

Suomalaisen lapsuuden haavat

Pyrkiessämme ymmärtämään sitä henkistä väkivaltaa ja tuhansien ihmisten pahoinvointia, joka päivä päivältä enemmän astuu esiin maassamme, voimme tuskin lähestyä asiaa paremmin kuin perehtymällä Martti Paloheimon kirjoittamaan kirjaan: **”Suomalaisen lapsuuden haavat”**. Hän ei juurikaan puhu psykopatiasta tai narsistisesta persoonallisuushäiriöstä, mutta kirjoittaja omakohtaisesti näkee tuossa kirjassa laajan perustan sille ongelmakentälle, jonka kanssa olemme juuri nyt tekemisissä.

Psykopatia juontaa juurensa menneisyyteen, ihmisen lapsuuteen ja nuoruuteen. Kirjoittaja tämän hetkessä valossa näkee geenien vaikutuksen melko vähäiseksi tekijäksi. Suurin osa narsistisesta persoonallisuushäiriöstä maassamme perustuu ensisijaisesti lapsuudenkokemuksiin tai kokemusten puutteeseen. Tutkimustuloksia on suhteellisen vähän, eikä alue ole kiinnostanut kovinkaan laajoja piirejä tutkittavien puutteen johdosta. Nyt viiden vuoden aikana on entisestään vahvistunut käsitys, ettei kukaan vakavammin narsistista persoonallisuushäiriötä sairastava edes käsitä olevansa sairas, eikä siis hae apua tai huoli sitä.

Kun Martti Paloheimo kirjoitti kirjaansa, syyllistyi hän virkakunnan mukaan ”suureen syntiin” arvostellessaan sen aikaista psykologista ja psykiatrista hoitoa ja hoitokäsitettä. Hän jäi hyvin suuressa määrin yksin tutkimustulostensa ja hoitotähtäyksensä kanssa. Hän oli sitä mieltä, että lasten sodanjälkeistä kohtelua ei haluttu tuoda esiin aivan tarkoituksellisista syistä. Asia haluttiin unohtaa jonakin hyvin epätoivottavana ja harmillisena.

Tämä kysymys askarrutti häntä, samoin kuin meitä tänä päivänä askarruttaa vähintään yhtä suuressa määrin se välinpitämättömyys, jonka koemme edustamallamme alueella. Totuutta ei haluttaisi nähdä, mikä johtaa automaattisesti siihen, että siitä tiedetään laajemmassa mittakaavassa aivan liian vähän. Aivan kuten aikanaan ja nytkin lasten huono kohtelu on yleisempää kuin kukaan haluaa uskoa, aivan samalla tavalla suhtaudutaan sen tuottamaan hedelmään: räjähdysmäisesti lisääntyvään narsistiseen maailmankuvaan!

Ihminen on aina syyllistynyt siihen kärsiviä ihmisiä kohtaan suunnattuun virheeseen, että epämiellyttävät asiat mieluummin unohdetaan ja kohdistetaan keskustelu johonkin rinnakkais- tai sivuilmioon. Lasten huono kohtelu ei ole mikään menneisyyden ilmiö, vaan hyvin kohtalokkaalla

tavalla uusiutuva ja tuleville sukupolville periytyvä käsite.

Aikanaan sodanjälkeinen sukupolvi sai siis kokea hyvin laajassa mittakaavassa jotakin sellaista, mikä tänään mieluiten unohdettaisiin menneisyyteen kuuluvana asiana, koska se helposti johtaa syytöksiin ja syyllisten etsimiseen. Tämä ei ole kirjoittamisemme tarkoitus, vaan pyrimme löytämään kaikkia osapuolia hyödyttäviä ja auttavia seikkoja, joiden perusteella voimme ymmärtää omaamme ja läheistemme käsittämätöntä pahoinvointia.

Kun Myyrmäessä räjähti, pidettiin itsestään selvänä, että suuri joukko tarvitsee välitöntä terapiaa, mitä sitten järjestettiin. Sama pätee Jokelaan ja moniin muihin mittaviin, ihmisiä järkyttäneisiin tapahtumiin. Mutta kuinka moni sodan kokenut, niin rintamalla kuin kotonakin, sai terapiaa ja ymmärrystä? Isiä syytettiin pitkään aseisiin tartumisesta, leskien surua ei muistettu enää jonkin ajan kuluttua. Tämän sukupolven valmius kasvattaa jälkeläisensä oikealla tavalla oli melko rajattu, niin että automaattisesti vanhemman polven pahoinvointi tarkoituksesta siirtyi nuoreen sukupolveen. Tietynlaiset kasvatusperiaatteet olivat vanhempien tiedossa, mutta monenlaisten tuskien ahdistamissa mielissä todellisuus ja tulevan sukupolven oikea ymmärtäminen jäi hyvin vähäisten henkisten voimien varaan. Henkisesti ja ruumiillisestikin kovia kokenut sukupolvi siirsi tämän perinnön jälkeläisilleen.

