsevia normeja, ymmärtäisi hävetä. Osaksi tämän vuoksi julkista häpäisyä käytettiin aiemmin yleisesti rankaisukeinona. Yksilön toivottiin oppivan häpeämään tai ainakin pelkäämään julkista häpäisyä. Nykyään häpeärangaistuksia pyritään välttämään niiden haavoittavuuden ja nöyryyttävyyden takia. Häpäisy nujertaa monesti itsetunnon tai se synnyttää hellittämättömän vihan.

Sosiaaliset muodot vaihtelevat sen suhteen, kuinka tiukasti niiden noudattamista vaaditaan. Jotkut yhteisöt vaativat tiukasti oikeaa ajattelua, puhetapaa ja käytöstä.

Tällaisia ovat usein uskonnolliset, aatteelliset, poliittiset ja monet muut ideologiset liikkeet. Jos toimii tai puhuu sopimattomasti tai epämuodikkaasti, tuntee sen tukahduttavana paineena. Yhteisöissä, joihin on pesiytynyt ankara vallan paatos, kansalaiset kytketään vahvoin häpeän sittein vallitseviin tapoihin ja käsityksiin. Tämä on hämmästyttävästi totta myös tieteen yhteisöissä.

Häpeäkontrolli, tai oikeammin ”häpeä-viha-valta”-kontrolli, on joissakin yhteiskunnissa todella armotonta. Liberaaleissa oloissa pyritään kuitenkin inhimillisten vapauksien maksimointiin ja tavallaan myös häpäisemättömyyteen. Valtamuotoja kuitenkin aina tarvitaan. Yhteiskuntaa säädellään esimerkiksi ihmisoikeuksien näkökulmasta tarkasti. Parhaimmillaan valtamuodot ja viranomaisten valtaoikeudet palvelevat yksilöiden etua. Tämä osoittaa vallan moni-ilmeisyyttä ja sitä, että vallan arvioinnin täytyy perustua arvoihin. On kysyttävä, mitä ihanteita valta palvelee. Oikeusvaltiossa perusoikeuksia puolustetaan yleensä tinkimättömällä ehdottomuudella.

Vapaamielisessä yhteiskunnassa on myös ahdasmielisiä yhteisöjä. Persoonamme saattaa olla yhteisön hallussa. Itse emme ole asiasta tietoisia, emmekä ymmärrä pyrkiä ryhmän otteesta eroon, koska on vaikea nähdä muuta vaihtoehtoa. Valta muodostuu yhteisöön joskus huomaamatta ilman, että kukaan on erityisesti tiedostanut hallitsevan ajatuksen tai yleisen mielipiteen syntyä. Valta leviää yhteisöön esimerkiksi jonkun persoonan kautta, joka on ajautunut tai ryhtynyt oikeassaolijaksi ja kontrolloivan paineen lähtöpisteeksi.

Valtaan osallisuus – olipa kyse toimintaotteista tai ajatuskannoista – ei suinkaan aina ole tietoista, vaan ihmiset ovat huomaamattaan samastuneet valtamuotoihin ja

omaksuneet ne identiteetikseen. Arvostelu poikkeavaa käytöstä tai mielipidettä kohtaan nousee syvälle syöpyneistä uskomusrakenteista. Järjestystä ja yksimielisyyttä voi pitää tiettyyn rajaan asti yhteisön luonnollisena ominaisuutena, mutta valta myös jähmettyy ja vakiintuu. Tällöin se estää muutoksen ja kahlitsee yksilöt.

Valta on olemukseltaan sosiaalinen ilmiö, vaikka sillä on juuret ihmisen psykodynaamikassa. Sekä yksilö että yhteisö saattavat ylittää jonkin rajan, jonka toisella puolen valta on jo patologista. Vallan yhteisöpatologian tiedostaminen on monesti hankalaa, koska ulkoisesti ilmenee vain hyvää sopeutumista. Silti valta saattaa olla jo lukkiutunut kontrolloivaksi. Tältä osin täysin "terveitä" yhteisöjä on harvassa. Siellä, missä valta tiivistyy, kasvaa myös häpeän kokemisen ja toisten häpäisyn paine. Vallan jäykistyminen tuo mukanaan vihan ja vihamieliset reaktiot.

Häpeä on kipeä tunne, jota yritämme välttää.³¹ Se estää meitä monesti tekemästä asioita, jotka saattaisivat olla meille hyödyllisiä. Herkkyys ei ole kielteistä, koska usein se vahvistaa myönteisiä luonteenpiirteitä, esimerkiksi vaatimattomuutta tai nöyryyttä. Häpeäherkkyys saattaa olla synnynnäistä, vaikka yleensä se aiheutuu vain kasvuoloista, sillä ympäristö pitkälti määrittää sen, mikä on hävettävää ja mikä ei.

Toisinajattelija tai uudistaja joutuu yleensä ympäristön halveksunnan ja vihamielisyyden kohteeksi. Tiedostava yksilö kohtaa kapinassaan myös oman häpeänsä, koska hän tietää, että ei noudata hallitsevia vaatimuksia. Toisinajattelija ajautuu usein myös itse häpeän ja vihan pyörteeseen yrittäessään saada käsityksensä esiin. Yhteisöjen kehitysprosessiin kuuluu oikeastaan se, että niissä syntyy ajatuskantojen välisiä törmäyksiä, valtataisteluita. Näissä

myllerryksissä löytyy parhaimmillaan uusia ideoita tai toimintamuotoja.

Hauskasti ja hämmentävästi aistimme – tai kuvittelemme – vaatimusvaltojen olemassaolon silloin, kun häpeämme toisen puolesta (ns. myötähäpeä). Näin koemme esimerkiksi siksi, että huomaamme jonkun arvioineen tilanteen tai kykynsä täysin väärin. Tällainen jaettu häpeä riippuu monesti siitä, kuinka läheinen toinen henkilö on minulle. Varsinkin perheen jäsenet ja maanmiehet kuuluvat tavallaan oman identiteettimme piiriin, joten tunnemme helposti häpeää heidän ”töppäilyistään”. Usein meillä on varma käsitys, miten kuuluu toimia oikein ja tyylikkäästi. Jopa työtoverin outo puhetyyli voi jossain tilanteessa hävettää.

Korkealle asetettu suoritustaso aiheuttaa häpeää, kun yksilö ei saavuta omaksumiaan tai itselleen asettamia tavoitteita. Häpeä liittyy monesti luuloon, että on olemassa jokin täydellinen tai oikea suoritus. Siksi epäonnistuminen tai huono menestys nolottaa. Ihmiset kasaavat itselleen onnistumispaineita, joita he eivät pettymykseen saavuta.

Edellä sanottu ei suinkaan tarkoita sitä, että häpeää aina koettaisiin tietoisesti. Arkisissa tilanteissa se esiintyy harvoin avoimena tunteena. Psyhyksen luonnollisena energiana se on jatkuvasti taustalla ohjaamassa tekojamme ja sävyttämässä elämyksiämme. Häpeänsekaisia tunteita ajellehti kokemuksessa lähes jatkuvasti. Vaikka yksilö kokisi avointa häpeää, hän ei välttämättä tiedostaisi sitä, mistä se on tullut.

Oudoissa tilanteissa on aina ennalta arvaamattomuutta. Hallitsemattomuus aiheuttaa mielessämme tunneliikahduksia. Tavallisesti lähestymme varovasti tuntemattomia,

varsinkin arvovaltaisia henkilöitä, jos emme tunne heidän tapojaan, käsityksiään, uskomuksiaan ja vaatimuksiaan. Pelkäämme torjuntaa ja hyljeksintää. Vaatimukset koskettavat laajoja ihmisjoukkoja, ja häpeä tehostaa vallitsevien vaatimusten otetta yhteisössä. Näin häpeäkin on ilmiö, jonka yksilöt jakavat.

Häpeän musertavuus saa meidät ajattelemaan, että sillä on jokin absoluuttinen universumi, jota ei voi mitenkään paeta. Häpeä murskaa meidät joskus kuin pommi, ja silti on kyse vain kansalaisten toisiinsa kohdistamista vaatimuksista – vai onko? Onko häpeällä jokin ontologinen, maailmankatsomuksellisesti merkittävä, asema universumissa?

Yksilö kehittyy kun hän ymmärtää hävetä omaan luonteeseensa liittyviä piirteitä, joita hän ei aikaisemmin tiedostanut. Hän ymmärtää hävetä vaikkapa vallanhimoaan tai ylpeyttään, kun hän kohtaa tällaisen yllyke-elämyksen sielunsa syvyyksissä. Aiemmin hän ei tunnistanut tätä impulssia eikä myöskään kyennyt tunnustamaan sitä. Yleensä pelkäämme, että todellinen luontomme paljastuu, ja sen vuoksi joudumme vaikeaan tilanteeseen. Valheet saattavat paljastua ja tämä nostaa pintaan raskaita tunteita, jotka vaativat moraalialia ja itsetuntemusta.

Erikoista häpeässä on se, että siihen ei liity välttämättä lainkaan moraalista näkökulmaa. Se mitä häpeää, riippuu siitä, minkälaisen vaatimusten piirissä elää. Rikollinen ja sotilas saattaa hävetä toverien edessä, että hän ei ollut riittävän julma. On miesten alakulttuureja, joissa edellytetään karkeaa puhetta ja kovia asenteita; pehmot ja gentlemanit joutuvat niissä häpeään, pilkatuiksi ja torjutuiksi. Toisaalta myös kypsymätön tai moraaliton käytös hävettää, jos tuntee itsessään moraalisten vaatimusten läsnäolon.

Kypsyessään yksilö ymmärtää hävetä omia narsistisia halujaan. Tämä edellyttää itse asiassa niiden omakohtaista moraalista arviointia. Yllyke-elämyksiä on aina mielenliikkeiden taustalla. Kristillisen käsityksen mukaan kaikkinäkevä Jumala tietää kaiken ja havaitsee meidän todellisen luontomme.

Häpeä näyttää ensisijaisesti ylläpitävän valtaa, koska yksilöt noudattavat valtoja välttääkseen tätä kipeää tunnetta. Se toimii näin motiivina eli aiheena. Häpeä tavaltaan tunnustelee ympäristön vaatimuksia. Se tekee meidät riippuvaisiksi ympäristöstä ja samalla pitää meitä hereillä ympäristön suhteen. Joillekin häpeä on elinikäinen taakka, joka saattaa juontua lapsuuden perheen asetelmista tai puhumattomista salaisuuksista. Yleisesti häpeän puuttuminen tai sen ylenmääräisyys ovat molemmat epätasapainotiloja.

Häpeän myönteisiin ominaisuuksiin kuuluu sen aiheuttama paine muuttaa asioita. Vanhat tarinat, tavat ja toimet alkavat monesti hävettämään, jolloin uudistumista kaivataan. Tämä tunne on yhteiskunnan kehittymisen kannalta paljon merkittävämpi yllyke kuin on yleensä ymmärretty. Ajatellaan vaikkapa muotia, jota pidetään yleensä pinnallisena ilmiönä.³² Muodit, niin kuin arvostukset yleensäkin, ottavat yksilöt valtaansa, mutta ne ilmentävät myös luovuutta. Oikukkaat muotiarvostukset nousevat valtaan, mutta myös vanhentuvat nopeasti. Kehitystä arvostavassa yhteiskunnassa on hävettävää jäädä polkemaan paikallaan.

Usein ryhdymme hakemaan uusia ajatuksia ja käytänteitä, koska vanhat väljähtyvät mielessämme ja tuntuvat hävettäviltä, aivan kuin vanha vitsi. Häpeänsekaiset tunteet saattavat vaivata esimerkiksi opettajaa, joka joutuu esittämään toistuvasti samoja asioita. Tunnumme tarvetta

uudistaa sanomaamme. Häpeä saattaa kannustaa luovuuteen niin kuin monet muutkin tunteet. Kyky kohdata tunteensa ja elää niissä on luovuuden edellytys.

Häpeää voi siis pitää myös myönteisenä vireenä. Tiedostumattomanakin se saa meidät valppaiksi ympäristön suhteen. Itse asiassa ihmisessä esiintyy rytmistä heilahtelua vallan ja häpeän välillä. On hyvä ajoittain tuntea hallitsevansa, osaavansa ja tietävänsä. Mutta jotta ei syntyisi väärää vakioitumista, on hyvä, että häpeä murtaa liian selvyyden. Vanha elämänmuoto ja vanhat näkemykset alkavat monesti hävettää ajan mittaan. Häpeä on todella paradoksinen tunne.

Häpeä on ajattelun keskeisimpiä aiheita eli motiiveja. Tämä ilmenee muun muassa arkisissa tilanteissa, joissa olemme tehneet jotenkin "väärin". Tällöin selittelemme tapahtunutta itsellemme ja muille. Valehtelu ei ole tällöin kaukana. Suuri osa ajattelusta on selittelyä, vaikkapa puolustelua tai torjumista. Yksilö on taitava valehtelemaan myös itselleen. Rehellisyys on oman arvon romahtamisen pelossa usein vaikeaa. Jäsentymättömyys herättää monesti häpeänsekaisia tunteita, koska emme tiedä, miten toimia hyväksyttävästi.

Perussääntö on, että aina kun koemme häpeää, todennäköisesti on olemassa jokin valta, joka edellyttää noudattamista. Se saattaa olla jokin selvästi osoitettava muotovalta, mutta se voi olla myös jokin mieleemme iskostunut vaatimus, jonka alkuperää ei ole helppo tiedostaa. Torjuttu häpeä estää meitä myöntämästä jonkin sellaisen käsityksen otetta, joka on osa identiteettiämme. Mieleemme rakenteessa elää usein syvälle pinttyneitä uskomuksia (skeemoja). Niiden murtuessa joudumme tunnemyllerrykseen ja monesti pitkäaikaiseen kriisiin, jonka yhtenä osana esiintyy häpeää.

Häpeä on kiusallinen tunne, mutta se johtaa meidät parhaimmillaan selvittämään asioita. Mitä ankarampaa häpeää kestämmme, sitä suurempaan vapauteen voimme päästä, edellyttäen että jaksamme kohdata tämän tunteen rehellisesti. Moni on altis noudattamaan mieltä hallitsevia ideologioita ja muodikasta kieltä. Emme uskalla uhmata arvostettuja ajatuskantoja.

Keskeiset elämänmuodot ja arvot omaksumme jo lapsena. Ympäristön vallat muodostavat meihin eräänlaisen ”yliminän”, joka kontrolloi ja rankaisee meitä sisimmäsämme. Yksi sisäisen rankaisun ilmentymä on juuri häpeän kokemus, nimenomaan siis ennakoiva häpeä. Se varoittaa jo etukäteen jostain halusta tai aikeesta, jolla saattaa olla kipeitä sosiaalisia seurauksia.

Yliminän taustaenergiana on oman arvokkuuden säilyttäminen. Ihmisen arvo tuntuu riippuvan ympäristön reaktioista ja arvostuksista. Hyväksytyksi tuleminen yllyke on syvimpiä motiivejamme. Tunteakseen itsensä sosiaalisesti arvostetuksi ja hyväksytyksi yksilö saattaa olla valmis mihin tahansa ympäristön paineiden takia. Sieluun rakentuu myös ihanteellinen omakuva, jonka vaatimuksia pyrimme noudattamaan lähes koko elämämme ajan.

Kehitys on ”painimista” ympäristön valtojen kanssa sekä pyrkimystä jäsentää niiden vaatimukset omaksi itsenäiseksi elämänsuunnitelmaksi. Ympäristön ja siinä vallitsevien valtamuotojen opetukset ovat luonnollinen ja välttämätön kasvualusta; ihminen tarvitsee virikkeitä kehittyäkseen. Iän myötä yksilö tavoittelee myös itsenäisyyttä. Persoonan sisäiset kamppailut etenevät pitkälti huomaamatta, tietoisuuden pinnan alla.

Viha

Häpeän ja vallan dynaamiseen asetelmaan kuuluu kolmas tekijä, viha. Siihen on viitattu edellä jo monta kertaa. Esimerkiksi vaikeissa tilanteissa, joissa elämää järjestellään uusiksi, vaikkapa avioerossa ja työyhteisön uudelleenorganisoinnissa, nämä kolme voimaa vaikuttavat yhdessä. Vihaamme, häpeämme ja yritämme saada asiat pysymään hallinnassamme – toki muutkin tunteet ovat kuvassa mukana.

Ajattelussa on aina eräänlainen aggressiivinen peruspiirre. Se panee asioita järjestykseen, kun sen sijaan epäjärjestys herättää monesti vihansekaisia tuntemuksia. Vihan herääminen on merkki vallan olemassaolosta. Jonkin järjestyksen sisäistäneet yksilöt ovat vihaisia, jos vakiintunutta eli vallitsevaa tilannetta uhataan. Tiukat toimintaorganisaatiot ja ahtaat käsitys yhteisöt ovat usein kuin räjähtävän vihan paketteja.

Häväistyksi joutunut muuntaa häpeänsä yleensä vihaksi. Pelko voi tosin estää vihan kohoamisen tietoiseksi. Viha on oikeastaan häpeää helpompi tunne, jos siihen uskaltaa tarttua. Joskus joutuu kokemaan jatkuvia pettymyksiä ja systemaattista häpeää. Tällöin yksilö usein ”pelastautuu” vihaan, joka ei laukea helposti pois päältä. Se on ehkä ainoa keino tilanteesta johtuvia hallitsemattomia tunteita vastaan. Hellittämätön viha johtaa yleensä toistuviin koston ajatuksiin. Vanha vitsi toteaaakin, että ”tasainen luonne, aina vihainen”.

Yksilö elää aina osaksi tiettyjen tunteiden varassa. Viha on ehkä näistä yksinkertaisin tunne. Tunteiden yksipuolisuus kuvastaa sitä, että tunteiden kehitys saattaa jäädä kesken ikään kuin jollekin lapsuuden ikävaiheelle. Eräät

rikollisjengit ja terroristiryhmät ilmentävät havainnollisesti sitä, että tunteiden kehitys voi yksipuolistua. Vihaan turvautuminen on helpompaa kuin turvautuminen pelkoon. Pelko on ”vielä pelottavampaa” kuin viha.

Viha ei silti ole pelkästään kielteinen sielunvoima. Se on käytännössä ainoa keino päästä eroon jonkin vallan piiristä. Ihmiset joutuvat usein taistelemaan itsensä irti erilaisista seurueista tai muista vakiintuneista suhteista; se ei onnistu ilman vihaa. Ajatellaan esimerkiksi, kuinka vaikeaa on päästä eroon uskonnollisesta yhteisöstä. Avioerot herättävät myös monenlaisia tunteita, ei vähiten vihaa. Elämän uudelleen järjestelytilanteisiin, vallan uusjakoon tai muotojen muutokseen liittyy aina vihaa. Vastakkainasetteluissa esiintyy monesti myös uhkaavia hetkiä, kun raivokas viha lyö yli äyräiden.

Viha nousee esiin yksilön itsenäistyessä, hänen puolustaessaan tai rakentaessaan omaa valtaansa ja ottaessaan asiat omiin käsiinsä. Jonkinlainen uhoaminen näyttää kuuluvan nuoren kehitykseen. Vanhempien on usein vaikea kohdata sitä. Esimerkiksi itsenäistyvä nuori ottaa heräävän ja voimistuvan vihansa avulla etäisyyttä vanhempiinsa. Vanhempien valta on sinänsä luonnollista, koska he pitävät vastuullisesti huolta jälkeläisistään. Silti kehittyvä nuori nousee vanhempien asettamaa järjestystä vastaan, koska hän etsii määräys- ja päätösvaltaa omissa asioissaan.

Viha on osa sielun luonnollista energiataloutta. Se kuuluu ihmissuhteiden ja yhteisöjen kehitykseen. Suuri osa vihasta pysyy salakavalasti tietoisuuden pinnan alla. Yhteisössä se tuntuu uhkaavana paineena ja puhumattomuutena, mököttämisenä. Oman vihan kohtaaminen ja tunnistaminen vapauttaa, vaikka se tapahtuu yleensä vas-

ta kriisin kautta. Tiedostettuna viha muuntuu yleensä rakentavaksi käyttöenergiaksi. Viha merkitsee myös selkeää otetta ja tarmokkuutta. Uusia ajatuksia tai elämänmuotoja ei saada toimimaan käytännössä ilman vihaa ja törmäämistä vanhan järjestyksen kanssa.

Maailmassa on paljon arvokkaita asioita, joita luonnollisesti ja oikeutetusti puolustamme vihaisina. Vihastumme, jos omaa ja läheisten henkeä tai hyvinvointia uhataan. Puutemme ärtyneinä tarpeettomaan omaisuuden tuhoamiseen, ja suutemme, jos joku loukkaa yhteiskunnan tärkeitä arvoja.

Vihan ja arvokkaaksi koetun välillä on läheinen yhteys. Pelkistetysti voi sanoa, että viha herää aina, kun yksilö havaitsee uhkaa sellaista asiaa kohtaan, jonka hän kokee tärkeäksi. Ongelma on vain siinä, että se mitä koetaan arvokkaaksi, ei aina ole aidosti arvokasta. Saatamme puolustaa vihaisena myös epäoikeutettua etuamme tai uhanalaista asemaamme. Tajunnassamme on arkoja kohtia, joiden pelkäämme paljastuvan ja musertavan arvomme toisten silmissä. Vihastumme, jos joku tai jokin uhkaa nostaa ne esiin. Yleensä torjumme hävettävät ja arvottomat asiat myös omalta tietoisuudeltamme; emme tunnusta heikkouksiamme edes itsellemme. Viha luo siis rajaa myös omassa sisimmässäni. Yleisesti vihaa voi kutsua rajatunteeksi.

On tietysti olemassa peittelemätöntä vihaa, jota yksilö ei osaa lainkaan hillitä. Vihamielisyys saattaa olla puhtaasti synnynnäinen heikkous, mutta voi juontaa juurensa myös joistain syvistä pettymyksistä lapsuudessa. Viha sinänsä tulee lapsessa esiin jo hyvin varhain. Jos siihen suhtaudutaan yksinomaan kielteisesti eikä lapsen sallita ilmaista kohtuullisesti tunteitaan, lapsi saattaa tukahdut-

taa vihan kokonaan. Tämä ei välttämättä merkitse sitä, että viha olisi kadonnut, se ei vain löydä asianmukaista ilmaisuväylää.

Yksilön kehityksessä käy silti usein niin, että vihan tunteet estyvät. Pelkäämme vihan ilmaisun seurauksia, erityisesti muiden reaktioita ja arvostelua. Silti torjuttu-kin viha hakee jonkin purkautumisväylän tai kiertotien, joka kätkee alkuperäisen tunteen. Viha voi ilmetä vaikka äärimmäisenä mielistelynä tai juonitteluna. Avoimemmin se ilmenee toisten arvosteluna ja tuomitsemisena, joihin ihminen harhaisesti tuntee olevan perusteita.

Vihan jäsentyminen tasapainoisesti muuhun sielun-elämään merkitsee riippumattomuutta. Viha auttaa muodostamaan yksilön ympärille rajat, reviirin eli ikään kuin suojavyöhykkeen. Itseen puolustava henkilö ei luisu niin helposti muiden vaikutusvallan piiriin. Kyvyttömyys käynnistää vihansa merkitsee rajojen hämärtymistä. Toiset kävelevät hänen ylitseen, eikä hän uskalla heitä vastustaa; minän rajat ovat tällöin heikot. Olemme neuroottisen riippuvaisia muista ja heidän mielipiteistään.

Vihalla on paikkansa ihmissielussa. Estynyt viha, kun sitä on kuitenkin pakkautunut sielun kätköihin, purkautuu joskus kohtalokkaasti. Usein vihan estymisen taustalla on pelko ilmaista vihaa. Se ei silti ole pelkästään haitallista. Vihan tunteen säätely, ainakin sen yllyttämien tuhoisien tekojen hillitseminen, on luonnollista. Läheisten tulee estää lasta vahingoittamasta muita tai itseään; vihalle täytyy asettaa rajat. Lapset eivät myöskään saa hallita aikuisia; vallan täytyy olla viime kädessä kasvat-
tajilla.

Mekaanista asioiden yhdistämistä täytyy välttää, eikä yleistäviä väitteitä pidä ottaa kirjaimellisesti. Tässä kuva-

taan tunteita ja niiden suhteita virikkeeksi lukijalle. Tämä ajattelun piiriin kuuluva kolminaisuus (valta, häpeä ja viha) saa loputtomasti erilaisia ilmenemismuotoja. Henkilökohtainen tunnistaminen on tärkeää, koska kaikkea ei pysty sanallisesti ilmaisemaan. Todellisuus on niin vivah-teikas ja mutkikas, että kielellisesti on mahdoton tavoittaa jokaista yksityiskohtaa.

Lopuksi tehdään vielä huomautuksia näiden energia-laatujen rakenteesta. Valtaa, eli jäsentämistä ja järjestämistä, voi pitää ajattelun perusolemuksena. Kyseessä on oikeastaan sisäistävä funktio, koska käsitykset omaksutaan käytännössä lähes yksinomaan ulkoapäin. Valta on siis ajattelunomainen ilmiö, vaikka vallankäyttö on projektiivista tahtoa. ”Valtaprojektio”, ympäristön hallitseminen, edellyttää kuitenkin sisäistettyjä vaatimuksia ja käsityksiä, jotka yksilö on omaksunut tai luonut itse. Ääritapauksessa on kyse oikukkaasta mielivallasta ja perustelemattomasta väkivallasta.³³

Kaikissa tunteissa esiintyy vaihtelevia voimakkuuksia ja lisäksi tunnelaadut sekoittuvat toisiinsa. Esimerkiksi sanalla suuttumus tarkoitetaan usein hallittua tai oikeutettua vihaa. Raivo, pahastuminen ja närkästys kuvaavat vihan eri asteita. Katkeruus ilmentää pettymystä ja vihamielisyyttä. Kyräily tarkoittaa monesti salavihaista valppautta. Häpeään viitataan sanalla nolo, ja joskus myös sanoilla arka tai ujo. Varsinkin viimeksi mainittuihin on saattanut sekoittua myös pelkoa. Tunteet ovat myös yhteydessä yksilön synnynnäiseen psyykkiseen rakenteeseen, esimerkiksi niin sanottuun temperamenttiin.

Tasapainoisessa sielunelämässä edellä kuvatut ajattelun kolme osaa ovat elävässä vuorovaikutuksessa – monien muiden sielunlaatujen ohella ja rinnalla. Yksinker-

taistaen sanottuna kolmas voima tasoittaa ja neutraloi kahden muun muodostaman jännityksen. Sielunelämä on epätasapainossa silloin, kun jokin kolmion kärjistä jää yksinomaan ja pitkäaikaisesti päälle; se vääristää ja yksipuolistaa kokemusta. Tasapainon järkkymisestä on kyse myös silloin, kun jokin tunnelaatu on torjuttu niin, että sitä ei pystytä kohtaamaan ja käsittelemään. Yleisesti on kuitenkin niin, että jokainen on aina jossain määrin epätasapainotilassa. Tunteet ovat usein vain syvempien ylläkkeiden heijastumia.

Tunteen psykodynamiikka

Liittyminen on elämän keskeinen ulottuvuus. Tämän eksistentiaalio-alueella näytellään tärkein osa inhimillisen elämän dramatiikasta. Liittymisestä huolehtivat tunteet; elämä on tuntumista. Kaikki sielunlaadut kietoutuvat toisiinsa ihmisen kokemuksessa. Tärkeintä on lopulta tunnistaminen, ei esitetty malli tai esitysjärjestys. Mikä tahansa yksinkertaistettu kuvio on harhaanjohtava, vaikka se toisaalta auttaa jäsentämään ilmiöitä.

Luonnontiede ja tekniikka ovat opettaneet meitä tarkastelemaan todellisuutta objektiivisesti, ikään kuin koneena ja järjestelmänä. Psykyke lisää kuitenkin ulkoisesti havaitsemaansa ylimääräisiä piirteitä, joita ovat esimerkiksi ylläkkeet, halut, elämykset ja tunteet. Kokemuksemme maailmasta ei ole vain asiallinen ja rationaalinen. Se on pikemmin irrationaalinen eli ei-järkiperäinen. Elämme ihmisen kokemuksissa; emme voi paeta tätä tosiasiaa.

Ihmisen kannalta tämä tunneperäinen ”lisämaailma” on itse asiassa kaikista tärkein, koska se nostaa asiat inhimilliselle tasolle eli antaa niille inhimillisen merkityksen. Luonnollisesti myös ajattelu lisää oman tärkeän osansa kokemukseen; tulkitsemme aina jollain tavoin aineellista, sosiaalista ja henkistä ympäristöämme. Tässä on kuitenkin tiettyä paradoksisuutta. Tunteet vaikuttavat monesti suoraan ajattelun sisältöihin, mutta tunteet lähtevät liikkeelle vasta todellisuuden tulkinnasta.

Tavallisesti tunteeksi sanomme vain huomattua sisäistä elämystä. Keskeinen osa tunneprosesseista tapahtuu silti tietoisuuden pinnan alla tuntumattomasti ja tiedostumattomasti. Tosin myös ajatukset ja mielikuvat elävät samalla tavalla piilosieluisesti; käsitteitä, käsityksiä ja mielikuvia on mielemme kätköissä valtavia määriä. Kätköönkin jäävä tunnistamaton ”sieluaines” vaikuttaa tapaamme kokea ja liittyä.

Pyöde

Liittyminen on parhaimmillaan tyydyttävää. Kokemukseemme kuuluu monia myönteisiä tuntemuksia kuten iloa, tyytyväisyyttä, hyvää mieltä, nautintoa, onnea, luotamusta, kiintymystä ja rakkautta. Kaipaamme fyysistä, sosiaalista ja henkistä tyydytystä taustamme ja kehityksemme mukaan; hyvien tuntemusten skaala on laaja.

On luonnollista tavoitella tyydyttävää elämää ja hyvinvointia. Ihmisen pyrkimyksissä on kuitenkin myös itsekkäitä juonteita, ja keinot saattavat olla moraalisesti kyseenalaisia. Pyyteellisen ja pyyteettömän tyydytyk-

sen erottaminen toisistaan on tosin vaikeaa; ne esiintyvät yleensä samassa yhteydessä. Pyyteellisyys viittaa selvästi itsekkääseen tyydytyksen tavoitteluun. Niinpä seuraavassa kutsutaan tunteen alueen narsistista yllykettä kokoaivasti pyyteeksi.

Yksi pyyteen ulottuvuuksista on ”omien tunteidensa pyhittäminen”. En voi välttää elämistä omista tunteistani, joten luonnollisesti arvioin asioita niistä käsin. Saatan pitää kuitenkin omia tuntemuksiani tai elämyksiäni ylivermaisena arviointiperusteena. Ajattelen, että minun tunteeni ovat ainoa todellinen kriteeri asioiden arvolle. Tätä voi pitää yhtenä itsekkeisyyden tai itsekkyyden muotona. Tunteisiin kätkeytyy sokaisevaa voimaa, joka on lähtöisin pyyteen yllykkeestä.

Vastaavasti yksilö ”pyhittää” myös halunsa, olipa se lähtöisin mistä yllykkeestä tahansa.³⁴ Minusta tuntuu, että haluni on oikeutettu, enkä voi millään luopua siitä. Ymmärrettävästi lapsi ei pääse helposti irti halustaan; lapsen mieli tarttuu kiihkeästi johonkin kohteeseen. Pettymys halun tyydyttämisessä laukaisee yleensä vihan. Lapsi on usein täynnä sekä vimmaista halua että pettymyksen synnyttämää raivoa. Samanlaista halun ehdottomuutta näkee myös nuorissa ihmisissä.

Aikuinen pyrkii yleensä hillitsemään halujaan ja tunteitaan sekä niiden synnyttämiä tekojen aikeita.³⁵ Kaikkia aikomuksiamme emme toteuta, koska arvioimme niiden mahdollisia seurauksia. Toisinaan halut ja tunteet kuitenkin lyövät yli, ja lopputulos on joskus kauhistuttava. Yksilö saattaa olla täysin intohimojensa viemä ja kuuro ”järjen äänelle”. On syytä silti huomata, että myös näennäisesti asiallisten ajatusten taustalla on tunneperäisiä ”saattajia” ja ”vahvistajia”. Ajattelu ja mielikuvitus ovat pitkälti tun-

teiden ja yllykkeiden ohjauksessa.

Mitään syvempää tavoitetta ihmiselämälle ei välttämättä tarvita kuin elämän tyydyttävyyys, kun ymmärretään tyydytyksen monitasoisuus. Mutta kuinka voimme erottaa "puhtaan" tyydytyksen pyyteellisestä? Yksilö kohdistaa monesti kovaa painetta muihin ihmisiin pyrkiessään tyydyttävään elämään.

Pyyteen lietsova vire tulee esiin myös pyrkimyksenä hohdokkaisiin elämyksiin. Ihmiset hakevat "glooriaa" eri suunnista, ikä- ja viiteryhmänsä mukaan. Yhteiskuntaan sopeutuneet aikuiset etsivät sosiaalista kunniaa käyttäytymällä "kunniallisesti" eli sopivaisuussääntöjen mukaan. Moni etsii glooriaa julkisuudesta ja kuuluisuudesta, menestyksestä ja yhteiskunnallisesta asemasta. Ihmiset ottavat mielellään vastaan kunniamerkkejä ja muita kunnianosoituksia. Yhteiskunnassa on arvokkaita tilaisuuksia, joissa on kunniaakasta esiintyä.

Nuoret puolestaan saattavat liittyä aikuisia huolestuttaviin ryhmiin halutessaan viettää "suurta elämää". Rock-konsertit ovat usein yhteisen hysterisen ja kuumen tunnelman nostatustilaisuuksia. Samaa esiintyy urheilutapahtumissa, olipa kyse kyläkunnan tai kansakunnan menestyksestä. Voittoa "tuuletetaan" ja hehkutetaan joskus kauankin. Omat saavutukset ja oma menneisyys halutaan nähdä kunniaakkaana. Kansallistunto leimahtaa monissa yhteyksissä esiin, mikä osoittaa, että kansallisuus on kansainvälistyvässä maailmassa yhä edelleen tärkeää identiteettiainesta.

Hohtoa voi ammentaa hyvin erilaisista lähteistä. On selvästi itsekkäitä ja karkean huumaavia "mielennostatuksia" ja toisaalta hienostuneita ja henkeviä tilaisuuksia. Kaikki ne kohottavat jollain tavoin mielialaa ja kuumenta-

vat tunteita. Uskonnolliset ja taiteelliset kokemukset luovat parhaimmillaan kaunista hohtoa, oivalluksen ja autuuden tuntemuksia. Kaikkeen tosin liittyy helposti myös vääristäviä ylläkkeitä; kokemus on harvoin täysin puhdas. Kyseenalaista huumaa ja hurmaa luo nimenomaan yksilön tai ryhmäkunnan omaa erinomaisuutta korostava tunnelma.

Mahdollisesti keskeisin tunteenomainen ylläke ihmisielussa on hyväksytyksi tuleminen. Haluamme sellaisia elämän yhteyksiä, joissa olemme tervetulleita ja arvostettuja. Pelkäämme usein, että meidät torjutaan tai että meille osoitetaan halveksuntaa. Hylkääminen ja epäarvostus tuntuvat tuskallisilta.

Hyväksytyksi tulemisen ylläke on erikoinen paine ihmisielussa.³⁶ Usein näyttää siltä, että olemme valmiita mihin tahansa saavuttaaksemme hyväksyntää. Niin sanotut sosiaaliset paineet ovat osaksi ymmärrettäviä tästä näkökulmasta. Sisimmässäni haluan, että ympäristö pitää minua hyvänä ja myös osoittaa sen. Lisäksi saatan toivoa ja jopa vaatia, että ympäristö nimenomaan myös julistaa minut hyväksi, ehkäpä nimeää minut lopulta erityisen erinomaiseksi. Eikä tämäkään ylläke tyydyty koskaan täysin. Yksilö haluaa olla aina menestyneempi ja ”suurempi”.

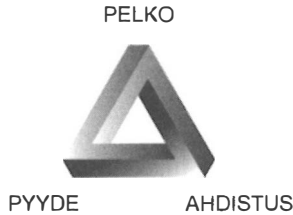
Hyväksytyksi tuleminen rakentaa yhteisöihin kiinteyttä. Se ohjaa jäseniään toimimaan sen mukaan, mitä yhteiskunta tai lähiyhteisö jäseniltään vaatii. Ihminen voi kuitenkin ajautua sellaisen ryhmän piiriin, jonka moraalit ei ole korkeatasoisia. Erityisesti nuorten on vaikea vastustaa sosiaalisia paineita, ja he saattavat omaksua huonoja tapoja.

Jos yksilö ylittää vallitsevat tavat ja osoittaa korkeam-

paa moraalialla käyttäytymisessään kuin, mikä on yleinen käytäntö, hän joutuu ristiriitoihin toisten kansalaisten kanssa. Mutta yksittäisen ihmisen saattaa olla monesti vaikea yltää edes vallitsevan moraalien tasolle; se vaatii häneltä erityistä kurinalaisuutta ja tarkkavaisuutta. Yhteisö suhtautuu kielteisesti ihmisiin, jotka ovat liian moraaliallia, mutta erityisen kielteisesti niihin, joilla sitä on liian vähän. Tällä tavalla moraalialla on moniulotteinen yhteiskunnallinen ilmiö, ja nostaa ristiriitoja yksilöiden välille.

Hyväksytyksi tulemisen yllykettä voi nimittää myös tarpeeksi, koska on ilmeistä, että lapsen täytyy tuntee riittävästi hyväksyntää lähiympäristössään kehittyäkseen suotuisasti. Torjutuksi tuleminen on isku ihmiselle missä iässä tahansa, mutta erityisen vakavaa se on lapsuudessa, kun yksilö on ympäristön armoilla eikä hänen itseluottamuksensa ole vielä kehittynyt. Kaikkea, mitä lapsi tekee, ei voi hyväksyä, mutta silti kasvavan täytyy tuntee, että hän on lopulta aina rakastettu. Luonnollisesti myös aikuinen kaipaa hyväksymistä esimerkiksi työyhteisössään. Se rakentaa identiteettiä, tekee olon paremmaksi ja tehostaa työsuorituksia.

