



Rohkeuden voima

PEKKA HÄMÄLÄINEN

Pekka Hämäläinen

Rohkeuden voima

SAGA Egmont

Rohkeuden voima

Cover image: Shutterstock

Copyright © 2004, 2021 Pekka Hämäläinen and SAGA Egmont

All rights reserved

ISBN: 9788726854602

1st ebook edition

Format: EPUB 2.0

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means without the prior written permission of the publisher, nor, be otherwise circulated in any form of binding or cover other than in which it is published and without a similar condition being imposed on the subsequent purchaser.

www.sagaegmont.com

Saga Egmont - a part of Egmont, www.egmont.com

I Ikaros kutsuu

“Elämä ei ole suora ja helppo käytävä, jota pitkin me vaellamme vapaina ja ilman vastoinkäymisiä, vaan polkujen sokkelo, jossa meidän on löydettävä tiemme, eksyneinä ja hämmentyneinä ja aina uudelleen umpikujaan joutuen.

Mutta aina, jos meillä vain on uskoa, meille avautuu ovi, kenties sellainen, jota emme itse olisi koskaan tulleet ajatelleeksi mutta joka lopulta osoittautuu meille hyväksi.”

1. J. Cronin

Poika joka uskalsi nousta omille siivilleen

Ikaros on kuuluisan ateenalaisen keksijän, Daidaloksen poika. Kreetan kuningas Minos kiinnostuu nerosta, joka on keksinyt muun muassa kiilan, kirveen, vintturin ja purjeen ja kutsuu tämän saarelleen. Daidalos ottaa kutsun mielihyvin vastaan, sillä vähän aikaisemmin hän on häikäilemättömästi surmannut sisarenpoikansa Perdiksen huomattuaan, että tällä on samanlaisia keksijänkykyjä kuin hänellä itsellään. Välttääkseen surman jälkiselvittelyt Daidalos pakenee Ikaroksen kanssa Kreetalle, missä kuningas Minos ottaa heidät avosylin vastaan.

Kuninkaalla on heti töitä keksijänerolle. Hän panee Daidaloksen rakentamaan labyrinttiä. Tämä paneutuu tehtävään kaikella tarmollaan. Kiivaan ponnistelun tuloksena syntyy nerokas sokkelo, jonka lukemattomien huoneiden, käytävien ja onkaloiden sekamelskasta on lähes mahdotonta löytää ulos.

Myös kuninkaan puoliso Pasifae päättää käyttää Daidaloksen taitoja hyväkseen. Hän on intohimoisesti rakastunut erääseen härkään ja pyytää Daidalosta saattamaan heidät yhteen. Daidalos auttaa kuningatarta toteuttamaan eriskummallisen unelmansa, ja suhteesta syntyy mitä omituisin ihmissyöjähirviö Minotaurus. Kauhistunut kuningas antaa heti sulkea pedon labyrinttiin, jonne myös Daidalos ja Ikaros pannaan turvasäilöön.

Daidalos on varustanut labyrintin kattoikkunalla ja keksii nopeasti ovelan pakokeinon: hän valmistaa itselleen ja Ikarokselle siivet, jotka kiinnitetään vahalla selkään. Koittaa vapaus ja alkaa kuuluisa pakomatka. Isä ja poika kohoavat siivilleen ja suuntaavat Kreetalta kohti Turkin rannikkoa.

Ikaros on niin innostunut lentämisestä, että lähtee rohkeasti kiitämään ylemmäs ja ylemmäs, kohti aurinkoa, kohti valoa ja lämpöä. Uuden kokemuksen hurmassa isän varoitukset kaikuvat kuuroille korville. Lopulta auringon kuumuus sulattaa vahan ja siivet irtoavat selästä. Ikaros syöksyy mereen ja tuhoutuu. Järkyttynyt isä onnistuu pelastautumaan turvaan mantereelle.

Ikaros-poika on tuhoutunut, mutta turmapaikalle meren syliin nousee uusi uljas saari. Saari saa nimekseen Ikaros ja sitä ympäröivää merta aletaan kutsua Ikaroksen mereksi.

Kun törmäsin muutama vuosi sitten Ikaroksen tarinaan, se otti minut käsittämättömällä tavalla valtaansa. Oli kuin olisin löytänyt nuhruisen ja repaleiseksi kuluneen aarrekartan täynnä salaperäisiä koodeja ja symboleja. Vain selvittämällä ne saattoi löytää aarteiden luo. Kertomus ei äkkiä ollutkaan enää minulle vain yksi antiikin tarina muiden joukossa, vaan jotakin syvälle tunkeutuvaa, minuuttani ja koko olemassaoloani ravistelevaa. Se ei jättänyt minua rauhaan. Tarina askarrutti mieltäni päivisin, ja heräsin usein öisinkin pohtimaan sen merkityksiä. Ikaros tuntui kutsuvan minua matkalle, paikkaan joka vaikutti jotenkin tutulta mutta toisaalta pelottavan tuntemattomalta. Aivan kuin olisin joskus käväissyt siellä, mutta jostakin pelästyneenä palannut nopeasti takaisin.

