

JARKKO TONTTI

Sohvalta kohti kuolemaa

– Kirjallisuudesta oireena ja lääkkeenä

Tätä kirjoittaessani olen aloittanut elämäni toisen psykoanalyysin. Tai siis psykodynaamisen psykoterapian, kuten sitä nykyään kutsutaan. Ammatillaisetkin välttelevät sanaa ”psykoanalyysi”, vaikka viime kädessä kyse on samasta asiasta. Yksi syy varovaisuuteen on vähän väliä esiin nouseva kritiikki psykoanalyysia kohtaan. On selvää, että ihmismieltä tutkivat tieteenalat ja hoitokäytännöt ovat menneet huomasti eteenpäin Sigmund Freudin ajoista. Monet hänen väitteistään ja teoreettisista hahmotuksistaan on asetettu perustellusti kyseenalaisiksi: erityisesti feministisestä näkökulmasta on esitetty runsaasti tarkkanäköistä kritiikkiä. Lisäksi valtava määrä vähemmän kuuluisia psykoanalytikoita on kehittänyt Freudin teorioita ja käytäntöjä eteenpäin. Monessa mielessä Freud on kuin Charles Darwin. Evoluutioteoria on edennyt valtavasti Darwinin ajoista, mutta silti ei ole mielekäästä väheksyä Darwinin panosta yhtenä uuden tietämisen alueen ensimmäisistä kartoittajista. Niin Freud kuin Darwinkin kyseenalaistivat arkiymmärryksen mukaiset käsitykset ihmisenä olemisesta, ja kuohunta voi olla väistämätöntä, kun liikutaan ihmisen seksuaalisuuden ja identiteetin perustaa luotaavissa teorioissa ja käytännöissä.

Ensimmäisen kerran menin analyttikon sohvalle 1990-luvulla ollessani vielä opiskelija. Olo kävi sietämättömäksi, muistelen nyt. Ahdistus ja siihen ajoittain liittyvä masennus olivat musertamassa minut. Vuosia kuljin tunnollisesti kolme kertaa viikossa Eteläiselle Hesperiankadulle, ravintola Eliten yläkerrassa sijainneeseen vastaanottohuoneeseen. Puhuin ja puhuin. Ja kas, useamman vuoden kestänyt analyysi auttoi. Selvisin takaisin elämään. Samalla itseymmärrykseni nousi aivan uudelle tasolle. Aloin pikkuhiljaa ymmärtää, miksi olen sellainen ihminen kuin olen. Miksi ajattelen, tunnen ja toimin niin kuin ajattelen, tunnen ja toimin.

Nyt toisella kerralla, yli kaksikymmentä vuotta myöhemmin, lähtökohtainen ongelma on sama: hetkittäin sietämättömäksi ja lamauttavaksi yltyvä ahdistus ja masennus. Ei aivan harvinainen ongelma kirjailijoiden parissa. Kirjallisuuden historia on täynnä kuvauksia lievien tai vakavampien mielenterveysongelmien kanssa painimisesta. Moni on ajautunut itsemurhaan. Tiesin jo etukäteen, että ongelmat eivät vain sattumalta ilmestyneet samoihin aikoihin kuin vuonna 2018 julkaistu romaanini *Perintö*. Sen kirjoittaminen ei ollut helppoa, mutta koskapa kirjoittaminen olisi.

Monen asian huomasi muuttuneen kahdessakymmenessä vuodessa. Ensimmäisellä kerralla makasin klassisen psykoanalyysin tapaan sohvalla niin, etten nähnyt tera-

peuttia. Nyt istun nojatuolissa ja terapeutti on näkökentässäni, vaikka väistelenkin hänen katsettaan. Huomaan myös terapian luonteen muuttuneen. 1990-luvun terapiassani terapeutin eli analyttikon rooli oli lähempänä Freudin ajan mallia: hän oli passiivinen kuuntelija, joka puhui vähän. Nyt uusi terapeutini on paljon aktiivisempi. Hän kommentoi ja tulkitsee puhettani enemmän ja suoraan.

Masennuksesta ja ahdistuksesta on myös tullut suosittu aihe julkisessa keskustelussa. Masennuspuhetta näkyy viljalti kolumneissa, blogeissa, sosiaalisessa mediassa ja julkisuuden henkilöiden media-avautumisissa. Masennusta ei enää hävetä, melkeinpä päinvastoin. Huolestuneet taloustieteilijät kertovat meille valtaisasta kansantaloudellisesta räsityksestä, joka johtuu masennuksen takia työkyvyttömyyseläkkeelle päätyneistä sadoista tuhansista ihmisistä.

Kohdallisimmat kuvaukset ahdistuksesta ja masennuksesta tarjoaa Julia Kristeva. Lukiessani *Mustaa aurinkoa* tunnistan toistuvasti itseni. Kuin Kristeva olisi jotenkin päässyt salakuuntelemaan ja -katselemaan elämäni.