Pyyteen ydintä voi kutsua itsensä korottamiseksi. Yksilö haluaa tuntee itsensä tärkeäksi, merkittäväksi ja hyväksi. Lopulta hän haluaa olla mahtavin ja suurin eli arvokkain kaikista. Tätä ei kuitenkaan ole helppo tunnistaa sielun pohjalta. Narsistinen ydin sokaisee mieleemme, sillä se kuuluu sen olemukseen. Yllyke-elämyksen eri sävyjä nimitetään myös tutuilla sanoilla ylimielisyys, omahyväisyys tai ylpeys. Nämä käsitteet kuvaavat erittäin osuvasti ihmisielun syvimpiä impulsseja. Jokainen tuntee niitä vastaavia liiakahduksia sielussaan, jos jaksaa olla riittävän rehellinen.



Kuvio 9. Tunteen psykodynaaminen rakenne.

Sielunelämän ytimessä oleva narsismi sulkee meitä ympäristöltä. Se tekee meistä tunnottomia ja ääritapauksessa emme saa yhteyttä toisten ihmisten kärsimyksiin. Kääriydymme tavallaan omiin pyrkimyksiimme eli "itsevoiteluun". Syvä narsistinen vamma johtaa työkyvyttömyyteen. Narsismi on tärkeä motiivi, joka ajaa meitä yhä parempiin suorituksiin, mutta toisaalta se tukahduttaa myötätuntoa ja eläytymiskykyä. Se myös vääristää omien kykyjen ja saavutusten arviointia.

Yksilö haluaa olla – ja usein kuvitteleekin olevansa – suuri tutkija, filosofi, kirjailija tai uskovainen. Uskonnollisesti sävyttynyt käsite itsensäpyhittäminen tai "itsepyhitys" kuvaa sattuvasti itsensä korottamista. Pahimmillaan näyttää siltä, kuin hän olisi menettänyt arvioivan minuutensa kokonaan ja joutunut jonkin ulkopuolisen intohimon käyttöön. Suuruudenhulluus tulee havainnollisesti ja paljaasti esiin monissa kansanjohtajissa, mutta se piileskelee ilmeisesti jokaisessa meissä ja kuuluu näin ihmissielun syvärakenteeseen. Itsensä tärkeäksi tunteva "tulipäisyys" on usein nähtävissä nuorissa ikään kuin tarjottimella.

Psykyen alemmissa kerroksissa on tiedottomia tunne-
muodostelmia eli komplekseja. Ne ovat ikään kuin sotkuisia kerä, "sommeloita", jotka koostuvat ihmistajunnan eli

sielun koordinaatiston eri aineksista. Tällaiset koostumat rakentuvat esimerkiksi tiedostumattomista uskomuksista, tunteista, vaatimuksista, tottumuksista ja ennen kaikkea yllykkeistä. Kompleksit hallitsevat elämää usein pitkiä aikoja, koska niissä on erikoista pysyvyyttä. Niiden ytimenä on yllyke-energiaa, ja juuri se jähmettää psyykkisen rakenteen liikkumattomaksi ja vaikeuttaa sen kohtaamista ja tiedostamista.

Luontoomme kuuluu suorastaan käsittämätön oveluus, joka ylittää yksilön tietoisien älykkyyden. Kätkeyt yllätykset pystyvät kietomaan ihmissuhteet sellaisiksi solmuiksi, että niiden selvittäminen voi tuntua mahdottomalta. Jos nämä muodosteet "tuntevat" olonsa uhatuksi, ne kehittävät nopeita ja viekkaita manööverejä ja vastaiskuja; niihin saattaa kuka tahansa sotkeutua. Minuutemme on tavallaan alemman luontomme pelinappula. Ihmiset saattavat olla hirviöitä toisilleen, vaikka muuta itsestään kuvittelevat.

Ahdistus

Elämä ei pysy paikallaan. Kaikki yhteydet ja liittymät purkautuvat lopulta. Elämä on myös taakse jättämistä ja luopumista. Luopumiseen liittyy kipeä tunne, jota voi kutsua tutusti ahdistukseksi. Tosin nykyään ahdistaa-sanalla viitataan melkein mihin tahansa tukalaan kokemukseen, esimerkiksi häpeän- ja pelonsekaisiin tiloihin. Siksi tässä käytetään välillä täsmällisempää ilmaisua tuskainen ahdistus tai lyhyesti tuska.

Ilmeisesti kiinnittymisen voimakkuus on suorassa suhteessa eroamisen aiheuttamaan tuskaan. Periaatteessa

liittymisen raukeaminen aiheuttaa aina ahdistusta, mutta vain osa liittymistä on henkilön kannalta tärkeitä. Kaikki eroaminen käynnistää sisäisiä prosesseja, vaikka huomattava osa niistä tapahtuu tietoisuuden pinnan alla.

Lapsessa kaikki perusinhimillinen näkyy avoimesti. Lapsi kiintyy läsnä olevaan ympäristöön, mutta erityisesti hänestä huolta pitäviin aikuisiin. Heistä etäännyminen aiheuttaa hänelle tuskaa. Luonnollisesti myös vanhemmat kiintyvät lapsiinsa ja rakastavat heitä. Aikuiset myös kantavat huolta lapsistaan ja pelkäävät heidän puolestaan. Meillä kaikilla on muitakin läheisiä kiintymyssuhteita, ystäviä ja tovereita. Lähimmäisistä täytyy silti joskus erota; tältä tuskalta ei voi välttyä.

Kiintymyksen ohella puhumme myös rakkaudesta, jonka piiriin kuuluu sekä eroottinen että epäeroottinen rakkaus. Näissä ilmaisuissa on kysymys samasta tunneenergiasta, oikeastaan vain tunteiden eri asteista ja sävyistä. Nämä tunteet tekevät kohteet arvokkaiksi. Kiintymyskohteesta eroon joutuminen aiheuttaa tuskaa. Rakastetun menettäminen saattaa johtaa jopa itsetuhoiseen käyttäytymiseen.

Kiintymys on luonnollinen reaktio kaikissa ikävaiheissa; se kuuluu kokemuksemme koordinaatistoon. Kiintymme esimerkiksi kotiseutuun, ystäviin, työpaikkaan, kulttuuriin ja kieleen. Olemme itse asiassa kiintyneet ja kiinnittyneet lukuisiin kohteisiin. Kiintymys kantaa myönteisesti elämää ja elämme pitkälti kiintymyksestä ja kiintymyksen kohteista.

Erilleen joutumisen tuska on merkki siitä, että liittymisellä on ollut jotain arvoa. Yksilö ei ollut vain aiemmin oivaltanut sen merkitystä. Sijoitamme liittymiin odotuksia enemmän kuin tiedämme. Psyken sijoitukset koos-

tuvat uskomuksista, haluista ja yllykkeistä sekä niihin liittyvistä tunteista ja tavoitteista. Liittymät ilmenevät usein vasta eron hetkellä. Vaikeittenkin avioliittojen purkautuminen aiheuttaa ahdistuneisuutta, eikä suinkaan aina helpotusta, niin kuin ehkä puoliset ajattelivat ennen eroamista. Samoin liikkeelle lähtevät monet muut kuohuvat tunteet, joita joutuu työstämään pitkään.

Kiintymyksen ohella liittymissä on aina myös yllykkeyttä, minkä vuoksi ero aiheuttaa vihan tunteita. Tämä johtuu siitä, että olemme menettäneet tai menettämässä hallinnan kohteeseen, joka on ollut meille sisäisesti tarpeellinen ja josta olemme saaneet tyydytystä. Jokin unelma, toive tai odotus on luisumassa ulottumattomiin. Koemme pettymystä ja tunnemme olevamme petettyjä, jopa häväistyjä. Yksilöt kiintyvät myös esimerkiksi aateisiin tai ryhmiin, joista eroaminen on tuskallista. Itsetuntemuksen kannalta olisi joskus hyvä tehdä "inventaarior" siitä, mihin kaikkeen on kiinnittynyt.

Käsitteillä ikävä, kaipaus tai kaiho kuvataan sisäisen tuskaisuuden sävyjä. Ikävöiminen suuntautuu johonkin kiintymyskohteeseen, joka ei ole läsnä tai on tavoittamattomissa. Varsinkin lapsuudessamme juurumme syvästi lähiympäristöön ja sen muotoihin. Ero niistä tuntuu rasakalta, ja saatamme ikävöidä takaisin "vanhaan hyvään aikaan"; hellimme aiemman elämämme kiintymysvastineita ja muistoja mielessämme. Irrottautumista tai eroamista ei kuitenkaan voi loputtomasti välttää. Puhuttaessa surutyöstä kyse on tietoisemmasta erotyöskentelystä kuin vain reaktiivisesta ahdistuksesta.

Ahdistusta pidetään yleensä kielteisenä ilmiönä, ja se kuuluu "kipeisiin tunteisiin", joita pyritään välttämään. Elämän yhteydet muuttuvat aika ajoin, joten ahdistus on

luonnollinen osa elämää ja kehitystä. Ahdistuksen välttely saattaa merkitä vain ongelmien siirtoa. Ihmisen elämässä tapahtuu oikeastaan koko ajan liittymistä ja eroamista, joten on luonnollista, että ahdistuksen sävyisiä tunteja leijaillee sielunmaisemassa lähes aina.

Ahdistus ei ole vain kielteinen ilmiö. Se on luonnollinen mieltämme prosessoiva tunne ja merkki muutoksesta. Vanhojen sidosten purkautuminen ja uusien rakentuminen ei yksinkertaisesti suju ilman tätä tunnetta, olipa kyse ihmissuhteista tai vaikkapa henkilökohtaisista tavoitteista. Siksi ahdistusta voi kutsua uudistumistunteeksi, koska se pakottaa työstämään sisäistä elämäämme. Se rakentaa yksilön riippumattomuutta. Vanhasta täytyy luopua, yleensä kivuliaasti, jotta pystyy rakentamaan jostain uutta.

Niin sanotun patologisen narsismin vahvimpana diagnostisena tuntomerkkinä pidetään usein ahdistuksen puuttumista. Tiedottomat yllyketilat hallitsevat tällöin meitä, eikä niihin kerääntynyt ahdistuksen määrä ole kohdattavissa ilman vakavaa murrosta. Ahdistumiskyvyn heikkous tai sen häviäminen merkitsee tunnottomuutta.

Yksilö, joka tuntee ahdistuksenomaista sisäistä tuskaa, kykenee myötätuntoon muita kohtaan. Ahdistuksella on siis tietty myönteinen merkitys ihmissuhteissamme. Tämä ei tarkoita sitä, että ahdistusta täytyisi kaiken aikaa kokea. Se toimii meissä herkkyytenä ja "empatia-aistina" silloinkin, kun se ei nouse avoimeksi kokemukseksi. Arkielämässä ahdistuksen tunteet eivät ole aina läsnä, mutta ne sävyttävät ohimeneviä elämyksiä tietoisuuden pinnan alta.

Joskus meitä ahdistaa, vaikka emme tiedä syytä siihen.

Epämääräinen ja osoitteeton tuska saattaa olla voimakas. Sielumme pohjavirroissa olemme todennäköisesti kiinnittyneet johonkin, jota emme pysty tunnistamaan. Piilota-juntaamme on hautautunut tunteita tai uskomuksia, pinttyneitä reaktioita ja käsityksiä. Ahdistus on merkki siitä, että sisimmässämme tapahtuu muutosta, jota emme vielä täysin tiedosta.

Tuskainen olo pakottaa meitä työskentelemään piilostosten kanssa. Ahdistuksen esiintyminen on luonteeltaan rytmistä. Niin kuin yleinen vireystila ja muu sielunelämä, se aaltoilee. Tunne katoaa ajoittain itsestään tullakseen sitten taas uudestaan esiin ikään kuin vaatien käsittelyä.

Voimakas ahdistus kestää joskus yhtäjaksoisesti vuosikausia. Tällöin sitä voi pitää jo patologisena tilana, samoin kuin sen narsistista vastakohtaa eli esimerkiksi äärimmäistä itsekeskeisyyttä. Pyyteellisyys on toisaalta rajatonta ja se löytää jatkuvasti uusia kohteita. Sielussamme kytee aina kohtuuttomia kuvitelmia omasta arvostamme. Ahdistus on itseä korottavien kuvitelmien vastavoima ja merkki muutoksen mahdollisuudesta.

Kaikessa liittymisessä, tyydytyksessä ja nautinnossa asuu menettämisen uhka. On sanottu, että nautinto on jo itsessään tuskallista. Liiallinen tyydytys johtaa kokemuksen väljähtymiseen, sisäiseen autiuteen ja "krapulaan". Hyvä olokin kuihtuu säännönmukaisesti pois. Välillä mikään ei tunnu miltään, eikä mikään tunnu olevan minkään arvoista. Tämän voi nähdä myönteisesti uudistumisen hetkenä, johon liittyy usein myös yllykeluonnon raukeaminen.

Suurin eroaminen on tietysti kuolema. Mahdollisen kivun ja tuntemattomuuden lisäksi kuolemassa pelottaa kaiken sen menettäminen, mihin on kiintynyt. Ei siis ole

mikään ihme, että kuoleman ennakoiminen aiheuttaa ahdistusta. Ilmeisesti jokaisen olisi hyvä ajoissa ajatella lopullista poismenoa ja tunnustella siihen liittyvää pelkoa, niin että siteet tälle puolelle eivät aiheuttaisi ylenpalttista tuskaa lopullisen eron lähestyessä. Sairastaessaan vakavasti yksilön on pakko tehdä erotyöskentelyä suhteessa läheisiinsä ja elettyyn elämäänsä.

Ahdistusta voi pitää eräänlaisena aistina, joka kuuluu kohtuullisessa määrin terveeseen sielunelämään. Tuskan vaihtelevat sävyt ovat merkki siitä, että kohtaamme maailmaa tietoisina. Ahdistus luo minuuteen painetta terävöityä, ja siksi siinä on usein jopa outoa nautintoa. Tämä kuvastaa joko salaista itsensä korottamisen yllykettä, joka ”pyhittää” hohdokkaaksi oman tuskankin. Siinä saattaa olla myös kyse luottamuksesta siihen, että minuus lunastaa lopulta vapautensa.

Lapsuus on ennen kaikkea liittymistä aineelliseen, sosiaaliseen ja henkiseen ympäristöön. Yleensä äiti on lapsen keskeisin kiintymisen kohde ja tyydytyksen lähde. Jos lapsi joutuu tästä perusliittymästään eroon, hän ahdistuu usein silmin nähtävästi. Tärkeitä henkilöitä lapsen ympäristössä on tietysti muitakin. Jos lapsi joutuu toistuvasti eroon läheisistään, ahdistusta kertyy siinä määrin, että pienen ihmisen täytyy torjua se kokemuksestaan. Myöhemmin se heijastuu ihmissuhteisiin perusluottamuksen puutteena.

Lapsi oppii pian ennakoimaan läheistensä käyttäytymistä. Niinpä hän saattaa joissain oloissa odottaa pelonsekaisesti sitä, mitä seuraavaksi tapahtuu. Ymmärryksen lisääntyessä lapsi kykenee itse ennakoimaan esimerkiksi eron aiheuttamaa ahdistusta. Ympäristön oikukkuus ja uhkaavuus horjuttavat erityisesti perusluottamusta.

Yksilö, joka ei koe oloaan turvalliseksi eikä saa riittävästi ympäristön hyväksyntää, joutuu tavallaan hyväksymään itse itsensä. Selviytyäkseen sisäiseltä pettymykseltä, ja jopa tuholta, hänen täytyy sielunsa sopukoissa korottaa itse itsensä hyväksi ja ”julistaa” muut huonoiksi. Tämä johtaa yleensä vaikeaan itsekeskeisyyteen ja lapsuudessa tällaiset kokemukset voivat johtaa pysyvään narsistiseen vammaan.

Pelko

Lapsen reaktioista tunnistamme helposti liittymisen psykodynaamiikkaan kuuluvan kolmannen ilmiön, nimittäin pelon. Yksinkertaisesti pelko esiintyy tilanteessa, jossa yksilö ennakoi kipua tai hylätyksi tulemistä. Kasvava lapsi saavuttaa nopeasti tason, jossa myös arvostelu, moite, halveksunta, pilkka ja vastaavat muut epäarvostuksen osoitukset herättävät pelkoa. Jatkuvassa pelossa on todella jotain ahdistavaa, ja pelko on kipeä tunne kuten myös ahdistus ja häpeä.

Se että ei tule hyväksytyksi, on psykologisesti mielenkiintoinen pelko. Lapsuudessa on tärkeää, että pieni ihminen on ehdottomasti hyväksytty ja rakastettu. Tällöin rakentava itsensä hyväksyminen vahvistuu. Hyväksyvä ympäristö todennäköisesti hillitsee hyväksytyksi tulemisen yllykkeen ylilyövää vaikutusta myöhemmissä ikävaiheissa; yksilöstä tulee riippumattomampi. Jos taas pelottavia tilanteita on paljon, lapsi yrittää peittää pelon tunkemalla sen pois kokemuksestaan. Ihmisen luontaiset puolustusmekanismit torjuvat sellaiset tunteet, joita hän

ei kestä kohdata. Tällöin ne kuitenkin rakenteellistuvat ja jatkavat elämäänsä tiedottomasti.

Pelkoa esiintyy monessa muodossa. Erityispelkojen eli fobioiden taustalla on todennäköisesti tukahtunut yleisempi pelko liittyneenä toisiin psyyken mutkikkaisiin mekanismeihin. Huoli on pelonsekaista ennakointia ja hätä on uhkaavasta tilanteesta johtuvaa yleistä pelkoa. Pelossa, niin kuin muissakin tunteissa, on monta voimakkuusastetta; ääripäitä ovat lievä kihelmöivä jännitys ja täysin lamaannuttava kauhu.

Kaikesta huolimatta pelko on tärkeä kokemus hengissä säilymisen kannalta; monissa tilanteissa on hyvä olla varuillaan. Jos se puuttuu tai on vakavasti estynyt, käytöksessä saattaa esiintyä uhkarohkeutta tai röyhkeyttä. Pelko valpastuttaa ja pakottaa ennakoimaan tulevia tapahtumia. Elämässä on paljon tilanteita, joita on syytä ymmärtää pelätä. Siksi se on viisas tunne: pelko terävöittää havaintoa ja avaa ymmärrystä.

Yleensä tieto lisää tuskaa eli oikeasti pelko on tuskaa, sillä valistunut ja kokenut tietää, mitä kaikkea voi sattua. Siksi vanhemmat ihmiset ovat yleensä enemmän huolissaan kuin nuoret, koska he ymmärtävät maailmassa olevan paljon aihetta huoleen. Nuoret puolestaan ovat pelokkaita kohdatessaan tuntemattoman maailman, mutta he ovat silti pelottomia, koska eivät tunne todellisuutta eivätkä ymmärrä pelätä. Vanhemmat henkilöt eivät enää pelkää, koska he ovat tulleet tutuiksi monen asian kanssa ja oppineet selviämään. Toisaalta he tietävät liiankin hyvin elämän riskit ja ovat siksi peloissaan.

Todellisuus on aina jossain määrin arvaamaton, joten lieviä pelonsekaisia tunteita ajelehtii mielessämme melkein aina. Epäonnistumisen pelko on nykyaikaisessa suo-

ritusyhteiskunnassa erittäin merkittävä stressiä ja uupumusta aiheuttava tekijä. Koemme olevamme arvostelun alaisia, osaksi tosin itse itsellemme asettamiemme vaatimusten takia. Saatamme kuvitella, että meiltä vaaditaan enemmän kuin tosiasiaassa tapahtuu.

Monet sosiaaliset tilanteet ovat pelottavia, koska pelkäämme, että emme täytä tai emme edes tiedä vaatimuksia. Kehityksensä ja koulutuksensa eri vaiheissa yksilö joutuu myös arvioinnin kohteeksi. Monet elävän elämän tilanteet ovat jännittäviä. Joku ehkä yrittää karttaa ikäviä tilanteita, koska pelkää epäonnistuvansa tai jopa romahuttavansa. Välttely ei kuitenkaan yleensä ole hyvä pelon voittamisen strategia, sillä pelko on monesti vain väärää ennakoitua, joka saattaa vähitellen hävitä uskaltautumalla pelottaviin tilanteisiin.

Pelkoherkkyys on tietenkin kiusallista, koska se ajaa karttamaan tilanteita ja tilaisuuksia, vaikkapa harrastuksia, jotka olisivat antoisia henkilökohtaisen tyydytyksen tai kehittymisen kannalta. Usealla meistä on elämänalueita, joilla jännitys tuntuu liialliselta ja salpaavalta. Pelko siis suojaa, mutta samalla sulkee mahdollisuuksia. Aina ei ole selvää kummasta on kysymys. Todennäköisesti pelko pitää meidät monesti viisaasti erossa joistakin asioista; ehkä piilotajuntamme tietää paremmin todelliset kykymme ja mahdollisuutemme kuin tietoinen minämme.

Liittymispelkoa esiintyy silloin, kun kohtaa jotain tuntematonta, ja joutuu liittymään uusiin ihmisiin, yhteisöihin tai tehtäviin. Aina on mahdollista, että minua ei oteta vastaan tai minut jopa mitätöidään. Jos mielestäni epäonnistun liittymisessä, vaikka ehkä vain kuvittelen epäonnistuvani, liittymispelko yleistyy. Kaikki elämän tilanteet ovat joka tapauksessa liittymistilanteita.

Näin olemme löytäneet tunnealueen dynamiikkaan kuuluvat perusvoimat. Arkisissa tilanteissa – vähintäänkin pinnan alla – kokemuksessa väreilee pyyteen-, ahdistuksen- ja pelonsekaisia tuntemuksia. Jos jokin näistä kolmesta seikasta hallitsee, sielunelämä on epätasapainoista. Häiriötilasta on kyse myös silloin, kun jokin niistä on ajautunut torjutuksi tai puuttuu kokonaan kokemuksesta. Mainittujen voimien kuuluu olla liikkeessä, varsinkin silloin kun elämänyhteyteni uudistuvat. Jokaisella on tietysti oma, osaksi synnynnäinen herkkyytensä tuntea juuri tiettyjä tunteita.

Dynaamisesta näkökulmasta pyyde on voittopuolisesti vastavuoroinen sielunliike, vaikka pyyteen edellä kuvatut lajit painottuvatkin eri tavoin ”jeksiivisestä” näkökulmasta. Ahdistuksessa puolestaan on jotain tahdonomaista, jotain mikä erottaa, ajaa eroon ja pelkistää; se terävöittää minuuden erillisyyttä ja yksilön tietoisuutta. Pelko taas on ajatuksenomainen, se herättää valppauteen ja ennakointiin.

Tahdon psykodynamiikka

Ihminen ei voi jäykistyä paikalleen suolapatsaaksi; kehon liike on fysiologinen välttämättömyys. Toiminta ei silti toteudu henkisessä tyhjiössä. Varsinkin aikuisen teot ovat yleensä osa moniulotteista kokonaistilannetta, ne ovat osa ”yhteis”-”kuntaa”. Elämäntapa ja tuotannon organisaatiot rakentavat ympäristön, joka jäsentää pitkälti yksilöiden toimet. Jokaisella on myös omaa tahtoa, mutta toimija joutuu kuitenkin ottamaan huomioon järjestelmän ja muiden kansalaisten pyrkimykset, toisten tahdot. Tekeminen on

sidoksissa vallitseviin muotoihin ja vaatimuksiin sekä yhteiskunnan tarjoamiin mahdollisuuksiin.

Tekemiseen liittyy aina saavuttamisen näkökulma; elämä on saavuttamista. Yksilö on joko lyhytaikaisesti tai pitkäjännitteisesti sitoutunut johonkin tavoitteeseen. Ihminen luo päämääriä; se kuuluu olemukseemme eikä päämäärätöntä toimintaa juuri ole olemassa.³⁷ Mielessä heräävien tavoitteiden taustalla on tarpeita, arvostuksia, haluja. Kohteita näille mielenliikkeille löytyy kehittyneestä yhteiskunnasta rajattomasti.

Ahneus

Toimilla, tehtävillä ja viroilla on yleensä jokin perusteltu ja arvokas yhteiskunnallinen tavoite. Tästä näkökulmasta voisi ajatella, että ihmisten pyrkimykset olisivat epäitsekäitä. Näin ei tietenkään ole. Monien aiemmin tässä luvussa kuvattujen yllykkeiden ohella ja niiden lisäksi meitä "vaivaa" myös ahneus. Sana ahneus on tosin arkinen ja monimielinen. Sitä käytetään tässä teoreettisena terminä, jolla on laaja hahmollinen merkitys.

Tahdon alueen yksinkertainen perustaipumus on "tekemiseen hukkuminen", sillä kaikkeen toimintaan kuuluu tietty keskittyminen. Tekeminen saattaa kuitenkin täyttää yksilön koko elämän ja olemuksen niin, että hän ei voi lainkaan ajatella luopuvansa siitä. Pakonomaiseen puuhailuun paetaan usein myös muita kiusallisia asioita, jotka halutaan sulkea näköpiiristä pois.

Toimintaan paneutuminen on yleensä myönteinen elämys, ja tekemisen sujuminen tuntuu tekijästä hyvältä. Te-

kemistä voi jopa pitää ihmisen alkuperäisimpänä eksistentiaalisena tarpeena ja syvimpänä hyvinvoinnin lähteenä. Asioiden hallinta ja tehtävissä onnistuminen ja osaaminen merkitsevät yksilölle paljon. Työ on myös itsearvostuksen lähde. Toimielias ja tarmokas saa aikaan paljon hyödyllistä, ja työteliäisyyttä arvostetaan.

Tekemiseen uppoutuminen näyttää luonnolliselta ja viattomalta, mutta siitä voi seurata myös urautumista ja näköalojen kapeutumista. Yksinkertainenkin puuhaaminen saattaa "hirttää päälle", niin että se alkaa muistuttaa eristäytymistä. Omaksutut askareet täyttävät monesti mielen siinä määrin, että toiminta on yhä enemmän itsekeskeistä, sanan mukaisesti. Ajatukset, perustelut ja mielipiteet tukevat omaksuttua suuntaa. Yksilö "kuorettuu", ja se heijastuu tietysti ympäristöön ja ihmissuhteisiin.

Monet ihmisen kyvyt ja taipumukset ovat paradoksia. Tehtäviin harjaantuminen ja urautuminen merkitsevät nimenomaan kykyä hoitaa asioita. Keskittyvässä tekemisessä on kuitenkin jokin vaikeasti määriteltävä raja, josta alkaen se muuttuu kuorettuneeksi ja sulkeutuneeksi. Elämän täyttävät esimerkiksi asemaan tai virkaan liittyvät velvollisuudet, joista emme kykene luopumaan.

Tahtova kiinnittyminen on monesti salakavalaa. Sitoudumme vähän kerrassaan ja tietämättämme johonkin toimintaan. Olemme järjestelmän pelinappuloita, ja arkiset askeleemme ovat vakioisia. Tahtomme ja ajankäyttömme ovat jonkin ylempään tahdon käytössä. Yksilö on ikään kuin sen järjestelmän "kuva", johon hän on sitoutunut ja samastunut.

Itse asiassa voi vakavasti kysyä, kenen tahto todella toteutuu toimissani. Se on monesti vain mukautumista yhteiskunnan "tahtoihin" tai "tahto-organisaatioon". Sopeu-

tumista järjestelmään tukevat ja voimistavat luonnollisesti yllykkeet, jotka jäävät usein tiedottomiksi.

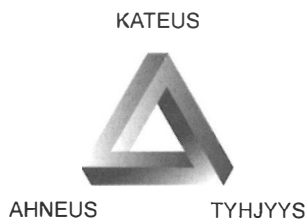
Parhaimpia inhimillisiä kokemuksia on silti se, että löytää oman tahtonsa eli jonkin tehtävän tai roolin. Samalla yksilö saavuttaa – ainakin joksikin aikaa – myös tarkoituksen elämälleen. Hän voi tässä tilanteessa olla valmis sietämään pitkän aikaa jopa suuria vastuksia. Kaikki intensiivinen tekeminen kuurouttaa tekijäänsä ainakin hetkittäin. Luonnollisesti tahdon sisältö vaihtuu ja kehittyy elämän kuluessa, mutta juuri tekevässä ja tahtovassa otteessa tuntuu olevan elämän mielekkyys. Eri syistä syrjäytyneille täytyisi ennen kaikkea löytää sellaisia tehtäviä, joihin he pystyisivät paneutumaan ja antautumaan koko olemuksellaan. Tekeminen on ihmisen luonnollisin tapa olla olemassa.

Yksilölle ei yleensä riitä pelkkä tekeminen, vaan hän kaipaa nimenomaan yhteiskunnallisesti arvostettua tehtävää tai roolia. Sielumme pohjalla elää roolin anastamisen impulssi, jolla on tietysti läheinen yhteys toisiin yllykkeisiin, erityisesti itsensä korottamiseen ja valtaan. Toimiin, tehtäviin, virkoihin ja aseisiin liittyy arvostusta, joka saa ne näyttämään houkuttelevilta. Se mitä henkilö pitää tärkeänä, vaihtelee sen mukaan, mihin arvostus(viite)kehykseen hän on samastunut.

Ihminen haluaa tuntea olevansa arvokas. Roolit ja roolitavoitteet ovat usein ankara identiteettikysymys. Tätä saattaa tosin olla vaikea myöntää. Emme yksinkertaisesti tunnista, emmekä haluakaan tunnistaa yllyke-elämyksiä; olemme heikkoja itsetuntemuksessa. Toisaalta yhteiskunnassa vallitsevat ihanteet tai ihanteellinen omakuva tuomitsevat monet yllykeluonnon impulssit, joten senkin vuoksi ne torjutaan näkyvistä. Niistä ei puhuta, eikä niitä tohdita tunnustaa arvostelun pelossa.

Jatkuvaa voimakasta uppoutumisen tilaa voi kutsua myös maailmaan hukkumiseksi tai maailmallisuudeksi. Mieleemme sitoutuu eri kohteisiin: joku ajattelee omaa menestystä tai ulkonäköä, toinen tavoittelee virkoja tai yhteiskunnallista asemaa, moni hakee julkisuutta ja mainetta, useat arvostavat autoja ja lomamatkoja. Ahneus näyttää – ja tuntuu – kohdistuvan ennen kaikkea rahaan, tavaraan, omaisuuteen ja nykyaikana esimerkiksi vapaa-aikaan ja harrastuksiin.

Tilanne on paradoksinen. Moni tehtävä on hengissä säilymisen ja toimeentulon kannalta välttämätön, vaikka taustalla on yllykkeitä. Ahkera työ lisää hyvinvointia, ja moni harrastus edistää elämän laatua. Omaisuus luo turvallisuutta ja vapautta. Työ on vastaus moniin ihmisten ja yhteiskunnan tarpeisiin. Voimme perustella monia toimia vakuuttavasti. Ahneudessaan – kohdistuipa saalistava ahneus mihin tahansa – yksilöt liukuvat kuitenkin helposti moraalin kyseenalaiselle puolelle. Ajaessamme omaa etuamme tartumme peittelyyn, lahjomiseen, rahanpesuun, valehteluun, panetteluun ja moneen muuhun arveluttavaan tekoon – ilman että edes sitä huomaamme. Samalla kun petämme muita, petämme myös itseämme.



Kuvio 10. Tahdon psykodynaaminen rakenne.

Pelkistetysti narsismi ilmenee haluna olla mahtava. Ihminen haluaa näyttää mahtiaan ja voimaansa monin eri tavoin, esimerkiksi asemalla, pukeutumisella, tiedolla, taidolla, menestyksellä ja omaisuudella. Siksi merkittävää osaa narsistisista impulsseista voi kutsua mahtiylykkeiksi.³⁸ Monesti sanotaan, että jollakulla on ”iso ego” (latinan ja kreikan ego = minä). Tässä valitun puhettavan mukaan olisi oikeampaa sanoa ”iso itse”. Se on se, joka mahtailee ja isottelee. Varsinkin nuorissa näkyy mielen kohonnut ja kiihkeä tunnelma usein havainnollisesti. Nuoruus on ”minä-minä-aikaa” siis oikeammin tai ”minä itse” -aikaa.

Narsismin kokonaisuus eli yllykkeisyys on ihmisessä niin monivivahteista, että sitä on vaikea selvittää tarkasti kaikissa yksityiskohdissaan. Yllykeluontomme on kirjava ja laaja, mutta sen voi kuvata pelkistetysti käsitteillä valta, pyyde ja ahneus. Esimerkiksi seksuaaliset impulssit muodostavat oman laajan kokonaisuutensa, joka esiintyy monissa tunne-elämämme yksityiskohdissa.

Yllykkeisyys on vaikea määritellä kuten ihmisen yksilöllisyys ylipäätään. Sen täydellinen kuvaaminen on mahdotonta, sitä täytyy vain oppia tunnistamaan. Käytännössä se tarkoittaa kokemuksen taustalla tai reunoilla olevien yllyke-elämysten tunnistamista.

Tyhjyys

Myös ahneudella on kokemuksessamme vastavoima. Yksilö saattaa tuntea neuvottomuutta ja avuttomuutta tehtäviensä edessä. Näin tapahtuu esimerkiksi silloin, kun tehtävät ovat hänelle uusia. Tahdon suunnat ja urat eivät

ole vielä löytyneet. Avuttomuus voi silti yllättää rutinoituneidenkin tehtävien parissa. Kyse ei silti ole yksinomaan kielteisestä kokemuksesta. Yllättävä neuvottomuus merkitsee sielunelämän ”kapinaa” liian valmista elämää kohtaan. Joskus ymmärrys suorastaan kuin pimenee hetkeksi. Sielunliikkeet eivät vielä olekaan jähmettyneet ja hakevat jotain uutta muotoa: ihminen on hereillä. Mieli urautuu helposti juuri silloin, kun epävarmuus katoaa elämästä.

Vakavampi kokemus on kuitenkin mielettömyyden tunne. Jokin toiminta, joka tuntui aiemmin tyydyttävältä ja joka loi tarkoitusta elämään, saattaa yllättäen tuntua mielettömältä ja tarpeettomalta; sen arvo romahtaa silmissämme. Koko elämä saattaa ajoittain tuntua mielettömältä. Tällaiset hetket on silti mahdollista nähdä myönteisesti. Tahdon suunnat täytyy arvioida uudestaan, koska elämä ei voi jatkua aina samanlaisena. Meidän täytyy aika ajoin muuttaa kurssia.

Jokainen kohtaa aitoja umpikujan hetkiä, jotka johtuvat onnettomuuksista, sairauksista ja muista vakavista menetyksistä. Tällöin elämän tarkoituksen tunne täytyy etsiä uudesta lähteestä. Toisaalta pelkääntäminen, eli siirtyminen ikävaiheesta toiseen, aiheuttaa painetta arvioida toiminnan motiivit ja elämän tarkoitus uudestaan. Tällaisia muutoksia sanotaan usein arvojen uudelleen arvioinniksi.

Mielettömyyden tunteen valtaamana näemme monesti aiemman elämämme täysin merkityksettömänä ja arvottomana, kaikki on ollut turhaa. Tämä kuvastaa sitä, että olemme, usein tietämättämme, toivoneet enemmän. Sielumme syvänteissä olemme halunneet jotain, jota emme saavuttaneetkaan. Mielekkyyuskato pakottaa tarkastelemaan niitä yllykkeitä, jotka ovat virittäneet ja ohjanneet

elämäämme. Kriisi kulkee omia reittejään, emmekä aina ole tietoisia siitä, mitä itsessämme prosessoimme. Parhaassa tapauksessa kuitenkin muutumme ja löydämme uudelleen tarkoituksen tunnon. Kriisittömyys voi jopa olla huolestuttava merkki kehityksen puutteesta.

Ihminen tuskin toivoo mitään enemmän kuin koke-musta elämän mielekkyydestä, mutta juuri sen vuoksi me koemme ajoittain mielettömyyttä. Jos mielekkyys katoaa pitkäksi ajaksi, se on yleensä merkki kiinnittymisestä johonkin pakenevaan tavoitteeseen tai kohtuuttomaan toiveeseen. Tällöin yksilö ei löydä tasapainoa omien tiedot-tomien vaatimustensa ja todellisten mahdolluuksiensa välille. Hänet saattaa vallata masennus ja masentuneen on vaikea nähdä elämässä mitään arvokasta. Ihmiselle ei lie-ne mahdollista löytää lopullista elämän tarkoitusta, mutta se ei kumoa sitä tosiasiaa, että elämä ajoittain ja parhaim-millaan tuntuu – nimenomaan tuntuu – sisältävän tarkoi-tusta.³⁹

Elämässä joudumme kohtaamaan monenlaisia petty-myksiä. Pettymyksen kokemus herää lapsessa jo hyvin varhain, joten se on alkuperäisimpiä tunteita. Useimmat pettymykset ovat vähäisiä ja ohimeneviä, eivätkä ne jär-kytä pitkäaikaisesti. Joskus ihmisen tielle kertyy kuiten-kin kohtuuttomasti onnettomuuksia ja epäonnistumisia. Luonnollisesti ne kalvavat tällöin uskoa elämän arvoon. On hyvä silti oivaltaa ja myöntää, että pettymykset juon-tuvat monesti pelkästään narsismimme vaatimuksista. Epäonnistumiset eivät näin ole aina aitoja tappioita, vaika aidon ja epäaidon tappion välille on vaikea vetää rajaa, koska elämä on aina ylläkkeistä.

Myös ankaran ponnistuksen tai pitkän työjakson päät-teeksi ihmisen yllättää lähes säännönmukaisesti raastava

tyhjyyden tunne. Saavutettu tuntuu yhtäkkiä tyhjänpäiväiseltä ja turhalta. Aiemmin innostava ”projekti” näyttää monesti arvottomalta, vaikka se olisi ollut täysin onnistunut. Tällainen ponnistelun jälkeinen takaisku näyttää kuuluvan sieluelämän dynamiikkaan. Lisäksi henkisen panostuksen ja päälle kaatuvan tyhjyyden määrän välillä näyttäisi olevan suora suhde. Ponnistus ikään kuin kuluttaa mielekkyyttä ja arvokkuusvarantoa. Tyhjiys tuntuu usein rikkovan työskentelyn mieltä jo pitkäaikaisen toiminnan aikana.