Labyrintit ja erilaiset sokkelot ja onkalot ovat aina kiehtoneet minua. Alle kouluikäisenä poikana rakensin usein täkeistä, vilteistä ja keittiön tuoleista itselleni sokkelomajan, jonka pimeydessä ryömin pitkin salaperäisiä käytäviä, tein huikeita mielikuvitusmatkoja ja kävin itse kyhäämälläni puumiekalla kulman takana vaanivien pelottavien vihollisten kimppuun. Majaseikkailu saattoi kestää tuntikausia ja päättyi vasta kun joku perheenjäsen tuli kotiin ja pani minut siivoamaan jälkeni. Joskus lopetin vasta kun kuumuus peittojen alla kävi sietämättömäksi ja hiki valui noroina pitkin päätä. Majasokkelo oli yksi lempileikeistäni, yksinäisen ja vähän pelokkaan pojan ikioma mielikuvitusseikkailu.

Vielä aikuisenakin olen kohdannut useita erilaisia labyrinttejä. Hakaniemen hallin yläkerta Helsingissä on yksi lempipaikoistani. Minusta on myös hauska kierrellä Espoon Ikean tavaratalossa, ehkä juuri siitä syystä että se on hyvin sokkelomainen. Ellei ole tarkkana, siellä voi helposti harhaantua kulkemaan kehää.

Mieleenpainuvin labyrinttikokemukseni lienee käynti pyramidissa Kairossa. En oikeastaan ollut etukäteen perillä, mihin olimme vaimoni kanssa menossa. Tiesin pyramidit faaraoiden haudoiksi ja olin mielikuvissani rakentanut nämä tuhatvuotiset jättiläiset aivan erilaisiksi; olin kuvitellut, että ahtaan sisäänkäynnin jälkeen tullaan valtaviin saleihin, joissa hallitsijani sarkofageja ja muita muinaismuistoja voi ihaillla kaikessa rauhassa. Heti pyramidin ovensuussa minulle valkeni, että olimme kokemassa jotakin täysin toisenlaista. Ihmisvirta pyramidiin ja sieltä ulos oli taukoamaton. Aseistetut vartijat päästivät jonottajia sisään pienissä ryhmissä. Hiestä määrät ulostulijat

kuivailivat itseään, jotkut näyttivät jopa huonovointisilta.

Vuorollamme astuimme sisään oviaukosta ja lähdimme pelokkaan rohkeasti laskeutumaan pitkin epämääräisen näköisiä puulavetteja. Matalassa tilassa oli kuljettava puolikyöryssä, ja käytävä oli niin kapea, että aina kun joku tuli vastaan, hipaisivat hikiset ihomme toisiaan. Ilmanvaihto oli olematon ja kuumuus tuntui yhtä tukahduttavalta kuin huonosti lämmitetyssä saunassa. Hämärässä oli vaikea nähdä. Sieraimiin tunki voimakas hien haju. En olisi lainkaan hämmästynyt vaikka joku olisi pyörtynyt tai saanut sydänkohtauksen. Entä jos joku kuolisi tänne? pohdin mielessäni. Miten ruumis saataisiin kuljetettua ulos?

Laskeutuminen jatkui ja jatkui. Vihdoin saavutimme jonkinlaisen tasanteen, josta lähdimme kapuamaan ylöspäin. Ahdasta käytävää tuntui riittävän loputtomiin. Nouseminen oli onneksi helpompaa kuin jalkoihin käyvä laskeutuminen. Lopulta saavuimme faaraon hautakammioon. Valtavan kivimassan keskellä sijaitseva suhteellisen pieni, arviolta parinkymmenen neliömetrin suuruinen huone oli täynnä ihmisiä. Tunsin itseni petetyksi. Moisella vaivannäöllä olisi luullut saavan aikaan näyttävämpää jälkeä. Itse hauta oli isojen kivilohkareiden ympäröimä metrin syvyinen allas, johon hyppäsimme vuorollamme valokuvattaviksi. Sitten aloitimme hikisen matkan takaisin. Ensin alas ja sitten ylös. Vihdoin olimme ulkona, me pyramidin valloittajat. Melkoinen kokemus, jossa omat pelot, ahtaanpaikankammo ja riemu selviytymisestä sekoittuvat sanoinkuvaamattomaksi tunnemylläkäksi. Pitkään olimme vain vaiti, omissa mietteissämme,