Lukemattomia lapsia kuritettiin ja piiskattiin ilman mitään syytä vain kurissa kasvaminen mielessä. Tämän johdosta lapset vammautuivat pysyvästi kokemansa vääryyden johdosta. Jos lapsi ei ymmärrä kurituksensa perusteita, kokee hän väistämättä sen vääryudeksi ja väkivallaksi. Täten näiden ihmisten mahdollisuudet toisenlaiseen ja parempaan elämään riistettiin heiltä jo lapsena. Pitäneekö paikkaansa väite, että kaikki on selvästi paremmin tänä päivänä? Eletäänkö yhä vielä eräänlaisessa valheellisessa käsityksessä, joka perustuu perinteisiin psykiatrisiin näkemyksiin, jotka aika on osoittanut virheellisiksi? Kirjoittaja katsoo tämän epäilyksen aiheelliseksi pelkästään sen tosiasian perusteella, että suuri osa apua hakevista ja yhdistyksellemme soittavista kertoo mielenterveyden ammattilaisten suorastaan tuottaneen heille entistä enemmän tuskaa epäillessään heidän kertomuksiaan ja syyllistäessään heitä.

Martti Paloheimo puhuu väärästä psykiatrian paradigmasta, millä hän tarkoittaa tieteen puitteissa omaksuttuja, ei välttämättä oikeaksi todistettuja olettamuksia, jotka ohjaavat tieteen kehitystä ja käytäntöä. Tämä psykologian

paradigma on vuosikymmenien ajan perustunut psykoanalyttisten teorioiden varaan. Viimeisimmät tutkimukset ovat entistä enemmän asettaneet perinteisiä käsitteitä kyseenalaiseksi.

Aivan liian moni soittaja on kertonut kokeneensa terapian tai ammattilaisen luona tapahtuneen vierailun johtaneen entistä suurempaan ahdinkoon, koska hyvin suuressa määrin koko tapahtuma on johdettu tietynlaisen manipulatiiviselta vaikuttavan ennakoasenteen perusteella. Tiedämme terapeutin ajan olevan kiven alla, ja siksi hyvin lyhyessä ajassa tulisi tehdä johtopäätelmät potilaan tilasta ja ahdistusta aiheuttavista tekijöistä. Tämä johtaa automaattisesti myöskin virheellisiin päätelmiin, koska jokainen ihminen on kuin pieni maailmankaikkeus, jonka ymmärtämiseksi tai määrittämiseksi ei riitä muutama kiireinen tapaaminen.

Ei ole mahdotonta sekään, että hoitava taho toteaa: ”En pääse perille ongelmasi luonteesta. Sopsisiko sinulle että annan diagnoosin: skitsofrenia?” Useimmat psykopaatin uhrin ovat tavalla tai toisella saaneet otsaansa leiman: riippuvainen persoonallisuus, koska ovat avoimesti kertoneet vuosikausia tai –kymmeniäkin jatkuneesta piinastansa. Näin kauan ahdistavaan tilanteeseen antautuneen siis täytyy ammattilaisen mielestä olla läheisriippuvainen, eli riippuvainen persoonallisuus! Tällaisen diagnoosin antaminen kertoo hyvin äänekkäällä tavalla siitä, ettei hoitava taho todellakaan ole pohjaan asti selvillä niistä tekijöistä, mitkä vallitsevat tällaisissa yhteisöissä tai perheissä. Kysymys ei varmastikaan ole niin paljon läheisriippuvaisuudesta kuin uudenlaisesta Tukholman syndroomasta, missä pakottavassa tilanteessa oleva uhri jo alitajuisestikin ajautuu toimimaan terrorisoivan puolen hyväksi.

Jokin panttivankitilanne jatkuu harvemmin paria vuorokautta pidempään, kun taas kodeissa ja yhteisöissä tämä tuhoisa tapahtuma kestää vuosia ja vuosikymmeniä, joiden aikana uhrikin omalla tavallaan sairastuu – itsestään riippumattomista seikoista johtuen.