Vanhasta hankkeesta täytyy luopua, kun se on loppuun suoritettu. Siirtyminen uuteen ”urakkaan” ei suju ilman tuskallisia vaiheita ja erotyöskentelyä. Yksilön täytyy keksiä uusia tavoitteita elämälleen, mutta välissä on usein tyhjyyttä kumiseva odotusaika. Välillä täytyy levätä, vaikka päämäärätön sielu on erityisen haavoittuvainen. Tavoitteen raukeaminen päästää muut ongelmat piilostaan ja sieluelämä joutuu epäjärjestykseen. Siksi esimerkiksi lomalle jääminen saattaa koetella ihmissuhteita.

Merkityksettömyyden kokemus osoittaa, kuinka vahvasti tavoitteet järjestävät ja nimenomaan myös tervehdyttävät elämää. Sisäinen autuus johtaa etsimään jotain uutta valaisevaa ja jäsentävää tarkoitusta elämälle. Yleensä mielekkyyttä löytyy lopulta, kun minuuttamme on ensin koeteltu tyhjyydellä. Mielettömyys suojelee omalla tavallaan riippumattomuutta. Se on luonnollinen tunne, joka aaltoilee kokemuksessamme niin kuin kaikki muutkin tunteet sisimmässämme. Tyhjiys on vakiintuneen identiteetin murskaaja.

Kovin radikaali elämän uudelleen suuntaaminen on usein vaikeaa, koska arkista elämää rajoittavat monet seikat. Olemme varsin jähmeitä muuttamaan tapojamme,

koska elämän tyyli pyrkii vakioitumaan. Olennaisempaa kuin jyrkät muutokset on sisäinen vireys, jolla arvioimme elämää. Tyhjiyden tunteet eivät suinkaan aina nouse avoimiksi kokemuksiksi, vaan ne väreilevät jossain sielun pohjalla. Arkipsykologiassa ei tyhjiyttä eroteta ahdistuksesta. Tyhjiys on hyvä yhteisnimi mielettömyyden, turhuuden, tarkoituksettomuuden ja arvottomuuden tunteelle. Tyhjiyden ja ahdistuksen tunteet pitävät meitä tavallaan hereillä.

Kateus

Kolmantena osana saavuttavan tahdon dynamiikkaan kuuluu tuttu tunne, kateus. Maailma on täynnä monenlaista arvostettavaa ja saavutettavaa. Muut ovat jo ottaneet tai ovat ottamassa osia maailman tarjoamista mahdollisuuksista. Niinpä saatan tuntea kateuden pistoksen sielussani. En voi olla huomaamatta muiden saavutuksia, koska elän samassa arvostuskulttuurissa, saman arvostusvallan piirissä. Kullakin henkilöllä on jossain määrin oma arvostuskehyksensä. Kukaan ei kykene kuitenkaan täysin eristäytymään yleisestä arvostusmaailmasta, vaan se liikuttaa meitä kaikkia sekä sanan konkreettisesti että elämyksellisessä merkityksessä.

Yksilön on lähes mahdotonta olla vertaamatta itseään muihin. Aina joku – ja todennäköisesti erittäin moni – on saavuttanut jotain enemmän kuin minä. Ehkä ihminen lopulta haluaa koko maailman itselleen. Jo saavutettu menettää silmissämme ja tunnoissamme merkillisen nopeasti arvonsa, ja pian olemme tavoittelemassa jotain uutta; ha-

luamme aina enemmän. Vanha sananlasku sanoo varsin maltillisesti: "Eteenpäin on elävän mieli." Tosiasiassa yllykeluonnolle ei riitä mikään; se vaatii aina lisää. Moni ihmettelee, miksi ihmistä kalvaa jatkuva tyytymättömyys ja levottomuus, vaikka asiat näyttävät olevan hyvin.

Kateus näyttää kielteiseltä tunteelta, koska se synnyttää vihaa ja kostonhalua. Pahimmassa tapauksessa kademieli johtaa toisille ihmisille tärkeiden arvojen ja kohteiden tuhoamiseen. Kateus on ehkä merkittävin tunne ja samalla aihe, joka ajaa vihamielisiin tekoihin, esimerkiksi panetteluun, valehteluun, halveksuntaan, torjumiseen, arvosteluun, vähättelyyn ja juonitteluun.⁴⁰ Taustalla on luonnollisesti syvempiä yllykkeitä: ahneutta, vallanhimoa ja pyyteellisyyttä sekä niiden lukuisia johdannaisia. Toistuvat tappiot herättävät usein katkeruuden, joka on sekoitus kateutta ja vihaa. Katkeruus on sitkeä tunne, joka joskus vaivaa hyvinkin pitkiä aikoja ja saattaa jopa jäädä pysyväksi sävyksi psyykessämme.

Kateus ei suinkaan ole itsenäinen tunne. Se saa sytykkeen yllykkeistä, jotka heijastuvat siinä. Jos kateuden tunteesta haluaa päästä eroon, olennaisinta on tehdä töitä tämän tunteen kanssa. Kateus on tavallaan "välitunne" toiminnan ja yllykkeiden välissä, kuten vihakin. Se on usein tiedostumaton sielunliike, jota yksilön on vaikea tunnistaa ja myöntää sen huonon maineen vuoksi. Myöskään ihanneellinen minäkuvamme ei hyväksy sitä.

Kateus kuuluu ihmissielun varustukseen, joten sitä täytyy tarkastella ennakkoluulottomasti. Sillä täytyy olla jokin tehtävä tai funktio. Mahdollisesti voimme nähdä siinä jotain hyvää. Ainakin se panee meidät liikkeelle tavoittelemaan arvostettuja asioita. Meilläkin pitää olla jotain, jota muilla jo on.

Ahneudessamme ja kateudessamme toteutamme monesti yleishyödyllisiä tavoitteita. Palvelemme muita, koska näin saavutamme jotain henkilökohtaista etua. Hankimme esimerkiksi koulutuksen tai ammatin, josta on hyötyä meille itsellemme, mutta samalla ammattitaitomme palvelee myös muita. Yhteiskunta valjastaa yllykkeemme, tavallaan siis heikkoutemme, yhteisen hyvän käyttöön.

Kateutta on usein pidetty pahimpana ja kavalimpana sielunliikkeenä. Eräässä Grimmin sadussa eukko halusi, että hänen miehensä olisi lopulta piispa, seuraavaksi paa- vi, ja viimein jopa Jumalakin, minkä uhmakkaan toiveen jälkeen heidät syöstiin takaisin maakuoppaansa. Meissä elää yllyke pyrkiä paavin asemaan ainakin jollain elämän- alueella.⁴¹ Jokaisella alalla näyttää olevan aina oma paa- vinsa. Ihminen kaipaa sitä, että hänet huomataan ja häntä kunnioitetaan; haluamme olla voimassa tai mahdissa.⁴²

Kateus on myös mukana silloin, kun arvioimme asioiden arvoa. Se on siis tietyssä merkityksessä ”arvotunne”, koska se herättää arvioimisen ja arvostamisen liikkeen mielessämme, tai ainakin tukee sitä. Ilman kateutta emme ilmeisesti kykenisi arvioimaan, mikä arvo asioilla on ihmisille. Jopa tiedoton kateus pitää meidät valppaana sen suhteen, mitä pidetään tärkeänä.

Monesti pidämme nimenomaan omia arvostuksiamme erityisen oikeina, koska näin korotamme itseämme ja yritämme pönkittää itsearvostustamme. Haluaisimme omat arvostuksemme valtaan, esimerkiksi omat kansalliset arvostuksemme tai oman harrastusalamme arvostukset.⁴³ Halveksin eli epäarvostan usein muiden arvostuksia, koska ne vähentävät omien arvostusteni asemaa ja samalla heikentävät itsearvostustani.

Kateutta voi nimittää arvodefenssiksi, koska tämän tun-

teen sisään on kirjoitettu pyrkimys palauttaa arvo takaisin yksilölle itselleen. Kadehtiessamme arvostamme jotain, ja näin tavallaan tunnustamme jonkin asian arvon. Se tapahtuu usein itseltämmekin salaa, jopa tiedostamattomasti. Saatamme kadehtia pelkästään toisen henkilön yleisiä saavutuksia, vaikka emme itse ole koskaan pyrkineetkään menestymään vastaavalla alalla. Monesti pyrimme vain kieltämään kilpailevien saavutusten arvon. Kateus pyrkii takaisinvirtauksena palauttamaan arvon meille itsellemme. Siksi sitä voi kutsua myös arvonalautusdefenssiksi. Muitten kansalaisten arvokkuus uhkaa omaa arvoani.

Tahdon alueen perusdynamikka ilmenee siis pelkistetysti kolmiossa, jonka kulmina ovat saavuttava ahneus, tyhjiys ja kateus. On selvää, että yksilö on ajautunut jonkinlaiseen häiriötilaan, jos jokin kolmion perusvoima hallitsee persoonaa. Tavallisesti sielunelämän luonnollinen rytmien heilahtelu estää tietyn tilan jäämisen päälle. Toisaalta minkä tahansa dynaamisen osan sulkeutuminen kokemuksesta viittaa tasapainottomuuteen.

Saavuttamisen ahneus on tahdon projektiiviselle luonteelle tyypillistä. Kateus on lähinnä tunteenomainen ja vastavuoroinen sielunliike, jossa on myös tahdonomaista yllykkeyttä. Kateellisina suhtautamme omia saavutuksiamme ympäristön arvostuksiin. Neuvottomuus, avuttomuus, mielettömyys ja tyhjiys ovat selvästi ajatuksenomaisia ja jonkin ratkaisun sisäistämiseen pyrkiviä tiloja. Tahto sinänsä on voittopuolisesti projektiivinen eli sisältä ulospäin suuntautuva sielunliike, mikä heijastuu kaikkiin tahdon osatekijöihin.

MINÄ, ITSE JA IDENTITEETTI

Minuuden tunto on ihmiselle tyypillinen kokemus; me olemme ”minäolentoja”. Kokemus minästä muuttuu kaiken aikaa. Onko yksilö juuri minänä jokin olemus, joka tekee itsenäisiä valintoja? Minätunto on todellisuutta, vaikka arjen touhuissa unohtamme usein sen olemassaolon. Ihminen kohtaa ulkomaailman samoin kuin sisäisen maailmansa minäisenä. Siksi ihmistä kutsutaan eksistovaksi olennoksi.

Minuuden havainto

Minällä ei ilmeisesti ole muusta sielunelämästä erillistä olemassaoloa, vaan lapsuudessa minuus kuoriutuu esiin muusta sieluaineksesta. Minä on keskuskokemus, johon kaikki muut kokemukset liittyvät. On vaikea kuvitella itsekseen leijuvia ja tavallaan minättömiä kokemuksen osia; ehkä niitä ei ole olemassa. Kokemus rakentuu yksilön omista elämyksistä ja niistä virikkeistä, joita hän kykenee ottamaan vastaan. Minuus on jatkuvasti läsnä tajunnan muiden sisältöjen joukossa. Joskus henkilö ikään kuin ero-

aa minästään, esimerkiksi hänen kuunnellessaan keskittyneesti ystävänsä puhetta tai antautuessaan seuraamaan jotain taide-esitystä. Silti minuus ei häviä minnekään.

Tunnen itseni ehyeksi ja kokonaiseksi, sekä samaksi ajankohdasta toiseen. Minuus tuntuu psyyken keskikohdalta ja on jokin yksikkö tai ”yksi”, mahdollisesti jokin perimmäinen ”yksi”-lö. Tavallisesti tunnistan minuuteni aina samana ja pysyvänä ”yhtenä”? Merkillistä on se, että yksilö kokee tajunnassaan, että hän on kaiken aikaa sama henkilö ja minuus. Kokemus on aina jonkun yksilön kokemus.

Ihminen alkaa tuntea itsensä minäksi jossain kehitysvaiheessaan, ehkä viimeistään nuorisoiässä. Pieni vauva ei muista tai tunnista itseään minuutena, ei ainakaan yhtä selvästi kuin kypsemmissä ikävaiheissa. Minuuden oma muisti on jonkinlaista ”ydinmuistia”, johon liittyy ”tavallinen muisti” eli luonnollinen asioiden muistaminen. Tavallinen muisti eli ympäristön tunnistaminen alkaa kehittyä lapsen tajuntaan jo hyvin varhain.⁴⁴

Keskuskokemus nousee eriytymättömästä tajunnasta, ja minuus elää tajunnan laatujen keskellä.⁴⁵ Mielen toiminnot, joista muutamia on kuvattu edellisissä luvuissa, ovat minän välineitä niin kuin kehokin. Ihmisrajille tyypilliset sielun laadut heräävät askel askeleelta vastaanottamaan vaikutelmia ympäristöstä. Sisäinen elämä ja fyysinen olemus rakentuvat geneettiseltä perustalta, mutta ympäristön vaikutuksesta niistä muodostuu omalaatuisensa hahmo. Persoonallisuutta muokkaavat ne virikkeet, joita ihminen kohtaa elämässään ja ympäröivässä elämäntavassa.

Ihmisen elämä toteutuu ajassa, ja aika kuluu kaiken aikaa. Kokemuksessamme elämä koostuu hetkistä. Se ei ole pisteen etenemistä matemaattisella suoralla, vaan se

kulkee hetkestä toiseen. Hetkien etenemistä emme pysty pysäyttämään, ja me muutumme ja vanhenemme niiden mukana. Minuus on ikään kuin lanka, joka pitää hetkien helmet koossa. Emme voi pysähtyä johonkin hetkeen, vaikka haluaisimmekin. Hetket tai kokemuksen ”levittäytyneisyys ajassa” tekee omalta osaltaan muistamisen mahdolliseksi.⁴⁶

Hetket etenevät ajassa kuin virta. Toisinaan tämä joki on täynnä kuohuvia tai mielenkiintoisia elämyksiä, esimerkiksi hienoja tunteita tai oivalluksia, ja ajan seuraaminen unohtuu. Sen sijaan jos olemme ahdistuneita, tai koemme kipua ja tuskaa, huomio kiinnittyy ajan hitaaseen kulumiseen. Joskus ajan nopeus tuntuu kiusalliselta, kun tietää mukavien hetkien loppuvan kohta.

Vaikka elämä on elämysten jatkuvaa muutosta ja vaihtumista, kaiken tämän keskellä säilyy tieto siitä, että kokija on sama hetkestä toiseen. Luultavasti minätunto yhdistää kaikki nuo elämykset samaan henkilöön kuuluviksi. Arkisessa kokemuksessa on tunto siitä, että minässä on kyse jatkuvasti samasta yksilöstä, joka elää tässä elämysten jonossa. Minkälaisesta tiedosta, tietoisuudesta tai havainnosta tällöin on kysymys? Voiko tässä tiedossa erehtyä, niin kuin on mahdollista tavallisessa tiedossa?

Saman minuuden läsnäolo tiettyjen elämyshetkien yhdistäjänä on erikoista tietoa, johon me yleensä luotamme. Lisäksi kokijassa elää muisto menneistä kokemuksista – ainakin joiltain osin. Toisen henkilön kokemuksiin ei saa välitöntä yhteyttä. Yksilö voi osallistua suoraan vain omiin kokemuksiinsa ja muistoihinsa. Alle kolmevuotiaat tunnistavat ympäristöään, vaikka aikuisena muisti ei yllä kovin selkeästi näihin ikävaiheisiin. Muisti ikään kuin vahvistuu iän myötä, ja kun ikää karttuu, myös menneet

tapahtumat palaavat muistiin helpommin.⁴⁷ Yleensä läsnä olevan tunnistaminen on ihmiselle helpompaa kuin ei-läsnäolevan muistaminen. Näin on erityisesti varhaisessa lapsuudessa, koska lapsi elää tässä ja nyt eli kiinni välittömässä hetkessä.

Tunnistaminen on eri asia kuin menneitten yksityisten tapahtumien muistaminen. Matematiikan opit tai fysiikan teorit muistetaan ja tunnistetaan yleisesti samoin kuin esimerkiksi jonkin kielen kielioppi tai sanat. Tämä on tunnistavaa muistamista tai osaamista. Kun sen sijaan jokin elämään kuuluva ainutlaatuinen tapahtuma muistetaan, se ei niinkään ole tunnistamista, vaikka kaikkeen muistamiseen kuuluu jokin määrä tunnistamista. Tunnistaminen ja ainutlaatuisen tapahtuman muistaminen ovat silti eri asioita.

Usein ajatellaan, että tehdäkseen sisäisiä havaintoja täytyy kahdentaa mielensä havaittajaksi ja havaituksi. Tämä päättely on sikäli virheellinen, sillä havaittaja on ilmeisesti aina sama. Tietoisuuden kehittyessä minuus pystyy asettamaan yhä enemmän sisäisen elämän ilmiöitä tarkastelun kohteeksi. Sosiaalinen ympäristö antaa kokevalle ja muistavalle minuudelle vielä erityisen nimen, erisnimen. Yksilölle annetaan yleensä nimi omassa yhteisössä ja tällä nimellä on vahva suhde hänen identiteettiinsä.

Henkisesti korkeammat impulssit kuten vaikkapa uteliaisuus ja kiinnostus yhdessä narsististen yllykkeiden kanssa saavat meidät tutustumaan maailmaan. Jokainen on syntyessään yksilöllinen ja ainutlaatuinen, mutta toisaalta jokainen on myös yleinen ihminen eli varustettu lajityypillisellä sielunelämällä. Nämä psyyken energiat vastaavat ympäristön virikkeisiin kehitysvaiheensa mukaisesti, ja näin ympäristö tuottaa merkittävän osan mei-

dän persoonaamme. Ympäristö muokkaa mieltä ja antaa sille sisältöjä ja malleja, esimerkiksi kielen ja tapoja.

Onko minuus todella jotain psyyken sisällöistä erillistä, eli voiko se asettaa sielun sisällöt ja toiminnot tarkastelun kohteeksi? Pelkkää minätuntoa, ilman muuta kokemusta, ei ole helppo luonnehtia. Sielun tarkkailevaa osaa kutsumme tietoisuudeksi, vaikka tällä sanalla on monta merkitystä.⁴⁸

Me voimme asettaa monia sielun sisältöjä tarkastelun kohteeksi, mutta mielen funktioita itsessään on vaikea tarkastella. Opimme melko helposti refleктоimaan ajatus-temme sisältöjä eli sitä, mitä ajattelemme. Ajattelun tuottavia mekanismeja on jo todella vaikea reflektoida ilman ajatusten sisältöjä. Samoin tuntemisen rakennetta on vaikea luonnehtia ilman tuntemusten sisältöjä tai tunteiden nimiä. Samoin tahdon rakenne on eri asia kuin teon nimet eli tekojen sisältöjen kuvaus.

Minuus tunnistaa ja tiedostaa sielunilmiöitä ajattelun avustamana. Ajattelu – ja monet sen funktiot kuten vertaaminen, arviointi, tunnistaminen ja päättely – ovat niin lähellä minuutta, että yksilö voi kuvitella itse tuottavansa nuo funktiot. Mutta niitä hän ei tuota muistista samalla tavoin kuin niiden sisältöjä. Ihmiset ovat joka tapauksessa syntyneet sielunelämän potentiaalit mukanaan. Niihin liittyvät mahdollisuudet avautuvat ja heräävät kehityksen kuluessa.

Minän ja itsen käsitteet voi erottaa toisistaan. Itse on oikeastaan tarkastelevan minuuden ”vastaminuus”, joka kasvaa esiin ylykkeitä. Se on tavallaan varsinaisen minän vastakuva. Monet ajattelijat, jotka ovat pyrkineet tiedostamaan ihmistä, ovat erottaneet toisistaan ylemmän ja alemman minuuden. Niiden välillä on tavallaan käynnis-

sä ”taistelu” tai ”pyhä sota”. Itsen itsekkyyks pyrkii sokaisemaan minuuden, jolloin yksilö ei havaitse totuudenmukaisesti, mitä hän tekee. Itse ottaa valtaansa sielun sisältöjä ja tulee joskus niistä vahvaksi ja pöhöttyneeksi. Minuus edustaa tässä taistelussa puhtaampaa ja moraaliltaan kehittyneempää psyyken kerrosta.

Itse on energiaa, joka on rakenteellinen osa ihmissielua. Itse yhdessä narsismimme kanssa luo minuuden vastakuvan. Oikeastaan vastaminuus on varsinaisen minän heijastusta. Se on se osa minuutta, joka elää yllykkeiden varassa. Yksilö ajautuu tilanteisiin, joissa hän joutuu painimaan tämän alemman luontonsa eli itsensä kanssa. Hänen täytyy ratkaista, minkälaisen moraalisen päätöksen hän tekee. Melkein kaikki teot ja arkiset toimet sisältävät ulottuvuuksia, joita voi pitää eettisinä. Kamppailu itsensä kanssa on kilvoittelua minuuden vapauttamiseksi yllykkeiden ylivallasta.⁴⁹

Minuuden suhde muihin sieluenergioihin on arvoituskellinen, koska osa niistä on tiedottomia eli tietoisuuden pinnan alla. Sellaisia sielunlaatuja, jotka nousevat tietoisuuteen minättöminä kokemuksina, ei ole olemassa. Esimerkiksi ajattelusta voi kysyä, hallitseeko se minuutta, koska ajattelu näyttää hetkittäin olevan riippumaton minuudesta. Ajattelulla on oma jatkuvuuden paineensa, jota minuuden on vaikea pysäyttää. Se toimii meissä alituisen, enkä minä voi joka hetki valita, mitä haluan ajatella. Ajattelun pakko saattaa olla hyvin ahdistavaa.

Ajattelu kohtaa myös uusia virikkeitä, joita se sulattaa aiemmin omaksuttujen ajatusten yhteyteen. Koemme itse luovamme nuo uudentuntuiset ajatukset, vaikka useimmiten on kyse vain ajattelun omista saavutuksista, sillä ajatukset kypsyvät tietoisuuden pinnan alla. Sieltä ne nou-

sevat minuuden valokeilaan ja tuntuvat omilta ajatuksilta. Usein yksilö tuntee tai hän kuvittelee luovansa ajatuksensa itse.

Ajatusidentiteetti

Minuus toteutuu monien sielunfunktioiden kautta. Jotkut näiden toimintojen tuottamat sisällölliset kokemukset liittyvät meihin kiinteämmin kuin toiset. Pysyvimpiä sisältöjä voi kutsua identiteetiksi. Ne muodostavat lähes muuttumattoman tulkinnan todellisuudesta ja tavan sijoittaa itsensä tuohon todellisuuteen. Itseä ja identiteettiä ei ole helppo erottaa toisistaan, monesti ne tarkoittavat samaa. Identiteetti on enemmän kognitiivinen eli ajatuspitoinen psyyken muodoste. Itse on puolestaan selvemmin tunnepitoinen tiedottoman sielun osa.

Ympäristön virikkeet rakentavat identiteetin merkittävältä osin. Tämä laaja ja moniulotteinen sielunmuodoste koostuu kolmesta pääosasta: ajatus-, tunne- ja tahtoidentiteetistä. Identiteetti on luonnollisesti kokonaisuus, eivätkä sen osat ole toisistaan riippumattomia. Yksinkertaisuuden vuoksi niitä on kuitenkin syytä tarkastella erillään toisistaan.

Ajatusidentiteetti tarkoittaa kaikkia niitä ajatuksia, joihin yksilö on samastunut eli identifioitunut. Identiteetti rakentuu kohtaamalla ja havaitsemalla eli lyhyesti oppimalla. Oppiminen on myötäsyntyinen ja itsetoimiva kyky, ja pääasiassa se toimii huomaamattamme. Ihminen ei hallitse itse oppimistapahtumaa, niin kuin ei monia muitakaan mielensä ja kehonsa ilmiöitä. Oppiminen tapahtuu

osin automaattisesti. Lisäksi emme voi varsinkaan lapsuudessa ja nuoruudessa valita sitä, minkälaisissa oloissa kasvamme ja kehityimme. Mieleemme muokkautuu ja saa sisältöjä ympäristön virikkeistä. Identiteetti rakentuu pääasiassa kohdatessamme maailmaa. Eri kulttuurit ja elämäntavat tarjoavat toisistaan poikkeavia virikkeistöjä ja rakentavat erilaisia identiteettejä.

Ajatusidentiteetti koostuu nimenomaan ajatuksista, jotka ovat aikuisuudessa melko pysyviä ja saattaa olla vaikea muuttaa ja korvata niitä. Mahdollisesti yksilö ei luovu joistakin käsityksistään koko elämänsä aikana. Mielenmuutos saattaa tehdä kipeää. Ihmisen on vaikea saada käsityksiinsä tarkastelevaa etäisyyttä, jotta niiden omalaatuisuus näkyisi. Ajatuksille voi olla hyviä perusteita, mutta silti niiden taustalla toimiva usko saattaa olla sokaiseva. Käsitykset tai uskomukset pitävät meitä tällöin vlassaan. Usko on tällöin yllykeluonnon ohjauksessa. Monet muutkin tutut ajatusmuodosteet kuten käsitykset, mielipiteet ja näkemykset kuuluvat ajatusidentiteettiin.

Ajatusidentiteetti koostuu siis identiteettiajatuksista eli käsityksistä, joihin yksilö on samastunut, sitoutunut tai kiintynyt. Kiintymys itseän ja sen sisältöihin on "itse"-rakkautta. Itsen ytimenä ovat narsistiset yllykkeet, jotka ovat "itsekiintymyksen" eli itseän kohdistuvan rakkauden lähde.

Ajatusidentiteettiä voi kutsua myös käsitys- tai uskomusidentiteetiksi. Identiteettiajatuksiset eivät ole vain käsityksiä omasta itsestään, vaan myös maailmasta ja erityisesti ajatuksia omasta asemasta maailmassa. Identiteetti sisältää käsityksiä omasta luonteesta, kyvyistä ja merkityksestä maailmassa. Siihen kuuluvat myös maailmankatsomus ja poliittiset mielipiteet. Erilaisia ajatusidenti-

teettejä voi nimittää myös teoria-, viitekehys-, näkemys- tai katsomusidentiteetiksi. Mahdollista on puhua myös käsiteidentiteetistä, koska käsitteet ovat ajatusolemuksen vakiintunein osa.

Kannatamme eli kannamme mielessämme joitakin käsitteitä vain jonkin aikaa, kunnes ne väljähtyvät tai osoittautuvat mahdottomiksi. Ajatusidentiteetti siis myös kehittyy ja uudistuu, vaikka ajatusolemukseen kuuluu tietty jähmeys, jota narsismi voimistaa. Jotkut henkilöt ovat sellaisia "käsitys-" tai "mielipideautomaatteja", että he tietävät aina, kuinka asiat ovat; tutkiva keskustelu on tällöin vaikeaa.

Ihmiset sitoutuvat hämmästyttävän kiinteästi maailmankatsomuksiin ja uskontoihin. "Oikea oppi" on ankarasti puolustettu itsen osa. Se on aivan kuin yksilön ydinidentiteetti eli ydinitse. Sitoutuminen johonkin ajatusrakennelmaan kuvastaa ydinidentiteetin vallanhimoa, vaikka opit korostavat vapautta ja vapaaehtoisuutta. Puhe on usein toista kuin piilossa olevat asenteet. Tästä näkökulmasta ei ole yllättävää, että opit synnyttävät ja lietsovat vihaa, jopa sotia. Meidän on myös vaikeaa kestää ydinitseen kohdistuvia iskuja. Toisten opit ovat itsearvotukselle ja omalle identiteetille uhka; siksi ne herättävät vihaa.

Yksilön on vaikeaa luopua sellaisista identiteettiajatuksista, joihin hän on ollut pitkän aikaa samastunut. Esimerkiksi aatteellisesta, poliittisesta ja uskonnollisesta sitoutumisesta on todella tuskallista päästä eroon. Ilman vakavaa kriisiä se tuskin onnistuu, varsinkin jos sitoutumiseen liittyy vielä asema julkisuudessa ja yhteiskunnassa. Yhteiskunta määrittelee yksilön ja yksilö määrittelee itsensä yhteiskunnan kautta.

Ajatusidentiteetin kannalta ei ole olennaista se, ovatko ylläpidetyt käsitykset tosia tai epätosia, vaan se, missä määrin yksilö on niihin sitoutunut. Käsitykset muodostavat persoonan. Myös ihanteellisella minäkuvalle on usein tiukka ote meistä. Siihen kuuluvat ihanteet ovat toki yleensä rakentavia, mutta monesti täytyy vapautua myös niistä tai ainakin korjata niiden tulkintaa kehittyäkseen. Ihanneminää emme toisaalta ole luoneet itsenäisesti, vaan siihen ovat vaikuttaneet ympäristön vaatimukset, joista osan yksilö on sisäistänyt.

Ajattelu on siis minäinen energialaatu. Samastumme ajatuksiimme varsinkin juuri ajattelun hetkellä, mutta toisaalta ajatuksemme nousevat mielen valokeilaan vaikiintuneesta ajatuskannastamme. Oikeastaan me pidämme itsenämme lähinnä niitä ajatuksia, joita mielemme on omaksunut ja joita kannamme mielessämme.

Yleensä olemme niin samastuneita ja sitoutuneita ajatuksiimme, että emme näe niiden rajoittuneisuutta. Ehkä tällöin käsityksemme eivät olekaan minäisiä vaan pikemminkin "itseisiä". Esimerkiksi eri-ikäiset tulkitsevat kohtamaansa todellisuutta eri tavoin, koska heillä on omat halunsa ja tarpeensa sekä omat ennakkokäsityksensä todellisuudesta, jonka he ovat luoneet omaksi todellisuudekseen.

Käytännössä olemme aina ennakkoluuloisia, koska me tarvitsemme ennakkokäsityksiä selviytyäksemme kohtaamistamme tilanteista. Ymmärrämme aiemmin omaksumillamme käsityksillä maailmaa; muuten emme selviytyisi lainkaan. Heitämme heti "käsittämisverkon" kohtaamamme ylle ja kohdattu todellisuus saa yleensä välittömästi tulkinnan. Miltä maailma näyttäisi ilman minäänlaista tulkintaa?

Ajatusidentiteettini vaikutus ei rajoitu vain minuun itseeni, vaan se heijastuu ympäristöön puheitteni, tekojeni ja vaatimusteni kautta; identiteettini koskettaa siis myös muiden identiteettejä. Toimiessani käsitysteni ja tottumusteni mukaan kohtaan lähimmäisteni ja työtovereitteni käsitykset ja toimintaotteet. Identiteetti tai itse saattaa aiheuttaa konflikteja. Jähmettynyt identiteettipersona tukahduttaa yhteisön henkisen ilmapiirin. Identiteetti on myös valtaa. Ihmisillä on usein taipumus levittää omaa identiteettiään muiden noudatettavaksi. Pelkällä omalaa-tuisella olemassaolollamme olemme osa toisten elämää. Joudumme ottamaan huomioon muiden käsitykset ja elämänotteet sekä sopeutumaan niihin. Yksli

Käsitysten liikkumattomuus juontuu pitkälti narsistisista itseyllykkeistä. Varsinkin tietoisuudelta piilossa olevat "itse"-pintaiset uskomukset ovat yllykkeiden energisoimia. On usein vaikea tunnistaa jopa tietoisten identiteettiajatusensa todellisia juuria, koska tällaiset "itselähtöiset" eli itsekkäät ajatukset ovat narsismin "käynnistämiä". Saatamme tuntea erityistä hohdokkuutta juuri omassa ajattelussamme. Joskus tämä johtuu oivalluksen riemusta, koska narsismi ottaa osansa siitäkin. Hohto heijastaa yksilön "itseihastusta" omaan ajatuskantaansa.

Ei ole syytä unohtaa, että monet omaksutut käsitykset ovat perusteltuja ja niistä kannattaakin pitää kiinni. Tämä osoittaa nimenomaan todellisuuden tajua ja vastuullisuutta. Tässä tarkastellaan vain ajatusolemuksen psykodynaamisia kytkentöjä eikä käsitysten totuusarvoa. On syytä huomata, että kieli, jonka yksilö oppii, on tärkeä ajattelun herättäjä, mutta samalla myös rajoittaja.

Tahtoidentiteetti

Identiteettiajatukset ovat läheisessä yhteydessä henkilön asemaan ja rooliin. Niinpä jokaisella meistä on myös ”identiteettitahto”, jonka kautta sijoitumme tekevinä maailmaan. Ennen kaikkea olemme osa yhteiskuntaa. Sisäisesti tarvitsemme tehtävien luomaa roolituntoa kokeaksemme itsemme sosiaalisesti jäsentyneeksi ja arvokkaaksi persoonaksi.⁵⁰ Tehtävä-, rooli- tai asemaidentiteetti, ja koko laaja tahtova orientaatio elämässä, on identiteetin ydin.

Tahtoidentiteetti tarvitsee luonnollisesti tuekseen käsityksiä, nimenomaan identiteettiajatuksia, jotka selittävät ja kuvaavat henkilön teot ja aseman. Eri-ikäiset ihmiset määrittävät ja haluavat tulla määriteltyiksi eri tavoin, kykyjensä ja tarpeidensa mukaan. Tarvitsemme aseman ja roolin eli laajasti käsittäen tahtoidentiteetin.

Toiminnallinen orientaatio on myös tapoja, tottumuksia ja käytänteitä. Työ, harrastukset ja taidot ovat keskeinen osa identiteettiämme, samoin kuin arvot ja päämäärät. Teot virtaavat parhaimmillaan luistavasti ja taitavasti. Sulava kyvykkyys näkyy usein myös moraalisisissa asenteissa ja niitä vastaavissa toimissa. Saattaa olla vaikeampi muuttaa toimintakaavojansa kuin käsityksiään. Muutos alkaa yleensä ensin ajattelussa, uusien vaihtoehtojen tunustelemisena omassa mielessä.

Tekevinä ihmisinä tulemme osaksi muiden elämää, ja jos emme saa tekojamme sovitettua yhteen toisten tahtojen kanssa, syntyy ristiriitoja. Lapsuutemme elämänmallit ja arvot syöpyvät tahtoon, todelliseksi ”syväidentiteetiksemme”. Mallista oppiminen on tahdon kehityksen ja tekemällä oppimisen lähtökohta.

Tahtoidentiteettimme koostuu siis elämäntavoista, tot-

tumuksista, tehtävistä, asemista ja tavoitteista; kyse on pitkälti elämän hallinnasta. Tehtävät ja roolit ovat haluttuja siksi, että niiden kautta tunnemme itsemme arvokkaaksi. Samalla sitoudumme yhteiskunnan päämääriin. Tavoitteet eivät ole useinkaan aidosti omiamme vaan yhteiskunnan asettamia. Rooli organisaatiossa tai asema julkisuudessa merkitsee monesti sellaista mahtiasemaa, jossa voi kokea olevansa ”voimassa”.

Henkilökohtaisten päämäärien taustalla on aina yllykkeitä ja haluja. Nämä löytävät kohteensa yhteiskuntajärjestelmästä. Oikeastaan yhteiskunnan rakenteet ja arvot muodostavat varsin vääjäämättömät ehdot, joista yksilö luo tavoitteensa ja joiden rajoissa hän toteuttaa niitä. Identiteetti riippuu siis yhteiskunnan tilasta. Eri kehitysvaiheessa olevissa tai muutoin erilaisissa yhteiskunnissa identiteetti muodostuu erilaiseksi, olemme pitkälti yhteiskuntamme kuvia.

Demokraattinen yhteiskunta on laajasti käsittäen myös liberaali, mikä tarkoittaa muun muassa sitä, että yksilö voi toteuttaa halujaan ja innostuksiaan, mikäli ne eivät ole pahasti ristiriidassa yhteiskunnan sääntöjen ja tapojen kanssa.

Tunneidentiteetti

Yksilön henkilökohtaiset tavoitteet sekä käsitykset itsestä ja toimintansa motiiveista ovat identiteetin pelkistetty ydin. Siihen kuuluu vielä muutakin, nimittäin tunteet. Varsinkin lapsuudessa olemme lyöneet syviä tunnejuuria ympäristöön. Tunneperäistä liittymistä tapahtuu kaikkeen: fyysiseen ympäristöön, elämäntapaan ja kulttuuriin

monentasoisiiin ilmiöihin. Näihin kohteisiin kiinnittyvät tunnekokemukset rakentuvat tunneidentiteetiksi.

Psykodynaamisesti tärkeitä ovat tunnesuhteet läheisiin. Yksilön liittyminen on aina rajoittunutta sekä maantieteellisesti että persoonakohtaisesti. Varsinkin lapsi on psykologisessa kehityksessään liittynyt suhteellisen harvaan joukkoon ihmisiä. "Perusliittymät" ovat harvalukuisia ja psykologisesti merkittäviä.⁵¹ Liittymät ovat kiintymyssuhteita, ja ne toteutuvat vanhempien tai muiden läheisten kanssa. Ne muokkaavat lapsen persoonallisuutta eli merkittävää osaa hänen tunneidentiteetistään. Liittyminen on riippaisevin osa elämäämme ja itseämme.

Tunteet kuuluvat ihmisen kokemusavaruuteen. Ne ovat periaatteessa synnynnäisiä mutta tärkeällä tavoin kehittyviä valmiuksia. Tunteet kiinnittyvät toistuvasti joihinkin kohteisiin, joten näistä tulee yksilön kannalta merkittäviä. Meillä kaikilla on paljon pysyviä myönteisiä kiintymyskohteita, mutta luonnollisesti myös pitkäaikaisia viha-, pelko-, häpeä-, katkeruus- ja kateuskohteita. Esimerkiksi yleisistä käsityksistä poikkeavia mielipiteitä edustavat joutuvat usein negatiivisten tunteiden kohteiksi. Positiivisia kiintymyskohteita ovat yleensä kotiseutu, vanhemmat, lapset, ystävät ja monet elämäntavan ilmentymät.

Jokaisella yhteiskunnalla, yhteisöllä ja perheellä on oma tunnekulttuurinsa. Se voi merkitä sitä, miten tunteisiin ylipäättään suhtaudutaan ja mitä tunteita yhteisöissä viljellään. Yhteisössä vallitsee yleensä käsityksiä tunteista, niiden ilmaisusta tai torjumisesta. Joitakin tunteita arvostetaan ja toisia halveksitaan. Jotkin tavat ilmaista tunteita ovat sallittuja ja jotkin torjuttuja.

