



Perttu Salovaara

Filosofian hyvää tekevää etäisyys

Thomas Gutknechtin haastattelu

PS: Mukava tavata täällä Reutlingenissa jälleen, edellisestä kerrasta onkin yli kymmenen vuotta. Ajattelin, että antaisimme keskustelun johdatella meitä, mutta toisaalta on muutamia aiheita, joista haluaisin kuulla näkemyksesi: filosofian, psykologian ja terapian välimaastosta, filosofin kompetenssivaatimukset, asiakastapauksistasi...

TG: Voimmekin aloittaa heti siitä, miten kutsumme ihmisiä, jotka tulevat filosofin vastaanotolle. Kun muuten sanon me, tarkoitan IGPP:n näkemystä.¹ Nimitämme heitä ennemmin vieraiksi tai kävijöiksi kuin asiakkaiksi. Puhuit asiakastapauksista (*Kundenbeispiele*), ja tiedäthän, että sanassa *Kunde* (asiakas) kaikuu läpi *kundig sein*, olla jonkin asian tuntija, tietäjä.

PS: Hyvä muistutus. Tällä viittaa varmaan siihen, että psykoterapian historia on perinteessä, jossa kävijät olivat ”potilaita” – tosin nykyisin terapioidissa puhutaan myös asiakkaista.

TG: Se on muistutus siitä, miten erilainen traditio

filosofialla on lääketieteeseen tai psykologiaan nähden. Ainakin yhdestä asiasta olemme saaneet IGPP:ssä aikaan konsensuksen: filosofin vastaanotto ei ole vaihtoehtoista terapiaa vaan vaihtoehto terapialle. Filosofin vastaanotolla ei myöskään edetä ”terapeuttisesti” – mutta meillä ei ole mitään terapiaa vastaan.²

Yksi ero on, että filosofin vastaanotto tarjoaa turvapaikan ongelmille (*Problemsyl*). Joskus sanotaan, että miehet pyrkivät vastaamaan heti kysymyksiin ja ratkaisemaan ongelman, kun taas naiset keskustelevat, kääntelevät asiaa ja prosessoivat sitä pidempään.

Tässä mielessä filosofin vastaanotto edustaa naisellista puolta. Siinä ei pyritä suoraviivaiseen ongelmanratkaisuun, vaan välittämään erilaisia näkökantoja. Tämä vaikuttaisi olevan yhteinen piirre vastaanoton harjoittajilla.

PS: Tästä tulee mieleeni jokin aika sitten käymäni keskustelu filosofin ja hänen vieraansa suhteesta. Miten te olette yhdistyksessä keskustelleet tästä symmetria-asymmetria-asetelmasta?

Gutknecht

Thomas Gutknecht (s. 1953) opiskeli filosofiaa, katolista teologiaa, germanistiikkaa ja pastoraalipsykologiaa Münchenissä, Salzburgissa ja Tübingenissä. Hän opettaa useissa korkeakouluissa ja aikuisoppilaitoksissa mm. filosofiaa, johtamista ja kommunikaatiota. Hän perusti vuonna 1991 filosofisen Logos-instituutin, jonka kautta pitää aktiivisesti luentoja, seminaareja, kursseja ja filosofista vastaanottoa. Hän on ollut vuodesta 2003 IGPP:n eli Saksan kansainvälisen prakti-

sen filosofian yhdistyksen puheenjohtaja. Hän on myös Sveitsin filosofisen praktiikan yhdistyksen (*philopraxis.ch*) perustajajäsen. Lisäinformaatiota: www.praxis-logos.de

IGPP

IGPP – Internationale Gesellschaft für philosophische Praxis/International Society for Philosophical Practice – on Saksan suurin filosofisen praktiikan yhdistys, perustettu 1982, jäseniä n. 180. Jäsenistöstä suurin osa pitää filosofin vastaanottoa.

Puheenjohtajana vuoteen 2003 toimi ensimmäisen filosofisen vastaanoton avannut Gerd Achenbach, nykyinen puheenjohtaja Thomas Gutknecht. IGPP:n tarkoitus on edistää praktisen filosofian harrastusta ja teorianmuodostusta sekä tukea vastaanottoa pitävien filosofien ammatillisuutta. Filosofin vastaanotto-toiminnan 2000-luvulla laajennuttua käydään tällä hetkellä keskustelua mm. siitä, voisiko yhdistys toimia edunvalvojana esim. ammattiyhdistyksen tavoin. Verkkosivut: www.igpp.org

TG: Kuvitellaanpa lääkärin tai terapeutin vastaanotto: menet lääkäriasemalle – seinillä on virallisia ilmoituksia ja opetuskuvia – ilmoittaudut vastaanotossa – odotat odotushuoneessa kunnes lääkäri kutsuu sisään – hän katsoo lähetettä... Vaikka tilanne ei menisi näin kaavamaisesti, jo siihen liittyvät rakenteet luovat odotuksen siitä, mistä on kyse.