Useat isät ja äidit pysyvät ahdistavassa tilanteessaan nimenomaan lasten tähden, käsittäen näiden jäämisen kiusaajan vaikutuspiiriin tuhoisaksi. Juuri tästä syystä Martti Paloheimon kirjan viesti on meille nyt niin tärkeä, koska lasten kärsimys näissä tilanteissa on kaikkein satuttavin ja seurausrikkain!

Yhä vielä tuntuu useille ammattilaisille olevan mahdotonta uskoa, että isä tai ennen kaikkea äiti voisi toimia tuhoavasti omaa lastansa kohtaan. Tämä nähdään mahdolliseksi alkoholin ja

huumausaineiden kuvioissa mukana ollessa, mutta että aivan tavallisissa, normaalina pidetyissä perheissä tapahtuisi henkistä, saati sitten ruumiillista väkivaltaa, on jo monelle käsittämätön herjaus vanhempia kohtaan, siitä esimerkkinä yksi viimeisimmistä puheluista.

Ihminen ilman alkoholia ja huumeitakin on luomakunnassa poikkeuksellinen laji, joka aivan tarkoituksella, tietoisesti, nauttien, voi pahoinpidellä omia lapsiaan. Asian paljastuessa se kiistetään ehdottomasti jonakin mahdollisena. Hyvä esimerkki aivan uskomattomalle käytökselle on joitakin vuosia sitten televisiossa esitetty dokumentti ns. ”Münchausenin syndroomasta toisen kautta”, mikä kertoi vanhemmista, jotka vuosikausia ja lukemattomia kertoja vaurioittivat lastaan viedäkseen hänet sitten hoitoon **saadakseen itse huomiota ja sääliä**. Vaikka näille ihmisille tarkkailunauhoilta näytettiin, mitä he itse todistettavasti tekivät, kielsivät he siitä huolimatta tekonsa mitä jyrkimmin.

Aivan samanlainen asennoituminen on narsistisen persoonallisuushäiriön aiheuttamiin ongelmiin, niin uhrien kuin hämmästyksestä mykistyvien auttajienkin suhteen. Suorastaan puuttuu halukkuus uskoa jonkin tällaisen olemassaolokin. Tämä entisestään lisää ahdistuneen ihmisen tuskaa.

Yhdistykseemme yhteyttä ottaneista selvästi ainakin 90% on naisia. Saattaa mennä kuukausia ilman että yksikään mies soittaa. Nyt jouluajan tuntumassa soitti sitten suuri määrä miehiä. Tämä osoittaa sen, että miehiin pätee vieläkin jo vuosikymmeniä vanha sutkaus: ”Suomalaiselle miehelle pitäisi maksaa siitä, että hän menee vastaanotolle!” Mies on monistakin syistä johtuen hitaampi hakemaan apua, ja siksi yksi vaihtoehto on pullon kallistaminen tai jollakin tavoin todellisuutta pakeneminen.

Mielenterveyshoidon tarve maassamme on jo esiin ottamastamme syystä johtuen pohjaton. Todellisuus tarpeen ja sen tyydyttämisen välillä on sydäntä särkevän surullinen. Suora lainaus kirjasta sivulta 14 koskien suomalaista luonnetta: **”Heidät tiedetään toisaalta hieman alemmuudentuntoisiksi, he tiirailevat metsän puiden varjosta ympärillä Suuressa Maailmassa pyörivää elämää, jossa he tuntevat itsensä hieman epävarmoiksi...**

Se.. on sairas heimo, jolla on maailman ehkä korkeimmat itsemurhaluvut, jonka miesten enemmistö on joka viikonloppu tolkuttomassa humalassa, jonka joukossa kaikkia tunteiden ilmaisuja pidetään häpeällisinä ja jonka tarve erilaisiin mielenterveyspalveluihin on jo nuoresta

lähtien pohjaton. Sen kansallisase on puukko ja sitä myös käytetään.

Kukaan ei tarkoin tiedä tämän sairaan kansanosan suhteellista määrää. Kukaan ei ole aivan tarkoin selvillä kumpaan hän itse kuuluu. Raja on äärimmäisen epäselvä, makuasia. Siitä olen kuitenkin vakuuttunut, että huonosti voivia on paljon enemmän kuin yleensä on luultu. Kysymys on siis tosiasiaassa kohtalokkaasta kansallisesta murhenäytelmästä, jonka olemassaolosta on tähän mennessä lähes täysin vaiettu. En tarkoita sitä, etteikö sitä toki olisi tunnettu. Murhenäytelmällä ei ole ollut vielä varsinaista nimeä. Juha Siltala on sanonut sitä suomalaisiksi ahdistukseksi. Psykiatrina olen rohjennut antaa sille psykiatrisen nimityksen. Sanon sitä suomalaisiksi kotivammaisuudeksi.”