Lapsuudessa opimme lähiyhteisömme "tunnetavat". Kaikki tunteet ovat ihmisessä periaatteessa liikkeellä,

koska ihmiset ovat olemukseltaan samanlaisia. Riippuu kuitenkin ympäristön asenteista, miten opimme suhtautumaan niihin. Jos joidenkin tunteiden ilmaisu on kokonaan torjuttu, kyky tunnistaa näitä tunteita saattaa jäädä vaillinaiseksi. Kukaan ei ole täysin itsenäinen tunteisaan, vaan jokainen on kasvanut tiettyyn tunnekulttuuriin, ja myöhemminkin olemme aina jonkin tunneyhteyden jäseniä.

Tunteet ovat usein "arka asia", koska ympäristön asenteet, arvostukset ja vaatimukset kohdistuvat niihin. Kokeemme paljastuvamme juuri tunteissamme. Ne ovat niin lähellä minuuttamme, että ne tuntuvat ilmaisevan herkkää ydintämme. Yksilö ei pidä siitä, että joitakin hänen kätkemiään tunteita lähestytään tai hänet pakotetaan analysoimaan niitä. Jostain tunteesta puhuminen tai sen tutkiminen voi herättää pelkoa, vihaa tai häpeää ja monia muitakin tunteita.

Meissä kaikissa on jähmettyneitä tunnerakenteita, joilla on yhteyksiä pinttyneisiin uskomuksiin. Tunnelukot saavat käyttövoimansa yllykkeistä, jotka ovat tiedottomia ja siksi osin hallitsemattomia. Nimenomaan ne sementtoivat laukeamattomia tunnekudoksia. Tunteissa on mukana myös piilossa olevia ympäristön vaatimuksia, joita ei selkeästi tiedosteta. Yksilö omaksuu ympäristön tunnekäsitteitä ja ne ohjaavat hänen suhtautumistaan kokemuksiinsa. Ihmiset reagoivat myös hyvin eri tavoin. Kärjistäen voi sanoa, että joku pelkää, toinen häpeää ja kolmas vihaa tiettyjen asioiden läsnä ollessa. Käytännössä tietysti reagoimme mutkikkailta tunneyhdistelmillä eli yhtä aikaa useammilla ja keskenään ristiriitaisilla tunteilla.

On oikeastaan hämmästyttävää, kuinka kiinni olemme tietyissä tunnekuvioissa. Tämä kiinnittyminen johtaa

usein dramaattisiin ja tuskallisiin käännteisiin elämässämme. Esimerkiksi katkeruuteen tai vihaan voi juuttua helposti ja saatamme olla huomaamatta, kuinka radikaalisti ne vaikuttavat elämäntilanteeseemme. Kirjallisuudessa ja näyttämötaiteessa käsitellään näitä tunnekuvioita ja ne muodostavat tärkeän osan niiden kuvaamasta dramatiikasta.

Lapsuuden tunnekohteilla ja kiintymyssuhteilla on – niin psykologiassa yleensä ajatellaan – suuri merkitys tunne-elämän muokkautumiseen. Silti ei ole syytä vähätellä tunteissa esiintyvää synnynnäistä vaihtelua; ihmiset ovat jo alun perin erilaisia. Kullakin on oma tunneidentiteettinsä, perustuipa se synnynnäisiin taipumuksiin, temperamenttiin tai yksilöllisiin kokemuksiin.

Inhimillisessä tunnevaruudessa on jokaisella oma konstellationsa. Meillä on taipumus puolustaa ja salata tunnerakennettamme, ja teemme sen usein nimenomaan tiedottomasti. Jopa henkilökohtaiset ongelmatkin ovat meille monesti rakkaita, koska emme halua luopua niitä tukevista ja piilossa olevista yllykkeistä. Ne lataavat ja aktivoivat tunteita, kuten muutakin sielunelämää.

Lisäksi kullakin yhteisöllä on oma tuntokulttuurinsa. Se tarkoittaa muun muassa sellaisia samoina toistuvia perinteitä, joihin tunteet ja elämykset tarttuvat ja joiden yhteydessä niitä viljellään. Suomalainen tuntokulttuuri paljastuu esimerkiksi itsenäisyyspäivän juhlallisuuksissa tai perheen ja oppilaitosten juhlamenoissa. Kohteet ja niihin liittyneet tunteet muodostavat yhdessä tuntokulttuurin. Tämä voi tarkoittaa suhtautumista yhteiskunnan instituutioihin ja varsinkin uskonnon ilmentymiin. Esimerkiksi kristityt ja islamistit vaativat erilaista tunneasentoitumista eri kohteisiin.

Tunteet ovat periaatteessa samat kaikissa ihmisissä, mutta se miten niitä käsitellään ja mihin kohteisiin ne yhdistyvät, vaihtelevat kulttuurista toiseen. Tunteet ovat perimmiltään sisäsyntyisiä, mutta tarvitsevat ja luovat aina kohteen samoin kuin myös yllykkeet ja halut. On väärin ajatella, että ne olisivat täysin subjektiivisia, sillä kohteilakin on jokin osuus tunteen synnyssä eli siis jokin ”tunnearvo”, joka johtuu kohteen ominaisuuksista.⁵²

Tunteet kohdistuvat luontoon, kieleen, taiteeseen, musiikkiin, perinnäistapoihin, juhliin, seremonioihin, uskonnollisiin tilaisuuksiin ja symboleihin. Yksilö yleensä kiintyy kansalliseen tai paikalliseen, nykyaikana tosin myös kansainväliseen tuntokulttuuriin. Kohteet myös herättävät ja luovat tunteita, tuntumia, tunnelmia, tuntoja ja elämyksiä.⁵³ Niistä saattaa tulla osa tunneidentiteettiä, josta ei pysty luopumaan ilman tuskaa. Identiteettiimme kuuluvia tuntoja haluamme kokea uudestaan ja hakeudumme toistuvasti niitä herättävien kohteiden äärelle.

Tunteita myös viljellään ja jalostetaan tunnearvoltaan korkeatasoisissa tilanteissa ja tilaisuuksissa. Parhaimmillaan tuntee kohoavansa elämyksessään johonkin arvokkaaseen, kohtaavansa jotain pyhää ja ylevää. Yleensä juuri tuntojen kautta koemme jonkin asian arvokkaaksi, joten tunteilla ja elämyksillä voi ajatella olevan ontologista merkitystä.⁵⁴ Valitettavasti joissain tapahtumissa viljellään vihaa, pelkoa ja kateutta, erityisesti niiden karkeita muotoja. Samalla lietsotaan kansalaisten alkeellisia yllykkeitä eli villitään heidän ”alempaa luontoaan”.

Identiteetti

Edellä määriteltiin identiteetin koostuvan ajatus-, tahto- ja tunneidentiteetistä. Ne rakentuvat vastaavasti ympäristön ajatus-, tahto- ja tuntokulttuurin kautta. Identifioituminen (samastuminen) kulttuurin osa-alueisiin kuuluu ihmispsykyen lainalaisuuksiin. Identiteetin rakentuminen on tarpeellista, koska sen avulla me yritämme selvittää elämässä.

Viriketaustojen merkityksen huomaamme helpoimmin matkaillessamme, ja vieraillessamme jossain kaukaisessa maanosassa tai muuten etäisen kulttuurin piirissä. Tällöin huomaamme, että niin sanottu mentaliteetti muodostaa ehjän ja kiinteän kokonaisuuden. Sitä on usein vaikea kirjallisesti kuvata, mutta sen elävyyden tiedostaa ihmisten kohtaamisessa. Mentaliteetti määrää kansojen ja kansalaisten elämäntapaa. Terävänäköinen taide tavoittaa mentaliteetin ja siihen perustuvan yksilöiden tai yhteisöjen kohtalon.

Identiteetti merkitsee myös rajoittumista. Rajoittuneisuus tulee esiin, jos elämäntapa, työtehtävät, käytännöt, arvostukset, ideologiat ja muut sellaiset seikat muuttuvat ympäristössämme, ja meidän tulee sopeutua uudelleen. Meidän on usein vaikea seurata mukana kehityksessä. Jokainen on sielun sisällöltään, tunteiltaan, ajatuksiltaan ja pyrkimyksiltään aina yksipuolinen, mutta meidän on toki mahdollista olla tietoisia rajoittuneisuutemme luonteesta.

Identiteetin käsite on sisäisesti ristiriitainen. Sen ydin on periaatteessa riippumaton minuus, mutta tiedottomassa sielussamme vaikuttavat sokaisevat ylläkkeet, ja siksi myös identiteetti on osin tiedoton rakenne. Yksilön kuuluu sitoutua maailmaan, koska vain näin hänen on

mahdollista kehittyä. Meissä on kuitenkin vapauten ja itsenäisyyteen pyrkivä paine, joka on vastakkainen identiteetin rajoittavan luonteen kanssa.

Yksilössä saattaa herätä kaipaus vapaaseen minään, "aitoon olemiseen", puhtaaseen minä-identiteettiin ja eroon "itse-identiteetistä". Silti elämän rajalliset ehdot ja identiteetin yllykkeiset juuret vievät meidät mukanaan. Vapauten pyrkiminen on kamppailua oman narsisminsa kanssa sekä sen tunnistamista ja tiedostamista.

Oikeastaan elämä on jatkuvaa identiteetin etsimistä ja sisäistä uudistumista. Koska yllykkeet ovat identiteetin energia, ne aina jollain tavalla liioittelevat, johtavat harhaan ja avautuvat houkutuksille. Harhainen identiteetti törmää lopulta todellisuuden koviin ehtoihin. Yksilö itse, "yksilön itse", on syypää kokemuinsa narsistisiin loukkauksiin. Meidät on myös tavallaan pakotettu kehittymään identiteetissämme, vaikka välillä haluaisimme pysähtyä sen turvaan ja ehkäpä sen loistoonkin. Identiteetti rakentuu vallitsevista arvostuksista. Arvostusten muutos ja siitä johtuva "identiteettitappio" on joskus niin vakavaa, että ihminen järkyttyy syvästi ja saattaa masentua. Maailma muuttuu ja kehittyy koko ajan. Identiteetti on herkkä ilmiö, siksi toisen henkilön identiteettiä täytyy kohdella hienotunteisesti. Esimerkiksi vakavan sairauden kantaminen on raskas identiteetti.

Identiteetti sitoo meidät ympäristöön, joten on tavallaan luonnollista, että monet asiat ovat eräänlaisia identiteetin jatkeita tai lisiä. Kohottavia ja arvokkaita tekijöitä ovat esimerkiksi läheiset, ystävät, ihmissuhteet, yhteisöt, koulutus, aatteet, ammatit, työpaikat, virat, asemat, tehtävät, menestys, ansiot, julkisuus ja monet esineet. Tyyppillinen miehisen identiteetin jatke on vaikkapa auto, joka

toimii usein itsensä korottamisen välineenä. Ulkonäkö ja vaatetus ovat ehkä useammin naiselle kuin miehelle "identiteettiarka" seikka. Tietyissä ammateissa on aivan perustelluista syistä vaatetuksella tehty selväksi jonkin henkilön ammatillinen asema ja identiteetti; samalla se on ammattiylpeyden aihe.

Minuus on eri asia kuin itse. Ihminen saattaa olla itse-käs, mutta ei "minäkäs", ei ainakaan tavanomaisen kielenkäytön mukaan. Tämänkin voi kuvitella kuvastavan sitä, että minuuden suunta on ei-itse eli epäitsekkyys. Itse on puolestaan "epäminä", vaikka se on "minäistynyt". Narsistiset yllykkeet valta, pyyde ja ahneus pyrkivät kaappamaan minuuden. Identiteetti laajenee, ja ego voi pöhöttyä, mutta minuuteen palaaminen merkitsee pienuutensa myöntämistä, ja oman todellisen "köyhyytensä" oivaltamista.

Minuuden kehittyminen, eli siis kypsyminen tavallaan entistä riippumattommaksi minuudeksi, vaatii raskaitten eksistentiaalisten tunteiden läpi menemistä. Identiteetin rautessa koemme sekä tuskan että vapauden. Vaikka se loppuun vietyinä on kova vaatimus, henkinen kypsyminen edellyttää oikeastaan vähittäistä vapautumista identiteetistä.

Identiteetti muodostuu pelkistäen sellaisista käsityksistä, käyttäytymistottumuksista, rooleista ja tunnereaktioista, joiden syvempää yllyketaustaa yksilö ei tiedosta. Persoonallisuuden käsite on identiteettiä laajempi, ja se käsittää temperamentin, luonteenpiirteet, älykkyyden ja muut lahjakkuuden lajit. Luonnollisesti identiteettiimme kohdistuu monenlaisia uhkia. Jotkin niistä koemme narsistiseksi loukkauksiksi, ja ne herättävät defensiivisiä tunteita.⁵⁵

Minuuden oma aktiivisuus saattaa olla jopa varsin vähäinen. Sielunelämä, omalaatuisena ja monitoimisena kokonaisuutena hallitsee minuutta. Siksi minuutta on joskus pidetty vain passiivisena ja vastaanottavana elementtinä.⁵⁶ Minuus ei alistu kokonaan sielunsa tapahtumille, vaan hän voi asettaa kokemuksensa tarkastelun kohteeksi.

Mieltä ja kokemusta muokkaavalla ajatus- tai tietoisuuskulttuurilla on vaikutusta siihen, missä suhteessa minuus on oman sielunsa sisältöihin, ja niiden kautta maailmaan.⁵⁷ Vallitseva ihmiskäsitys ja tiedostamisen arvostus harjaannuttavat yksilöä arvioimaan kokemuksiaan. Älyllisellä kulttuurilla on vaikutusta itse- ja ihmistuntemukseen. Uskonto näyttää olevan yhä tärkeä tausta itsetuntemukselle ja identiteetille.

Olemassaolon kipeys

Yllykkeet vetävät huomion maailmaan. Ne kietovat ihmisen yhteen ympäristön kanssa ja saavat sen kohteet näyttämään arvokkailta ja haluttavilta. Samalla hän oppii kokemuksistaan, ja hänen toimintavalmiutensa, tapansa ja taitonsa kehittyvät. Samanaikaisesti myös tunteet liittävät hänet maailmaan. Ne luovat merkitystä kohdatuille asioille ja tapahtumille. Tunteilla on kahtalainen merkitys; ne liittävät yksilön ympäristöön ja herättävät hänet uusiin kokemuksiin. Erityisesti eksistentiaaliset tunteet eli häpeä, ahdistus ja tyhjyys ovat tärkeä kokemusperusta.

Edellä mainitut tunteet pakottavat ihmisen tietoiseksi ympäristöstä. Näin on siitakin huolimatta, että ne vaikuttavat suureksi osaksi tiedottomasti. Yksilö on varuillaan

ympäristön suhteen, vaikka ei aina tiedosta varautuneisuutensa syytä. Kipeys tekee häpeästä, ahdistuksesta ja tyhjyydestä olemassaoloa määrittäviä tunteita eli eksistenssin ulottuvuuksia. Niitä voi kutsua myös ”tietoisuustunteiksi”, koska ne valpastuttavat tietoisuutta. Kyseiset tunteet vaihtelevat voimakkuudeltaan ja esiintyvät usein nimenomaan rakenteellisena osana muissa psyyken komplekseissa.



Kuvio 11. Eksistentiaaliset tunteet.

Eksistentiaaliset tunteet koettelevat meitä erityisesti elämän kriiseissä. Ne toimivat siis myös kehittävinä sielunvoimina, vaikka ne pahimmillaan saattavat murtaa miemme. Näillä tunteilla on merkitystä elämän taitekohdisa. Ne kuvastavat nimenomaan ylykeriippuvuutta, josta yksilön täytyisi vapautua. Kokemus aukeaa kohtaamaan uutta, ja mieli organisoituu uudella tavalla. Siksi eksistentiaaliset tunteet eivät ole vain jotain torjuttavaa, vaan ne avartavat ymmärrystä ja kokemusta.

Monesti pyrimme välttämään kipeiden tunteiden kohtaamista. Hän ei päästä niitä nousemaan kokemukseensa tai selittää ne itselleen – ja muille – parhain päin. Jos tietyn tunnetilan torjunta on voimakas, se voi muuttua joksikin toiseksi tunteeksi. Perustava tunne ei tässäkään tapauk-

sessä lakkaa vaikuttamasta, vaan se purkautuu jotain selaista kautta, jota ei ehkä huomaa tai tunnista. Tällainen tunneyhteys, tai ehkä tässä oikeammin "tunne-sekaanus", on meissä joskus pysyvä persoonallisuuden piirre. Esimerkiksi viha saattaa korvata häpeän, pelon, kateuden, katkeruuden tai jopa kiintymyksen. Se saattaa kätkeytyä myös tyhjyyden tunteeseen, jolloin se voi purkautua vaikkapa ahneutena eli voimakkaana omaisuuden tavoitteluna. Näin tunteet muuttuvat toisikseen ja muodostavat mutkikkaita komplekseja. Erinimiset tunnelaadut ovat olemukseltaan eri tavoin kipeitä.

Tunteita on vaikea kuvata. Niillä ei ole fyysisiä ulottuvuuksia pituutta, painoa tai leveyttä muuten kuin kvaalisessa merkityksessä. Tunteiden ontologia on merkittävä ongelma: miten ja miksi tunteet ovat olemassa? Ne ovat sisäisiä tunteita, joita voi esitellä vain niitä luonnehtien. Ahdistus, esimerkiksi eroamisen tuska, on luonnostaan viiltävän kipeä. Häpeä on "levittäytyneempi" eikä niin pistävä, vaikka sen kipeys on joskus murskaava. Tyhjyys tai mielettömyys on usein kuin autio erämaa tai kaiken yhdentekevyys, joka lamaannuttaa mielen.

Haavoittavuutensa takia eksistentiaaliset tunteet ajavat arvioimaan kohdattuja tapahtumia ja elämää. Ne ovat merkki uudistumisen tarpeesta. Narsististen yllykkeiden ja eksistentiaalisten tunteiden välillä on oikeastaan jatkuva jännite ja kamppailu. Yksilö ei tuntisi kipeitä tunteita, jos hänessä ei olisi yllykkeistä johtuvaa sitoutumista. Nimenomaan narsismi luo harhaa elämään, jota kuvataan monissa uskonnollisissa opeissa. Eksistentiaalisten tunteiden puute on merkki jostain jähmettymästä sielunelämässä.

Kipeät tunteet täyttävät jossain elämänvaiheessa koko sielunelämän. Tämä kuvastaa kriisiä ja muutoksen tarvet-

ta. Vaikka yksilö ei tiedostaisi kokemuksiaan eikä osaisi nimetä tunteitaan, ne ovat kuitenkin hänessä liikkeellä. Myllerrys sielunelämässä tapahtuu monesti tietoisuuden pinnan alla, ja se aiheuttaa vain epämääräisiä tuntemuksia. Oikeastaan ihminen on aina jossain määrin menossa tai mennyt harhaan. Tunteiden tunnistaminen saattaa helpottaa elämää muutospaineissa.

Uudistuminen ei yleensä lähde käyntiin ilman tuskallisia tuntemuksia. Vanhat rakenteet ja sosiaaliset yhteydet saattavat muuttua henkilön kannalta myönteisistä kielteisiksi. Mikään ei säilytä alkuperäistä arvoaan loputtomiin. Kerran hyvä ei ole aina hyvä, vaan on voinut muuttua vastakohtakseen. Tämä on elämän säälimätöntä logiikkaa. Omahyväisyydessään yksilö haluaisi ikuistaa kaiken kerran hyväksi koetun. Eksistentiaaliset tunteet hajottavat vanhaa ja puristavat minuutta riippumattomuuteen. Tällöin voi tuntea kuiluun putoamisen ja tuhoutumisen tunteja.

Häpeää koemme tavallisesti tilanteissa, joissa epäilemme, että emme täytä todellisia tai kuviteltuja vaatimuksia. Se esiintyy usein myös tilanteissa, joissa pyrimme itseme, ympäristön ja ihmisten hallitsemiseen. Jäämme ehkä tavoitteistamme tai emme onnistu vaikuttamaan meitä koskeviin mielipiteisiin ja arvostuksiin. Ankara häpeä saattaa olla merkki ylivirittyneestä vallan tai hallitsemisen yllykkeestä, mutta samalla se – paradoksisesti – on merkki uudistumisen mahdollisuudesta.

Häpeä on näin tavallaan käänteinen merkki vallanhimosta. Siinä on myös kyse sisäisestä herkkyydestä. On hyvä ymmärtää aika ajoin hävetä käsityksiänsä ja toimintatapojansa. Häpeänsekaiset tunteet tarjoavat mahdollisuuden oman jähmettyneen identiteettinsä tai vallanhi-

monsa tiedostamiseen; häpeämätön ei havaitse tällaisia seikkoja.

Häpeä yhdistetään tavallisesti moraalisiin vaatimuksiin. Sosiaalinen ympäristö vaatii jäseniltään tietynlaista käyttäytymistä. Tällaisia vaatimuksia on itse asiassa valtava määrä: normit ja tavat hallitsevat elämäämme. Moraali ei kuitenkaan ole vain ulkoisia vaatimuksia, vaan myös omaksuttuja ihanteita. Ne muodostavat niin sanotun ”yliminän”, joka kontrolloi tiedottomasti toimintaa. Silti ihanteet saattavat aiheuttaa sisäistä syyttelyä, häpeää ja syyllisyyttä.

Pelon lähtökohta on usein hyväksytyksi tulemisen yllyke, joka saattaa tehdä yksilön neuroottiseksi. Meillä on painetta esiintyä menestyneenä, olipa se totta tai ei; pelkäämme osoittautuvamme huonoksi muiden silmissä. Itsetunto lepää osaksi narsististen yllykkeiden varassa, siksi niitä ei tule riistää pois yhtäkkiä. Itsetunto, valta ja hallitseminen pitävät elämän järjestyksessä, joten niillä on omat myönteiset ja välttämättömät puolensa.

Laajemmin käsittäen yksilö saattaa lopulta ymmärtää hävetä syvää itsekkyyttään. Hän kokee syyllisyyttä siitä, että hänen sielunsa sopukoissa majailee narsismia, joka lopulta on kaiken inhimillisen pahan lähde. Yllykeluonnon täydelliseen tunnistamiseen ja tunnustamiseen on kuitenkin pitkä matka. Tästä näkökulmasta häpeässä voi nähdä metafysisen ulottuvuuden. Joskus on puhuttu ”kosmisesta häpeästä”, jolloin ihminen häpeää ihmisyyttään korkeamman todellisuuden edessä.

Häpeä avaa omalta osaltaan tiedostamisen mahdollisuuden. Ei ole oikeastaan perusteltua syytä sille, että tämän tunteen kiusallinen voima täytyisi poistaa kokemuksesta. Se häviää, tai ainakin muuttaa muotoaan, vain

kypsyessämme, mikä tarkoittaa usein ylykkeyden voittamista. Näin myös epämääräinen häpeä on eksistentiaalisesti merkittävä tunne.

Ahdistus sisäisenä kipuna on puolestaan merkki siitä, että olemme liittyneet johonkin, joka pyrkii purkautumaan. Aina emme tiedä, mistä on kyse, ja siksi se voi olla epämääräinen tunne. Ahdistumattomuus saattaa puolestaan olla merkki sisäisestä jäykkyydestä, herkkyiden puutteesta ja uudistumisen vaikeudesta.

Moni luova ihminen kokee "maailmantuskaa". Hän tuntee liittymisensä todellisuuteen olevan puutteellista ja vaillinaista. Aiemmin tehdyt runot, sävellykset, kirjalliset teokset, tieteelliset näkemykset tai muut sellaiset eivät enää riitä. Tästä syntyy yritys luovuuden avulla ylittää ahdistuksen syvä kuilu. Se on luova hetki, jolloin syntyy jokin ennennäkemätön tuotos tai luova teko. Luovan yksilön kykyihin kuuluu uudistuva ahdistus, joka muuttaa entistä ja synnyttää uutta. Ahdistus on oikeastaan merkki siitä, että yksilö on tyytymätön niihin liittymiin tai yhteyksiin, jotka toteutuvat elämässä.

Luovuus edellyttää irrottautumista vanhasta. Häpeä tekee herkäksi ympäristölle ja sen oletetuille vaatimuksille. Sisäinen tuska ajaa yksilön kipeään erillisyyteen ja tarkkailemaan oman elämänsä yhteyksiä. Ihminen saattaa kohdata myös "kosmisen ahdistuksen", äärimmäisen yksinäisyyden ja erillisyyden tunteen. Itse asiassa se kertoo syvästä yhteyden kaipuusta, joka elää sisimmässämme. Se kertoo myös ehdottoman riippumattomuuden mahdollisuudesta. Vapauden saavuttaminen on silti usein tuskallista.

Mielettömyyden tai tyhjyyden elämys pakottaa yksilön arvioimaan tekemisiään ja roolejaan maailmassa.

Raskasta on kohdata arvottomuuden tunne, joka kuvastaa käänteisesti haluamme tuntea itsemme arvokkaaksi. Arvokkuuden kokemuksessamme olemme sitoutuneet johonkin käsitykseen omasta asemastamme. Sisäinen kehityksemme vaatii silti ajoittain tahtoidentiteetin uudistumista, ehkä joskus täydellistä uudelleenorientoitumista elämässä.

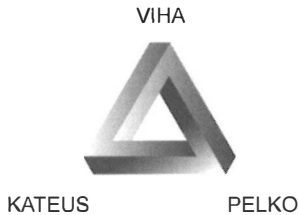
Tyhjyys on epämääräisen kivulias kokemus, vaikka yleensä sillä on selvä kohde, esimerkiksi työttömyydestä johtuva roolin ja arvon puute. Mielettömyyden tuntemukset saattavat raastaa ulkonaisesta menestyksestä huolimatta. Tyhjyys on merkki sitoutumisesta johonkin pyrkimykseen, joka tuntuu epätydyttävältä. Toisaalta se on viite siitä, että yksilö hakee uutta identiteettiä. Täydellistä rauhaa ja tasapainoa näyttää olevan vaikea tavoittaa, koska sielussamme elää monia ristikkäisiä voimia. Saa-vuttamisen yllyke luo yhä uudelleen levottomuutta ja tyytymättömyyttä omiin tuloksiin.

Monelle on myös tuttua "kosminen mielettömyys" tai "metafyysinen tyhjyys". Tämän tunteen tukemana näkee ja kokee oman merkityksettömyytensä maailmankaikkeudessa. Äärimmäisenä kokemuksena se riisuu meidät kaikesta identiteetistä, ainakin armoitetuksi hetkeksi.

Puolustavat tunteet

Me emme ole vain avoimia haavoja todellisuuteen nähden. Meidän täytyy myös puolustautua kokemiamme uhkia vastaan. Uhka herättää tunteita ja muita mielen liikkeitä, jotka pyrkivät perimmältään suojelemaan meitä.

Puolustavien tunteiden ytimen muodostavat viha, pelko ja kateus. Niitä voi kutsua myös defensiivisiksi tunteiksi.



Kuvio 12. Defensiiviset tunteet.

Viha on perusdefenssi. Se esiintyy sekä hyökkäämisessä että puolustautumisessa. Tosin näitä ei voi aina erottaa toisistaan; hyökkäys on puolustautumista ja puolustaminen hyökkäämistä. Riippuu näkökulmasta, kuinka tilanne käsitetään. Psykodynaamisesti on kyse puolustamisesta, vaikka oikeastaan siis hyökkäävästä puolustautumisesta. Useissa tunteissa on jotain defensiivistä.

Viha käynnistyy tavallisesti silloin kun yksilö kokee, että jotain hänelle arvokasta uhataan. Tämä voi olla tietysti oma tai läheisten hyvinvointi, heidän terveytensä tai omaisuutensa. Samoin puolustamme arvostamiamme käsityksiä esimerkiksi väittelyssä. Arvojen kyseenalaistaminen tai vähättely herättää meissä vihamielisiä tuntemuksia. Esimerkiksi kansallisesti tärkeiden arvojen loukkaaminen on johtanut monesti selkkauksiin ja sotiin. Konflikteista syntyy usein pitkäaikaista vihanpitoa. Tämä kuvastaa kansallisten arvostusten merkitystä ihmisten kokemuksessa. Kansojen keskinäinen vihanpito tulee helposti kansalaisten identiteetiksi, josta on vaikea luopua.

Jokaisella yhteisöllä tai kansalla on varsin pysyvä traditionaalinen ja ihanteellinen ihmiskuva, johon kansalaisten oletetaan kasvavan ja pyrkivän. Psykologisesti mielenkiintoista on se, että yksilö puolustaa omaksumaansa minäkuvaa ja pyrkii torjumaan siihen kohdistuvat iskut. Iskemme takaisin ja torjumme meihin kohdistuvan arvostelun virheellisenä, ja usein kieltäydymme näkemästä ja myöntämästä asioiden todellista tilaa.

Viha on luomassa tietoisien sielun ja tiedottoman sielunelämän välistä rajaa. Se tavallaan "partioi" tällä rajalla, jolloin tiedottomiksi torjutut aiheet eivät nouse pintaan ja pääse kokemukseen. Viha vetää rajaa, torjuu, puolustaa ja erottaa. Se on eräänlainen "rajadefenssi" tai "rajafunktio" ulkoisessa todellisuudessa, mutta erityisesti sielunelämässämme ja sen sisäisissä ristiriidoissa. Viha on yksi niistä tärkeistä tekijöistä, jotka jakavat psyykemme tietoiseen ja tiedottomaan osaan.

Emme halua kohdata arvostuksen menetystä. Jos kykenisimme luopumaan arvokkuudesta, mikään tuskin haavoittaisi meitä. Pelkäämme itsearvostuksemme puolesta ja olemme kateellisia muiden arvokkaista suorituksista. Piilotamme myös itseltämme arkoja sielunaiheita, raskaita tunteita ja muistoja noloista tilanteista. Traumaattiset kokemukset ja identiteettiä rakentavat ihanteet kätkeytyvät usein huomioltamme.

Vihaa esiintyy yhteisössä, kun valtarakenteita halutaan pitää yllä, mutta nimenomaan myös silloin, kun valtaa jaetaan uudelleen. Muuttuvat tilanteet edellyttävät organisaatioiden ja valtarakenteiden uudistamista. Käsitukset saattavat kuitenkin törmätä toisiinsa, ja yksimielisyyttä järjestelmän muodosta ja vallan käytöstä saattaa olla vaikea saavuttaa. Edut ja näkemykset menevät ristiin, ja

mahdollisesti syntyy valtataistelua päätös- ja määräysval-
lasta. Myös itsenäistyminen joistakin sitovista muodoista
tai uskomuksista herättää kamppailemaan henkilökohtai-
sen vallan puolesta. Viha täyttää usein yksilön mielen hä-
nen puolustaessaan riippumattomuuttaan.

Viha kuuluu eksistenssiin ja sillä on monet kasvot. Vi-
han monimuotoisuuden vuoksi se ei ole, niin kuin eivät
ole muutkaan sielunilmiöt, vain teoreettinen ongelma,
vaan yksilön kannalta nimenomaan tunnistamistehtä-
vä. Meissä kaikissa on vihaa, joka saattaa herätä myös
itsessämme olevaa heikkoutta kohtaan. Tämä "itseviha"
kohdistuu usein myös ympäristön ihmisiin ja leviää si-
vullisiin. Elämämme saattaa jossain kehityksen vaiheessa
osoittautua pettymykseksi. Voimattomuus ja pettymys
saattavat kuitenkin olla merkki käännteestä, ja uudesta voi-
maantumisesta sisäisessä kamppailussa.

Pelko aktivoi toisin tavoin kuin viha. Viha saa hyök-
käämään, pelko taas välttämään tai väistämään. Siksi sitä
voi kutsua "välttämisen defenssiksi". Tavallaan se on enna-
kointi- tai odotustoimi, koska se liittyy tilanteisiin, jossa
yksilö ennakoii tai odottaa tuskaisesti, eli siis pelkää jotain
tapahtuvan. Pelkoa nimitetään usein ahdistukseksi, ja sitä
voi pitää jonkinlaisena ahdistuksen muunnoksena. Pelko
muistuttaa kipeydessään eksistentiaalisia tunteita.

Perustasolla pelko liittyy havaintoihin ja tilanteen tul-
kintaan. Oikeastaan vain kokenut tai tietävä ymmärtää
pelätä. Tämä tunne sisältää odottavaa tietoa tai mieli-
kuvia, ja tuntemattoman pelko on eräänlainen ääriarvo.
Pelon vuoksi ihminen valpastuu ja tarkkailee tilannetta,
ennakoii tulevaa ja yrittää varautua siihen. Todella uhkaa-
vaksi kokemastamme tilanteesta saatamme paeta. Tällä
tavalla pelko siis puolustaa yksilöä. Se on perimmiltään

hyödyllinen ja viisas tunne, mutta silläkin on ylilyöntinsä ja yliherkkyytensä.

Jatkuva pelko voi johtaa lamaan tumaan tai kohtuutomaan ympäristön tarkkailuun sekä erilaisten uhkaavien tai kuviteltujen merkkien näkemiseen. Se luo helposti määrättömästi mielikuvia uusista pelonaiheista ja niistä tapahtumista, joita tulee pelätä. Pelkoherkkyys rajoittaa liittymistä ja hakeutumista hyödyllisten kokemusten ja harrastusten pariin. Pelko myös leviää ja ihmiset tartuttavat pelkoa toisiinsa. Vapaa puhuminen peloista saattaa kuitenkin purkaa pelon aiheita ja niiden luomia paineita.

Pelkäämistä ja pelokkuutta hävetään varsinkin miesten maailmassa. Se yritetään peittää, minkä vuoksi se aiheuttaa paineita. Pelottomuus ja rohkeus ovat siis ihanteistettuja ominaisuuksia ja vaatimuksia. Yksilö ei halua paljastua arkajalaksi pelätessään menettävänsä muiden kansalaisten arvostuksen ja samalla itsearvostuksen. Elämä on monelle meistä avoimen tai kätketyn pelon voittamista.

Yksilön on silti hyvä ymmärtää pelätä esimerkiksi omien tekojensa seurauksia. Niinpä myös tämä tunne on paradoksinen, niin kuin tunteet yleensä. Pelko ei sinänsä ole huono tai hyvä tunne; se yksinkertaisesti kuuluu ”kokemusavaruuteemme”. Yksilön selviytymisen kannalta sillä on sekä myönteiset että kielteiset puolensa. Ehkä tässä voi puhua elämän pelosta. Se tarkoittaa sitä, että pelkää tekojensa seurauksia loputtomasti ja sitä, mitä teoillaan aiheuttaa itselleen ja muille.

Samoin kuin viha myös pelko on luomassa tiedottoman ja tietoisien sielun rajaa. Pelkäämme kohdata sielunaiheita, jotka tuntuvat jollain tavoin aroilta. Peitämme muistoja ja kokemuksia, menneitä käsityksiämme ja tekojamme, kos-

ka ne saattavat aiheuttaa häpeää, syyllisyyttä, ahdistusta ja arvottomuuden tuntemuksia.

Kätkeytyneet sielunaiheet tekee pelättäviksi varsinkin se, että ne eivät sovi olettamiimme yleisiin arvostuksiin tai ihanteelliseen minäkuvaamme. Rajoittavista muodosteista vapautuminen edellyttää yleensä niiden tunnistamista ja tunnustamista, mikä on nimenomaan eksistentiaalisia tunteita herättävä prosessi. Elämä toteutuu tunnesolmuina, joita on vaikea ratkaista. Merkillisesti umpikujatkin lopulta ylitetään.

Kolmas defensiivinen tunne on kateus. Sitä ei yleensä pidetä myönteisenä mielenliikkeenä. Se mielletään heikkoudeksi, josta pitäisi päästä eroon. Ihmisen kokemusavaruudessa sillä on kuitenkin jokin tehtävä. Ainakin se motivoi tavoittelemaan asioita, joita muilla jo on. Se voi johtaa toisaalta käänteisesti sellaisten arvojen tuhoamiseen, joita toiset pitävät tärkeinä. Kateutta liikkuu lähes aina sielusamme, ainakin tietoisuuden pinnan alla. Se ehkä omalta osaltaan aktivoi ja ylläpitää kohdearvojen todellisuutta.

Kadehtiminen osoittaa, mitä yksilö todella arvostaa, tai se osoittaa sen, että hän tietää, mitä yleisesti arvostetaan. Todellisuus ei ole neutraali, vaan se on arvostusten kyllästäminen ja läpäisemä. Tiedot, taidot, tavarat ja asemat ovat eriarvoisia ihmisten ja yhteisöjen kokemuksessa.

Psykodynaamisesti kateutta voi kutsua arvodefenssiksi. Kadehtimisessa tapahtuu itse asiassa kaksisuuntainen liike: toisaalta jonkin kohteen arvostaminen ja toisaalta pyrkimys palauttaa arvo itselle. Arvon palautus saattaa tapahtua vaikkapa väheksymällä toisen ansioita tai persoonaa, korottamalla omien saavutusten arvoa, selittämällä asiat itselleen parhain päin tai puolustelemalla omaa vajavuuttaan. Kateus, varsinkin tiedottomana, tukee saa-

vuttamisen ahneutta. Näin se itse asiassa luo tiedotonta sielunkerrosta kuten muutkin defensiivit viha ja pelko.

Merkittävä kysymys on, miksi ihmisen olemus jakautuu tietoiseen ja tiedottomaan sielunelämään. Se on syvä ontologinen kysymys. Monesti puhutaan myös alemmasta ja ylemmästä luonnosta, joista edellinen kuuluu tiedottomaan sielunelämään ja toinen tietoiseen sielun kerrokseen. Joskus menneisyydessä puhuttiin tässä yhteydessä vieteistä tai vaistoista ja järjestä, mutta sieluelämän kerroksisuus on tätä paljon monimutkaisempi arvoitus.

Defensiiviset tunteet suojaavat yksilöä kukin omalla tavallaan. Suojaamistehtävässään ne ovat kuitenkin ristiriitaisia kehityksen kannalta, koska ne sulkevat kohtaamismahdollisuuksia. Tämä koskee sekä muita ihmisiä että oman tiedottoman sielun aiheita. Defensiiviset tunteet ovat usein panssari ja kehityksen jarru, jonka pitäisi sulaa jossain vaiheessa. Pyrkimys defenssien murtamiseen saattaa silti johtaa ikäviin seurauksiin kaikille osapuolille. Yksilö tarvitsee kipeästi defenssinsä, joten niihin täytyy suhtautua ymmärtäväisesti.