Filosofin vastaanotolla vieras määrittelee, mitä hän haluaa. Hän ei tule hoivaani tai odota minun ”käsittelevän” itseään, vaan pysyy tapahtumien herrana. Ideaalita-pauksessa hän sanoisi jotain sellaista kuin ”haluaisin tulla toimintakykyisemmäksi” ja silloin neuvottelemme siitä, miten hän kykenisi toimimaan, mutta häntä ei käsitellä.

PS: Mikä saa sinut ajattelemaan näin? Mikä sinun taustasi tähän työhön olikaan? Muistan, että viimeksi tavatessamme sanoit noin 80% vieraistasi olevan 45–55-vuotiaita naisia, kotiäitejä, joiden lapset ovat muuttaneet pois ja samalla mies irrottautuu kotoa 10 vuotta nuoremman naisen luo. Rouvan elämä menee perustavanlaatuisesti uusiksi.

TG: Hmm, niin se taitaa vieraiden suhteen olla vieläkin... Se liittyy varmasti siihen, millainen minä olen ihmisenä ja omiin taustoihini.

Minullahan on teologian ja filosofian tausta, joten niiden yhdistäminen on luonnollinen lähtökohta. Kun ihmisellä on tarve etsiä suuntaa, mutta hän ei löydä sopivaa keskustelukumppania, hän saattaa päätyä erilaisiin esoteerisiin vaihtoehtoihin.

Filosofin vastaanotto oli olemassa jo ennen kristillistä aikaa. Kirkko ja kristillisuus omivat vuosisatojen saatossa henkiset harjoitukset. Näen nykyisen filosofin vastaanotto -kehityksen paluuna alkuperäisille juurille. Sielunhoidolla ja kasvatustyöllä, joita kirkko nykyään tekee, on profylaktinen (ennaltaehkäisevä) funktio.

PS: Millaista sielunhoitoa tai ennaltaehkäisevää työtä sinä teet? Millaisia esimerkkitapauksia sinulla olisi vastaanotoltasi? Tai onko olemassa tyyppillisiä filosofin vastaanoton vieraita?

TG: Pitää heti todeta, että tyyppillisiä tapauksia tai yleisiä totuuksia ei ole. Näen asian niin, että jokainen ihminen ja keskustelu ovat ainutlaatuisia.

Tähän sopii tarina makkarakauppiasta, jolta asiakas tuli ostamaan 200 grammaa makkaraa. Kauppias kysyi, mitä makkaraa saisi olla, sipulimakkaraa, lauantaimakkaraa vai ehkä meetwurstia? Asiakas vastasi haluavansa ”200 grammaa makkaraa”. Mutta ”makkaraa sinällään” ei myyjällä ollut.

Jokaisessa yksilössä on jotain yleistä ja yksilöllisyyden ylittävää. Psykologia on joskus ”oman navan kaivamista”, jossa poraudutaan yhä syvemmälle omaan itseen. Filosofian kautta on mahdollista ottaa etäisyyttä omaan itseen ja nähdä oma elämänsä inhimillisen elämän koko kirjoa vasten. Se asettaa omat ongelmat uusiin yhteyksiin, relativoi.

PS: Miten filosofi sitten työskentelee vieraansa kanssa?

TG: Filosofit ovat oppineet tiettyjä harjoituksia. Tällä tarkoitan hermeneutiikan välineistöä ja elämäntarinoiden tulkintaa. Psykologit toimivat toisinaan asiantuntijoina, kun taas filosofin esikuva on Sokrates, ja Sokrates on huolissaan siitä, että pidämme tietona sellaista, joka ei ansaitse tiedon statusta. Filosofian tehtävä on tuoda tiedon muodostumista näkyväksi. Filosofin ei tulisi esiintyä tietäjän vaan etsijän asenteella, jolloin ajattelun tunnusmerkki ei ole huutomerkki, vaan kysymysmerkki. Tarkoitus on saattaa ihmiset ajattelun äärelle hyvien kysymysten kautta, ei tarjota reseptiä.

PS: Millaisen yhteyden näet filosofian ja psykologian välillä? Nykyisin terapioita on monimuotoisia, kysymystekniikoita on mietitty, samoin valtasuhteita – joskus niiden erottelu tuntuu veteen vedetyltä viivalta.

TG: Kun psykologit toimivat hyvin, muuttuu työskentely yhä filosofisemmaksi. Toisaalta on hyvä muistaa, ettei filosofiakaan aina ole kovin dialogista tai sokraattista.