*pupillit laajentuneina kuin pelästyneillä eläimillä.
Mitä meille oli oikein tapahtunut?*

Labyrintin lisäksi minua kiehtoo Ikaroksen tarinassa lentämisen teema. Minulle lentäminen vertautuu vapauteen, rohkeuteen ja uskallukseen elää itsensä näköistä elämää. Samalla se haastaa sanoutumaan irti vanhasta tai ainakin oppimaan elämään sovussa sen kanssa. Ihminen ei kykene lentämään omaehtoisesti jos menneisyys painaa riippana. Kaikesta entisestä ei toki tarvitse luopua, sillä samalla kun menneisyys eksyttää mieleemme labyrinttiin ja estää näkemästä uusia mahdollisuuksia, on se myös aarteemme ja ehtymätön voimavaramme.

Kuullessani Ikaroksen kutsun se sekä houkutti että pelotti. Se houkutti katsomaan uuteen horisonttiin, näkemään korkeammalle mutta samanaikaisesti syvemmälle. Toisaalta se haastoi minut tutkimaan uudelleen omaa tarinaani, penkomaan elämäni labyrinttejä ja tutustumaan hirviöihini. Se tuntui pelottavalta ja aluksi halusin torjua koko ajatuksen. Minä jos kuka olin mielestäni penkonut lapsuuteni traumoja ja muitakin ongelmia jo aivan kylliksi. Luultavasti olin valinnut terapeutin urankin päästäkseni kosketuksiin oman ahdistukseni kanssa. Ei riittänyt, että kävin yksinäistä taistelua oman pimeän puoleni kanssa, vaan minun oli kohdattava samat asiat vielä työssänikin. Ehkäpä alitajuntani yritti tällä tavalla uskotella minulle että matka kauhua herättävään tuntemattomaan voisi auttaa minua enemmän kuin mikään muu.

Pyrin monin eri keinoin välttämään Ikaroksen kutsua. Selitin itselleni rikosetsivän tavoin, että juttu oli jo selvitetty. Se oli vanhentunut ja ruumis kuopattu. Minä voin hyvin, eikä minun tarvinnut enkä jaksanut enää

käydä läpi vanhaa todistusaineistoa. Oli uusien haasteiden aika. Mutta tarina ei jättänyt minua rauhaan. Ikaros palasi mieleeni yhä uudestaan ja uudestaan.

Lopulta oivalsin, ettei pako onnistuisi. Oli hyväksyttävä, että Ikaroksella oli minulle jokin tärkeä viesti, jota kannatti kuunnella siitä huolimatta, että muistojen kaivelu saattaisi tehdä kipeää. Joutuisin kohtaamaan uudelleen asioita, jotka syystä tai toisesta olivat jääneet keskeneräisiksi tai jotka olin halunnut tietoisesti sulkea pois mielestäni.

Ehkä kysymyksessä olikin suojelumekanismi, joka toimii meissä kaikissa. Työstämme kohtaamiamme vastoinkäymisiä aina siihen pisteeseen saakka kuin kulloisetkin valmiutemme ja voimamme riittävät. Ennen kuin voimme jatkaa eteenpäin, on levättävä ja latauduttava uudelleen, ja kun voimat taas palautuvat, matka jatkuu. Ikään kuin laskeutuisimme portaita askel askeleelta uudelle ja entistä syvemmälle ymmärryksen tasolle ja uskaltautuisimme Ikaroksen tavoin nousemaan omille siivillemme, kohti aurinkoa. Matka minuuteen tuntuukin kulkevan yhtäaikaisesti kahteen suuntaan: alas syviin syövereihin mutta samalla ylös, toivon ja innostuksen siiville.

Kipeät läpityöstämättömät asiat eivät koskaan palaa luoksemme aivan samassa muodossa kuin ne ovat aiemmin meille näyttäytyneet. Jatkamme työstämistä siitä, mihin edellisellä kerralla jäimme. Jotakin on jo saatu valmiiksi, mutta matka on vielä kesken. Elämä tuo asiat käsittelyyn omalla luontevalla tavallaan: se annostelee sopivasti, ei yli voimien, vaikka välillä siltä tuntuukin.

Vaistosin, että jos seuraisin Ikaroksen kutsua, kohtaisin väistämättä kätkeytyjä tunteita, joutuisin elämän puhuttelemaksi. Se tuntui pelottavalta. Miten syvälle joutuisin ja miten kestäisin psyykkistä kipua? Selitykset

eivät tuntuneet auttavan, vaikka selitellä kyllä osasin ja rationalisoida, tarpeen tullen jopa valehdellakin itselleni ja muille, joskus jopa uskottavasti.