Defensiiviset tunteet heräävät väistämättä lapsuuden ja nuoruuden kehityksen aikana, ja näin kuuluu tapahtuakin. Ympäristö muokkaa niiden kokemista ja esiintymistä, vaikka synnynnäisiä taipumuksia ei ole syytä aliarvioida. Läheisillä on oma tunnedynamiikkansa mutta myös omat käsityksensä tunteiden arvosta. Yhteisöllä on tunneasenteensa ja oma tunnekulttuurinsa. Tämä kasvualusta muokkaa yksilön tunne-elämää, sen tunnistamista, arvioimista ja ilmaisemista.

Hankala tunne-elämä

Jonkin tunteen ylikorostunut tai hallitsematon esiintyminen ei häiritse vain yksilöä itseään, vaan saattaa tulla myös lähiympäristön ongelmaksi. Yhden henkilön oma-laatuinen tunne-elämä tai yllykeluonto saattaa hallita koko yhteisöä. Yleisemmästä näkökulmasta tunteet ovat ”yhteisöainesta”, jotka voivat tukea yhteisön perustehtävän saavuttamista tai sitten ne saattavat tehdä yhteistyön vaikeaksi. Siksi hankalien tunteiden selvittely on usein välttämätön osa yhteisön myönteistä kehitystä.

Haluamme hallita elämäämme ja työtämme; se on luonnollista. Hallitseminen on kuitenkin valtaa ja tarvittaessa vallankäyttöä. Vallalle on monia syitä. Se varmistaa saavutusten tavoittamisen ja säilyttämisen. Vallassa voi olla kyse tiettyjen ihanteiden tai yhteisölle kuuluvien etujen puolustamisesta. Valta kuitenkin ylittää helposti tietyn rajan, jonka jälkeen se ilmentää yksilöllistä vallanhimoa tai vallassa olevan henkilön oman edun tavoittelua.

Monesti näyttää siltä, että juuri tiettyjä tunteita pyritään ylläpitämään ja lietsomaan jossakin tietyissä yhteisöissä. Tyypillistä on esimerkiksi, että vallankumouksellisissa ryhmissä tai kansalliskiihkoisissa kokouksissa kiihotetaan vihaan. Pelkoa ja kateutta käytetään vimman herättämiseen. Kansanjoukossa irtipäässeet ja kielteiset tunteet voivat saada paljon tuhoa aikaan.

Tunteiden motivoiva merkitys on yleensä ymmärretty yhteisöjen ja kansanliikkeiden parissa. Tämä koskee myös myönteisiä tunteita, joita ei aina ole niin helppo nimitä. Kiintymys ja luottamus omaan tehtävään rakentavat yleensä myönteisesti ryhmän toimintaa. Yleviä ja jaloja tunteita on kuitenkin vaikea kuvata. Ihminen voi hienoim-

pana hetkenään nousta korkeuksiin, joissa elää puhtaus, vaatimattomuus ja kirkkaus.

Tunteiden herkkyyks meissä ei suinkaan ole vain heikkoutta. Yksilön erityinen kyvykkyys tiedostaa ja ymmärtää asioita saattaa perustua jonkin tunteen yliherkkyyteen. Tuo tunne saattaa myös estää jonkin ikävän ilmiön ryöstäytymistä henkilössä esiin. Se voi toimia tärkeänä kasvattajana. Tunteiden vaikutukset eivät todellakaan ole yksinkertaisia. Koska ne yllykkeiden ohella pitkälti määräävät elämästämme, meidän täytyy oppia tunnistamaan niitä. Tämä ei tarkoita, että elämässä ei olisi myös harkittua järkipärsäisyyttä ja suunnitelmallisuutta, mutta tunteet ja yllykkeet ovat kaikessa mukana.

Defensiiviset tunteet aktivoituvat tilanteesta, joka koetaan uhkaavaksi. Uhka edellyttää tietysti jollain tavoin tilanteen tulkintaa; uhka onkin yleensä pelonsekaista odo- tusta. Defensiiviset tunteet ovat harvoin samalla tavoin epämääräisiä kuten eksistentiaaliset tunteet. Jos niillä ei ole tiedostettua kohdetta, niille on kuitenkin tyypillistä, että ne hakevat kohteen. Joskus kohde ei ole se, mikä tosi- asiassa herätti tunteen.

Defensiivisissä tunteissa toteutuu helposti kohteensiirtymä. Puramme vihaamme sijaiskohteeseen, koska jostain syystä emme uskalla tai voi kohdistaa sitä sinne, minne se oikeasti kuuluisi. Esimerkiksi itseviha kohdistuu lähiympäristöön. Psykologisesti on tärkeä huomata, että monesti emme ole lainkaan tietoisia niistä menneisyyden oloista, jotka ovat tietyn tunteen taustalla. Vihan tunnekin on saattanut rakenteellistua pysyväksi tunnetaipumukseksi ja vakioiseksi reaktioksi lähes kaikkeen.

Joidenkin pysyvänä seuralaisena on katkeruus. Se asetuu usein asumaan yksilön psyykeen ikään kuin parasit-

tinä. Katkeruutta on voimakkuudeltaan montaa astetta ja sitä on montaa sävyä. Pohjimmiltaan se syntyy erityisesti lapsuuden kovista pettymyksistä. Yksinkertaisimmillaan se rakentuu kateudesta ja vihasta, niiden jonkinlaisena sekoituksena. Monesti se näkyy selvästi kasvoista, joihin on saattanut syöpyä vuosikymmenet kannetun katkeruuden ja erityisesti vihan jälki.

Pahimmat lapsen kokemista pettymyksistä johtuvat kasvattajien laiminlyönneistä, jotka puolestaan juontavat juurensa vanhempien epäkypsyydestä. Lapsi tuntee olonsa hyvin voimattomaksi, jonka hän muuttaa vihaksi. Viha on luonnollinen reaktio pettymykseen. Jos pettymys on jatkuvasti läsnä, ikään kuin kirjoitettu elämäntapaan, niin se rakentaa jatkuvan torjunnan ja suojautumisen syvälle sieluun. Sitä on vaikea purkaa tai vaikea päästä siitä eroon, koska viha on se energia, joka pitää tämän kompleksin koossa.

Edellä mainittua muodostelmaa voi hallita myös pelko, joka on rakentunut siitä, että todellinen uhka on läsnä kaiken aikaa. Pelko saattaa olla herkemmin heräävä tunne kun viha. Silti on mahdollista, että sielussa vaanii jatkuvasti kateus. Se voi yllättäen herätä kostoiskuksi, jonka aikaansaamaa tuhoa on vaikea ymmärtää. Joskus yksilöt nauttivat vihasta ja jatkuvasta vihoittelusta, vihapuheesta, pilkasta, ivasta, vähättelystä, syrjinnästä, yksin jättämisestä, kiusaamisesta, ja ehkä lopulta äärimmillään kiduttamisesta ja jopa tappamisesta.

Häpeä, joka on tullut herkäksi ja voimakkaaksi, käynnistää pelon defenssin. Pelkäämme häpeää ja sen yllättävää tulvahtamista kokemukseen, koska tämä elämys ei yleensä nopeasti poistu mielestämme. Elämän tilanne muuttuu ainakin sillä kertaa vaikeasti hallittavaksi. Ihmi-

nen pelkää myös pelkoansa, ja se voi lamaannuttaa. Usein kädet alkavat vapista, kasvot saattavat jäykistyä ja punastua, joskus vapina valtaa koko kehon. Pelkoa pidetään halveksittavana tunteena. Miesten normit tai miehekkyyden ihanteet pitävät epämiehekkäänä ja raukkana sellaista yksilöä, joka ei ole rohkea.

Pelko on todella hallitseva mutta usein myös piilotettu tunne. Monelle yksilölle elämä on pelon voittamista. Se uusiutuu esimerkiksi joissakin ammateissa yhä uudestaan ja uudestaan, koska jännittäviä tilanteita tulee jatkuvasti. Esimerkiksi esimiehet saattavat pelätä päätösten tekoa, koska niiden lopputulos ei ole välttämättä nähtävissä. Pelko on keskeinen osa stressiä.

On tietysti ihmisiä, jotka eivät pelkää, mutta monesti ulkokuori pettää. Harva myöntää pelkäävänsä, ja on oikeastaan yllättävää, kuinka huonosti yksilöt edes tunnistavat pelkäävänsä. Heillä on tällöin sisintä kaivertava stressi jonka olemassaoloa he eivät tiedä. Se saattaa kuitenkin näkyä tarkkaavaiselle työtoverille tai muulle läheiselle. Usein pelokkaita ihmisiä kiusataan, jos heidän pelokkuutensa näkyy ulospäin. Kiusaaja hoitaa tavallaan omaa syvälle piiloutunutta pelkoa pelottelemalla muita. Pelko voi todella niin syvälle piiloutunut, että yksilö ei todella tiedosta sitä, ja kuitenkin pelokkuus hallitsee.

HIENOSTUNEET KOKEMUKSET

Kaksi erilaista sukusolua yhdistyvät toisiinsa, ja ne alkavat jakautua nopeasti uusiksi soluiksi. Syntyvät solukonaisuudet erikoistuvat eri tehtäviin ja niistä kehittyvät ihmisen eri osat. Nykyään tutkijat ovat varsin yleisesti sitä mieltä, että vauva kokee jo kohdussa jotain, ilmeisesti äidin tuntemuksien mukana. Syntymän jälkeen yksilön kyvyt ja toiminnot alkavat kehittyä nopeasti geneettisen perimän mukaisesti.

Yksilön psyykkinen olemus kasvaa vähitellen esiin, ja se rakentuu fyysisen kehon rinnalla ja yhteydessä siihen.⁵⁸ Lapsi on nimenomaan kokeva ja toimiva olento. Ihmissielu rakentuu mielen funktioiden ja ympäristön virikkeiden yhteisvaikutuksesta. Kasvava yksilö alkaa tulkita kokemaansa, vaikka aluksi hyvin kapeasti.

Lapset oppivat erityisesti jäljittelemällä sosiaalista ympäristöä ja omaksumalla sen tarjoamia malleja. Merkittäviä jälkiä jää lapsen kokemukseen niistä arvoista, jotka säätelevät lapsuuden kasvuympäristöä ja elämäntapaa. Elämäntapa ei tarkoita vain lähiympäristöä, vaan nykyään media-ympäristöllä on ollut jatkuvasti laajentuva merkitys. Yksilön kohtaamat virikkeet ovat myös yhä kansainvälisempiä.

Yllykeluonto ja kognitiot

Ihmisen sisäistä elämää koskevat tarkastelutavat jakautuvat pääasiassa kahteen ryhmään. Toiset korostavat yllykkeitä ihmistuntemuksen lähtökohtana, kun taas toiset perustavat psykologisen tiedon mielen luomien kognitioiden pohjalle. Psykoanalyysissä on kiinnitetty päähuomio seksuaaliseen impulssiin. Jos ylipäättään on löydetty tai mainittu muita yllykkeitä, niiden on uskottu juontuvan kuitenkin libidosta eli elämänvietistä. Kognitiivinen psykologia sen sijaan tarkastelee ihmistä enemmän merkityksiä luovana ja päätöksiä tekevänä olentona.

Tässä esitetyn näkemyksen mukaan tunteet ovat seurausta yllykkeistä, tosin käytännössä tunnistetaan tai nimitetään vain harvoja tunteita.⁵⁹ Tässä näkemyksessä ei mielen luomilla merkityksillä ole teoreettisesti painokasta asemaa, vaikka psykoterapia tapahtuu puheen eli merkitysten välityksellä.⁶⁰ Psykoterapiassa on pyrkimys vapauttaa henkilö tiedottoman sielun muodostelmista, jotka aiheuttavat tuskaista oloa. Ongelmaista yksilöä yritetään auttaa pääsemään irti jäykistyneistä ja osin tiedottomiksi jääneistä käsityksistä. Kipeiden tunteiden tai häiriökäyttäytymisen lähtökohta on yllykkeissä. Tunteissa on itsessään motivoivaa luonnetta.

Kognitiivisessa psykologiassa huomio kiinnitetään merkityksiin, jotka yksilö antaa joillekin hänen kannaltaan tärkeille kohteille. Psykoterapeutti ehkä huomaa, että tutkittava henkilö antaa epäadekvaatteja merkityksiä joillekin objekteille ja tapahtumille. Kognitiiviselle psykologialle mielikuvatkin ovat vain merkityksiä.⁶¹ Terapian aikana potilas tiedostaa riippuvuutensa vääristä käsityksistä ja paranee, kun hän oppii antamaan adekvaatteja merki-

tyksiä joillekin ahdistaville kohteille. Kognitiivisessa psykologiassa on yleensä havaittu ja myönnetty yllykkeiden ja tunteiden olemassaolo, vaikka kokemuksen ymmärtäminen siinä tapahtuu pääasiassa yksilön luomien merkitysten kautta. Tunteetkin tulkitaan usein pelkiksi merkityksiksi.

On tarpeen kuunnella luonnollisen kielen viisautta, koska "kieli on jo havainnut" jonkin mielen tai sielun tosiasian. Kieli on pitkässä kehityksessään muokkautunut psyykkisten kokemusten ja mielen funktioiden luonteen mukaisesti. Siksi paneutumalla kieleen ja kuuntelemalla sen ilmaisuja tarkasti saa itselleen paljon psykologista tietoa. Ilman kieltä emme ehkä ymmärtäisi kokemuksestamme mitään. Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että hänen kasvuympäristössä käytetään ilmaisevaa ja rikasta kieltä.

Kielessä on alustava kartta, jonka avulla tunnistamme mieleemme toimintoja ja tiloja. Kieli antaa luontevan mahdollisuuden puhua sielunelämästä. Suomi on erityisen hyvä kieli kuvaamaan ihmisen kokemusta. Kieltä täytyy toki uudistaa ja on keksittävä jatkuvasti uusia käsitteitä, sillä se on tarpeellista havaintojen ja ilmaisujen kehittymisen takia.

Psykodynaaminen tarkastelu, erityisesti psykoanalyysi, luo melko kyynisen ihmiskäsityksen. Se sopii hyvin luonnontieteellisen materialismin mukaiseen maailmankatsomukseen. Koulutetut yksilöt ovat kaikki saaneet mieleensä ainakin jonkin annoksen luonnontiedettä ja materialismia. Siinä on se hyvä puoli, että lapset oppivat tieteellistä kriittisyyttä. Ihmisolento nähdään tällöin usein vain yhtenä kehittyneenä eläinlajina, ja unohdetaan helposti monimuotoinen sielunelämä.

Ihminen on monikerroksinen olento. On väärää madaltamista, jos huomio kiinnitetään vain hänen narsismiinsa. Yllykeluonnon vastapainona täytyy tunnistaa myös kulttuuriolemus. Yhteiskunnan ja kulttuurin monimuotoisuus luo perustan yksilöiden lahjakkuudelle ja sitä seuraavalle luovuudelle.

Korkeakulttuuriin voi laskea mukaan kaiken sen, mikä puhuttelee ihmistä ja mikä saa hänet ainakin hetkeksi kokemaan jotain, joka tuntuu todelta, ylevältä, kauniilta, hyvältä, rakkaalta ja jopa ikuiselta. Se liikuttaa syvästi yksilöä ja saa hänet tuntemaan elämän arvokkaaksi. Moni tuttu harrastuksen alue vaikuttaa inhimillistävästi kokemukseen, niin kuin esimerkiksi musiikki, kuvaamataiteet, tieteet, uskonnot, arvot, tavat, seremoniat, filosofiat, urheilu ja monet muut. Näissä harrastuksissa elää sellaista virikkeellistä voimaa, joka korottaa kokemuksen tasoa.

Ilman herätteitä kulttuuriolemus ei pääse kehittymään. "Ylemmän luonnon" tunnistamista voi pitää elämän yhtenä päätehtävänä. Varsinkin taiteet, filosofia ja monet muut kulttuuriharrastukset välittävät elämyksiä, jotka vaikuttavat kypsymiseen kohti riippumatonta minuutta.

Kasvatuksen ja kulttuuriympäristön tulisi valmistaa opiskelijaa ottamaan vastaan inhimillisen luovuuden tuotteita ja tuloksia. Ahdas maailmankatsomus estää etenemästä kohti uutta oivaltamista.⁶² Ei ole samantekevää, mitä ajatellaan ihmisestä, sillä ajattelu on vaikuttava osa kokemustamme. Oikeastaan ajattelu tulkitsee aina kokemuksen, eli kokemuksemme on siis aina tulkittu kokemus. Monet antropologisesti mielenkiintoiset kulttuurit ovat paikalleen jähmettyneitä elämäntapoja.

Oivallus on onneksi joskus niin yllättävä, että se työntää syrjään aiemmat uskomukset. Huomaamme, että maa-

ilma on toisenlainen, kuin luulimme. Henkilön on vaikea omaksua uutta käsitystä todellisuudesta, ja varsinkin totuutta omasta itsestään. Myös tiede saattaa rajoittaa yksilön kokemusta. Omaksutusta tieteellisestä teoriasta voi tulla paikalleen pysähtynyt identiteetti. Opettajan täytyy varoa sitomasta opiskelijoita uskomuksiin, jotka jäykistävät ajattelua.

Kulttuurin luomia hienostuneimpia kokemuksia ei ole helppo kuvata. Kyse on kyvystä kohdata ja tuottaa niitä. Ymmärtäminen edellyttää jotain liikahdusta ihmisen sisäisessä maailmassa. Opiskelijalle ei voi opettaa mitään, mihin hänen sisäisyytensä ei jotenkin reagoi. Psyyken luonteeseen kuuluu, että se vastaa virikkeisiin jollain tavoin. Mutta mitä epähavainnollisempiin laatuihin edetään, sitä enemmän on kyse yksilön sisäisyyden avautumisesta vastaanottamaan vaikutelmia. Kulttuurin monipuolisuus on se avain, joka säilyttää vastaanottokyvyn inhimillisesti arvokkaalle. Kasvatuksen täytyy luoda mahdollisuuksia, jotka korottavat kokemuksen tasoa.

Ihminen elää aina rajallisissa ja erityisissä oloissa. Osa rajallisuudesta johtuu henkilön psykodynaamikasta, sen yksilöllisestä rakenteesta. Nimenomaan kulttuuriolentona hän ylittää psyyken rajat ja kohtaa hienostuneemman todellisuuden. Narsismi sekoittuu aina kaikkeen inhimilliseen, mutta kulttuurinen viritys avartaa kokemusta. Syvimmän oivalluksen tai henkisen kosketuksen hetkellä monet yllykkeet osallistuvat ihmissielun toimintaan. Vaikka kokemuksessa on ristiriitoja, vasta kulttuuri tekee ihmisestä ihmisen.

Häpeä, syyllisyys ja velvollisuus

Tunne-elämä koostuu peruskoordinaateista, jotka ovat aina mukana kokemuksessa. Eksistentiaaliset tunteet ovat myötäsyttyisinä olemassa, jos yksilö ei ole kehittynyt vajavaisesti. Kaikki tunteet eivät ole yhtä aikaa pinnalla ja monet tunteet saatetaan tietyksi torjua, mutta niiden täydellinen puuttuminen on rinnastettavissa fysiologiseen kehitysvammaan.

Häpeä merkitsee tietoisuutta yhteisön edellyttämistä muodoista ja painetta sääntöjen noudattamiseen. Se on välitön ja tavallaan primitiivinen sielunenergia. Syyllisyys on jo selvemmin ajattelevaa tietoisuutta. Laadullisesti häpeän ja syyllisyyden välillä on tunnistettava ero, vaikka ne ovat lähellä toisiaan ja esiintyvät usein yhdessä. Syyllisyyttä voi pitää häpeän kehittyneenä metamorfoosina. Syyllisyys on häpeää mutkikkaampi tunne, jossa on mukana tietoisuus tekojen, ajatusten ja tunteiden seurauksista. Syyllisyys on korkeatasoisempi tuntemus kuin häpeä, vaikka ne esiintyvät harvoin erillisinä kokemuksen hetkellä.

Yksilö saattaa hävetä sitä, että hän on syyllistynyt jonhonkin tekoon, jonka yhteisön moraali (valta) tuomitsee. Henkilö voi tuntea syyllisyyttä, vaikka hän on varma, että muut eivät tiedä, mitä hän on tehnyt. Häpeä ja syyllisyys ovat mutkikkaita tunteita, ja nämä käsitteet sekoittuvat usein toisiinsa. Siksi niitä ei ole helppo kuvata. Lisäksi lukuisat muutkin tunteet tekevät ihmisen kokemuksen hyvin monivaihteiseksi.

Ihmisen psyykessä herää tunteita, vaikka niihin ei näyttäisi olevan mitään pakottavaa syytä. Joskus tuntuu, että ne elävät omaa elämäänsä. Tunteet eivät ole suorassa

yhteydessä todellisuuteen, mikä on ne kuitenkin pääosin muokannut. Syyllisyys merkitsee yleensä sitä, että ympäristössä on moraalisia vaateita, jotka yksilö on omaksunut. Mahdollisesti hän on asettanut myös itselleen eettisiä ja muita tavoitteita, mutta kokee, että ei saavuta niitä. Syyllisyys ei tule selkeästi esiin, jos ympäristössä on epäjohtonmukaisia vaatimuksia. Silloin on vaikea tietää, mitä pidetään oikeana ja mitä vääränä. Tällöin yksilö kokee häpeää ja vihaa, mutta ei ehkä tunne lainkaan syyllisyyttä.

Jotkut yrittävät saada toisen henkilön kokemaan syyllisyyttä, vaikka tämä ei olisi tehnyt mitään tuomittavaa. Yksilö on tällöin vaikeassa tilanteessa. Tavallisesti syyllistäminen nostaa esiin vihaa ja hän torjuu sen kokemuksestaan. Ihminen ei suostu syylliseksi eikä tuomittavaksi, jos hän kokee tilanteen epäoikeudenmukaiseksi. Syyllisen leimasta saattaa olla kuitenkin vaikea päästä eroon, vaikka tietäisi tai ainakin uskoisi itse, että ei ole tehnyt mitään väärää. Hän saattaa myös tuntea joutuneensa jonkin juonen uhriksi.

Syyllistäminen on pyrkimystä saada syyllisyyden tunteet kiinnittymään johonkin arkaluontoiseen asiaan. Syyllistäjä kietoo toisen taitavasti syyllisyyteen, eikä tämä pääse siitä eroon. Toisaalta syyllisyyden tunne ei herää, jos henkilön moraalit eivät vastaa ympäristön painostukseen. Yksilö saattaa myös oivaltaa, että häntä hiostetaan ja yritetään hukuttaa epäoikeutettuun syyllisyyteen. Tavallisesti syyllistetty lopulta "polttaa päreensä" eli suuttuu. Näin hän ehkä pystyy torjumaan harhauttamisen ja onnistuu puolustamaan vapauttaan.

Syyllistäminen on vahvaa vallankäyttöä, jossa yksilö pyritään alistamaan toisen henkilön tahtoon. Siinä se muistuttaa häpeää, mutta syyllistämistä on vaikeampi tor-

jua, koska se on moniselkoinen tunne. Häpeä herää kehityvässä kokemuksessa aiemmin kuin syyllisyys, joka on kokemuksessamme mutkikkaampi elämys. Syyllisyyttä on vaikeampi ymmärtää, ja sen vuoksi siitä irti pääseminen on vaikeampaa.

Joskus olemme todella tehneet jotain tuomittavaa. Tiedämme syyllistyneemme johonkin, mutta yritämme kätkeä sen muilta. Syyllisyys perustuu useimmiten yhteisön moraaliin, eikä sitä sen vuoksi ole helppo myöntää. Emme halua olla huonoja yhteisön tai kenenkään silmissä. Yksilöllä on harvoin rohkeutta arvioida omaa moraaliaan. Psykopaattisena piirteenä voi pitää sitä, ettei koe syyllisyyttä ollenkaan tai kuvittelee aina olevansa parempi kuin muut.

Kiusaaminen perustuu yleensä vihaan, jota joku tuntee toista henkilöä kohtaan. Vihaa voi kokea monesta eri syystä, sillä vihaa herättäviä taustakokemuksia on erilaisia. Vihassaan kiusaaja haluaa herättää syyllisyyden tunteen, mikä on hyvin haavoittavaa. Syyllistäminen johtuu yleensä kiusaajan halusta tuntea olevansa parempi kuin kiusattu. Kiusaaja voi pelätä myös sitä, että kiusattu on sittenkin parempi kuin hän, jos hän ei jotenkin varmista tuon toisen huonommuutta.

Ihmisen alitajunta juonittelee monesti ovelammin kuin hänen älykkyydelleen pitäisi olla mahdollista.⁶³ Tunteet antavat uutta energiaa, joka vahvistaa alitajuista älykkyyttä. Sen avulla yksilö puolustaa neuvokkaasti jopa ovelasti omia etujaan niin, ettei ole itsekään siitä tietoinen. Toisaalta herkkää syyllisyyden tunnetta on helppo käyttää "vangitsemiseen". Jos tiedostaa joutuneensa syyllistämisen kohteeksi, se johtaa usein vihaan ja jopa raivoon. Henkilö reagoi voimakkaasti, jos häntä syytetään epäoikeutetusti jostain teosta, jota hän ei ole tehnyt. Kokonaistilanne voi

kuitenkin olla niin uhkaava, että omia näkemyksiä ei rohkene tuoda esiin.

Yksilö saattaa osoittautua tunnottomaksi kiusaajaksi tai julmaksi kiduttajaksi. Tällöin on yleensä kyse kiusaajan heikkoudesta. Hän siirtää oman pahan olonsa, tiedottoman pelkonsa tai kätkeytyvän vihansa toisen henkilön kannettavaksi. Ylykkeet myös tarttuvat ihmisestä toiseen ja siitä voi syntyä laaja, joskus koko yhteiskunnan käsittävä yhteisöpatologia. Myös pieni yhteisö, kuten perhe, saattaa olla jonkin ylykepatologian riivaama.

Velvollisuuden laiminlyöminen nostaa esiin syyllisyyttä, mutta yleensä vasta sitten, kun kasvuympäristö on herättänyt valmiuden tuntea velvollisuutta. Velvollisuudessa ei ole yhtä ehdottomasti moraalista ulottuvuutta kuin syyllisyydessä. Silti monet asiat, joita pidetään velvollisuutena, herättävät syyllisyyttä, jos yrittää välttää niiden tekemistä tai yrittää muuten paeta niitä. Yhteiskunta yrittää kasvattaa velvollisuuden tuntoa ja syyllisyyden tunnetta, tosin niiden sisältö vaihtelee yhteisöstä toiseen.

Hyvän ja väärän velvollisuuden erottaminen on hankalaa. Yksilö saattaa tehdä velvollisuudesta moraalisesti kyseenalaisia tekoja. Me emme uskalla toimia toisin kuin, mitä yhteisö vaatii. Olemme moraalisesti osin epäkypsiä ja riippuvia yhteisöstä. Emme suinkaan ole itsenäisiä tai riittävän rohkeita. Moraalinen päättäväisyys on monesti vaikeaa, sillä yhteisössä nousee viha omaperäistä henkilöä kohtaan.

Meitä vaivaavat usein epämääräiset ja kohteettomat häpeän ja syyllisyyden tunteet. Jonkinasteinen ja vaihteleva syyllisyys kuuluu luonnollisena osana elämään. Harvoin koemme täysin tyydyttävää onnistumista toimissamme. Epäonnistuminen on jossain määrin mukana lähes kai-

kissa teoissamme. Epätäydellisyys saa meidät kokemaan ympäristön paineen erilaisina häpeän tuntemuksina. Ihminen myös syyllistyy kaikissa teoissaan, sillä narsismi on mukana lähes kaikessa, mitä hän tekee.

Me elämme luottamus- ja oikeusyhteiskunnassa. Voimme luottaa lähes aina viranomaisiin, mutta useimmiten myös toisiin kansalaisiin. Pettäminen on vahingollista kaikille osapuolille ja näin käy luottamusyhteiskunnassa onneksi harvoin. Meillä on oikeus saada korvauksia, jos olemme kärsineet jonkin vääryyden. Jos jollakin on oikeus, jollain toisella taholla on yleensä tähän liittyvä velvollisuus. Erityisesti kehittyneessä yhteiskunnassa häpeä, syyllisyys, velvollisuus ja oikeus liittyvät mutkikkaasti toisiinsa.

Harmi, katumus ja ymmärrys

Henkilöä voi harmittaa se, mitä hän tai muut ovat tehneet tai jättäneet tekemättä. Häntä harmittaa lisäksi se, mitä hän tai hänen ystävänsä ovat menettäneet. Harmittaminen kuvastaa sitä, että asiat eivät ole edenneet halutulla tavalla. Ihminen on harmissaan, koska hänen sisällään on ristiriita jonkin toivotun tilan ja todella tapahtuneen välillä. Yliherkkä yksilö tuntee häpeää ja jopa syyllisyyttä tilanteessa, missä on tapahtunut pieni tai merkityksetön vahinko.

Harmittaminen esiintyy kokemuksessa eri voimakkuudella, ja se on sukua pettymykselle, tappiolle tai menetykselle. Se liittyy myös katkeruuteen. Harmissaan yksilö kääntää vihan usein itseensä. Tämä on yleinen tunne mo-

nien vaikeiden työtehtävien yhteydessä, sillä työt vaativat nykyaikana korkeaa koulutusta ja monenlaisia taitoja.

Yksilöt ovat harmin määrän suhteen erilaisia. Toiset kaipaavat menestystä, ehkä nimenomaan onnistumista jossain "suuressa asiassa" tai "suuressa tehtävässä". On selvää, että lapsi ei harmittele kovin isoja asioita, koska hän ei ymmärrä niitä. Sen sijaan aikuiset haluavat onnistumista jossain merkittävässä tehtävässä. Jos yksilö kokee tappion tehtävässä, johon hän on kiinnittynyt pitkän aikaa tai joka on ollut tavallaan hänen identiteettinsä, hän saattaa murehtia menetystä kauan. Harmittaminen on yleinen inhimillinen tunne. Se saattaa täyttää koko mielialan, samoin kuin pettymys, joka voi olla joskus todella raskas elämys. Harmi vie mukanaan monesti koko henkilön mäsennukseen.

Häpeän ja syyllisyyden sisäinen metamorfoosi on katumus. Se on kehittynyt muoto sisäistä aktiivisuutta. Se on enemmän kuin häpeä tai syyllisyys, ja se koettelee sisäistä kestävyyttä. Useimmat tuntevat jossain tilanteessa katumusta teoistaan, vaikka he eivät olisi täysin tietoisia tämän tunteen läsnäolosta. Katuvaa saattaa harmittaa se, että hän on rikkonut jotain tärkeää, joka kuuluu hänen elämänsä. Silti hän ei näe syytä katumukseen, vaan on vain harmistunut menetyksestä. Jos hän vahingoittaa itseään tai menettää omaisuuttaan, ystävät voivat tuntea sääliä häntä kohtaan, ja he ehkä pyrkivät auttamaan häntä. Joku on niin herkkä, että hän suunnittelee itsemurhaa häpeän, syyllisyyden ja katumuksen paineen alla.

Jos yksilö pyrkii korvaamaan aiheuttamansa vahingot, se merkitsee jo aiempien tekojen sovittamista. Yleensä sovitus koskee jollain tavoin ympäristöä, jonka kanssa on joutunut ristiriitaan tai jännitteeseen tilanteeseen. Ka-

tumukseksi kutsutaan sitä, kun henkilö arvelee tehneensä jotain väärin, ja hän tunnistaa sen, mutta myös ennen kaikkea tunnustaa sen – ainakin itselleen. Vihamiehet tai kilpailijat saattavat sen sijaan tuntea vahingoniloa ihmisen virheistä tai erehdyksistä.

Katumus saattaa olla moraalisesti neutraali tunne, jolloin se tarkoittaa melkein samaa kuin harmittaminen. Katumukseen kuuluu kuitenkin moraalista sävyä, jolloin siihen liittyy usein vaatimus teon sovittamisesta. Yksilö oppii sen ehkä ensin matkimalla ympäristön vaatimuksia. Hän saattaa oivaltaa lopulta myös katumuksen idean. Kysymys ei ole enää vain sovittamisen jäljittelystä, vaan hän tuntee syyllisyyden kumpuavan jostain syvemmältä. Pinnallinen jäljittelevä oppiminen on muuttunut sisäiseksi oivallukseksi. Näin tapahtuu, kun tietoisuus syvenee.

Jos ymmärtää katua tekoaan, voi välttää rangaistuksen. Katuja saatetaan joissain tapauksissa armahtaa. Rangaistukseen ei kuitenkaan aina vaikuta se, ymmärtääkö tekijä tekonsa moraaliset ulottuvuudet. Yksilöä saatetaan silti rangaista, vaikka hän toimi täysin tiedottomasti. Ehkä ympäristö armahtaa joissain tapauksissa henkilön toimet, koska hänen katsotaan olevan ”syyntakeeton” eli moraalisesti ymmärtämätön. Ihmisen teot eivät ole koskaan täysin vailla moraalista ulottuvuutta (eli siis amoraalisia), toisin sanoen niitä voi aina arvioida jostain moraalisesta näkökulmasta.

Ihmisen liike on aina teko, eli se on kuvattavissa joillakin inhimillisillä sanoilla, jotka tavallaan muuttavat pelkän liikkeen teoksi. Siinä on merkitys mukana, koska teon tulkitsevat aina läsnä olevat ihmiset tai yksilö itse. Mieli kantaa merkityksiä mukanaan ja se määrittelee liikkeen teoksi. Ihmisten välille saattaa tietysti syntyä eripurai-

suutta siitä, mistä teosta on kysymys tai miten teko täytyy tulkita, eli millä sanoilla ja millä lauseilla sen kuvaus tapahtuu. Erityisen vaikeaa on olla yksimielisiä mielen teoista; helpompi on arvioida yksimielisesti ulkoisia tekoja.

Joissain tilanteissa vaaditaan rohkeutta antautua katumukseen, sillä siihen kuuluu itsearviointin ja parannuksen idea. Muutoksen täytyy tapahtua yksilön sisimmässä, ja kamppailu saattaa kestää kauan. Jos katumukseen ei liity moraalista ulottuvuutta, kyse on ehkä vain huonon käytännön parantamisesta. Katumukseen kuuluu aikomus muuttaa aidosti käyttäytymisensä moraalista tasoa. Parannukseen liittyy yleensä jokin eettinen näkökohta. Katumus on ylipäättään suhteellista eli suhteessa henkilön omaksumaan näkemykseen.

Oivaltaessaan oman syyllistyvän olemuksensa ymmärtää paremmin myös muita. Kaikki ovat tehneet jotain väärää ja rikkoneet lakia. Mutta mistä tulee laki tai kuka sen tuo? Lopulta ihmisen omatunto antaa siihen vastauksen. Sisimmästämme voi tietysti nousta väriäkin vastauksia. Siksi on pakko alistua julkiseen keskusteluun sekä noudattaa ainakin aluksi yleistä lainsäädäntöä.

Viimeinen tuomari on ääni, joka nousee sisäisyydestämme. Mutta voiko tähän "sisäiseen puheeseen" luottaa? Se on kuitenkin ainoa lähde, joka luo kehityksen. Moraalin pohtiminen opettaa ymmärtämään ja suvaitsemaan erilaisia ihmisiä ja eri elämänmuotoja. Pitemmän päälle voi noudattaa vain sisintään eli omaatuntoaan. Vaikea on kuvitella, että vastauksia tulisi muualta. Luonnollista on tosin se, että yksilö samastuu muiden näkemykseen ja noudattaa heidän käsityksiään.

Jos haluaa olla itsenäinen, täytyy mennä häpeän, syyllisyyden ja katumuksen läpi. Tämä saattaa olla hankala

koettelemus, mutta se parantaa ymmärtämystämme toisten vaikeuksia ja tuskallisia elämyksiä kohtaan. Ymmärtämys on esimerkki mielen kokemuksesta, joka ei ole vain formaalista tietoa vaan nimenomaan prosessi. Kriisin kuvaan kuuluvat viha, valta ja hallitseminen, joille yksilön täytyy antaa uusia muotoja. Tässä taistelussa ymmärrys muuttuu ymmärtämykseksi ja ihminen joutuu koettelemaan omia tuntojaan ja käsityksiään vallitsevia näemyksiä vastaan.

Monet tässä kappaleessa esiintyvät sanat kuuluvat ihmisen liikkeen eli tekojen ja mielen kuvaukseen. Kristilliseen kilvoitteluun liittyy kiinteästi myös katumuksen velvoite.⁶⁴ Tähän joukkoon kuuluu sellaisia tärkeitä ilmaisuja kuten anteeksi pyytäminen ja anteeksi antaminen.

Ahdistus, suru ja sääli

Tuskainen ahdistus on viiltävä kokemus. Erilleen joutuminen rakkaasta perheen jäsenestä, ystävästä, kotiseudusta, omasta lemmikkieläimestä, hyvästä työpaikasta tai jokin muu vastaava eroaminen aiheuttaa tuskaa. Yksilö joutuu tällöin luopumaan kohteista, joihin hän on kiintynyt. Tällaiset koettelemukset ovat usein kasvun hetkiä, jotka saattavat viedä kohti vapautumista jostain riippuvuudesta. Se ei yleensä käy vaivattomasti, vaan se nostaa pintaan ahdistusta.

Fyysisesti ahdistusta vastaa kipu, joka muistuttaa elämyksenä terävän esineen tekemää haavaa ihossa. Tuska on eräs psyyken ulottuvuus monikerroksisessa olemuksemme. Ahdistusta esiintyy silloin, kun jotkin sisäisesti

kokevat olennot eroavat toisistaan tai ne revitään erilleen. Ihmistä kiusaa ajoittain selittämätön ahdistus, mikä uudistaa häntä. Se pakottaa hänet luopumaan jostain menneestä, vaikka hän ei aina tiedosta, mistä tuskallisessa tunteessa on lopulta kysymys.

Ahdistuksen kehittynyt metamorfoosi on suru. Ahdistus on selvemmin reaktiivinen tila. Suru sen sijaan merkitsee suurempaa sisäistä aktiivisuutta. Suru ei silti suoranaisesti ole itse tuotettu tila, vaan se vain kohtaa meidät. Se osoittaa tietoisuutta menetetyn asian arvosta ja merkityksestä. Suru on tärkeä prosessi, koska sen torjuminen johtaa sielunelämässä ikäviin vastaiskuihin. "Suruton" ihminen ei osaa antaa arvoa liittymien merkityksille. Suru on siis kehittynyt tunne, ja kyky kestää surua rakentuu hyvissä ja rakastavissa ihmissuhteissa.