Minulle keskusteluissa on kyse ennemminkin ajattelusta kuin vaikkapa kysymystekniikoiden kehittämisestä. Jo kysymys johdattaa ajattelua johonkin suuntaan. Joskus voi olla parempi olla kysymättä mitään. Tärkeintä on saada toinen ajattelemaan ja puhumaan, joko kysymyksillä tai muilla tavoin – että subjekti pääsee itsensä luo ilman että toinen tekee sen hänelle.

Jo pelkkä tietoisuus keskustelukumppanin olemassaolosta voi vaikuttaa: Silloin tällöin tapahtuu niin, että pari kolme viikkoa aikaisemmin ajan varannut vieras peruuttaa tulonsa juuri ennen tapaamista. Hän on käynyt keskustelua itsensä kanssa jo niin paljon, että asia on ratkennut. Tällaisen vaikutuksen aikaansaamiseksi ei tarvitse suinkaan olla filosofi, heh-heh...

PS: Mikä tekee vastaanottotoiminnastasi sitten *filosofista*?

TG: Niin... Eräessä perintöriidassa aviomies oli sitä mieltä, ettei vaimo pitänyt puoliaan perinnönjaossa, vaan antoi liian helposti periksi sisaruksilleen. Vaimo taas ei halunnut pilata välejään sisarustensa kanssa. Ristiriita syntyi siis suhteessa naisen aviomiehen vaatimukseen ja haluun säilyttää rauha suvussa siitä huolimatta, että sisarukset vaikuttaisivat rohuavan itselleen enemmän. Näiden vastakaisten pyrkimysten välille piti löytää tie, jota kulkea.

Tilanteessa keskeistä ei ole, pitäisikö rouvan noudattaa miehensä neuvoa vai antaa periksi sisaruksilleen. Käsiteltäväksi asiaksi muodostui se, että vieraani tunsii itseään revittävän eri suuntiin, ettei hän osannut pitää puoliaan. ”Kuka on oikeassa?” ei ole ensimmäiseksi käsiteltävä kysymys. Vieraani oppii, että hänellä on oikeus omiin mielipiteisiin ja että hän saa apua päätöksenteossa.

Taustalla on usein samantyyppisiä ongelmia omien näkemysten esilletuomisessa, esimerkiksi auktoriteettikonflikteja. Luonnollisesti hyvä psykologi tunnistaa myös tämän ja etenee kohti taustatekijöitä.

Tässä kohdin haluan kuitenkin muistuttaa itseäni, etten tahdo olettaa enemmän kuin mitä vieraani kertoo, että vaikka varhaislapsuuden kokemukset vaikuttavat niin tai näin. Odotan, kunnes hän itse havaitsee esimerkiksi isänsä olleen vaativa, mutta isäkään ei ole ensimmäinen tai viimeinen vaatimusten esittäjä, vaan representaatio. On asioita, joiden voi antaa olla rauhassa.

Olen itse saanut vaikutteita Riemannin tärkeästä kirjasta *Grundformen der Angst*³. Hänen teoriansa on, että vahvuudet ovat rakentuneet heikkouksien päälle, kompensoivat niitä – kuten Adlerilla. Ei voi olla tarkoituksenmukaista tematisoida kaikkia heikkouksia ja samalla epäsuorasti särkeä perustaa. Mielestäni on kunnioitettava sitä, miten toinen tuo elämänsä esiin, hänen ainutlaatuisista elämäntarinaansa – se on resurssi. Nollapiste ei voi olla tavoite.

Toinen esimerkki voisi olla eläminen kohti kuolemaa, kun joku on sairastunut vaikkapa Alzheimerin tautiin ja heikkenee. Hänellä on huoli ja pelko siitä, miten itselle käy ja mitä kuolemassa tulee vastaan.

”Mitä kuolemassa tulee vastaan” on klassinen lääkirille tai papille esitetty kysymys. Voisi olla helppo todeta, että menkää toki kysymään lääkäriltä neuvoa Alzheimerista. Pelkkä lääketieteellinen vastaus ei kuitenkaan rauhoita eksistentiaalista pohdintaa. Pelot, kuolema tai oma eksistenssi ovat filosofian historiassa toistuvia teemoja, joten keskustelu näistä asioista ei ole filosofialle vierasta. Kuten sanottu, ongelmille on hyvä tarjota joskus turvapaikka.

PS: Joskus puhuminen tekee hyvää, toisinaan taas riittää hiljaisuus. Puhumisessa voi tietysti käydä niin, että ihminen puhuu itse ”ongelmat suuriksi”, tekee karpäsestä härkäsen. Antti Mattila kirjoitti joskus, että psykoterapiassa on vahva uskomus puhumisen vapauttavasta vaikutuksesta – mutta että se on vain oletus.