Ikaroksen kutsu johdattaa meidät matkalle itseen, kohtaamaan syvällä olevan minuuden. Tälle matkalle olen haastamassa ja kutsumassa myös sinua - kohti itsesi näköistä minuutta ja tarkoituksentäyteistä elämää. Sinut kutsutaan oivaltamaan henkilökohtainen elämäntarkoituksesi, joka usein löytyy vasta syvien kriisien ja jopa tuhoutumisen kokemusten kautta. Itse en ainakaan tunne helpompaa reittiä. On koluttava labyrintti viimeistä nurkkaa myöten ja uskallettava kohdata omat hirviönsä.

Ennen muuta Ikaroksen tarina haastaa ottamaan uudenlaiseen vastuun omasta elämästä. Uusi vastuullisuus tuo mukanaan väistämättä myös riskejä ja matkalle tarvitaan suurta rohkeutta. Mutta samalla kutsu on äärimmäisen houkutteleva, tarjous elämästä, joka maistuu elämältä ja on vaivannäön arvoista. Se elämä kantaa sisällään innostuksen ja toivon siemenen, eikä sellaisesta tarjouksesta voi kieltäytyä. Tervetuloa matkalle!

II Elämän tarkoitusta etsimässä

"Olosuhteista, paikasta ja ajasta riippumatta ihminen on vapaa valitsemaan itsensä petturina tai sankarina, pelkurina tai voittajana. Jumalten edessä, kuoleman ja tyrannien edessä meille jää tämä yksi varma asia, riemuitsevana tai ahdistavana: meidän vapautemme."

Jean-Paul Sartre

Kysymys elämän tarkoituksesta on aina kiehtonut ja vaivannut ihmisen mieltä. Ei niinkään kysymys jostakin elämän yleisestä tarkoituksesta kuin nimenomaan yksilön merkitys ja olemassaolon mielekkyys. ”Miksi olen olemassa?” on kysymys, johon me haluamme löytää vastauksen. Samaan ongelmaan ovat myös filosofit, teologit ja kirjailijat yrittäneet löytää ratkaisua vuosituhansien ajan.

Eräs asiaan syvimmin perehtyneistä aikalaisistamme on edesmennyt Victor E. Frankl, itävallanjuutalainen psykiatri. Hänen kehittämänsä logoterapia, oppi elämisen mielestä ja tarkoituksesta, syntyi toisen maailmansodan melskeessä keskitysleirillä. Frankl itse menetti sodassa kaiken, mitä oli pitänyt elämässään merkityksellisenä, perheensä, vanhempansa ja työnsä. Kaiken tämän lisäksi kuolemanleirin vartija, jonka kanssa hän oli ystäväystynyt ja jota hän piti luotettavana, repi Franklin väitöskirjatyön tämän vankitovereiden silmien edessä ja polki sen jalkoihinsa. Frankl oli toivonut että käsikirjoitus, hänen kallein aarteensa, jota hän oli onnistunut varjelemaan selkäreppunsa salalokerossa, olisi julkaistu sodan jälkeen vaikka hänelle itselleen kävisi huonosti. Nyt hänen elämässään ei ollut jäljellä enää mitään arvokasta.

Kaiken menettäneenä, nääntyvien vankitovereiden ja jatkuvan kuolemanpelon keskellä Frankl sai ajatuksen logoterapiasta. Hän huomasi että ihmiset, jotka kokivat olemassaolonsa merkitykselliseksi, kestivät paremmin nälän ja kidutuksen koettelemukset. Ne joilla ei ollut mitään syytä pysyä hengissä, antoivat puolestaan periksi ja kuolivat pian.

Auschwitzista selviytyneet olivat lähes poikkeuksetta ihmisiä, jotka katsoivat olevansa tilivelvollisia elämälle. He halusivat vielä tehdä jotakin tai nähdä jonkun rakkaansa. Kaaoksenkin keskellä syntyi silloin

toivonkipinä, johon ihminen saattoi tarttua, nähdä kuoleman keskellä elämänkajon. Tässä on myös Ikaroksen myytin ydin: kyky nähdä elämän mahdollisuus kuoleman ja tuhonkin keskeltä.