”Elämän taakka vaikuttaa minusta loputtoman sietämättömältä, paitsi lyhyinä hetkinä jolloin kokoan itseni ja nousen kohtaamaan tuhon. Elän elävää kuolemaa. Lihani on viillehtyvä, vertavuotavaa ja kuin kuollutta. Rytmini hidastuu tai pysähtyy.” (16)

Ja tämä, kuin suoraan minusta kirjoitettua:

”[M]inut odottamatta upottava onnettomuus saa usein suhteettoman voiman verrattuna tapahtumiin, jotka aiheuttavat masennukseni. Julmakin pettymys tuntuu lähemmässä tarkastelussa välittävän kaikuja muinaisista traumaista, joiden syytä en ole koskaan osannut surra. Tämän alan nyt ymmärtää. Luhistumiseni edellytykset löytyvät ennen rakastamani ihmisen tai asian menetyksestä, kuolemasta tai surusta.” (16–17)

Kuolema. Menetyks. Niinpä. Asiat ovat alkaneet hahmottua ja mikäpä muu sieltä paljastuu kuin varhaisen lapsuuden traumaattiset kokemukset. Äiti, joka pakeni epäonnistunutta avioliittoaan töihin mahdollisimman pian syntymäni jälkeen. Joskus myöhemmin, kun olin jo aikuinen, hän tunnusti, että oli suunnitellut laajennettua itsemurhaa, kun olin ollut pieni lapsi. Elämä isäni, väkivaltaisen alkoholistimiehen kanssa ei ollut elämisen arvoista. Äidin sijaan minua hoiti ensimmäiset elinvuoteni lastenhoitaja. Tietoisesti en muista hänestä mitään. Minulla on jäljellä vain yksi valokuva. Hän on kaunis, nuori ja pörheä,

iho kuin ruotsalaisella prinsessalla. Hän muistuttaa paljon kaikkia niitä naisia, joita olen rakastanut tai joihin olen tuntenut eroottista vetoa koko elämäni aikana. Valokuvassa hänellä on päässään ylioppilaslakki ja sylissään vauva. Se en ole minä. Hän sai oman lapsen ja lähti pois vanhempien palveluksesta elämään omaa elämäänsä. Minä jäin.

Henkilökohtaisen terapeuttisen sivutuotteen olen tuuminut psykoanalyysin mahdollisuuksia ihmisen ja yhteiskunnan selittäjänä. Intellektualisointi on toimiva keino käsitellä tuskallisia asioita. Freud kirjoitti paljon kirjallisuudesta ja taiteesta, ja hänen jälkeensä psykoanalyysiin tavalla tai toisella nojaava taiteen- ja kirjallisuudentutkimus on kukoistanut.

Kirjoituksessaan ”Kirjailija ja mielikuvitus” Freud rinnastaa leikkivän lapsen ja kirjailijan. Molemmat uppoutuvat intensiivisesti asiaansa ja luovat kuvitteellisen maailman, jonka he ottavat hyvin vakavasti. Kirjailijan luoma lumetodellisuus ja lapsen leikki ovat reaalisesta maailmasta korvikkeita, ne molemmat elävät todellisuuden sijaan päiväunelmina. Samalla kirjailijan luoma maailma on korvike iäksi menetetyille lapsuuden leikeille. Kirjoittaminen on lapsen maailman takaisinloitsimista. Tämä on tietysti moneen kertaan sanottu muuallakin. Luovaan työhön liittyy pyrkimys päästä lapsille ominaiseen välittömyyteen, tapaan olla maailmassa ennen aikuisuuden mukanaan tuomia pidäkkeitä ja estoja. Unien ja taiteen yhteys on myös tunnettu. Molemmat ovat epäsuoria tulkintoja maailmasta ja ihmisestä.

Paul Ricoeur huomauttaa Freud-tulkinnassaan kuitenkin unien ja taiteen ratkaisevasta erosta, niiden erilaisista suhteista aikaan. Tämä ero on intellektuaalisesti kiinnostava ja ainakin minulle henkilökohtaisesti myös toivoa tuova huomio. Psykoanalyysissa etsitään potilaan ongelmien syytä muun muassa analysoimalla unia. Unet ovat usein tiivistyneitä ja muotoaan muuttaneita jälkiä lapsuuden traumaattisista tapahtumista. Tietoinen minä on ne unohtanut, mutta oirehdimme traumojamme nykyhetkessä mitä erilaisimmilla tavoilla. Torjuttu tapahtuma palaa muuntuneena yhä uudelleen meitä kiusaamaan ja ahdistamaan. Unien tulkinta suuntaa siis *menneisyyteen*.