Ihmisessä herää sääli, kun hän havaitsee surun väistämättömyyden elämässä. Sääli onkin lähinnä ahdistuksen ja surun metamorfoosi. Osallistumista toisen ahdistukseen ja suruun ilmaistaan myös sanoilla myötätunto tai empatia ("myötäkärsimys"). Nämä tunteet eivät tavallisesti ole pelkkiä reaktiivisia kokemuksia, vaan niissä on mukana harkintaa. Erikoista on oikeastaan se, että lopulta suru ja sääli ovat kauniita tunteita, ja niiden läpikäyminen huipentuu joskus iloon.

Sääli kohdistuu yleensä toiseen ihmiseen, samoin kuin myötätunto. Suru on henkilökohtaisempi kokemus, kun taas säälin liikahtaessa me osallistumme oikeastaan läheisten tai muiden ihmisten kokemuksiin. Sääli voi toki syntyä myös myötähäpeästä tai myötäsurusta. Suru ja sääli elävät rinnakkain, joten niitä on joskus vaikea erottaa toisistaan. Tämän vuoksi on varottava tulkitsemasta tunteita liian yksinkertaisesti.

Sääli ilmaisee yksilössä heränneen osallisuuden toisen henkilön kohtaloon. Silti se ei saa johtaa säärittelyyn, joka koetaan usein epämiellyttäväksi. Sääliin kuuluu toisen ihmisen ainutlaatuisuuden kunnioittaminen. Voimakas myötätunto saattaa tosin hämärtää minuuden rajoja, ja saatamme menettää itsenäisyytemme, jopa päätösvaltamme. Joskus täytyy kestää säälin tunnetta ilman, että pystyy mitenkään auttamaan avun tarvitsijoita.

Tyhjyys, huoli ja vastuu

Henkilö kohtaa tavallisesti tyhjyyden tunteen silloin, kun jokin pitkäaikainen työtehtävä tai sitoutuminen ("projekti" tai hanke) päättyy. Tyhjyys saattaa olla raskas kokemus, joka tuntuu irtautumisena todellisuudesta ja ikään kuin painottomuuden tunteena. Se on ontto tunne, jonka prosessoiminen vie oman aikansa. Lähellä tyhjyyden tunnetta on mielettömyyden kokemus. Tyhjiyteen verraten mielettömyydessä on selvemmin ajattelunkaltaisia eli kognitiivisia sisältöjä. Tyhjiyttä ja mielettömyyttä ei ole helppo erottaa toisistaan.

Tahtoon liittyä usein kaksi näkökulmaa, toisaalta henkilökohtainen kokemus elämän ja työn mielettömyydestä, mutta toisaalta myös huoli tai hätä maailman menosta. Ihminen voi olla huolissaan samanaikaisesti monista asioista, taloudesta, työstä, ihmissuhteista tai vaikkapa lasten ja lastenlasten tulevaisuudesta. Tahdon ulottuvuuksina tyhjyys ja mielettömyyden tunne ovat psyyken peruskokemuksia. Niiden metamorfoosina voi pitää eksistentiaalisesti merkittävää huolen kokemusta. Huolen ja

hädän keskuksena on yleensä pelko. Huoli ja huolehtiminen ovat tulevaisuuteen suuntautunutta ja aktivoitunutta hätää.

Huoli on vielä jossain määrin reaktiivinen, eikä suinkaan tietoisesti valittu sisäinen kokemus. Kun huoli koottaa tietoiseksi ja tahtovaksi aktiivisuudeksi, se on silloin oikeastaan jo vastuuta. Se liittyy läheisesti käsitteeseen velvollisuus, sillä vastuu on velvollisuutta laajassa merkityksessä.

Vastuuntuntoinen kansalainen voi joskus toimia yleisiä yhteiskunnallisia käsityksiä vastaan, jos hänen mielestään asiat vaativat sitä, nimenomaan todellisen vastuun takia. Autoritaarisessa yhteiskunnassa yksilö saattaa vaarantaa oman uransa tai menestyksensä, jopa terveytensä ja henkensä asettuessaan auktoriteetteja vastaan. Demokraattisessa eli kansanvaltaisessa yhteiskunnassa häntä ei tavallisesti uhkaa väkivalta valtion taholta. Valtio pyrkii pikemminkin suojaamaan kansalaista monien muiden valtajärjestelmien vääriltä ja epäoikeutetuilta otteilta. Esimerkiksi erilaiset rikollisjoukkioit saattavat uhata kansalaisten turvallisuutta.

Yksilö voi jopa kapinoida yhteiskunnan vakiintunutta järjestystä vastaan. Häntä ohjaa huoli ja vastuuntunto, joiden taustalla ovat toisenlaiset perustelut kuin vallitsevalla järjestyksellä. Hän toimii mahdollisesti vastoin yleisiä käsityksiä, vaikka hän tietää olevansa tässä toiminnassaan "kansalaistottelematon". Häntä voi tällöin ohjata omatunto ehkä hyvin harkittuine ja hienostuneine syineen.

Ihmismielen uudistuminen ja luovuus edellyttävät aikaa vieviä prosesseja. Älyn, tunteiden ja taitojen kehittyminen riippuu tietysti lahjakkuudesta. Yksilölliset saavutukset ja luovuus perustuvat kuitenkin myös yh-

teiskunnan rakenteeseen ja kehittyneisyyteen. Autoritaariset yhteiskunnat ja yhteisöt eivät kehity tasapuolisesti. Yksipuolinen valta haluaa rajata kehityksen vain tietyille alueille.

Identiteetti alkaa murentua, kun tekeminen menettää arvonsa. Keski-ikäisen luottamus työn mielekkyyteen horjuu, kun työ vaikuttaa jatkuvasti saman toistamiselta tai se ei tunnu etenevän mitenkään merkittävästi. Monesti huippusaavutuksista menee "maku pois", koska yksilö vaatii niitä jatkuvasti lisää. Masentuminen johtuu usein siitä, että ihmismieli on kiinnittynyt johonkin näkemykseen tai toimintaan, joka on menettämässä arvonsa. Nopea luopuminen voi johtaa syvään tyhjyyden tunteeseen ja ikään kuin kuiluun, josta täytyy ponnistella takaisin maanpinnalle ja ihmisten maailmaan. Monet esiintyvät taiteilijat tuntevat ikään kuin kuluvansa puhki tai uupuvansa taakan alle.

Vastuu on oikeastaan hädän ja huolen metamorfoosi. Vastuu kehittyy, kun läheiset pitävät huolta kasvavista ja tukevat heidän elämäänsä. Yksilö oppii näin vastuun elämää kantavan merkityksen. Vastuun ja huolen välimaastossa on muita tahdon vaihtelevia toimintamuotoja, esimerkiksi avuliaisuus.

Vastuun äärimmäisenä ilmentymänä voi pitää uhria. Siinä uhraamme ainakin oman mukavuutemme. Se merkitsee jonkin asian välttämättömyyden havaitsemista tai sen puolustamista, vaikka se aiheuttaa hankaluuksia. Oman henkensä uhraamiseen ei monikaan ole valmis, vaikka sota muodostaa monesti sellaiset raamit, jonka puitteissa yksilöt ovat valmiita ottamaan suuren riskin. Pidämme usein omaa elämäämme niin arvokkaana, että emme aseta sitä vaaraan. Poikkeuksen muodostavat ehkä

oman maan kansalaiset, omat lapset ja perhe, tai mahdollisesti ihmisyys sinänsä.⁶⁵ Ehkä joissain tapauksissa joutuu uhraamaan oman henkensä.

Vastuuta saatetaan korostaa oman kätkeyn itsekkyyden vuoksi. Jopa avuliaisuus on joskus tunkeilevaa vallan tavoittelua, ahneutta ja itsensä korottamista. Syyllisyyden, surun ja huolen yhteyttä voi nimittää kärsimyksen kolmioksi. Kärsimys on laaja ilmiö, ja oikeastaan se on ihmisen tärkein kasvattaja. Syyllisyys, suru ja huoli ilmentävät raskasta yhteyttä maailmaan. Vastuu nousee kaikkien näiden yläpuolelle, varsinkin kun yksilö uhraa elämänsä muiden puolesta.

Psykye on perustasolla tajunnallinen ja yllykkeinen olemus, joka käytännössä aina muuttuu kulttuurivirikkeiden vaikutuksesta. Siinä voi tunnistaa kulttuuris-henkisen ja minäisen laadun, joka eroaa pelkästä sielullisesta, ja nousee sen yläpuolelle. Tosin tämän eron tekeminen ei ole helppoa, koska sieluksi kutsutaan ihmisen muuntunutta eli inhimillistynyttä sisäistä kokemusta. Edellä on käsitelty lähinnä tahdon aluetta, ja siihen kuuluu myös ahneus ja saavuttaminen, sekä tietysti menettäminen ja pettymys (frustraatio).

Nöyryys ja inspiraatio

Eksistentiaalisesta näkökulmasta ihminen näyttää olevan maailmassa heiteltävänä, eikä tämä ole suinkaan väärä näkökulma. Yksilö kokee itsessään tosin muutakin kuin vain kohtalon iskuja, jotka kuljettavat hänen elämäänsä arvaamattomiin suuntiin. Tunnetta onneksi mielessäm-

me myös selkeyttä ja valoisuutta. Koemme ohjaavamme omaa elämäämme ja hallitsevamme itseämme.

Sisäisen aktiivisuuden lisääntyessä ihminen saa uutta tyydytystä omista kehittyvistä kokemuksistaan. Avautuminen kohti hienostuneempia elämyksiä on kulttuurista alkuperää, vaikka kyseessä on toisaalta yksilöllinen kehitysilmio. Sen, mitä kulttuuri meissä virittää, täytyy olla meissä jonkinlaisena mahdollisuutena olemassa; muutoin ympäristön vaikutus ei ole mahdollinen.

Sana "hämmästyks" ilmaisee tilaamme, kun tapahtuu jotain odottamatonta, jotain joka ei ole hallinnassamme ja joka järkyttää tasapainoamme. Hämmästyks voi olla tärkeä lähtökohta vallan murtumisessa, usein nimenomaan ajattelun ylivoimaisen murenemisessä.

Ihmettely alkaa hämmästyksistä, vaikka ihmettelevässä ajattelussa siirrytään jo tietoisemmalle tasolle. Ihmettely toimii silloin, kun yrittää tarkastella asioita uudella tavalla, pysähtyy ja kuuntelee, eikä anna ajatustensa kulkea vakioista rataansa. Onneksi meidän tajunnassamme on ihmetystä aina jonkin verran. Tämän sielunilmiön voi oppia tunnistamaan ja pyrkiä täyttämään mielensä ihmettelyllä. Ihmettely auttaa tutkijaa pääsemään "ei-samastumisesta" eli "ei-identifikaation" tilaan.⁶⁶

Yksilön täytyy tunnistaa ja tiedostaa oma sisäisyysensä; se vaatii myös oman sisäisen tilansa tunnistamista. Se luo itsenäistä henkistä ryhtiä, mikä näkyy koko habituksessa. Ihmettely ei välttämättä ole aina pelkästään miellyttävä tila, vaan siihen liittyy eksistentiaalisten tunteiden epämiellyttäviä sävyjä, esimerkiksi säikähtämistä ja pelkoa. Kuitenkin se saattaa olla myös valoisa kokemus, joka tekee vapaaksi. Ihmettelyn kykyä tulee siis kunnioittaa, jos sen halutaan siirtyvän tuleville sukupolville. Tämä on tär-

keää meidän aikanamme, jolloin monenlaiset teoreettiset ja ideologiset ajatusvallat voivat kaapata ihmismielen.

Ihmettely saattaa olla ahdistavaa, koska siihen liittyy epävarmuutta ja tietämättömyyttä. Näiden tuntojen sietäminen on viisastumisen alku. Ajattelun liikkeen oivaltaminen ja ei-samastuminen auttavat pääsemään ihmettelyn tilaan. Ihmettely vaikuttaa laajasti psykodynamiikkaan ja se auttaa kamppailussa narsistisia yllykkeitä vastaan. Siinä ei ole kyse vain asenteesta, vaan energiasta, joka kehittää sielunilmiöitä; ihminen vapautuu ihmettelemällä.

Ihmettely on syvälle tunkeutuvaa kykyä nähdä ja kuulla. Se läpäisee eräänlaisena värinä koko ihmisen maailmasuhteen. Ihmettely merkitsee myös kykyä odottaa, kunnes saavuttaa väliaikaisen käsityksen, koska lopullista ymmärrystä yksilö tuskin saa. Kehittyneitä sielunilmiöitä ei voi tarkasti rajata millekään sielunalueelle, mutta ihmettelystä on lähinnä kyse ajattelusta.

Kohtaaminen puolestaan tapahtuu tunteen alueella. Kunnioitus on aktiivinen kohtaamisen tila. Vanhastaan kunnioituksen käsite kuljettaa mukanaan autoritaarisia alistamisen ja alistumisen mielikuvia. Valta vaatii edustajilleen ja merkeilleen kunnioitusta. Sitä on pidetty myös kasvatuksessa ihmisen kehittäjänä. Ihmissuhteiden tason kohottajana kunnioitus on tärkeä tunne. Hyvissä yhteisöissä yksilöt tuntevat sen elävän läsnäolon. Lähellä kunnioitusta on tykkääminen, pitäminen, kiintymys ja rakkaus.

Lapsi oppii kunnioitusta nähdessään sitä ilmentäviä muotoja käyttäytymisessä, juhlallisuuksissa, seremonioissa ja asenteissa, sekä luonnollisesti tuntiessaan niihin liittyviä elämyksiä. Vanhempien tai muiden läheisten hoitajien käytös on lasten kannalta tässä avainasemassa. He oppivat hienostuneita tunteita jäljittelemällä näkemäänsä

ja kokemaansa. Lapset omaksuvat läheisten asenteita, ja he ovat vanhemmilleen lojaaleja kunnioituksen monissa ulottuvuuksissa.

Kunnioitus on tietoisuuden heräämistä tuntemusten alueella. Kunnioituksen voimistumista seuraa pyyteellisuuden helpottuminen, ja samalla se on myös lääkettä pelkoa ja ahdistusta vastaan. Kunnioitusta ei tule pitää pelkästään tunteen ilmiönä, vaikka sitä voi luonnehtia tunteenomaiseksi. Se saattaa energeettisesti läpäistä kaikki sielunvoimat ja heijastua ihmisen ryhdissä. Kehittyvänä sielunenergiana se lisää kirkkautta.

Ihmisen kolminainen olemus tulee monissa korkeammissa psyykkisissä kokemuksissa esiin. Ihmettelyn ja kunnioituksen ohella löytyy "samalta linjalta" myös kiitollisuus. Se on myös energeettinen sielunilmiö, joka saattaa muuttaa psykodynaamikkaamme. Olemme kehittyneet merkittävästi, jos osaamme olla kiitollisia. On luonnollista, että yksilön narsismi yrittää tuhota myös osan kiitollisuudesta. Ihmisen sielussa käydään jatkuvaa taistelua "alemman" ja "ylemman luonnon" välillä.

Yleisesti kiitollisuus kuuluu tahdon alueelle, samoin kuin kohtuullisuus. Se merkitsee pidättyvyyttä tai ainakin moraalista harkintaa suhteessa maailman tarjoamiin mahdollisuuksiin. Sanalla vaatimattomuus on osuvasti kuvattu kehittynyttä suhdetta ympäristöön. Vaatimaton ei vaadi itselleen kohtuuttomasti. Modernin maailman houkutusten moninaisuudessa on osuvaa puhua kohtuullisuudesta. Vaatimattomuus ja kohtuullisuus ovat niin kuin muutkin ihanteet eräänlaista "energiaa". Ne merkitsevät persoonallisuuden kehittymistä kohti vapautta ja vastapainoa tahdon, alueen dynamiikalle; ahneudelle, kateudelle ja tyhjyyden tunteelle.

Kiitollisuus tarkoittaa sitä, että osaa kiittää mielessään siitä, mitä maailma ja erityisesti lähimmäiset ihmiset ovat hänelle antaneet. Henkilö voi kasvaa kiitollisuudessa, samoin kuin kehittyä kunnioituksessa ja ihmettelystä. Oppimisen ulottuvuudet ovat näissä henkisissä tiloissa rajattomat. Kohtuullisuutta alkuperäisempi käsite on kuitenkin kiitollisuus. Tässä heijastuu tahdon kahtalaisuus. Siinä ilmenee se, mitä itse voi tehdä, mutta myös se, mitä maailmassa tapahtuu.

Kiitollisuus merkitsee sen oivaltamista, että henkilö ei oikeastaan missään merkityksessä ole ansainnut sitä, mitä hän on elämältä saanut. Kaikki on ollut lahjaa, aivan kuin minusta olisi pidetty huolta. Kokoavasti voi ihmettelyn, kunnioituksen ja kiitollisuuden kolmiota nöyryydeksi. Tämä kolminaisuus sisältää monenlaisia inhimillisiä kokemuksia, jotka ovat kasvatukselle tärkeitä tekijöitä erikseen ja yhdessä. Nöyryyden kolminaisuudessa tulee esiin sielunenergeettisesti erityisen hienostuneita voimia.

Ihmisen fyysinen ja varsinkin psyykinen olemus ilmenee usein ”kolmena”. Edellä on tullut esiin monia esimerkkejä. Tämän teoksen loppupuolella esitellään vielä muutamia muita kolminaisuuksia. Uteliaisuus, kiinnostus ja innostus ovat tärkeitä sanoja ihmisen olemuksen kuvauksessa. Ne eivät ole vain sanoja, vaan ne ovat myös käsitteitä, jotka ovat saaneet merkityksensä kokemuksesta.

Uteliaisuus on lähellä ajattelua; se on ajattelunomaista tai kognitiivista. Kiinnostus on jotain tunteenomaista eli emotionaalista, se ilmaisee liittymistä johonkin kohteeseen. Tahdon alueen sielunenergia tässä sarjassa on innostus. Sen puuttuminen on vakava inhimillinen vajavuus. Elämään kuuluu jatkuvasti uudistuva innostuminen. Painostavissa kriiseissä kyky innostua voi olla pitkiäkin aiko-

ja tuskallisesti kadoksissa.

Esitetty kolmijako on tietysti liian ahdasta lokerointia. Pikemminkin ne kaikki ovat ”motivaatiotekijöitä”, mutta on ymmärrettävä, että ne ovat korkeasoisia ihmisen liikuttajia. Oikeastaan kieli on pelkistänyt ne esiin.⁶⁷

Usko, toivo ja rakkaus

Kysyttäessä minulta tiedänkö, missä kotikaupunkini yliopisto sijaitsee, vastaan että uskon tietäväni. Tietämistä kutsutaan usein perustelluksi uskoksi. Uskoni on tässä tapauksessa perusteltua, koska olen monesti kulkenut yliopiston ympäristössä ja olen jäsentynyt tämän maiseman muotoihin ja rakennuksiin. Lisäksi tunnen rakennusten tarkoitukset ja niiden nimet. Minulla on varsin yksityiskohtaisia mielikuvia yliopistosta, joten odotan tiettyjen rakennusten löytyvän sieltä, missä ne mielikuvissani sijaitsevat. Orientoidumme maailmaan myös liikkumalla lähialueilla, jotka tulevat näin meille tutuiksi.

Jokaisella meistä on käytännöllistä uskoa, joka pitää yleensä paikkansa. Tuntemme asuntomme ja työpaikkamme rakenteen. Nykyaikaisessa teknisessä ympäristössä luotamme monien teknisten laiteiden toimivan odotus-temme mukaisesti. Meidän mieleemme on itse asiassa täynnä erilaisia odotuksia ja uskomuksia. Arkisten jäsenysten lisäksi tieteellinen maailma tuottaa runsaasti käsitteitä ja käsityksiä, jotka rakentavat meissä perusteltua uskoa. Eri elämän alueilta meillä on jäsentyneitä näkemyksiä asioista, jotka pitävät paikkansa - tai sitten eivät.

Käsite usko on läheisessä yhteydessä jäsentymiseen ja

ajatteluun. Mieli tulvii käsitteitä ja käsityksiä, joita kieli pyrkii ilmaisemaan. Sanat ovat käsitteiden nimiä ja ajatukset ilmaisevat havaittuja tosiasioita. Ihmismieleessä on käsityksiä, oppeja, teorioita ja näkemyksiä. Niitä yksilö oppii kokemukseensa perustuen tai tavanomaisesti opiskelemalla.

Narsististen yllykkeiden imu vetää ihmistä ympäristön yhteyteen, ja persoonallisuus rakentuu vuorovaikutuksessa vallitsevan kulttuurin kanssa. Narsismi on tärkeä viritäjä, vaikka se joskus luo vastakkaisuuksia yhteisön tapojen ja vaatimusten kanssa. Sielunmaisemassa voi tunnistaa näiden ristiriitojen ohella myös rakentavaa dynamiikkaa. Tavallisesti yksilö alistuu ympäristön vaatimukseen, koska hän tuntee näin sopeutuvansa paremmin yhteiskuntaan, ja hän odottaa, että ympäröivä kulttuuri palkitsee hänet.

Usko on rakentava sielunenergia, joka kantaa ihmisen elämää. Kukin elää uskonsa tai uskomustensa varassa. Tämä ei tarkoita sitä, että ihmisessä ei voisi olla ajoittain myös epäuskoa. Usko näyttää silti aina rakentuvan uudelleen. Ihmisen usko ulottuu pienistä arkielämän asioista aina hienostuneisiin teorioihin ja maailmankatsomuksiin asti. Usko saattaa murtua, olipa se uskonnollista, poliittista tai tieteellistä alkuperältään. Uskon kivulias ja pakottava uudistuminen on yksi ihmisen koettelemuksista ja kriiseistä.

Elämä olisi mahdotonta ilman uskoa. Mielen sisällöt pakenevat huomiotamme, koska on joskus vaikea tunnistaa, tiedostaa ja tunnustaa, mihin todella uskoo. Tietoisuuden tasolla ihminen voi jopa väittää ja todistella muuta kuin, mikä hänen todellinen uskonsa on. Moni on tosiasiaa materialisti, vaikka ehkä esittää ja uskoo itsestään muuta. Toinen luottaa rahaan ja tavaraan, vaikka on ehkä valin-

nut näennäisesti toisenlaisen elämäntyylin ja esiintyy sen mukaisesti. Usko on täynnä paradokseja, koska narsistiset yllykkeet, valta, pyyde ja ahneus sotkevat yksilön käsityksiä.

Uskoksi kutsutaan myös opillisia lauseita. Nämä väitteet on luonut joku uskonnollinen auktoriteetti tai ne ovat syntyneet jonkin uskonnollisen yhteisön ponnistusten tuloksena. Näin saavutetut sisällöt toimivat myöhempien uskovaisten ohjaajina, ja lisäksi uskoa tukevat vakiintuneet elämäntavat ja käytännöt. Tavallisesti on kyse siitä, löytääkö harras uskovainen oikean uskon, joka on jo ennestään olemassa ”pyhissä kirjoituksissa” tai hyväksytysessä elämäntavassa. Tälle tasolle saattaa olla vaikea päästä, mutta uskovaisten yhteisöt eivät salli, että luodaan jotain uutta. Aiemmista opeista poikkeavia uusia opinkappaleita ei yleensä synny.

Usein reformistisen kristillisyyden piirissä sanotaan, että yksilö ”tuli uskoon”. Käytännössä tämä tarkoittaa, että jokin sisäinen ja syvällinen muutos on mennyt mielen läpi, ja uskova on hyväksynyt jonkin uskontokunnan käsitykset. Mutta jo tämän uskon tason saavuttaminen on todennäköisesti vaatinut paljon ponnistelua tai suuren mullistuksen. Kritiikitön usko voi silti tukkia yksilön tai yhteisön kehityksen tien. Tällöin on tavallisesti kyse vallasta. Jokin taho haluaa pysyä vallassa edustamalla ”oikeaa” oppia tai uskoa.

Uskoa ei saa kehittää, koska yleensä ajatellaan, että oppi menee tällöin automaattisesti vikaan. Tiede etenee, kun tutkijat löytävät jotain, joka kumoaa vanhan tiedon. Käytännössä jonkin uskontokunnan tai tieteellisen ajatuskanavan edustajat pitävät vallanhimoisesti ja mustasukkaisesti kiinni opeistaan. Uskoksi voi kutsua myös erilaisia poliit-

tisia aatteita. Myös niiden piirissä esiintyy vallanhimoista antautumista opille. Jäseniltä saatetaan vaatia poliittisia uskontunnustuksia, ja harhaoppiset erotetaan.

Monet uskonnot tai uskontokunnat esittävät, että uskovien on kuljettava jokin polku tai tie, jonka läpikäymällä saavuttaa arvokkaita kokemuksia. Yksilöllä on siis sisäisiä tuntemuksia, jotka hän pystyy joskus välittämään toisille henkilöille uskonnollisena tietona. Monet uskonnot edellyttävät, että kilvoittelijat saavuttavat tietyn henkisen tason mietiskellen, rukoillen tai noudattamalla tiettyä elämäntapaa. Tieteissä taas vaaditaan rationaalista ajattelua ja harkittuja kokeita uskon tueksi. Tieteellinen tieto on oikeaa uskoa ja oikeaa odotusta.⁶⁸

Usko muodostuu usein ankaraksi identiteettikysymykseksi ja vallankäytön välineeksi. Näin käy melkein säännömukaisesti kaikissa aatteissa. On syytä ihmetellen kysyä, miksi jollekin ihmiselle tai ihmisryhmälle olisi annettu oikea käsitys maailmasta. Näin ei ole, vaan yksilö on aina myös tuomittu tietämättömyyteen ja epävarmuuteen, vaikka hän voi toki edetä tiedossa ja viisaudessa. Ihmisessä elää ja toimii aina usko, eli uskon funktio. Se suo jatkuvuuden ja luottamuksen tunnetta. Usko ei koskaan täysin puutu meistä, sillä usko hakee tai luo aina jotkin sisällöt.

Uskoon pettyminen johtaa epäuskoon. Usko takertuu ajoittain joihinkin sisältöihin, jotka myöhemmin osoittautuvat puutteellisiksi tai virheellisiksi. Se hakee kuitenkin yleensä kehittyneempiä ja kestävämpiä sisältöjä. Usko voi kehittyä ja voimistua ja tulla erityisen tyydyttäväksi ja elämää ylläpitäväksi energiaksi. Uskon kuuluu silti myös horjua, että siitä ei muodostuisi kehityksen estettä ja vallan välikappaletta.

Luottamus ja usko ovat usein synonyymeja eli ne tar-

koittavat samaa. Monessa tapauksessa ne voi jopa vaihtaa keskenään eikä lauseen merkitys muutu. Silti sana usko esiintyy luontevasti puhuttaessa ajattelusta, kun taas luottamus liittyy luontevammin ihmisten välisiin suhteisiin. Luotettavuus kuulostaa enemmän ihanteelta. Se on tärkeä arvo yhteiskunnan kannalta, koska yhteiskunnan häiriintymätön toiminta perustuu luottamukseen.

Luotettavuutta arvostetaan, ja yksilöiltä odotetaan luotettavaa käytöstä, koska se on lopulta kaikille edullista. Me tiedämme yleensä, kuinka tulee käyttäytyä tietyissä sosiaalisissa tilanteissa. Epäluotettava käytös herättää paheksuntaa. Ihminen rakentaa luottamuksen arkielämän rutiineihin ja säännönmukaisuuksiin. Uskomme johonkin todellisuuden jäsenyykseen. Luottamus luo turvallisuutta. Ajattelevan mielen ohella elämää jäsentää usko, mikä monissa tapauksissa tarkoittaa samaa kuin luottamus. Lisäksi ajattelun yhteyteen kuuluvat jäsenytyminen, hallitseminen, valta, tieto, odottaminen ja monet muut käsitteet.

Tahto kuuluu psyyken perusrakenteeseen, samoin kuin ajattelu ja tunne. Näiden yleiskäsitteiden yhteyteen kuuluu monia muita käsitteitä. Edellä olen käsitellyt uskoa ja luottamusta. Tahto on yleinen sielun funktio, jonka yhteyteen kuuluvat esimerkiksi tekeminen, saavuttaminen, ahneus, toivo ja toive.

Toivoon kuuluu ihmismielen suuntautuminen kohti tulevaisuutta. Se on rakentava voima kuten usko; ne molemmat kannattelevat yksilöitä. Usko voi tosin olla vääristynyttä ja rajoittunutta niin kuin toivokin. Kumpikaan niistä ei ole täydellisiä. Uskon sisällöt perustuvat etupäässä menneisyyteen, sillä usko nojaa saavutettuihin käsityksiin. Toivo on kääntynyt tulevaisuuteen, kun taas usko tulee menneisydestä ja kantaa valmiita käsityksiä.

Toivo on tavallaan loputon ilmiö, koska sillä on taipumus uusiutua ihmisessä jatkuvasti. Yksilö voi tosin pysähtyä toivomaan jatkuvasti jotain samaa. Usein tätä toivon liikettä ei tiedosteta, vaikka se on keskeinen elämää kantava tekijä. Toivo konkretisoituu toiveina ja toivomme menestystä, ystäviä, oppineisuutta, virkoja, omaisuutta, avioliittoa ja kaikkea muuta. Toivon jatkuvassa käynnistymisessä on jotain niin automaattista, että emme tiedosta toivon energeettistä luonnetta muulloin kuin epätoivon hetkellä.

Toivossa me liitymme johonkin; sillä on kohteensa kuten uskollakin. Usko merkitsee liittymistä joihinkin tunteisiin tai sisältöihin, mutta myös toiveet ovat samankaltaisia tunnesisältöjä. Ehkä kaikki meistä ovat unelmoijia. Varsinkin nuoret naiset ja miehet unelmoivat lukemattomista asioista; niitä ei voi edes kaikkia luetella. Epätoivo merkitsee ahdistusta, joka on seurausta unelmien romahtamisesta, joka saattaa olla kehityksen kannalta tarpeellista. Pyyteellisyys ja ahneus tarttuvat toivoon.

Toivo voi olla kuitenkin sisällöltään rationaalista, perusteltua ja järkevää. Itse energiana sitä ei tarvitse ajatella liittyneenä mihinkään erityisiin sisältöihin, vaikka sisällytyksetöntä toivoa ei käytännössä juuri ole. Toivon uusiintuva luonne on kiusallinen ja välttämätön tie luovuuteen. Toivosta tai toiveista luopuminen on yleensä raskasta, mutta se saattaa johdattaa ihmisen kamppailujen jälkeen vapauteen.

Kolmas tärkeä elämää kantava sielunfunktio on vielä mainitsematta, nimittäin rakkaus. Nykyään käsitykset rakkaudesta rajoittuvat usein biologisiin mielikuviin. Miehen ja naisen keskinäinen rakkaus sekä äidin ja isän rakkaus lapsiin näyttävät palvelevan biologista tehtävää.

Miehen ja naisen yhtyminen on liittymisen alkukuva. On helppo kieltää rakkaudelta syvempi merkitys ja rajoittaa se suvunjatkamiseen tai ehkä laajemmin sosiaalisiksi funktioksi (perheeseen, heimoon, kansaan). Rakkaus näyttäytyy fysiologisena tai biologisena, vietinomaisena välttämättömyytenä.

Syvempää näkökulmaa sukupuoliyllykkeeseen edustaa näkemys jonka mukaan miehen sielussa elää naisen kuva (anima, C.G. Jungin mukaan) ja naisen sielussa miehen kuva (animus). Ainakin heteroseksuaalit tavoittelevat tämän kuvan mukaista täydellistä "vastinparia", ja uskovat monesti löytäneensä oikean kohteen, rakastuessaan koko sydämellään. Seksuaalisuus nousee rakkauden, rakastamisen ja rakastumisen monisyiseksi ilmiökokonaisuudeksi.

Rakkaus, niin kuin sen "hillitympi sisar" kiintyminen, on merkittävä inhimillinen kokemus ja "funktio". Meissä elää lähes loputon määrä kiintymystä ja kiintymyskohteita. Kiintyminen on erittäin monisyinen inhimillinen kokemus. Vaikka rakkaus ja kiintymys tarkoittavat käsitteinä melkein samaa, ilmaisee kiintymys yleensä hiljaisesti tapahtuvaa liittymistä. Se kannattelee meidän elämäämme luottamuksen ja toiveiden lisäksi. Ihminen elää myös kiintymyksestä, vaikka hän ei aina tiedosta sitä.

Rakkaus ei siis ole vain eroottinen eli sukupuoliseen kanssakäymiseen liittyvä sielunilmiö. Sukupuolten vetovoima nousee ihmismielessä rakkaudeksi, jota tukevat vaistomaiset avainärsykkeet ja vastakkaisen sukupuolen kuva sielun sopukoissa. Eroottinen rakkaus saattaa olla erikoisella tavalla korkeatasoista, vaikka sitä virittää ja hallitsee yksinkertainen seksuaalinen ylyllyke.

Seksuaalisuuden voi nähdä pelkkänä luonnonvoimana, mutta joka tapauksessa se laajenee pari- ja ihmissuhteek-

si, johon kuuluu kaikki mahdollinen inhimillinen, sekä myönteiset kokemukset että ongelmat. Lisäksi parisuhteeseen kuuluu lopulta nimenomaan perhe, johon liittyvät tavallisesti lapset sekä huolenpito ja huoli jälkikasvusta. Näin seksuaaliseen impulssiin pohjautuva ihmissuhde laajenee moniulotteiseksi psyykkiseksi, sosiaaliseksi ja yhteiskunnalliseksi tosiasiaksi. Varsinkin tästä laajennetusta näkökulmasta ymmärtää, että kiintymys- ja rakkaussuhteisiin kietoutuu koko yllykeluonto. Rakkaus ei ole aina automaattista, vaan siihen liittyy tahtoa. Se on myös tahdottua, ponnistettua ja saavutettua.

Rakkauskään ei tavallisesti esiinny puhtaana ja pyyteettömänä. Varsinkin eroottinen rakkaus haluaa omistaa kohteensa. Toisaalta yksilö haluaa antaa rakastetulleen kaikkea hyvää. Kuvaan liittyy kuitenkin eräs raskaimmista tunteista, mitä ihmisolemukseen kuuluu, nimittäin mustasukkaisuus. Sitä voi pitää kateuden muunnoksena, mutta toisaalta se on oma erikoinen tunnelajinsa. Sen voimakas yllykkyys on hämmästyttävää ja salaperäistäkin, ja tästä näkökulmasta täytyy kysyä, miksi tällainen tunneulottuvuus kuuluu ihmiseen. Sillä täytyy olla jokin jälkeläisiin liittyvä biologinen perusta.

Mustasukkaisuus kuvastaa intohimoisuudessaan ihmisolemuksen syvää narsismia. Rakkauden tunteen siivittämänä yksilö sijoittaa kaikki inhimilliset toiveensa rakastettuun. Pettymys odotuksissa loukkaa ja haavoittaa vakavasti. Seurauksena saattaa olla rajuja vihan purkauksia, jotka voivat kohdistua asianosaisiin tai henkilöön itseensä. Rakastetun menettämisen tuska ja suru ovat usein ylenpalttisia. Rakkaus nousee syvältä tai tunkeutuu syvälle; se muistuttaa vakavaa mielenhäiriötä, psykoosia. Se paljastaa olemuksemme syvärakenteet ja avaa tiedot-

toman sielun piilot. Rakastumista on joskus sanottu oikotieksi piilotajuntaan.

Rakkaus on verrattavissa uskoon ja toivoon. Se on kuitenkin näitä ehdottomammin vastavuoroinen kokemus. Yksiö haluaa nimenomaan, että häntä rakastetaan, mutta hän haluaa myös antaa rakkautta. Rakkaus ja kiintymys ovat selvemmin tunteita verrattuna uskoon tai toivoon. Tämä hieno tunne ihmisessä on ehkä syvintä, mitä hän voi kokea, vaikka hän ei aina ole kypsä siihen. Se on oma energieettinen välttämättömyytensä, joka uudistuu ja hakee kohdettaan lähes pakonomaisesti. Jo pieni lapsi toivoo saavansa rakkautta ja haluaa elää sen keskellä. Lapsuuden rakkaus on epäeroottista tai "platonista" rakkautta.

Yksilön, joka ei ole vastaanottanut rakkautta, on vaikea löytää sitä itsestään tai tunnistaa sitä ympäristössään. Rakkaus saattaa olla pelottavaakin, koska se todella tuntuu "riisuvan" ihmisen ja osoittaa hänen vajavuutensa. Rakkaus on ensisijaisesti liittymisen ilmiö, joka heijastuu monimutkaisesti psykodynaamiikkaan. Ihmisen suhde asioihin on rakkaudellinen, vaikka siihen tulee mukaan kaikki muukin sielun sisältö yllykkeineen ja monine tunteineen.

On oikeutettua sanoa, että joku rakastaa perhettään, kotiseutuaan, kirjojaan, ystäviään, taidetta, filosofiaa, omaa rauhaansa, kesämökkiänsä ja maailmaa. Ihminen on aina kiintynyt johonkin. Jos menettää rakkautensa tai sen kohteen, se aiheuttaa tuskaa ja itsetutkiskelua. Kyyninen aikamme häpeää puhua rakkaudesta. Materialismiin taipuva usko ei haluaisi tunnustaa rakkauden mahdollisuutta.

Rakkauden osuus voi kasvaa sielussamme suhteessa ihmisiin ja luontoon sekä kulttuurin tuotteisiin. Rakkaus on ehkä merkittävin henkinen energia. Siihen liittyy läm-

mön ja yhteyden syviä ja järkyttäviäkin tunteja. Siinä voi nähdä toteutuvan myös ihmiskunnan ykseyden.

ARVOT JA MIELI

Ihmisen tajunta toimii kuin "kone", joka rakentaa merkityksiä ja käsityksiä. Päivittäisessä kokemuksessa esiintyy myös tunteita, elämyksiä, haluja ja yllykkeitä. Kaikesta tästä rakentuu kokemus, vaikka on vaikea luetella tajunnan kaikkia "rakennuspuita". Esimerkiksi ajattelu on "funktio", joka ei jää tyhjäksi, sillä ajattelun olemukseen rakentuu aina sisällöllisiä ajatuksia. Samoin mielikuvia syntyy havaintojen pohjalta. Tunteet kuuluvat ihmisen rakenteeseen, mutta niiden toiminta muokkautuu yksilön kehittyvässä kokemuksessa.