”Elämän tarkoitus vaihtelee eri ihmisillä päivittäin ja tunneittain. Siksi tarkoituksella yleensä ei ole merkitystä, vaan yksilön elämän tarkoin määritellyllä tarkoituksella tietyllä hetkellä. Ei saa etsiä abstraktista elämän tarkoitusta. Jokaisella on oma erityinen työnsä tai tehtävänsä elämässä, jokaisen on tehtävä tehtävänsä. Häntä ei voida korvata toisella eikä mikään muu elämä voi korvata hänen elämänsä. Siksi jokaisen elämäntehtävä on ainutkertainen samoin kuin asianomaisen mahdollisuus suorittaa se.

Kuten jokainen tilanne elämässä on haaste ihmiselle ja asettaa ratkaistavaksi ongelman, samoin voidaan kysymys elämän tarkoituksesta tosiasiasa kääntää. Ihmisen ei loppujen lopuksi tulisi kysyä, onko hänen elämällään tarkoitus, vaan päinvastoin hänen täytyy todeta, että juuri häneltä kysytään. Lyhyesti sanoen: elämä kysyy jokaiselta ihmiseltä. Jokainen voi vastata ainoastaan vastaamalla omasta elämästään. Elämälle voi vastata vain tuntemalla vastuunsa.”

Victor E. Frankl: Ihmisyyden rajalla

Kuolemanleirissä jotkut vankitoverit kertoivat Franklille, etteivät he odottaneet elämältä enää mitään. Hän tapasi huomauttaa näille, että he olivat käsittäneet asian aivan väärin. Elämä päinvastoin odotti jotakin heiltä, ja heidän tehtävänsä oli keksiä mitä tuo jokin oli. Frankl kääntää koko kysymyksenasettelun pääläelleen. Elämä peräkin meidän tarkoitustamme eikä päinvastoin, ja meidän on

vastattava. Vain itse voimme saada selville, mikä merkitys elämällämme on. Kukin on oman elämänsä ja tarkoituksensa pätevin asiantuntija. Tämä näkökulma tekee meistä ainutlaatuisia ja vastuullisia yksilöitä. Se suorastaan pakottaa meidät etsimään omaa tarkoitustamme ja tekee tästä tehtävästä elämämme ratkaisevimman.

Suuri osa aikalaisistamme kokee kadottaneensa tunteen elämän merkityksellisyydestä. Vain muutama viikko sitten eräs asiakkaani, vähän päälle kolmekymppinen mies, kuvaili elämänsä turhaksi ja tarkoituksettomaksi, vaikka hän oli nuoresta iästään huolimatta saavuttanut jo paljon. Hänellä oli vaimo ja pari lasta, omakotitalo ja hyvä ammatti. Häntä olisi voinut pitää hyväosaisena, mutta hän ei osannut nauttia elämästään. On huolestuttavaa, että tämän kaltainen ilmiö tuntuu yleistyvän kaiken aikaa. Aivan kuin yrittäisimme epätoivoisesti saada liikkeelle pyörää, josta puuttuu keskiö ja joka ei sen vuoksi suostu pyörimään.

Monet luopuvat vapaaehtoisesti koko elämästä siinä vaiheessa, kun sen pitäisi varsinaisesti alkaa; itsemurhia tekevät eniten Suomessa nuoret miehet. Asia on koskettanut minua läheltä, sillä parin vuoden aikana kolme perheemme nuorimmaisen tuttavapiiriin kuulunutta vain vähän yli parikymppistä miestä on itse päättänyt päivänsä.

Yli 90 prosentissa itsemurhatapauksista taustalla on jonkinlainen psyykinen häiriö. Monesti itsemurhaa on edeltänyt psyykenlääkkeiden käyttö sekä yhteydenotto psykiatrian tai yleisen terveydenhuollon henkilöstöön. Nuorten paha olo on kasvanut selvästikin kestävämmäksi, mutta pahan olon synnylle ei tunnu löytyvän selitystä. Olemmeko me aikuiset luoneet maailman, jossa lasten ja nuorten on liian vaikea elää?

Ovatko arvomme ja ihanteemme niin vääristyneet, että nuoren on vaikea niiden keskellä nähdä elämänsä mielekkäänä ja tarkoituksellisenä? Korvaammeko materiaalilla läsnäolomme, joka auttaisi nuorta rakentamaan identiteettiään ja toisi hänen elämänsä turvallisuutta? Mahtaako oma elämäntarkoituksemme olla hukassa?