”Ihmeparantuminen”

”Oli kesä 1939, olin 26-vuotias, tiesin, että haluan psykiatriksi. Olin amanuenssina Lapinlahden sairaalassa. Sinne tuotiin kerran paareilla makaava, täydessä sekavuustilassa oleva nuorehko mies. Tiedettiin papereista, että hän oli ollut tuossa tilassa jo pitkään. Hän oli ulissut kuin eläin jo pian kolmatta vuorokautta. Sitä hän teki nytkin, taukoamatta. Hän ei reagoinut ympäristöönsä millään tavalla eikä vastannut mihinkään puhutteluyrityksiin, vaan jatkoi uikutustaan. Emme tienneet, mitä olisimme voineet tehdä.

Silloin – jostakin oudosta päänäpistä – tein jotain hyvin epäsovinnasta: menin aivan hänen vierelleen, silitin hiljaa hänen otsaansa ja sanoin hellällä äänellä: ”Poikani, onko sinun pääsi kipeä?”

Sanojeni vaikutus oli yllättävä, ihmeenomainen. Uikutus vaieni kuin veitsellä leikaten, mies nousi istumaan ja katseli ympärilleen ihmeissään. Hän oli ”parantunut!”. Aikaa oli kulunut kymmenen sekuntia.

En ole koskaan unohtanut tätä kokemusta. ”Ihmeparannus”! se muutti kokonaan aikaisemman näkemykseni sekä psykiatrian että psykiatrin tehtävästä – ja oikeastaan koko minun elämäni suunnan. Lyhyesti, ymmärsin mitä piti tehdä: on oltava ihminen ihmiselle! Myöhemmin, ollessani erikoistumassa samassa sairaalassa, olin kuulemma opettanut nuoremmille: ”Muistakaa, että potilaat ovat edelleen ihmisiä, vaikka ovatkin sairaita.”

Edelliseen hyvinkin syvällisesti liittyvä toinen kansallinen murhenäytelmä on vähäinen ja aivan

liian pintapuolinen näkemys narsistisesta persoonallisuushäiriöstä. Puhutaan asioista, tapahtumista, oireista, mutta ei ihmisistä. Siitä huolimatta ettei asiasta ole laajamittaista tutkimustulosta ja varmistettuja tietoja, suhtaudutaan apua hakeviin perinteisten, opittujen olettamusten ja kirjaoppien perustalta. Ihmiset hakevat apua, mutta heitä itseään aletaan tutkia ja etsitään ongelman syytä heistä, olematta todellisuudessa valmiita kuulemaan ja uskomaan, mitä he meille kertovat. Millaisia ihmisiä ja auttajia todella olemme, jos emme pysty eläytymään heidän tilanteeseensa ja tuntemaan heidän kanssaan! Narsistisen persoonallisuushäiriön uhri on hyvin suuressa määrin kuin Martti Paloheimon kuvaama täydessä sekavuustilassa oleva mies. Hän ei ole todellisuudessa sekava tuon miehen tavoin, mutta hänet on ajanut tähän tilanteeseen toinen ihminen tai ihmisryhmä. Hän heittelehtii sinne tänne, epätoivoisena, onnettomana, usein totaalisen avuttomana. Hän piehtaroi itsesyytöksissä, häpeässä, sielullisissa ja mahdollisesti jo kehollisissakin kivuissa. Häntä on syyllistetty vuosikausia ja – kymmeniäkin, häntä ei ole uskottu ja kuunneltu. Nyt ainoa ratkaisu hänen ongelmiinsa on empaattinen, oikeanlaisen intuition saava lähimmäinen, joka tulee tarpeeksi lähelle osoittaakseen rakkaudellisella eleellä ja empaattisilla sanoilla ymmärtävänsä tilanteen. Näin on luotu mahdollisuus ”ihmeparantumiselle”.

Useampikin soittaja on tuonut julki ajatuksen, että auttaja on hämmentynyt kuulemistaan, mielestään aivan uskomattomista asioista. Tilanne on haluttu ohittaa vaihtamalla puheenaihetta, mikä on johtanut selvään ohjeeseemme: **sinun ei kannata käydä terapiassa tai keskusteluissa, joissa sinua ei todella uskota ja kuunnella.** Nämä mielenterveyskäynnit ovat olleet monille entistä suurempaan ahdinkoon johtavia.