Arvostus ja epäarvostus

Tavallisesti mielen kyky arvostaa ja luoda arvostuksia jää huomaamatta. Ihmiset arvostavat monenlaisia tuttuja kohteita, vaikkapa ruokalajeja, juomia, astioita, liikennevälineitä, asuntoja, tietokoneita, puhelimia, terveyttä kohtavia ohjelmia, vaatteita eri tarkoitukseen, musiikkiinstrumentteja, urheiluvälineitä ja urheilulajeja, menestystä ylipäättään, rahaa ja omaisuutta.

Kansalaiset arvostavat lisäksi tietoja ja taitoja, oppineisuutta, virkoja, arvonimiä, arvovaltaa ja tapoja, kunnianosoituksia, ulkonäköä, juhlia, seremonioita ja ulkomaan matkoja, muotia, kuuluisuutta, uniformuja, mainetta, joukkueita tai saavutuksia. Älykkyyttä ja viisautta pidetään arvossa. Arvostaminen on funktio, kun taas arvostus on muodoste, jonka arvostaminen luo ja jota se pitää yllä.

Ihmiset arvostavat käteviä ja tehokkaita työkaluja, koska niillä saavuttaa nopeasti tarkoitettuja tuloksia. Luonnollisesti me arvostamme tiedettä, taidetta, musiikkia, kirjallisuutta ja filosofiaa. Näitä harrastuksia me pidämme inhimillisesti arvokkaina. Nimenomaan yhteisön jäsenenä oppii arvostamaan kulttuuria, tietoa, taitoa, oppineisuutta ja toiminnan tasokkuutta. Aivot luovat arvostuksia; niinpä ihmisen todellisuus on rakenteellisesti joko arvokasta tai epäarvokasta.

On joskus kovin vaikeaa arvostaa itsenäisesti, koska ihmiset usein halveksivat tai jopa vihaavat poikkeavasti arvostavia henkilöitä. Kansakunnat, uskontokunnat ja teoriayhteisöt pitävät kiinni omasta elämäntavastaan ja maailmankatsomuksestaan. On hankalaa olla eri mieltä yhteisön kanssa, joka on lähellä meitä. Erimielisyydet saattavat johtaa ristiriitoihin, ja joissain tapauksissa jopa sotiin. Tällöin yksilöt ja ryhmät haluavat varmistaa ensisijaisesti oman ja lähimmäisten turvallisuuden sekä yhteiset edut, ja tämä saattaa kärjistää tilannetta edelleen.

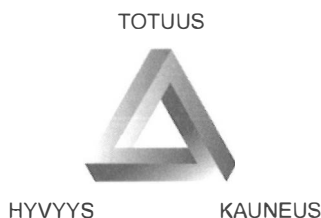
On ilmiöitä, tekoja, taitoja tai tapoja, joita ei pidetä arvokkaina. Esimerkiksi kiroilemista, leuhkimista ja kiduttamista pidetään pahana. Joissakin tapauksissa niitä suorastaan epäarvostetaan (eli halveksitaan, syrjitään, torjutaan, väheksytään, ylenkatsotaan ja unohdetaan). Arvostus ja epäarvostus ovat oikeastaan vain saman psyykkisen ilmiön eri suuntia.

Arvostukset, joihin samastumme, ovat keskeinen osa identiteettiämme. Mutta myös epäarvostus luo identiteettiä. Usein halveksunta kasvaa yllättäväksi ja irrationaaliseksi reaktioksi erilaisen taustan omaavien yksilöiden välille. Toisaalta viha ja kateus suojelevat identiteettiä, ja myös häpeä ja pelko saattavat tulla ryhmän tai perheen pysyväksi yhteiseksi tunnoksi.

Arvoja on loputon määrä ja niistä tarkastellaan seuraavassa vain pääosaa, oikeastaan vain pääluokkia. Ensimmäisen arvoryhmän muodostavat totuus, kauneus ja hyvyys, joita kutsutaan varsinaisiksi arvoiksi. Monesti näitä, toiselta nimeltään platonisia ideoita, pidetään kulttuurin tai jopa ihmisyyden ytimenä. Osan monista muista arvoista voi johtaa näistä kolmesta pääarvosta; ainakin näin uskotaan. Itsessään ne ovat loputtomia tutkimusaiheita, joita monet ajattelijat ovat käsitelleet lukuisissa teoksissa.

Tosi ja totuus

Pilatus sanoi hänelle: ”Mikä on totuus?” Ja sen sanottuaan hän taas meni ulos juutalaisten luo ja sanoi heille: ”En voi havaita hänen syyllistyneen mihinkään rikokseen”.



Kuva 13. Varsinaiset arvot (platoniset ideat)

Pilatus kysyi tunnetun ja yllättävän kysymyksensä ”Mikä on totuus?” kuulustellessaan Jeesusta. Tämä on hämmästyttävä ja järkyttävä kysymys, joka herää usein mielesämme. Voiko ihminen tietää totuuden? Maailma on niin täynnä ilmiöitä, yksityiskohtia ja tapahtumia, että emme pysty kohtaamaan, tunnistamaan tai tietämään niitä kaikkia. Voimmeko tietää edes jotain olennaista? Mitä olennainen tarkoittaa, - tarkoittaako se niin sanottuja luonnonlakeja?

Yleensä ajattemme, että yksilö tietää totuuden, kun hänen mielensä on jotenkin yhdenmukainen mielen ulkopuolisen todellisuuden kanssa. On siis kaksi todellisuutta: mielen todellisuus ja mielen ulkopuolinen todellisuus, oikeastaan siis mieli ja ei-mieli. Mieli yrittää luoda totuudenmukaisen kuvan ei-mielestä eli mielestä riippumattomasta todellisuudesta. Mutta mille materiaalille kuva todellisuudesta piirtyy ja milloin se on tosi? Piirryykö se ajattelun ainekselle?

Ihmismielen tietoa luovia välineitä ovat aistimukset, havainnot (eli jäsenytyneet aistimukset), mielikuvat, käsitteet, ajatukset ja näkemykset (eli ajatusten kokonaisuudet, teoriat ja katsomukset). Oman tärkeän lisän tähän kognitiiviseen ”peiliin” muodostavat kielen sanat ja lauseet. Mieli rakentaa kuvan todellisuudesta ajattelun laatujen ja kielen avulla. Puhe, äänneet, sanat ja kirjaimiksi tulkitut merkit muodostavat sanoja ja lauseita.

Totuus on oikeastaan varsin käytännöllistä. Sitä voi havainnollistaa kartta-esimerkillä. Yksilö suunnistaa kartan avulla kohti haluttua paikkaa. Mutta hänen täytyy osata ”lukea” kartan symboleja eli sen merkkejä ja merkityksiä. Jos hän ei löydä tavoittelemaansa kohdetta tai eksyy jonnekin muualle, se voi johtua siitä, että kartta on ollut

virheellinen tai sitten hän on tulkinnut kartan merkkejä väärin. Jos kartta on ”tosi”, pääsee perille, mutta on tärkeää, että mielen sisällöt, joilla karttaa tulkitaan, ovat myös ”tosia”. Nykyisessä maailmassa jokainen kohtaa runsaasti merkkejä, merkityksiä, tarkoituksia ja ilmaisia, joita hänen täytyy oppia tulkitsemaan.

Totuutta etsitään erilaisin menetelmin, joita on kuvattu monissa tieteen oppikirjoissa. Totuus on helpompi löytää, jos osataan tehdä jäsenyneitä ja osuvia kysymyksiä. Todellisuutta ei voi silti tietää yleisesti, vaan ihminen tietää vain ”tosia osia” maailmasta. Tarkasteltavan kohteen kokonaisuutta ei voi koskaan tietää täydelleen.⁶⁹

Totuutta vääristävät yksilön yllykkeet ja halut. Me olemme haluttomia näkemään totuutta, varsinkin jos se ei vastaa omia identiteetiksi muodostuneita arvostuksiamme. Arvojärjestelmillä on usein huomaamaton mutta tiukka ote mielestämme.

Kokemus totuudesta selittyy pitkälti uskon toiminnan kautta. Usko tai luottamus oman mielemme sisältöihin toteutuu pääosin huomaamattamme. Saatamme silti suhtautua omiinkin ajatuksiimme arvioivasti ja olemme tietoisia siitä, että saatamme erehtyä. Olemme oppineet ympäröivästä kulttuurista arvostamaan totuutta yleisesti, vaikka sen saavuttaminen ja siinä pysyminen on vaikeaa.

Monesti totuus ajatellaan saavutettavan nimenomaan aistihavaintojen, varsinkin näköhavaintojen kautta. Lisäksi koemme luonnollisesti omat psyykkiset tilamme ja olemme niistä jotenkin perillä. Tunnistaa itsessämme ne monet kokemukset, joita on tutkittu muun muassa tässä teoksessa. Yksilö muodostaa sisäistä kokemustietoa, jonka totuutta hän kykenee arvioimaan. Totuus näyttääkin pe-

rustuvan kohdattuun, joko aistimellisesti tai elämyksellisesti kohdattuun. Pelkistetysti voi siis väittää, että lopulta ”kohdattu on totuus”.

Ihminen haluaa tietää totuuden, joskus hyvin intohimoisesti. Haluaisimme kiihkeästi tietää jopa koko maailmankaikkeutta koskevat perimmäiset tosiasiat. Yksilö saattaa todella myös kuvitella omistavansa totuuden, suorastaan elävänsä totuudessa tai olevansa totuuden erityinen edustaja. Tämä koskee uskontoja, politiikkaa, filosofiaa niin kuin myös tiedettä. Lisäksi täytyy myös huomata, että kaikissa tieteissä on osia, jotka muistuttavat niin sanottua uskomustietoa tai uskomustiedettä. Useimmat tieteissä saavutetut löydöt ja uudet keksinnöt korvautuvat ennen pitkää uusilla havainnoilla ja tuloksilla.

Me emme siedä tietämättömyyttä, ja me kiirehdimme tietämään, vaikka tietämättömyyden sietäminen on yksi tärkeimpiä ajatuskulttuurin ihanteita. Sivistynyt ihminen kuuntelee ja lukee kaikkea arvioiden ja punniten sen totuutta – niin myös lukija on arvattavasti menetellyt tätäkin teosta lukiessaan. Totuuteen pyrkiminen ja kriittinen asenne voivat tulla pinttyneeksi mutta myönteiseksi tavaksi.

Totuuden tutkimiseen kuuluu tyypillinen filosofinen paradoksi ja kehä: haluaisimme tietää totuuden totuudesta. Tällaisia sisäisiä ristiriitoja ei filosofiassa voi välttää; ne luovat ajatteluumme erityistä jännitettä. Totuuden perusteena voisimme pitää todellisuuden kohtaamista sikäli, että on vahvoja perusteita olettaa, että kaikki ihmiset kohtaavat maailman likimain samalla tavoin. Tosi, totuus ja todellisuus ovat monissa kielissä samaa sanaperhettä. Lähdemme siitä, että me elämme samassa todellisuudessa toisten henkilöiden kanssa, ja tähän tavallaan pohjautuu

myös empiirinen tiede korostaessaan havaintoja totuuden lähtökohtana. Totuuden vahvistuksena pidetään usein myös jonkin teorian toimivuutta.

Tieto on peräti inhimillistä sikäli, että ihmisen olemus on luomassa sitä, mitä hän kohtaa, niin aistimuksina kuin myös elämyksinä tai merkityksinä. Olemme siis itse tiedon ensimmäinen instrumentti. Maailmassa uskotaan olevan ajattelun ilmaisemia tosiseikkoja. Käsitteiden yleisyys ja viestittävyys mahdollistaa sen, että yksilöt jakavat oletettavasti ja pitkälti samanlaisen näkemyksen asioista. Tärkeää on oivaltaa, että ihminen kokee, että totuus asuu ajatuksissa. Väitteen tai ajatuksen tulee täyttää tietyt kriteerit tai ehdot, jotta se voitaisiin hyväksyä todeksi.

Ihmismieli ei koskaan kykene jäljentämään maailmaa täydellisesti. Silti on ilmeistä, että ihminen tietää todellisuudesta riittävästi ainakin omien pyrkimystensä näkökulmasta; tieto on ehdollista tarkoituksien eli intressien kannalta. Tiedon ehdottomuuden kokemus syntyy, kun on sokea ajattelun omalaatuisuudelle eikä ymmärrä näkökulman merkitystä. Tieto tai teoria ei ole todellisuuden täydellinen kopio, vaan inhimillinen kuva, joka on piirtynyt ja rakentunut "ajatusainekseen".

Kaunis ja kauneus

Ihminen kohtaa värejä, muotoja, tuoksuja tai ääniä. Jotkin kohteet tuntuvat hänestä kauniilta eli kauneuden kokemus on todellista, vaikka se vaihtelee yksilöstä toiseen. Kauneus on kokemus, joka herää ihmisessä hänen kehityksessä lapsuudessa kohti aikuisuutta. Ympäristön tyyllillä,

rakenteilla, muodoilla ja elämäntavalla on luonnollisesti merkitystä sille, mitä opimme pitämään kauniina.

Kauneus on oikeastaan varsin arkinen arvo, koska ihmiset aina kaunistavat ympäristöään. He ovat hankkineet ympärilleen kauniita esineitä, ja kaikissa kulttuureissa kiinnitetään huomiota myös yksilön ulkoiseen hahmoon. Tärkeää on lisäksi fyysisen kehon koristelu ja siihen liittyvä vaatetuksen kauneus. Yksilöt pitävät oman olemuksensa kauneutta erityisen tärkeänä.

Kauneus on juhlallinen arvo. Kulttuuri rakentuu seremonioista, joita yksilöt pitävät arvokkaina ja kokevat ne kauniiksi. Henkilöt haluavat mukaan tällaisiin tilaisuuksiin, kokemaan puhuttelevia ja hienoja hetkiä. Ihmiset nimittävät usein omia kokemuksiaan erityisen kauniiksi. Useimmat haluavat elää jollain tavoin kauneuden ympäröimänä.

Kauneuden käsitteellinen hahmo on laaja. Se kattaa aistimukset ja elämykset, mutta lisäksi tunteet, tunnot ja tunnelmat, mahdollisesti vielä muutakin; ajatuksia, mielikuvia, haluja ja mielen liikkeitä. Kauneus voi olla liikuttava kokemus, joka kokoaa mielemme varastosta myös muistikuvia.

Kauneus täytyy ottaa vakavasti, koska sillä on niin merkittävä asema ihmisten maailmassa. Monesti kaikkea hyvää ja totta sanotaan kauniiksi. Tämä kuvastaa sitä, että varsinaisia arvoja käytetään toistensa synonyymeinä. Varsinaiset arvot ovat usein latautuneet syvillä oivalluksilla.

Kauneutta voi pitää hyvin subjektiivisena ilmiönä, koska käsitys siitä, mikä on kaunista, vaihtelee. Subjektiivinen näkemys ja siihen kätkeytyvä mielivaltaisuus eivät kuitenkaan torju sitä, että kauneus on todellista; sitä koetaan ja sitä myös tavoitellaan. Tämä tuntuu puhuvan sen puo-

lesta, että kauneus on ”yleinen pyrkimys”. Ainakin sana kauneus on olemassa, vaikka sitä on vaikea käsitteenä yksiselitteisesti määritellä. Käsitteet ovat yksilöiden välisiä, siis sikäli ylyksilöllisiä. Niinpä kuvittelemme yleensä ymmärtävämmä, mitä toinen puhuu hänen puhuessaan kauneudesta.

Kauneuden kokemus on vain osa muuta kokemusta. Sen puhuttelevuus tuntuisi viittaavan siihen, että se on jotain ydininhimillistä. Kauneuden objektiivisuutta on hankala perustella, sillä se ei alistu helposti älylliseen eritelyyn. Se ei antaudu käsitteille, sillä maailma ei ole vain käsitteitä ja tietoa, vaan esimerkiksi aistimuksia ja tunteuksia.

Kauneus tuntuu silti merkittävältä tai merkitsevältä; se on ikään kuin kokemuksen erityislaatu. Tällöin se saattaa tuntua yli-inhimilliseltä ja objektiiviselta, jolloin se lähestyy totuuskokemusta. Kysymys kauneuden tarkoituksesta ihmiselämässä tai lajin kehityksessä on samalla tavoin hankala kuten kysymys musiikin merkityksestä evoluutiossa.

Tunnetun sanonnan ”kauneus on katsojan silmässä” voi tulkita niin, että kyky nähdä tai kokea kauneutta riippuu henkilön kypsyydestä. Yksilö kehittyy aistimuksiinsa ja elämyksissään sopivien virikkeiden avustuksella. Sisimmässämme täytyy jonkin rakenteellisen seikan vastata virikkeisiin myös kauneuden ulottuvuudella. Huippuelämyksenä kauneus tuntuu usein sisältävän kaiken hyvän ja toden; se on ilmeisesti syvimmiltään yllykkeistä vapaa havainto.

Kauneudella on ollut merkityksensä länsimaisessa kulttuurissa. Sen alue on ollut silti kapea, ehkä jotenkin esteettinen. Jotkin kulttuurit ovat kokonaisvaltaisemmin

omaksuneet kauneuden arvon elämäänsä. Voi ajatella, että ihminen pyrki ennen kaikkea elämään kauniisti eikä totuudellisesti. Jossain japanilaisessa elämänmuodossa (esim. teeseremoniassa) aistimme sisäistynyttä kauneutta. Kristillisyydessä on sisäisen kilvoittelun perinne, jota harjoitetaan erityisesti luostareissa. Ortodoksinen kirjallisuus puhuu ”sielun kauneudesta”, joka aukeaa kilvoittelijassa sielun vähittäisen puhdistumisen seurauksena.

Hyvä ja hyvyys

Monesti ajatellaan, että kaikki arvot perustuvat hyvään tai johtuvat siitä. Siksi hyvyttä pidetään pääarvona, tavallaan arvojen arvona. Hyvän käsitehahmo on moniulotteinen. Hyvyys on ennen kaikkea tahtoa, niinpä arkikielessä puhutaan hyvästä tahdosta. Monet tahdon ilmiöt ovat syvästi tiedottomia. Hyvyys ilmenee nimenomaan tekoina, vaikka yksilöllä on myös käsityksiä hyvästä, jotka ohjaavat hänen toimintaansa.

Filosofit pitävät hyvyttä peruskategoriana. Jokaisella on jonkinlainen suhde hyvään. Se on alkuperäistä ihmisen olemukseen kuuluvaa suuntautumista ja kaipausta. Hyvät teot kohdistuvat ensin läheisiin, mutta yksilön kehityessä hyvyys, niin kuin myös rakkaus, universalisoituvat eli alkavat kohdistua yhä suurempaan määrään ihmisiä; lopulta ehkä koko ihmiskuntaan. Myös yhteiskunnallinen toiminta ja politiikka perustuvat hyvän edistämiseksi ja hyvyyteen nojaaville perusteluille.

Hyvyydestä voi löytää erilaisia ulottuvuuksia. Ehkä alkuperäisin ulottuvuus on hyvä kokemus eli kokemus-

hyvä. Tällöin hyvää on yksinkertaisesti se, mikä meistä tuntuu hyvältä. Ihmiset ovat ilmeisesti varsin yksimielisiä perushyvään nähden. Se voi perustua esimerkiksi kivun, tuskan, tai kylmän puuttumiseen tai poistumiseen, samoin kuin uhkan ja pelon häviämiseen.

Ruuan maku ja tuoksu, juoman herkullisuus ja ruoka-aineiden monet vivahteet antavat miellyttäviä elämyksiä. Toisaalta yksilöt arvostavat erilaisia makuja, koska he ovat kehittyneet erilaisen perinteen piirissä. Sopivassa määrin harjoitettu fyysinen tai henkinen ponnistelu luo hyviä ja rakentavia tuntemuksia. Kun me vapaudumme paineesta ja stressistä, se tuntuu rentouttavalta ja hyvältä. Tuskasta eroon pääseminen nostaa kokemuksemme uudelle tasolle, johon liittyy ilon vapauttava elämys. Kaipaamme myös hyväilyä ja kosketusta sekä läheisyyden antamia lempeitä tunteja.

Tavallisesti hyvää tarkastellaan ja siitä puhutaan moraalien yhteydessä. Teko on hyvä; näin sitä saatetaan arvioida ulkoa päin. Hyvyyttä ilmentävät nimenomaan teot, jotka edistävät toisten etua. Erityisesti kristillinen moraalinen on korostanut universaalia hyvyyttä kaikkia kohtaan, ja se on monissa muodoissa varsin keskeinen arvo kulttuurissamme (esim. sairaanhoito, avustustyö tai sosiaalipolitiikka). Kristillisen näkemyksen mukaan kaikki ihmiset ovat tasa-arvoisia, ja ansaitsevat periaatteessa saman määrän hyvää. Lähimmäisen rakkaus ilmaisee sitä, että kaikista yritetään pitää huolta.

Yhteiskunta rakentuu ammattiteistä, jotka asettavat velvollisuuksia. Opettajan täytyy edistää oppilaan hyvää, koska siinä on kysymys samanaikaisesti yhteiskunnan hyödyistä ja opiskelijan edusta. Lääkäri auttaa ihmistä voittamaan pahan sairauden ja siihen kuuluvat kärsimyks-

set ja elämän rajoitukset. Moraalisen hyvän tekemiseen liittyy usein velvollisuus, mutta moraalista hyvää voi tehdä myös itsearvoisesti eli hyvän itsensä vuoksi. Yleensä moraalit rakentuu yhteiskuntaa hallitsevista vaatimuksista. Vaatimukset ovat yhteiskuntaa luonnehtiva ydin.

Kolmas hyvän laji on itsessään hyvä. Siihen yksilö päätyy väkisin kaikissa loppuun viedyissä arvioinneissa ja keskusteluissa. Se on jotain sellaista hyvää, jota ei voi perustella millään toisella hyvällä. Itsessään hyvä ei ole riippuvainen mistään muusta hyvän laadusta eikä mistään muustakaan olemassa olevasta seikasta. Samoin kuin hyvästä, vallitsee myös pahasta erilaisia käsityksiä. On luonnollisesti kokemuspahaa ja moraalista pahaa, ja ilmeisesti myös itsessään pahaa eli äärimmäistä pahuutta.

Yksilöt ovat usein eri mieltä hyvästä, mikä voi johtaa heidät ääritapauksessa vaikeuksiin yhteiskunnan kanssa. Tällöin yhteiskunta haluaa ehkä päästä eroon "kapinallisista". Seurauksena saattaa olla oikeudenkäynti, vangitseminen, jopa kidutusta ja joskus lopulta teloitus (esim. Buddha, Sokrates, Jeesus Nasaretilainen, Mahatma Gandhi, Nelson Mandela ja monet muut). Jälkikäteen voi syntyä keskustelua siitä, oliko yksilön moraalit sittenkin parempi kuin yhteiskunnassa vallitseva moraalit, joka tuomitsi hänet. Hän saattoi toimia korkeamman moraalin perustalta, kuin mitä yhteiskunta tuolloin vaati. Joka tapauksessa hän toimi vallassa olevaa moraalit vastaan.

Ihmisillä on suuri yksimielisyys siitä, mikä on hyvää, ja mikä on pahaa. Se tuntuu viittaavan siihen, että tässä on kyse jostain yksilöt ylittävästä yksimielisyydestä. Hyvän ja "epähyvän" välinen kahtiajako (dikotomia) läpäisee tammamme hahmottaa todellisuutta. Tämä on osaselitys sille, miksi varsinkin uskonnollisissa maailmankatsomuksissa

nähdään maailma hyvän ja pahan taisteluna.

Syvä metafyyminen kysymys kätkeytyy siihen, miksi mieli ei heijasta suoraan totuutta, kauneutta ja hyvyyttä. Onko ihminen aina jossain määrin paha, ja mistä se johdetaan? Kuinka raskasta ja vaikeaa on lopulta olla hyvä ja rehellinen?

Erikoista on oikeastaan se, että yksilöt pitävät itseään hyvinä, vaikka olisivat tehneet vakavia rikoksia. Henkilöt ovat usein kehittymättömiä hyvyydessä ja totuudessa siitä huolimatta, että he ajattelevat toisin itsestään. Merkittävää on myös se, että sotarikollisia pidetään suorastaan sankareina. Tällöin pahuus on syöpyntä syvälle yhteisön moraaliiin. Ihminen pitää itseään hyvänä, vaikka monesta seikasta on pääteltävissä, että kyseenalaiset yllykkeet hallitsevat häntä.

Yksi yllättävimpiä kysymyksiä ihmisistä on se, missä määrin he todella pystyvät olemaan rehellisiä, toisin sanoen missä määrin he teeskentelevät, ja missä määrin he ovat totuudellisia. Ankarat tiedostamisen pyrkimykset ja itse-tuntemus osoittaa, että teeskentelemme oikeastaan kaiken aikaa. Täydellinen rehellisyys on ilmeisesti harvinaista ja vaikeaa saavuttaa.

Kehittyvä tekniikka lisää parhaimmillaan hyvinvointia. Tekninen hyvä on erittäin määräävä seikka meidän maailmassamme. Rakennamme aina vain parempia laitteita ja työkaluja. Myös lääketiede kehittää hienoa tekniikkaa, parempia hoitomenetelmiä ja lääkkeitä. Teknisen hyvän tarkoituksena on palvella ihmisen hyvää, vaikka sotateollisuus kehittyi kaiken aikaa uhkaavasti. Arvot ovat mukana kaikessa toiminnassa, joten ne ovat aina osa inhimillistä elämää.

Ihanteet

Ihanteet eivät ole sama ilmiö tai kokemus kuin platoniset arvot. Ihanteet ovat silti usein kokemuksellisesti ”arvo-luonteisia”, joten niitä kutsutaan monesti arvoiksi.

Ihanteita on paljon: rehellisyys, luotettavuus, oikeudenmukaisuus, tasapuolisuus, uskollisuus, huomaavaisuus, kohteliaisuus, suvaitsevuus, puolueettomuus, vastuullisuus, tunnollisuus, vaatimattomuus, vilpittömyys, nöyryys, myötätuntoisuus, anteeksiantamus, vapaus, tasa-arvo, veljeys, ystävällisyys, hienotunteisuus, vieraanvaraisuus, kuuliaisuus, ennakkoluulottomuus, avoimuus, väkivallattomuus, itsemäärääminen, sopuisuus, rohkeus, raittius, kurinalaisuus, ahkeruus, hyvä käytös ja monet muut.

Lopulta ihanteita on rajattomasti, koska me ihanteistamme eli asetamme ihanteiksi myös seikkoja, joita ei aina voi mutkattomasti nimetä. Ihanteet saattavat vaatia, että yksilöt tervehtivät toisiaan, mutta eri kulttuureissa tervehtiminen toteutetaan ulkonaisesti eri tavoin. Se voi tapahtua kätelemällä, kumartamalla, seisomalla suorana ja pysähtymällä, ottamalla hattu päästä, vetämällä huolellisesti järjestetyt sormet lippaan, halaamalla, poskisuudelmilla, taputtamalla sydäntänsä, heittäytymällä polvilleen tai laskeutumalla vain toiselle polvelle.

Vielä on muitakin, tässä mainitsemattomia tervehtimisen tapoja. Tervehtiminen on ”idea”, jonka voi lopulta oppia vain jäljittelemällä ja harjoittelemalla, ei teoreettisesti. Silti se on yhteisössä vaadittu ihanne. Tervehtimiseen liittyy usein joitain vakiintuneita lauseita tai sanontoja, jotka täytyy lausua ulkoisen tervehtimisen yhteydessä. Esimerkiksi henkivartijakaarti tervehtii hallitsijaa yhteen ääneen

lausutulla tervehdyksellä. Monet asiat opitaan, vasta kun oppivalle yksilölle näytetään, kuinka täytyy toimia. Pelkästään kuvailemalla niitä on vaikea opettaa ja oppia.

Ihanteet vaatimuksina ovat moniselitteisiä ja niitä on usein vaikea määritellä. Silti ihanteita – oikeastaan ihanne-sanoja eli tekojen nimiä – käytetään yksilöiden käyttäytymisen kuvaamiseen ja tulkitsemiseen, vaikka ihanteiden merkitykset eivät aina ole tarkkoja. Oikeuslaitos ja oikeudenkäyttö perustuvat pitkälti tekojen kuvaamiseen ja niiden vertaamiseen ihannesanoihin, eli tekojen tulkitsemiseen ja nimeämiseen ihanteiden näkökulmasta. Toisin sanoen oikeuden näkökulmasta on kyse yleensä siitä, mikä nimi teolle annetaan.

Ihanteen merkitys riippuu paljon siitä, mikä yhteys sillä on muihin ihanteisiin. Näin ne muodostavat merkityksillä latautuneen ihanneverkoston, johon kaikki muutkin arvot liittyvät. Ihanteilla on keskeinen vaikutus yhteiskunnan moraaliseen luonteeseen ja tasoon.

Yhteiskunnassamme tehdään päivittäin lukemattomia sopimuksia. Suurin osa asioista sovitaan pelkästään suullisesti, ja suuri osa sopimuksista myös pidetään ja täytetään. Tämä osoittaa, että ihmiset ovat pääasiassa luotettavia. Mutta minkälaisen teon nimi on sopiminen? On tärkeää nimetä tekoja, jotta voimme olla riittävän yksimielisiä arvioidessamme niitä.

Usein yksinkertaisesti vain luotetaan jonkin ammatin harjoittajaan tai viranomaiseen. Kaikki tämä osoittaa, että yhteiskunnassa on luotettavuutta. Jos tämä ihanne katoaisi kuin taikaiskusta, yhteiskunta romahtaisi siihen paikkaan: toimintojen ennakointi tulisi mahdottomaksi. Luotettavuus on siis yhteiskunnan olemassaololle vakava edellytys.

Yksilölle on pääasiassa edullista noudattaa yhteiskunnassa vallitsevia ihanteita, jos yhteiskunnan muoto on suhteellisen vakaa. Hoitaessaan tehtävänsä tunnollisesti työntekijä turvaa tulevaisuutensa. Itse asiassa tämä havainto koskee kaikkia ihanteita. Lukija voi miettiä edellä mainittujen ihanteiden vaihtuvia merkityksiä.

Ihanteiden tehtävä on jäsentää ja järjestää eli organisoida yhteiskuntaa, ja yleensä nimenomaan yhteisten etujen näkökulmasta. Tärkeä etu on esimerkiksi turvallisuus. Ihanteet tekevät elämän myös sujuvaksi, joustavaksi ja suurelta osin ennakoitavaksi.

Ihanteet ja moraalit liittyvät toisiinsa. Kaikki ihanteet eivät ole moraalisia, mutta rajaa moraalisten ja ei-moraalisten ihanteiden välille ei ole helppo vetää; yhteiskuntien tavat ja vaatimukset vaihtelevat. Ihanteet eivät siis ole neutraaleja ilmiöitä. Niihin liittyy aina jokin määrä moraalista paatosta. Se rakentuu pääasiassa kolmesta osasta: vaatimisesta, tuomitsemisesta ja syyttämisestä.

Ihmiset edellyttävät ja odottavat jotain toiselta yksilöltä, hänen käyttäytymiseltään. Jos hän ei noudata asetettuja vaatimuksia, hänen katsotaan syyllistyneen johonkin. Me tulkitsemme hänen rikkoneen jotain ihannetta, normia tai tapaa. Pelkistyneesti vaatimukset esiintyvät käskyinä ja kieltoina.

Monesti omaksuttuja tai itse kehitettyjä tapoja kutsutaan hyveiksi. Hyveellinen yksilö on omaksunut jonkin ihanteen – tai useampia – joita hän pyrkii toteuttamaan ja vaatii ehkä myös muita noudattamaan niitä. Ihanteet tai niihin perustuvat hyveet ovat tärkeä osa persoonallisuutta, joka on yleensä muodostunut kasvatuksen perustalle. Yhteiskunnassa on jokin ihannerakenne, jonka kasvatus pyrkii toteuttamaan kasvavissa. Joskus ajatellaan jonkin

hyveen olevan yksilön synnynnäinen ominaisuus. Ihanteita on tavallaan monia, joita ei voi kovin luontevasti nimetä. Sellaisia ovat esim. kateudettomuus, vihattomuus, epäahneus, vallattomuus ja monia muita.

Kohdearvot

Tämän luvun alussa käsiteltiin arvostusta, epäarvostusta ja identiteettiä. Arvostaminen on tärkeä sielunfunktio, joka ilmenee kaikkien arvojen yhteydessä. Arvot jakautuvat neljään ryhmään sen perusteella, miten ne toimivat arvostamisen kohteena ja yhteydessä. Neljä arvoryhmää ovat platoniset arvot (eli varsinaiset arvot), ihanteet (eli joissain tapauksissa hyveet), kohdearvot (eli arvostukset) ja kokemusarvot (tai inhimillisesti arvokkaat kokemukset). Arvostamista voi kuvata myös sanonnoilla antaa arvoa, pitää arvokkaana tai arvossa, ja myös arvottaa. Edellä on käsitelty platonisia arvoja ja ihanteita, mutta nyt siirytään tarkastelemaan kohdearvoja ja myöhemmin niin sanottuja kokemusarvoja.

Ihminen arvostaa monia seikkoja. Arvostaminen suuntautuu muun muassa konkreetteihin kohteisiin: ruokaan, juomaan, vaatteisiin, asuntoihin, autoihin, tietokoneisiin, kelloihin, koruihin, puhelimiin, kirjoihin tai rahaan. Itse asiassa melkein mitkä tahansa esineet, välineet tai laitteet voivat olla kohteina. Teknisesti edistynyt kulttuuri keksii ja valmistaa jatkuvasti uutta arvostettavaa. Näitä nimitetään yksinkertaisesti kohdearvoiksi, tai lyhyesti arvostuksiksi.

Ihmiset arvostavat myös abstrakteja asioita: arvonimiä, kunnianosoituksia, menestystä, paremmuutta, kuului-

suutta, voittamista, julkisuutta tai johtajuutta. Samoin arvostetaan virkoja, tehtäviä, koulutusta, ammatteja, harrastuksia, tietoja, taitoja, palveluja, maailmankatsomuksia, taidetta, tiedettä, urheilua, vapaa-aikaa ja kaikkia näiden eri muotoja ja ilmentymiä. Myös tapahtumia arvostetaan, kuten esityksiä, juhlia, jumalanpalveluksia, konsertteja, tapaamisia, tuttavuuksia ja lomamatkoja.

Maailmassa on luonnollisesti myös tosiasioita, joita esiintyy meidän havainnoissamme. Ne perustuvat erityisesti näköaistimukseen, mutta me luomme havaintoja myös muiden aistimusten alueella, esimerkiksi hajuaisiin, makuaistiin ja kosketukseen pohjautuen. Teemme jatkuvasti havaintoja lisäksi sisäisistä tuntemuksista. Vaikka useista havainnoista ollaan yksimielisiä, voi kysyä, ovatko "tosiasiatkaan" aina arvostamisemme ulkopuolella. Monesti etunäkökohdat (intressit) pyrkivät ainakin määrittämään sen mitä "tosiasioita" pidetään tärkeinä.

Kohdearvoja nimitetään lyhyesti arvostuksiksi, koska se on luontevaa. Arvostuksen kohteen voi yleensä osoittaa ulkomaailmassa, esineenä, ilmiönä, instituutiona tai tapahtumana. Sama ei ole aivan yhtä selvää muissa arvoissa. Arvostusten syntymistavat ja syyt ovat melko yllätyksellisiä ja salaperäisiä. Useimmiten ne palautuvat tavalla tai toisella, välittömästi tai kiertotietä, haluihin ja tarpeisiin. Halun ja tarpeen käsitteet täytyy pitää erillään, vaikka nämä ilmiöt tai kokemukset lähestyvät monissa tapauksissa toisiaan.

Arvostamisen puuttuminen kokemuksesta johtaisi itse asiassa melkoiseen autiuteen. Me elämme osaksi juuri arvostuksista. Ne innostavat, luovat motiiveja ja ovat määrällisesti merkityksellisiä, koska ne vaikuttavat laajasti.

Kokemusarvot

Kaikki arvot syntyvät viime kädessä tuntemuksista, jotka perustuvat ihmisen rakenteeseen ja kokevaan olemukseen. Joitakin elämyksiä pidetään tärkeänä tavallaan itsessäänkin, mutta niitä on opittu arvostamaan myös sopivan koulutuksen, tradition, lahjakkuuden tai harrastuksen johdosta. Yksinkertaisesti tästä voi päätellä, että juuri kulttuuri tuottaa elämyksiä, joita kansalaiset pitävät arvokkaina. Elämän arvo perustuu nimenomaan kulttuurielämyksiin.

Otetaan muutama esimerkki. Viulun taitava soitto voi antaa meille arvokkaita elämyksiä, jopa niin vaikuttavia, että kuulija vaipuu suorastaan ekstaasiin. Tästä seuraa monenlaisia käytettyyn instrumenttiin eli viuluun liittyviä arvostuksia. Toisaalta on kulttuureja, jotka eivät lainkaan tunne viulua, mutta jotain musiikin muotoa pidetään kuitenkin tärkeänä. Ajatellaan esimerkiksi kreikkalais-ortodoksista kirkkolaulua, johon ei kuulu lainkaan instrumentteja, ja lisäksi nuottijärjestelmä on erilainen. Eurooppalaisesti sivistyneet kreikkalaiset tuntevat toki viulun, mutta soittimet kuuluvat ortodoksien mukaan oikeastaan vain maalliseen musiikkiin.

Joku saattaa arvostaa laskuvarjohyppyä, toinen matematiikkaa. Monet arvostavat veistotaidetta, jotkut hirsirakennusta. Kaiken toiminnan takana on yhteiskunnallisia päämääriä, mutta toki myös narsistisia yllykkeitä. Työtehtiä yksilöt tuottavat toisille henkilöille monenlaisia hyviä kokemuksia. Monet opiskelevat lääkäreiksi, jotta he saisivat hyvän palkan, mutta tyydyttävät samalla muutakin kunnianhimoaan. Hyvin koulutettu lääkäri korjaa potilaan terveydentilaa, mikä on sairaan kannalta monesti yksi parhaista kokemuksista.