Filosofit nimittävät tällaista tilaa eksistentiaaliseksi tyhjiöksi. Horjumme Schopenhauerin mukaan kahden äärimmäisyyden, ikävystymisen ja kärsimyksen välillä. Tämä on totta ainakin silloin, kun tarkoitus elämästä katoaa. Myös tanskalainen teologi ja filosofi Søren Kierkegaard päätyi elämäntarkoitusta pohtiessaan aika pessimistiseen näkymään:

”Minun elämäni on päätynyt viimeiselle rajalle, minä inhoan olemassaoloa, se on mauton, ilman suolaa ja mieltä. Vaikka olisin nälkäisempi kuin ilveilijä, en tahtoisi nauttia sitä selitystä, jonka ihmiset tarjoavat. On tapana pistää sormi maahan, jotta hajusta tuntisi missä maassa ollaan. Minä pistän sormeni olemassaoloon – se tuoksuu – tyhjiydeltä. Mitä tarkoittaa maailma? Mitä tämä sana tarkoittaa? Kuka on minut tähän kaikkeen houkutellut ja antaa minun nyt pysyä siinä? Kuka minä olen? Miten minä tulin osalliseksi tähän suureen yritykseen jota kutsutaan todellisuudeksi? Miksi minun pitää siihen osallistua? Eikö tämä ole vapaaehtoinen asia? Jos minun on siihen osallistuttava: missä on orkesterin johtaja, sillä yksi huomautus minun on tehtävä. Vai eikö johtajaa olekaan? Minne minun on silloin käännyttävä valituksineni?”

Olemisen onni

Nykyihmisen tunnetta eksistentiaalisesta tyhjiöstä on helppo ymmärtää, kun katselemme ympärillemme. Elämme tietoyhteiskunnassa jossa huippunopeat tietoliikenneyhteydet linkittävät meidät joka puolelle maapalloa. Muutamassa sekunnissa saamme yhteyden lähes mihin maailman kolkkaan tahansa. Kun tiedon määrä kasvaa jatkuvasti, on meillä koko ajan suurempia vaikeuksia valita tarvitsemamme tieto ympärillämme vellovasta informaatiotulvasta. Työpaikoilla ihmiset valittavat, ettei informaation määrää pysty enää hallitsemaan. Osa on vakaasti sitä mieltä, etteivät tietokoneet ole suinkaan tuoneet luvattua onnea ja mahdollisuutta keskittyä olennaiseen, vaan on käynyt aivan päinvastoin. Työtaakka samoin kuin paperipinot työpöydillä ovatkin vain entisestään kasvaneet.

Koneistumisen myötä työyhteisön jäsenet ovat vieraantuneet toisistaan. Kun asiat ennen toimitettiin kasvotusten, hoidetaan yhteydenpito nyt sähköpostin tai kännyköitten avulla, vaikka pieni jaloittelu ja vierailu työkaverin huoneessa voisi tehdä selällekin hyvää. Suuressa kansainvälisessä tutkimuskeskuksessa työskentelevä insinööri kertoo, ettei hänen tarvitse edes vaivautua ylös tuolistaan neuvotellakseen seinän takana ahkeroivan työkaverinsa kanssa. Molemmilla on edessään mikrofonein varustetut kamerat, kuvaruudulta välittyvät toisen kasvot. Näin yhteydenpito hoituu helposti reaaliajassa. Kahvihuoneessa tavataan enää harvoin, usein yhteinen oleskelutila on korvattukin

kahviautomaatilla. Luonnolliset kontaktit ovat kaventuneet minimiin. Kun sattumalta tavataan käytävällä, ei ehkä enää oikein tiedetä mihin katsoa ja mitä sanoa.

Asioilla on puolensa. Työ sujuu ehkä tietotekniikan ansiosta nopeammin, mutta vuorovaikutus jää puutteelliseksi. Kun ihmiset eivät todella kohtaa, he jäävät väistämättä toisilleen vieraksi. Oma ongelmansa on, että tietotulvan vuoksi moni ei pysty tekemään työtään rauhassa. Päivän päättyessä moni huomaa, ettei ole saanut aikaiseksi yhtäkään niistä asioista, jotka oli suunnitellut. On jäätävä ylitöihin tai opittava kestämään tekemättömien töiden mukanaan tuomaa turhautumista.

Helsinkiläisen sairaalan osastonhoitaja kertoo, että hänelle tulee päivittäin 50-100 sähköpostiviestiä, kaikki tärkeitä ja työhön liittyviä. Ne pitäisi lukea ja niihin pitäisi vastata. On siis pakko tehdä valintoja. Jos aikoo panostaa perustyöhön, osaston johtamiseen, osa viesteistä on jätettävä käsittelemättä, mutta samalla joutuu sietämään ainaista riittämättömyyden tunnetta ja huonoa omaatuntoa. Lisäksi painaa pelko, että jotakin potilasturvallisuuteen liittyvää jää huomioimatta. Työtehtävien mukanaan tuomat paineet ovat ristiriidassa ammattietiikan kanssa. Aika ei riitä.