Samoin kirjallisuuden taustalla voi olla kirjoittavan ihmisen traumaattinen kokemus, arpeutumaton haava. Jokin, mikä polttee ja minkä käsitteleminen saa ihmiset kirjoittamaan. Hyvin usein tämä on täysin tiedostamattomaa toimintaa. En minä tiedä, miksi minä kirjoitan. Ja varsinkaan en tiedä, miksi minä kirjoitan niin kuin kirjoitan. Mutta kirjallisuudessa ja taiteessa ajallinen suunta on toinen kuin terapeuttisessa unien pohdinnassa. Taide-teen suunta on *tulevaisuus*. Se ei pelkästään piehtaroi menneisyydessä ehkä tapahtuneissa asioissa, vaan sen suunta on nykyhetkestä eteenpäin. Romaani voi olla oire kirjailijan traumasta, mutta samalla se voi olla tekijälleen ja myös lukijoille lääke. Jotain, millä kirjailija saattaa päätökseen polttelevan ja tuskallisen asian, tai vähintäänkin jotain, mikä kannattelee elämää, vaikkei tyhjentyvää ratkaisua koskaan löytyisikään. Kirjallinen teos ei siis ole vain projektio kirjailijan sisäisistä konflikteista, vaan sen lisäksi luonnos siitä, mikä voisi olla konfliktin ratkaisu. Teos ir-

taantuu tekijänsä sisäisestä maailmasta ulospäin. Sen ei tarvitse olla pelkkää regressiivistä paluuta traumaattiseen tapahtumaan, vaan se voi olla progressiivinen ratkaisu tai ainakin ratkaisuehdotus.

Mitä helpottavin ajatus! Myönnän kernaasti, että monet elämäni tuskallisimmista kokemuksista ovat päätyneet tavalla tai toisella osaksi kirjallisia teoksiani, vuosien takaisesta esikoisrunokokoelmasta alkaen. Eivät tietenkään suoraan vaan muunteina, kuten ihmisen unet muuntaen heijastelevat hänen kokemuksiaan.

Haluaisin uskoa, että kirjallisuus voi olla lääke ja parannuskeino myös yhteiskunnallisiin traumoihin. Suomessa jo kulunut esimerkki on tietysti Väinö Linnan *Täällä Pohjantähden alla* (1959, 1960 ja 1962). Trilogian lukeminen oli vuoden 1918 sodan punaisille ja heidän jälkeläisilleen tietoisuudesta poispakatetun trauman käsitteilyä. Sota oli sykkivä haava satojen tuhansien ihmisten tiedostamattomassa. Romaani oli heille väline parantumiseen, lääke ja keino, jolla käsiteltiin vaiettuja tapahtumia ja jolla voitiin myös suuntautua kammottavasta menneisyydestä kohti tulevaisuutta. Sofi Oksasen *Puhdistus* (2008) toimi samalla tavalla. Se oli hirvittävä ja samalla vapauttava kertomus virolaisten kohtalosta toisen maailmansodan jälkeen, josta myös suomalaiset olivat joutuneet vaikenemaan vuosikymmenien ajan. Sodan jälkeinen pakotettu hiljaisuus Neuvostoliitosta ja sen rikoksista tuli esiin samalla mekaniikalla, jolla minä kerroin analytikolle ja ennen kaikkea itselleni lapsuuteni raaoista tapahtumista.

Ricoeurin mukaan psykoanalyysissa on pohjimmaltaan kyse ihmisenä olemisen arkeologian ja teleologian dialektiikasta. Arkeologia on paluuta menneeseen, lapsuuden perustaviin kokemuksiin, teleologia taas suuntaa tulevaan. Vain sellaisella olennolla, jolla on *telos* (päämäärä, lopputulos, tavoite) voi olla *arkhe* (alku, syntyhistoria). Menneisyyden tapahtumien käsitteleminen edellyttää ihmisenä olemisen liikkeen kohti tulevaa. Psykoanalyysissa etsitään arkeologian tapaan ihmisen perusrakenteita, jotka ovat hautautuneet piiloon, kuin rauniot maan alle. Kyse on traumaista, piiloon jäävistä viesteistä ja haluista, ennen kaikkea seksuaalisuudesta, joka ehdollistaa hirmuisella voimalla kaikkea olemistamme ja tekemisiämme. Mutta ihminen ei ole paikallaan pysyvä rakenne, se on enemmän kuin perustuksensa ja historiansa. Ihmisenä olemisen on liikettä, menneisyydestä tulevaisuuteen kurkottamista, olemista kohti kuolemaa.

Kirjallisuus

- Freud, Sigmund, Kirjailija ja mielikuvitus (Der Dichter und das Phantasieren, 1908). Teoksessa *Murhe ja melankolia sekä muita kirjoituksia*. Suom. Markus Lång. Vastapaino, Tampere 2005, 19–27.
- Kristeva, Julia, *Musta aurinko. Masennus ja melankolia* (Soleil noir. Dépression et mélancolie, 1987). Suom. Mika Siimes. Nemo, Helsinki 2010.
- Ricoeur, Paul, L'art et la systématique freudienne. Teoksessa Ricoeur, Paul, *Le conflit des interprétations. Essais d'herméneutique*. Seuil, Paris 1969, 95–207.
- Ricoeur, Paul, Une interprétation philosophique de Freud. Teoksessa Ricoeur, Paul, *Le conflit des interprétations. Essais d'herméneutique*. Seuil, Paris 1969, 160–176.