Teatteri, kuvaamataide, laulu, baletti, tanssi ja elokuva puhuttelevat yksilöä ja nämä kulttuurin alueet yrittävät nostaa hänen kokemuksensa tasoa. Uskonnolliset rituaalit tai muut seremoniat ja juhlat voivat luoda elähdyttävän ilmapiirin. Se että tiedettä, taidetta, filosofiaa ja uskontoa ylipäättään harjoitetaan, perustuu siihen, että niissä koetaan jotain inhimillisesti arvokasta. Näillä harrastuksilla tuntuu olevan ikään kuin itseisarvoa, johon kiinnitymme ja samastumme.

Kuunnellessaan filosofian luentoa opiskelija saattaa saada voimakkaan oivalluksen tai selkeytymisen tunteen. Samalla hän kokee ikään kuin saisi kosketuksen johonkin, joka oli aiemmin suljettuna. Monia puhuttelee kirjallisuus, oli se sitten runoutta, proosaa tai novelleja. Lukeva yksilö voi tuntea kosketuksen, joka liikuttaa hänen sisimpäänsä. Syvästi ravistelevia elämyksiä sattuu harvoin, ja ne tulevat arvaamattomista lähteistä ja arvaamattomina ajankohtina, mutta kykenevät silti kääntämään elämämme yllättäen toiselle uralle.

Juuri korkeakulttuuri pyrkii tuottamaan inhimillisesti arvokkaita tunteita ja elämyksiä, mutta hienoja tunteita antavat myös ystävyys, läheisyys, keskustelu, yhteenkuuluvuus ja yhdessäolo. Joku saa puhuttelevia kokemuksia esimerkiksi liikunnasta, luonnosta, hiljaisuudesta, mietiskelystä tai rukouksesta. Taidokkaasti laitettu ruoka ja hyvä viini kohottavat mielialaa. Jotakuta tyydyttävät syvästi perheen yhteiset hetket, toinen huumaantuu puutarhan tuoksuista ja väreistä. Leppoisien tuntemusten joukkoon kuuluvat nautinto, hyvä tuuli ja huvittuneisuus.

Yleensä yksilö haluaisi, että miellyttävät mielentilat, ja vaikkapa innostus tai rakkaus, jatkuisivat loputtomasti. Ajan myötä hyvätkin tunteet väljähtyvät ja katoavat, vaik-

ka niiden toivoisi jatkuvan. Joillekin tuntemuksille haluaisi saada pysyvän paikan sielussaan, ajatellaan vaikka mielenrauhaa tai pyhyyttä.

Tunteiden aaltoilu ja rytminen vaihtelu aiheuttavat sen, että mitkä tahansa tunnelmat katoavat mielestä, tullaan sitten ehkä myöhemmin uudelleen esiin. Tämä on lohdullista silloin, kun tietää, että hyvin raskaatkin tunteet helpottavat lopulta. Psykykkisissä häiriötiloissa voi jokin hellittämätön mielentila jäädä päälle, ajaen yksilön tuskissaan kuilun partaalle. Tällöin on tärkeää yrittää tunnustella niitä tiedostumattomia lähteitä, joista paha olo nousee. Toisaalta on luonnollista, että suuri suru tai murhe täyttää ihmisen koko olemuksen ja se voi kestää vuosikausia.

On muitakin kokonaisvaltaisiin sisäisiin tiloihin viittaavia ilmaisuja kuin vain hyvä ja paha mieli. Yksilö voi olla iloinen, onnellinen tai tyytyväinen. Fysiologisiin tiloihin viittaavat sellaiset sanat kuin esimerkiksi levännyt ja pirteä. Saatamme tuntea olomme helpottuneeksi, ilahtuneeksi tai vapautuneeksi, kun olemme esimerkiksi saavuttaneet jotakin. Mieli ja kehon fysiologia liittyvät läheisesti toisiinsa. Kognitiiviset toiminnot ovat kaikessa inhimillisessä askareessa mukana, joten väsymys on myös osaksi ajatustyön aikaan saamaa eli "ajatuspitoista".

Onnellisuus on inhimillisesti tärkeä tunne, vaikka sitä on vaikea määrittää seikkaperäisesti. Sitä ei aina pidetä minään itseisarvona – ehkä usein odotetaan, että onnellisuus saavutetaan myöhemmin, kun ensin antaudutaan vaikkapa työlle. Lopulta onnellisuus ei ole yksilön hallinnassa; se vain tulee meidän osaksemme, syystä tai toisesta.

Joka tapauksessa ihminen näyttää tavoittelevan onnellisuutta, ehkä ensisijaisesti. Tämä on niin sanottu "onnellisuuden luonnonlaki", vaikka käytännössä yksilö mones-

ti uskoo, että hänen täytyy saavuttaa ensin yhtä ja toista muuta, ennen kuin voi olla onnellinen. Esimerkiksi vaikea sairaus tai paha onnettomuus muuttavat onnellisuuden yllättäen kärsimykseksi. Kärsimys on laaja käsite ja ihmisen kokemusavaruuteen kuuluva kategoria niin kuin onnellisuuskin. Kysymys onnellisuudesta kietoutuu kysymykseen vapaudesta eli valinnan todellisesta mahdollisuudesta.

Monesti ihmetellään sitä, mistä johtuu, että henkilöt eivät ole onnellisia, vaikka heillä ”tuntuu olevan kaikkea”, esimerkiksi omaisuutta yllin kyllin. Narsismi selittää pääosan ihmisen levottomuudesta ja onnettomuudesta. Me emme saa rauhaa, koska mielentilat aaltoilevat ja ylykkeet nostavat päätään. Perimmältään vasta niiden vaikeaminen vaientaa halut ja niiden herättämän levottomuuden.

Narsistiset pettymykset – jos muita pettymyksiä on edes olemassa – ovat vaikeita kestää. Yksilö saattaa haaveilla, että johonkin saavutukseen pääseminen tekee hänet lopullisesti onnelliseksi. Näin ei kuitenkaan koskaan käy. Uusia kohteita löytyy aina ja saavuttamisen paine tekee mielen uudestaan levottomaksi. Narsismille on tyypillistä vaatia: enemmän!

Ilo on tuntunut niin yksinkertaiselta kokemukselta, että siihen ei ole kiinnitetty juurikaan tieteellistä huomiota. Silti se on merkittävä inhimillinen tunne ja oikea kokemusarvo. Miksi todellisuuden rakenteessa on iloa? Lapset ovat yleensä iloisia ja onnellisia. Se johtuu luultavasti siitä, että monet aikuisen elämää raastavat seikat, ylykkeet ja huolet, eivät vielä rasita lasta.

Yleensäkin ilo on erittäin tärkeää lapselle. On syytä tarkkailla, mitkä elämykset tuottavat hänelle hyvää ja

arvostettavaa iloa. Lapsi on valmis iloon; se on eksistenssin merkittävimpiä kokemuksia. Lapsi on nimenomaan kokeva olento, ja siksi hän arvostaa aitoa inhimillisyyttä yksinkertaisella tavallaan. Esimerkiksi musiikin soinnut ja rytmit tarttuvat, ja sisäisen elämän itsenäisyys vahvistuu. Lorut ja hokemat ovat kielelle ja mielelle samaa kuin voimistelu ja liikunta keholle.

Lapsen ilo on puhdasta ja viatonta, mutta aikuisen mielihyvä ei useinkaan ole täysin pyyteetöntä. Käytännössä vilpittömyys ja epäitsekästä iloa esiintyy harvoin. Ilon olemusta on yhtä vaikea selittää kuin onnellisuuttakin. Näitä tunteita ei voi suoraviivaisesti "komentaa" niin kuin ei monia muitakaan tunteita. Ilolla on yhteyksiä myös nautintoon ja tyydytykseen. Merkittävä ilon lähde on huumori, jota on pidetty ihmisolemuksen erityisenä ominaisuutena, jopa sen henkisyden tunnusmerkkinä.

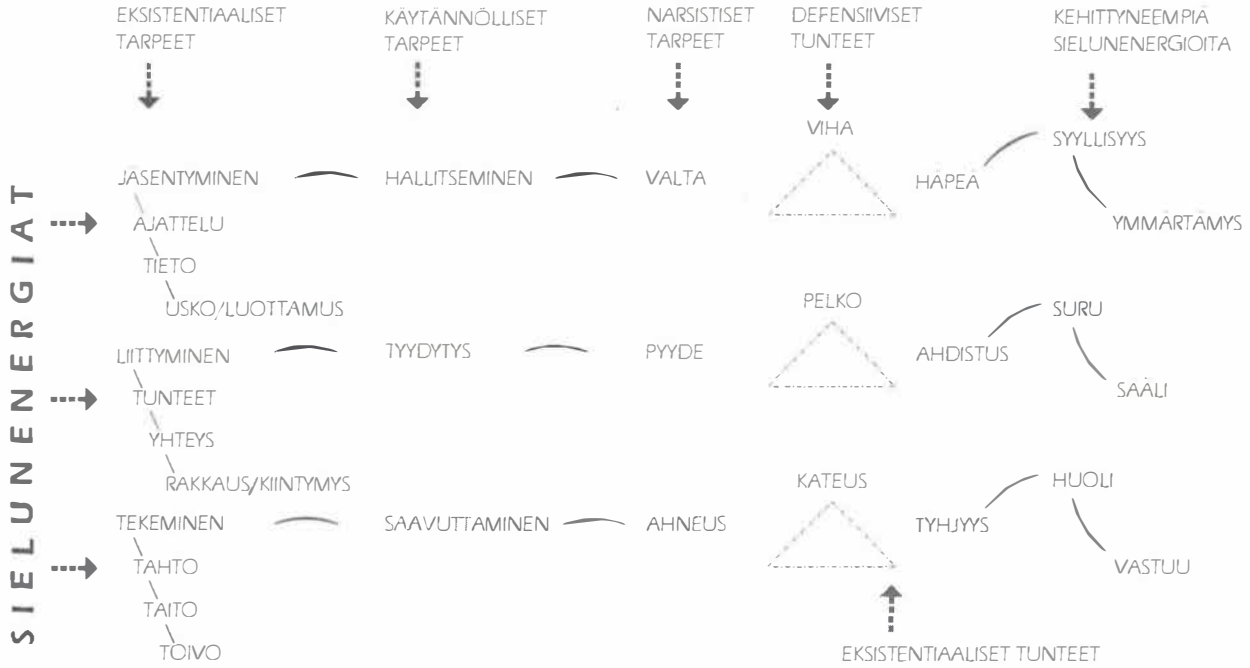
Nuoret näyttävät tavoittavan aikuisia helpommin erityistä iloa eli hohtoa elämäänsä. Elämä on ikävää ilman kohottavia tunteita. Hyvinvointimme tuntuu vaativan niitä. Ihminen tavoittelee luonnostaan hyvää mieltä, iloa ja onnellisuutta. Tunteiden pyyteellisyys hohtaa elämyksiä ja elämää. Niihin liittyy varsinkin nuoruudessa ilon ja onnen tunnetta sekä tunteiden tuoreutta, jota vanhemmat muistelevat yleensä "kultaisena nuoruutena".

Itsensä korottamisen paine on luonnollista nuorukaisen kokemuksessa. Se on viehättävää keskittymistä omiin suunnitelmiin ja haaveisiin, elämäniloa ja toivoa, huolettomuutta ja elämän kepeyttä. Se siis tavallaan kuuluu nuoruuden kehitykseen, vaikka siitä voi seurata kiusallisia tilanteita ja ristiriitoja. Toisaalta pelko riistää monesti nuoren mahdollisuudet kokonaan. Se on nuoruuden yleisimpiä vaikeuksia, vaikka nuori on kykenemätön myön-

tämään sitä. Jopa ahdistukseen saattaa liittyä hohtoa, erityisesti silloin, kun tulipäisyys valtaa nuoren mielen ja elämän. Jotkut saattavat jopa ylpeillä elämäntuskallaan.

On mahdoton esittää mitään täydellistä luetteloä hyvistä kokemuksista (kokemusarvoista); sielunelämä on monipuolista ja yksilöllistä. Monet arvot tuntuvat jo itsessäänkin jotenkin arvokkailta. Ajatellaan esimerkiksi luottavuutta, uskollisuutta, uhrautuvuutta, rakkautta, myötätuntoa tai vilpittömyyttä. Ne eivät ole vain hyviä ihanteita toiminnalle, vaan ne tuntuvat tärkeiltä kokemuksilta sinänsä. Viime kädessä arvokkaan ydin jää salaisuudeksi samalla tavoin kuin ihmissielu.

IHMISEN KOKEMUKSEN PERUSLOTTUVUUDET



KIRJALLISUUTTA

- Ahlman, E.: Arvojen ja välineiden maailma. WSOY, Porvoo 1976. (1920).
- Ahlman, E.: Totuudellisuuden probleemi. WSOY, Porvoo 1929.
- Ahlman, E.: Kulttuurin perustekijöitä. Gummerus, Jyväskylä 1976. (1939).
- Ahlman, E.: Ihmisen probleemi. WSOY, Porvoo 1953
- Blanck, G & Blanck, R.: Ego Psychology: Theory and Practice. Columbia University Press, New York 1974.
- Blanck, G. & Blanck, R.: Ego Psychology II: Psychoanalytic Development Psychology. Columbia University Press, New York 1979.
- Kernberg, O.: Borderline Conditions and Pathological Narcissism. Jason Aronson, Inc., 1981. (1975).
- Kernberg, O.: Internal World and External Reality. Object Relations Theory Applied. Jason Aronson, Inc., 1980.
- Kohut, H.: The Analysis of the Self. International Universities Press, New York 1971.
- Kohut, H.: The Restoration of the Self. International Universities Press, New York 1977.
- Mahler, M.S. & Pine, F. & Bergman A.: The Psychological Birth of the Human Infant. Basic Books, Inc., Publisher, New York 1975.
- Steiner, R.: Vapauden filosofia. Gummerus, Jyväskylä 1979. (1894).

TEKIJÄN JULKAISUJA, JOIHIN TEOKSESSA VIITATAAN

- Ihmissielun olemus. (Iyhenne: ISO) Arator Oy, Helsinki 1987.
- Ihmisen kasvatus. (IK) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1988.
- Mieli ja sielu. (MS) Arator Oy, Helsinki 1989.
- Rudolf Steinerein kehitys ja ajattelu. Filosofis-psykologinen tutkimus. (väitöskirja) Arator Oy, Helsinki 1990.
- Ihmisen ymmärtäminen. (IY) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1990.
- Ihmisen hahmo. (IH) Uudistettu laitos. Arator Oy, Helsinki 1991.
(Jyväskylän yliopiston filosofian laitoksen julkaisu 48/1991)
- Arvojen todellisuus, johdatus arvokasvatukseen. (AT) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1992. Toinen painos 1993.

Tieto ja tiede. (TT) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1995.
Elämänkaari ja kriisit. (EK) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1996.
Halut, arvot ja valta. (HAV) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1997.
Minusta näyttää - johdatus reflektiiviseen filosofiaan. (MN) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1998.
Opetustyön perusteet. (OP) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 1999.
Tunne-elämä. (TE) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 2004.
Ikävaiheiden kriisit. (IVK) Atena Kustannus Oy, Jyväskylä 2005.
Ihmisenpojan kiusaukset. (IPK) Arator Oy, Helsinki 2013.

KUVIOIDEN LUETTELO

Kuvio	1.	Psykyksen peruslaadut
	2.	Eksistentialiset tarpeet
	3.	Ajattelun fenomenologinen rakenne
	4.	Tunteen fenomenologinen rakenne
	5.	Tahdon fenomenologinen rakenne
	6.	Käytännölliset tarpeet
	7.	Narsistiset yllykkeet
	8.	Ajattelun psykodynaaminen rakenne
	9.	Tunteen psykodynaaminen rakenne
	10.	Tahdon psykodynaaminen rakenne
	11.	Eksistentialiset tunteet
	12.	Defensiiviset tunteet
	13.	Platoniset arvot (platoniset ideat)
	14.	Ihmisen kokemuksen perusolottuvuudet

VIITTEET

¹ *Kuvallisilla ilmauksilla*, joita tekstissä siellä täällä ilmenee, yritetään konkreettisten ilmiöiden kautta kuvata abstrakteja tapahtumia. Esimerkiksi ”sammua”-käsitteellä tarkoitetaan tässä minuuden ja erillisyyden kokemuksen häviämistä.

² *Psykodynamiikalla* tarkoitetaan mielen tietoisia ja tiedottomia ilmiöitä, niiden dynaamista liikettä, teorioita ja käsityksiä ihmismielen luonteesta sekä sen sisällöistä.

³ *Sielunelämällä* ja *sielulla* tässä teoksessa tarkoitetaan ihmisen psyykkistä kokemusta tai kokonaisuutta.

⁴ Tässä tulee esiin *ihmisen eksistenssin* kannalta merkittävä kolmikko: maailma, itse ja minä. Itsen ja minän voi erottaa toisistaan, kuten myöhemmin nähdään.

⁵ *Paavali* esittää *antropologiaansa* eli ihmiskäsityksensä erityisesti Roomalaiskirjeessä.

⁶ Käytän käsitettä *yllykeluonto* narsismin suomenkielisenä vastineena. Sitä voi kutsua myös itseisyydeksi tai itseydeksi, kuten paikoitellen tehdään. Yllykeluonnon käsitteestä ks. myös TE, s. 134–150 tai HAV, s. 41–66.

⁷ Jäsenissämme on ”*toinen laki*”, kuten Paavali asian ilmaisee ks. Rm 7,23.

⁸ *Aikeista* ja *aie-etiikasta* ks. enemmän HAV, s. 67–75.

⁹ *Kolmijaon* ohella voidaan ajatella olevan myös neli-, viisi-, kuusi-, seitsemän- ja ehkäpä kahdeksanjakokin. Kyse on siitä, kuinka monta peruslaatua erotellaan omaan ryhmäänsä.

¹⁰ Nykyään on olemassa ns. *kognitiotiede*. Suomeksi sitä voisi nimittää *mielletieteeksi*. *Mielteiksi* voi kutsua kaikkia sellaisia mielen liikkeitä, jotka ovat jonkin niille ulkopuolisen vastineita ja merkitsevät jotain. Myös tunteissa ja haluissa on yleensä merkityksiä, joten ainakin merkitysosaltaan niitä on mahdollista pitää mielteinä.

¹¹ Itse asiassa *mielikuvat* säilyttävät jotain havainnon rajattomasta yksityiskohtaisuudesta, ja siksi tunnistamme tuttuja kohteita vaivattomasti. Havaitsemme myös muutokset jossain kohteessa, vaikka emme aina pysty palauttamaan mieleen etukäteen kohteen yksityiskohtia, kun kohde ei ole läsnä. Vrt. käsitteeseen *syvämielikuva* MN, s. 58–60.

¹² Ajan hetkien yli tapahtuva vertaaminen täytyy olla mahdollista. Tämä on yhteydessä *ajantajuun* ja *muistiin* sekä *kohteiden* samaksi tunnistamiseen. Itse *tunnistamisen* ilmiö on vaikeasti *tunnistettava* tapahtuma.

- ¹³ *Odottamisesta* tiedon keskeisenä osana ks. esim. MN, s. 130–131.
- ¹⁴ *Näkemyksen* (teorian) käsitettä käytän hyvin tarkoituksellisesti; se on ”tekninen termi”.
- ¹⁵ *Ymmärtämisessä* toteutuu monille sielunliikkeille tyypillinen *kaksinaisuus*: yritämme *ymmärtää ymmärtämistä*.
- ¹⁶ *Ajatukset* eli käsitteet ja käsitykset ovat itse asiassa ”*itsessään ymmärrettyjä*”, ne ovat siis oikeastaan ymmärrystä sinänsä. Toinen kysymys on kokonaan se, ovatko ne osuvia vai eivätkö; tällä ei ole mitään tekemistä ”ymmärrettyisyyden” kanssa.
- ¹⁷ *Kokonaisuuden kokemus* esim. näköhavainnon yhteydessä on hämmästyttävää. Huomaamme tarvittaessa havainnon eri osat ja tunnistamme niiden kuuluvan samaan kuvaan. Pystymme suuntaamaan katseemme ja tarkkaavaisuutemme havainnon eri osiin. Tässä kuvastuu jotain olennaista tietoisuuden toiminnasta. *Katse* ja *tarkkavaisuus* liikkuvat paikallaan pysyvässä ja ajassa jatkuvassa näköhavaintokuvassa.
- ¹⁸ *Fyysinen kosketus* on ontologisesti keskeisempi yhteys todellisuuteen kuin ymmärretään ajatella. *Liikeaisti* on välttämätön kosketuksen kannalta. *Kehonaisteista* ja niiden osallisuudesta näköhavaintokuvan hahmottamiseen ks. TE, s. 176–188.
- ¹⁹ *Näköhavainnon objektiivisuus* on kyseenalainen, koska se syntyy ihmisen aivojen ja tajunnan reaktioista fyysikaaliseen maailmaan. Näköhavaintokuva on projektiio ”tuonne esineiden pinnalle”. Vaikka näköhavainnot mielestämme todistavat jonkin kohteen olemassaolosta, niin viime kädessä ”todellisuusaiesti” on *kosketus*, sillä kosketus todistaa lopulta olemassaolon.
- ²⁰ *Katseesta* ks. myös IH, s. 37–39.
- ²¹ *Arvostuksen* sinänsä yksinkertaista käsitettä voi pitää suorastaan valankumouksellisena itse- ja ihmistuntemuksen kannalta. Meissä on arvostamisen reaktio ja ”funktio”, vrt. AT, s. 9–19. Arvostukset todella hallitsevat ja kuljettavat ihmisiä. Arvostuksia eli *kohdearvoja* on kuvattu seikkaperäisesti HAV, s. 93–136 ja AT, s. 95–120.
- ²² Eksistentiaalisia tarpeita ja narsistisia yllykkeitä voi verrata yleisluontoisesti eräisiin psykodynaamian suuntiin. Freudilainen psykoanalyysi korostaa mielihyväperiaatetta ja nautintoa yksilön toiminnan ja mielen suuntaajana. Näkemys painottuu siis voittopuolisesti liittymisen ja pyyteen alueelle, sillekin hyvin kapeasti. Pääyllykkeenä on seksuaalivietti, elämänvietti eli libido. Freud ajatteli, että vain biologistinen kiinnipitä-

minen seksuaalivietin keskeisyydestä takaa psykoanalyysin tieteellisyyden. Freudin näkemys oli rajoittunut, eikä hän tunnistanut esimerkiksi valtaylykettä lainkaan. Siksi hän erotti sellaiset oppilaansa psykoanalyttisestä yhdistyksestä, jotka olivat eri mieltä hänen kanssaan.

²³ *Perustuslaki* säätelee nimenomaan valtaan pääsyn muotoja ja on tässä merkityksessä *vallan metamuoto*.

²⁴ *Vaatimuksista* vallan olennaisena komponenttina ks. tarkemmin TE, s. 43–56.

²⁵ *Arvovallasta* ks. myös HAV, s. 119–123.

²⁶ *Omnivaltaisuus* voi olla perusteltua erilaisuutta, mutta se voi olla yhtä hyvin *häiriökäyttäytymistä*. Se voi perustua rakentaviin arvoihin, esimerkiksi arvojen uudelleen arviointiin, mutta se saattaa heijastaa myös kyvyttömyyttä hillitä yllykkeitään eli osoittaa *mielivaltaisuutta*.

²⁷ Lähellä valtaylykkeen oivaltamista on myös Alfred Adlerin (1870–1937) psykologinen teoria, jonka yksi pääideana on henkilön pyrkimys kompensoida vajavuutensa osoittamalla vahvuutta toisaalla. Adlerilla on viittauksia valtaan, joita hänen oppi-isänsä Freud ei hyväksynyt. Esimerkiksi Napoleonin pienuus ajoi hänet voittamaan sotatantereella sen, minkä hän menetti koossa. Vallan huipulle pääsy takasi myös monipuolisen menestyksen naisten maailmassa. Naiset pääsivät hänen kauttaan nauttimaan vallasta. Adlerilainen psykodynamiikka ymmärsi laajemmin ihmisen kokemusta kuin freudilainen psykoanalyysi.

²⁸ Tämä liittyy kysymykseen *ajattelun ontologiasta* eli ovatko ajattelu ja ajatukset jotain enemmän kuin vain tajunnan ilmiöitä tai aivoilmiöitä. Sama voidaan kysyä itse asiassa kaikista ihmisolemuksen sisäisistä laaduista tai kokemuksista. Voimme kysellä ja ihmetellä yleisesti *tunteiden ontologiaa* tai jonkin tunnelaadun, esimerkiksi vihan tai rakkauden ontologiaa.

²⁹ Ihmisen ajattelu on rajoittunut fysikaalisesti ilmeisesti hänen omaan päähänsä ja aivoihinsa, se on siis *”pää- tai aivokohtaista”*. Tarkasti ajatellen ajatuksia ei esiinny muualla kuin hänen tietoisuudessaan. Ajatukset ovat siis tavallaan *tietoisuuskohtaisia*. On kuitenkin mahdollista välittää ajatuksia puhumalla, kirjoittamalla ja muillakin symboleilla (esim. viittomilla tai lippumerkeillä).

³⁰ Jo Friedrich Nietzsche (1844–1900) oivalsi *”tahdon valtaan”*, mutta hän ei silti kyennyt ymmärtämään monipuolisesti vallan ilmiötä. Hän ei nähnyt niitä seikkoja, jotka hillitsevät tahtoa valtaan. Nietzschen ajattelu puhuttelee varsinkin sellaisia mieliä, jotka tuntevat oikeassa olemisen huu-

maa ja paremmin tietämisen kiihkoa, ja haluavat sen mukaisesti riehua ja lyödä muita. Nietzschehäisyys kiinnostaa erityisesti tulipäisiä nuoria. Nietzscheheltä jäi huomaamatta se, että yksilö voi tiedostaa vallanhimonsa sekä kesyttää sitä kuten muitakin yllykkeitään. Vallanhimon lonkeroiden tiedostaminen on yksi ihmisen – miksei juuri nietzschehäisen ”yli-ihmisenkin” – todellisista voimannäytteistä. Itsen(sä) voittaminen eli yllyke- luontonsa nujertaminen on todellista sankaruutta.

³¹ *Tunteet* jakautuvat miellyttäviin ja epämiellyttäviin tunteisiin, vaikka tämä ei aina ole yksiselitteistä. Epämiellyttäviä tunteita vältetään, ja miellyttäviä tavoitellaan. Kaikessa yksinkertaisuudessaan tämä on merkityksellinen havainto ihmiselämän kannalta.

Muotia esiintyy monilla elämänalueilla: tieteessä, laajasti taiteissa ja tavallisissa käytänteissä kuten esimerkiksi lomanvietossa. Yleinen mielipide ohjaa jopa kansakuntia ja niiden kohtaloita.

³³ *Ajattelun psykodynaamikan jektiot*. Vallassa on ajattelunomaista sisäistämistä, tunteenomaista vastavuoroisuutta, esimerkiksi valtojen törmäämistä, mutta myös muotojen omaksumista ja niihin alistumista. Mutta vallassa on myös tahdonomaista heijastamista, vallan ”asettamista” eli muodon tai järjestyksen vaatimista ja vaalimista. Häpeä on selvästi tunteenomaisin ja näin ollen retrojektiivisin osa ajattelun psykodynaamikassa. Tunteena häpeään kuuluu kolme eri puolta. Se on aistinomaista kosketusta, koska se herättää meidät kokemaan sosiaalisia vaatimuksia. Se on selvästi myös aiheenomainen eli ajattelua ja käyttäytymistä motivoiva. Häpeä on siis tavallaan impulssi, vaikka tosiasiasa sen taustalta löytyy aina varsinaisia yllykkeitä. Kolmanneksi se on selvästi tunne, jolla on merkitys. Häpeän tunteesta ei voi erehtyä, tiedämme, mitä se merkitsee. Viha on puolestaan tahdonomaisin ja projektiivisin laatu. Tyypillisesti se suuntautuu ulospäin. Se saa aikaan toimintaa, joko sisäistä tai ulkoista, kehon jäsenien liikettä tai mielikuvituksen lentoa. Se on usein vahva motiivi eli aihe. Sen merkityksestä ei juuri voi erehtyä. Yksilö, jonka viha on estynyt, on todennäköisesti myös toiminnaltaan estynyt tai pakonomaisesti urautunut. Jotkut pakkotoiminnot kuvastavat vihan estynyttä painetta psyydessä. Tahdonomaista vihassa on myös asioiden erottaminen ja päättäminen. Vihatessamme me rajaamme ja järjestämme, ja joskus – ikävä kyllä – väkivaltaisesti. Tässä on vain esimerkinomaisesti analysoitu sielunlaatuja jektiivistä luonnetta. Se on mahdollista tehdä kaikkien sielunlaatuja osalta.

³⁴ Yllykkeen ja halun suhteesta ks. HAV, s.11–39.

³⁵ Aikeen käsitteestä ks. tarkemmin HAV, s. 67–75.

³⁶ Hyväksytyksi tulemisen ontologiasta ks. TE, s. 68–70. Hyväksytyksi tuleminen on yleinen yllyke, joka muuntuu erityisiksi haluiksi tulla hyväksytyksi esimerkiksi juuri tiettyjen tekojen kautta tai tietyllä elämäalueella.

³⁷ Ihmisestä päämääriä luovana olentona ks. myös AT, s. 225–239.

³⁸ Mahtilyllykkeen käsitteestä ks. myös TE, s. 136–137.

³⁹ Victor Franklin (1905–1997) logoterapia korostaa tarkoituksen kokemuksen tärkeyttä hyvinvoinnille, jaksamiselle ja selviämislle. Tämä on tärkeä näkökohta, mutta ihminen saattaa ajoittain menettää tarkoituksen tunnon elämässään, eikä se välttämättä tarkoita katastrofia, vaan voi olla merkki uudistumisesta. Jotkut ovat kuitenkin ilmeisesti kyvykkäämpiä säilyttämään luottamuksen elämän tarkoitukseen suurten tappioiden ja pettymysten hetkellä. Franklilainen logoterapia liikkuu siis lähinnä tekemisen eksistentiaalion ja saavuttavan ahneuden alueella.

⁴⁰ *Mustasukkaisuus* on kateuden sukuinen tunne, joka on yhteydessä kaikkiin yllykkeisiin mutta yleensä liitetään erityisesti seksuaalisuuteen. Se on erittäin moni-ilmeinen kiihottava tunne. Koska se esiintyy kaikissa, se kuuluu ilmeisesti olennaisesti ihmisen olemukseen. Ks. IY, s. 104.

⁴¹ *Sadun* voi nähdä myös kuvana siitä, miten vallan ja ahneuden yllykkeet johtavat tuhoon.

⁴² *Voiman, vallan ja kunnian* käsitteistä ks. MS, s. 214–224.

⁴³ *Kansallisista arvostuksista* ks. myös HAV, s. 113–117.

⁴⁴ Erityisesti jokin neurologinen sairaus voi viedä merkittävän osan ihmisen muistista tai sammuttaa sen melkein kokonaan.

⁴⁵ Ehkä minuudella on joitakin omia suoria yhteyksiä todellisuuteen, kuten esim. ”*lähellä kuolemaa kokemukset*” (near death experiences) antaisivat ymmärtää. Erikoista näissä kokemuksissa on se, että aivojen ollessa kliinisesti kuolleet yksilö silti havaitsee, kuulee ja ajattelee samalla tavalla kuin aivojen ollessa kunnossa ja toiminnassa.

⁴⁶ Ks. tajunnan *levittäytyneisyydestä ajassa* myös IH, s. 117–120.

⁴⁷ Tällä tarkoitetaan sitä, että 10-vuotias ei juuri muista 2-vuotiaana sattuneita tapahtumia, kun taas 20-vuotias muistaa melko paljon 12-vuotiaana kohtaamiaan kokemuksia. *Pienen lapsen muisti* on tavallaan vielä heikko, joten hän ei pysty keräämään paljon muistoja.

⁴⁸ *Tietoisuudesta* ks. tarkemmin MN, s.153–164.

⁴⁹ Tämä on lähellä kristillistä käsitystä. Katso tarkemmin IPK.

⁵⁰ *Roolitunnon* käsitteestä ks. IK, s. 200–206.

⁵¹ *Perusliittymästä* ks. IK, s. 200–206.

⁵² *Elämysten subjektiivisuudesta ja objektiivisuudesta* ks. esim. TE, s. 158–160.

⁵³ *Tunnesanoista* ks. tarkemmin TE, s. 153–175.

⁵⁴ Luokitellessani arvoja olen käyttänyt ilmaisua *kokemusarvo* perustavimmasta arvojen luokasta, vrt. HAV, s.131–133 tai AT, s. 121–158.

⁵⁵ *Omaelämäkerrassaan* (eli autobiografiassaan) ihminen yrittää usein puhdistaa tai kaunistaa identiteettiänsä muiden kansalaisten silmissä. Hän yleensä ymmärtää itseään, mutta ei välitä tai jaksa ymmärtää toisia.

⁵⁶ Sanalla *passio* on merkitykset kärsimys ja intohimo, ehkä myös kokemus. Minuus on mahdollisesti perimmäinen kokija. Intohimot sen sijaan eivät ole minässä vaan yllykkeissä.

⁵⁷ Ihmistä tarkasteltaessa sivutaan lähes aina ns. *vapaan tahdon* ongelmaa. Tämä liittyy kysymykseen, missä määrin minuus on aktiivinen ja missä määrin sielunlaadut suorittavat ”automaattisesti” tehtävänsä ja vetävät minuuden vain mukanaan.

⁵⁸ On olemassa jokin *ihmisen hahmo*, joka on jotain enemmän kuin fyysinen *body image*. Ihmisen hahmoon kuuluu ulkoisen muodon lisäksi myös rikas sisäinen elämä, joka kehittyy sopivien *kulttuuristen virikkeiden* vaikutuksessa, *Virikkeistä* ks. tarkemmin OP, s. 14–15.

⁵⁹ *Freudilla* oli oikeastaan kaksi yllykettä: *libido* (elämänvietti, suomeksi vaikka ”sukupuolilyllyke” tai ”sukupuoli-impulssi”) ja *aggressio* (suomeksi ”vihayllyke” tai ”vihaimpulssi”).

⁶⁰ Tähän ristiriitaan on ensimmäisenä kiinnittänyt huomiota ranskalainen psykoanalyytikko Jacques *Lacan* (1901-1981), joka huomasi psykoanalyttisen terapian perustuvan siihen, että terapeutti käyttää *samaa yhteistä kieltä* potilaan kanssa tunkeutuessaan *potilaan alitajuntaan*. Potilaan ja analyytikon täytyy ymmärtää toisiaan merkitysten tasolla riittävän hyvin, muuten psykoanalyytikko ei pääse paneutumaan potilaan tiedotomiin sielun kerroksiin.

⁶¹ *Mielikuvat* ovat usein kognitiiviselle psykologille vain *representaatioita* todellisuudesta. Niihin liittyy jokin merkitys tai ne ovat vain jokin osa merkitysrakennetta tai -verkostoa. Mielikuvat ovat todellisuuden *vastineita* ja niillä on tietty asema osana sielunelämää. Ks. tarkemmin MN, s. 56-84.

⁶² Ihmisiä voidaan auttaa vapautumaan ”ajatusvankeudesta”, johon he ovat joutuneet. Se vaatii ankarien sisäisten prosessien läpikäymistä, mi-

hin tarvitaan saman tien kulkeneiden apua. Esimerkiksi *Uskontojen uhrin* -yhdistys auttaa uskonnon vangiksi joutuneita. Yksilö voi jäädä myös yleisemmän *ajatuskannan ja elämäntavan vankiksi*. Monesti elämän koetelemukset pakottavat vapautumaan myös *poliittisista ajatuskannoista*, ja joskus on taisteltava itsensä myös erilleen *tieteellisistä ja teoreettisista ajatustottumuksista*.

⁶³ *Alitajunta* voi olla jossain tilanteessa erikoisen älykäs. Vihastuessaan ja puolustaessaan itseään sekä etujaan, yksilö saattaa ylittää tavanomaisen lahjakkuutensa. Sivuuuttamalla moraaliset ongelmat hän voittaa väitellyssä esimerkiksi lähimmäisensä tai työtoverinsa. Oikeudenmukainen ihminen saattaa olla heikompi ja voi vaikuttaa tyhmältä, sillä hän pyrkii pysymään totuudessa.

⁶⁴ *Katumus* on hyvin keskeinen käsite kristinuskossa. Ks. myös käsitettä *mielenmuutos* (kreikaksi metanoia). Metanoia käännetään kristillisissä kirjoituksissa usein myös käsitteellä parannus. Ks. IPK.

⁶⁵ Kristillisessä perinteessä meillä on vaikuttava esimerkki. Matt.26:36-55.

⁶⁶ Samastuminen ja ei-samastuminen ovat tärkeitä teknisiä termejä, Yksilö samastuu esimerkiksi ajatuksiinsa tai tunteisiinsa. Reflektoidessaan sisintään hän pääsee ei-samastumisen tilaan, ja hän tunnistaa ja tiedostaa, mitä hänen psyykessään tapahtuu. Ks. tarkemmin esim. MN, 28-42.

⁶⁷ Tässä teoksessa on esitetty monenlaisia ihmisen olemuksen kolminaisuuksia tai kolmioita. Niitä tulee esiin erityisesti psyykeä kuvattaessa. Suomen kieli erottaa varsin luontevasti tällaisia triadeja. Hyvin yleinen kolminaisuus on esimerkiksi ajattelu, tunne ja tahto, josta aloitettiin oikeastaan sielun ominaisuuksien kuvaus. Tämä teos ei ole täydellinen sisäisen elämän luonnostelma. Kolminaisuuksista mainittakoon tässä vielä hyvin yleiset lahjakkuuden lajit, jotka tuovat näkyviin kolme sanaa, jotka kaikessa yksinkertaisuudessaan ovat mielenkiintoisia ja täydellistävät kuvaamme ihmisestä: älykkyys, herkkyyys ja tarmokkuus.

⁶⁸ Ks. tarkemmin *tietoa oikeana uskona ja oikeana odotuksena*. Teoksessa TT, s. 15-28.

⁶⁹ Totuus on erittäin vaikea ja laaja ongelma, joten kaikkiin kysymyksiin ei tässä voi kovin tarkasti puuttua. Ks. tarkemmin: Tieto ja Tiede