Suomi on kännyköiden luvattu maa. Matkapuhelimessa puhutaan koko ajan ja joka paikassa: autossa, junassa, kaupan kassajonossa, jopa vessassa. Kun kännykän joutuu konsertissa tai lentokoneessa sulkemaan, monelle tulee rauhaton olo. Tunnemme jäävämmekin tärkeästä osattomiksi. Kännykätöntä ihmistä pidetään vähintään kummajaisena. Miten joku voi nyky maailmassa

pärjätä ilman sitä? Meistä on tullut kännykkänarkkareita, puhelinriippuvaisia.

Mediateollisuus kasvaa ja kehittyy ja tekee maailmanvalloitustaan. Meillä on jo käytössämme kamerakännykkä, radiokännykkä ja kolmannen sukupolven kännykkä. Sen värinäytöltä voimme katsella elokuvia tai Kotikatua ja Salattuja elämiä. Parhaillaan kehitetään niin kutsuttua paikantamisversiota, jonka avulla vanhemmat voivat kännykkänsä kuvaruudulta seurata, missä heidän lapsensa kulloinkin liikkuvat.

Monet meistä kokevat olevansa olemassa vain silloin, kun aika on maksimaalisesti ohjelmoitu. Kutsumme sitä tehokkuudeksi. Mutta mitä meille ihmisinä kuuluu? Mitä löytyy aikaansaannosten ja suoritusten takaa? Parhaiten saamme sen selville tutkimalla niitä hetkiä, jolloin tehokoneemme pysähtyy edes vähäksi aikaa. Lomat ovatkin monelle kovia koettelemuksia ja lyhyelle sairauslomalle lähtö voi tuntua lähes ylipääsemättömältä. Jopa viikonloput voivat aiheuttaa suoranaista paniikkia. Tulee rauhaton ja ärtynyt olo, joka heijastuu lähisuhteisiin, kaipaamme johonkin jota emme osaa edes määritellä. Ilmiötä voisi kutsua sunnuntaineuroosiksi.

Olemme vieraantuneet itsestämme ja myyneet minuutemme orjiksi tuotantoyhteiskunnalle. Se on saanut meidät uskomaan, että onni tulee suorittamalla. Masennus saa vallan, kun kiireisen viikon ja alinomaisen touhuamisen päättyessä tuleekin tunne, ettei elämällä ole mitään sisältöä. Paha olo kaikkooa vasta kun viikonloppu on ohi ja pääsee taas töihin. Moni kokee maanantaiaamun töihinpaluun suorastaan lepona viikonlopun paineista.

Työstä ja touhuamisesta on tullut ihmisarvon mittari. Olemme kadottaneet kyvyn olla. Se on surullista, sillä juuri oleminen on se tila, joka mahdollistaa pysähtymisen, hiljentymisen ja levon. Siinä tilassa meidän on

mahdollista kuunnella itseämme, tarpeitamme ja tunteitamme. Kiireen ja tehokkuuden pauhussa emme kykene kuulemaan ääntä, joka tulee syvältä sisimmästämme ja puhuu meille. Ei ihmè, että voimme huonosti, että ihmissuhteemme eivät toimi tyydyttävästi ja tunne elämisen tarkoituksesta on kadoksissa. Olemisesta, ihmisyyden peruselementistä, on tullut meille kauhistuttava turhautumisen ja tylsistymisen tila, jota pyrimme mahdollisimman tehokkaasti välttelemään. Niinpä juoksemme ja suoritamme, kukin omassa yksinäisessä oravanpyörässämme. Ja ihmettelemme mikä meitä vaivaa.

Käsitys levon ja tuloksien suhteesta on hämärtynyt. Huippuurheilusta saamme kuitenkin lukuisia havainnollisia esimerkkejä; nuori lupaus voi harjoitella päivästä toiseen suorituskykynsä ääri rajoilla, mutta ellei hän ei ymmärrä välillä levätä, antaa elimistönsä palautua ja kehittyä sekä lihastensa kasvaa, tulostäyrä jää junaamaan paikoilleen. Kuinka paljon maailmassa onkaan ylittämättömiä, loppuun palaneita kykyjä, jotka ovat joutuneet umpikujaan, koska joko he tai heidän taitamattomat valmentajansa eivät ole ymmärtäneet levon ja henkisen latautumisen merkitystä. Kun panostetaan harjoittelun laatuun, lepoon ja oikeaan ruokavalioon, alkavat tuloksetkin parantua.