TG: Siksi minulle onkin tärkeätä, että ihmiset puhuvat filosofin kanssa itsensä sisään isompaan kuvioon, yleisinhimilliseen konstellaatioon. Sitten ei ole enää kyse

pelkästään minun ongelmistani, joita ”suurentelen”... Saatko seurattua tätä ajatusta...?

PS: Juu, se johtaisi kysymyksen ”mikä merkitys elämälläni oikein onkaan” äärelle.

TG: Juuri niin. Näin esimerkiksi kysymys ”Onko järkevää sättää aviomiestä?” voi johtaa kysymykseen ”Mitä on avioliitto?” Siitä päästään kysymykseen ”Mikä tekee avioliiton avioliitoksi?” tai ”Mitä on rakkaus?” Näitä asioita ei voi koskaan miettiä liikaa!

Henkilökohtaisista ongelmista voi löytää yleisinhimillisiä kysymyksiä. Se on samalla itsen etäännyttämistä ja asioiden suhteuttamista toisiinsa uudella tavalla. Kun asioihin saa etäisyyttä, tajuaa, etteivät ne ole vain minun ongelmiani. Tässä nimenomaisessa tapauksessa vieraani pääsi tunteiden vallasta taas ajattelun tasolle. Ajatteleminen tekee subjektin vahvemmaksi.

PS: Sanot, että hän pääsee tunteista ajatteluun: filosofia puhuu usein ajattelusta, vähän harvemmin tunteista. Mikä on sinun näkemyksesi filosofina tunteiden ja ajattelun yhteydestä?

TG: Välillä keskusteluissa on läsnä enemmän tunteita, välillä vähemmän. Minun tehtäväni on auttaa siinä, että päästään lähemmäs teemaa – tunteista huolimatta.

Sanon aina, että tunteet kertovat enemmän suhteesta todellisuuteen kuin että todellisuus aiheuttaisi tunteita... Ajatukseni ovat tuntemusteni lähde. Tämä on hyvin spinozalainen ajatus. Spinozan teoria kahdesta affektista, ilosta ja surusta on mielestäni valaiseva. Perusajatus, jonka mukaan tunteet ovat ajattelun kehollinen refleksi, kertoo kuin tärkeä elementti kehollisuus on filosofeille.

Voisi sanoa, että 90% tunteista ovat itse aiheutettuja, impulssit tulevat harvoin todella ulkoa. Olosuhteet aiheuttavat tunteita, mutta eivät ole niiden syy. Kuten Kierkegaardin esimerkki: taloni palaminen aiheuttaa minussa jotain, mutta ei ole tunteideni alkuperä. Talon palamisen myötä tulen ehkä ensimmäistä kertaa ajatelleeksi, mitä oikeastaan tarvitsen ollakseni oma itseni – siis etten ehkä tarvitsekaan juuri tuota taloa.

Tässä mielessä keskustelut ovat yhteistä tunnetyökentelyä ja selkeyttämistä. Ero psykologiaan voisi olla, että tunteet eivät ole primäärejä tai auktoriteetti vaan jostakin johdettu, seuraus ja oire.

Viitteet

1. IGPP – Internationale Gesellschaft für Philosophische Praxis, saksalainen filosofisen praktiikan yhdistys, vanhin ja suurin kv. yhdistyksistä.
2. Ensimmäisen filosofin vastaanoton perusti Gerd Achenbach 1981. Achenbach oli IGPP:n puheenjohtaja 80-luvun alusta aina vuoteen 2004, jolloin Gutknecht valittiin puheenjohtajaksi. Achenbach asemoi – usein poleemisesti – filosofisen praksiksen psykologian ja terapian vastakohtaksi.
3. Riemann, Fritz, *Grundformen der Angst*. Reinhardt, München 1990.

Praktiikasta verkossa

Michael Niehausin laaja portaali Philosophische praxis:
www.philosophischepraxis.de
The Philosophical Counseling Web Site, Center Sophon / Shlomit C. Schuster: www.geocities.com/centersophon
IGPP, Internationale Gesellschaft für Philosophische Praxis:
www.igpp.org
Gerd B. Achenbach: www.achenbach-pp.de
Thomas Gutknecht: www.praxis-logos.de
Tim LeBon: www.timelebon.com
Peter B. Raabe: www.ucfv.ca/philosophy/raabep

Suomessa

Elli Arivaara: www.sofiatterapia.net
Antti Mattila: www.filosofinenpraktiikka.com
Arttu Raittila: www.mv.helsinki.fi/home/raittila
Perttu Salovaara: www.philosophy-dialogue.com
Arto Tukiaainen: www.artotukiaainen.net