Ihmisen on välttämätöntä pysähtyä, jopa koneillakin on huoltopäivänsä. Jos emme saa tilaisuutta henkiseen huoltoon, mahdollisuutta purkaa tunteitamme ja ennen muuta etsiä omaa elämäntarkoitustamme, me näivetyimme. Meistä tulee epäihmisiä. Tilaisuuksia lepoon ja olemiseen tuskin tulee, elleimme itse niitä järjestä. Jos pysähtyessään tuntee itsensä laiskaksi, kannattaa palauttaa mieleen, että säilyäksemme hengissä meidän tulee kuunnella sisintämme. Elleimme itse järjestä

tarpeellisia taukoja, elämä kyllä kutsuu meidät pysäkeille, ennemmin tai myöhemmin.

Vastaanotolleni tulee keski-ikäinen pariskunta, it-alalla työskentelevä toimitusjohtaja ja hänen opettajavaimonsa. Perheeseen kuuluu lisäksi kaksi lasta, tyttö ja poika. Kirjoitellessani ylös tulijoiden henkilötietoja panen merkille, että mies vaikuttaa kovin hermostuneelta. Ensimmäisessä perheterapiaistunnossa se ei välttämättä ole kummallista, mutta tässä on jotakin erikoista. Miehen kädet vapisevat. Hänen on vaikea istua paikoillaan, hän näpyttelee kommunikaattoriaan ja hänellä tuntuu olevan vaikeuksia keskittyä tilanteeseen. Välillä hän niiskuttaa ja pyyhkii nenäänsä, puhuu alkavasta flunssasta. Näyttää pikemminkin siltä, kuin hän torjuisi silmiinsä pyrkivää itkuja keskittymällä kännykkätietokoneeseensa. Silloin tällöin hän luo haikeita silmäyksiä vaimon suuntaan ja hakee tämän katsetta. Vaimo istuu vieressä kuin patsas, ilmeettömänä ja alistuneena.

Ilmenee että mies on muuttanut jokin aika sitten perheen omakotitalosta omaan asuntoon toteuttaakseen unelmansa. Kun kyselen unelmasta, mies kertoo että tavoitteena on tehdä vuoden loppuun mennessä niin paljon rahaa, ettei enää koskaan sen jälkeen tarvitsisi tehdä töitä. Projekti on siihen mennessä kestänyt kolme vuotta. Miehen työpäivät joita osuu viikkoon suunnilleen seitsemän, venyvät 14-18-tuntisiksi. Mies kertoo pitävänsä välillä pieniä taukoja lenkkeilläkseen, koska kunto ei muuten moista räsitusta kestä. Työtä on niin paljon, että mies ei maltaisi edes nukkua; alan lehtiäkin on seurattava päivittäin, ettei putoa kelkasta. Mies kertoo, että hän

on yrittänyt tasapainotella työn ja perheen välillä, mutta tilanteen käytyä lopulta kestävämmäksi on ollut pakko tehdä valinta. Niinpä hän on vuokrannut itselleen asunnon ja muuttanut kotoa.

Kysyn mieheltä, mikä yhtälössä on suurin ongelma. Mies kertoo, ettei vaimo ymmärrä eikä jaksaa odottaa vaikka ollaan jo projektin loppusuoralla. Vaimo toteaa että tilanne olisi toinen, jos kyse olisi vain hänestä itsestään eikä kotona olisi kahta lasta, jotka päivittäin kyselivät, milloin isä muuttaa takaisin kotiin.

Mitä tapahtuu kun unelma on saavutettu? Mies vastaa, että sitten ostetaan moottoripurjehtija, jolla lähdetään maailmanympärysmatkalle koko perheen voimin. "Kaiken työn minä olen tehnyt vain perheen vuoksi", toteaa mies väeryyttä kärsineen äänellä, mihin vaimo vastaa: "Minä en siihen veneeseen tule, eivätkä tule lapsetkaan, sen olen sinulle sanonut jo monta kertaa. Lapsethan ovat koulussa ja minullakin on oma työni."

Mies katsoo ihmeissään vaimoaan ja kysyy: "Mitä sinä minulta oikein haluat? Mikään ei tunnu kelpaavan." "Toivoisin että olisit kanssani perjantai-iltana kantamassa kauppakasseja kotiin ja jakamassa minun ja lasten kanssa yhteistä arkea. Sitä minä haluaisin, ja samaa toivovat lapsetkin. En minä miljoonista välitä. Ne ovat sinun unelmasi, eivät minun eikä lasten."

Tehokkuus, pakonomainen suorittaminen ja kiireen sanelema kyvyttömyys pysähtyä voivat harhauttaa kenet tahansa. Nuoren toimitusjohtajan tarina ei ole harvinainen. Arvot hämärtyvät helposti. Kun unelma on kääritty kauniiseen pakettiin - kaikkihan tehdään perheen eteen -, on valheeseen helppo uskoa.