Lapsena nujerrettu ihminen kantaa tätä järkyttävää taakkaa mahdollisesti elämänsä loppuun asti, ellei aivan suoranaista ihmettä tapahdu. Tällainen ihminen ikään kuin antaa perintönä oman kärsimyksensä seuraavalle sukupolvelle, ilman että kukaan sitä todella panisi merkille.

Meidän tulee nyt nähdä kuinka tärkeää on asettautumisemme autettavamme asemaan, mahdollisista epäilyksistämme huolimatta. Jos joku valehtelee meille, on se hänen asiansa ja häpeänsä – myöskin tappionsakin. Kirjoittaja tuskin enää kuulee jotakin sellaista, mikä olisi vaikea uskoa, sillä satojen ihmisten kertomukset ovat niin yhteneväisiä ja samat elementit

sisältäviä, että usein jo viiden minuutin keskustelun jälkeen on melko selvää onko soittaja todella tekemisissä narsistisen persoonallisuushäiriön kanssa vaiko vain narsistisen persoonan kanssa.

Ongelmakenttä kattaa kaikki alueet mutta ei vähiten hengellistä piiriä. Tietynlaiset uskonnolliset ääriliikkeet, jotka eivät ole rajattavissa jonkin nimikkeen alle, ovat tuottaneet ja tuottavat uskomattoman laajaa pahoinvointia ihmisten keskuudessa. Aikanaan pietistinen näkemys sai sellaisen vallan, että kirjoittajakin koki melkoista hengellistä ja henkistä ahdistusta sen johdosta. Julistuksen luoma syyllisyys ja häpeä oli suorastaan musertavana kuulijoiden yllä.

Ahdistava ilmapiiri ei siis rajaudu mihinkään yksittäiseen suuntaukseen, vaan voimme varauksetta sanoa, että tällä hetkellä jokaisen uskonnollisen suunnan keskellä on suuri määrä ahdistuneita, syyllisyydentunteen kanssa kamppailevia ihmisiä, jotka tuntevat yllensä lastatun sellaisen kuorman, jota eivät kykene kantamaan. Kelvataksensa kuitenkin edes jollekin ryhmälle tai yhteisölle, purevat he hammasta yhteen ja pinnistelevät ikeensä alla hymy suupielissä.

Tästä perisuomalaisesta ahdistuksesta on pyritty vaikenemaan kautta sukupolvien, ja siksi lukemattomat ihmiset kuvittelevat olevansa ainoita siitä kärsiviä. Asian korjaaminen ei olisi mikään aivan tavaton asia – tarvittaisiin vain asian myöntäminen ja palaaminen entisten aikojen yhteisöllisyyteen, joka suo ihmiselle mahdollisuuden johonkin kuulumiseen ja jostakin osana olemiseen. Nyt kaikkien ihmismassojen keskuudessa kulkee suuri määrä yksinäisiä ihmisiä, narsistisen ajattelun lisääntyessä räjähdysmäisesti. Tämä kaikki on todellista tragediaa, koska ihmisten mieli alkaa järkkäyä!

Narsistinen ajattelu on yhteiskunnan ja yhteisön kannalta suoranaista myrkkyä, ja sen tuhoisa vaikutus on ollut nähtävissä jo vuosikymmenien ajan, mutta siitä ei ole haluttu välittää – mistä ei puhuta, sitä ei ole olemassakaan!

Mitä kirjoittaja ei koskaan ole nähnyt toisen tekevän, sen tekee Martti Paloheimo tässäkin kirjassaan. Hän luettelee meille joukon ihmisen perusoikeuksia, jotka ovat edellytykset oikeanlaiselle henkiselle ja kehollisellekin kasvulle. Samalla hän varmaankaan sitä ajattelemtta kertoo kaiken sen, mikä on riistetty jokaiselta narsistisen persoonallisuushäiriöisen uhrilta.

1. Oikeus olla olemassa

2. Oikeus olla oma itsensä
3. Oikeus saada hellyyttä
4. Oikeus kasvamiseen
5. Oikeus kokea, että välitetään
6. Oikeus itsensä ilmaisemiseen
7. Oikeus kasvatukseen

Kuka on viimeisten vuosikymmenien aikana puhunut ihmisten oikeuksista? Kuka ymmärtää, että jokaisen ihmisen perustarpeet itse asiassa ovat samalla hänen oikeuksiansa, joiden kiistäminen selvästikin johtaa erilaisiin mielenterveydellisiin ongelmiin? Kirjoittaja pitää yhtenä, edellisiinkin tukeutuvana perusoikeutena, ihmisen koskemattomuutta. Se merkitsee tietynlaista, usein hyvinkin näkymätöntä rajanvetoa.

Kirjoitan tästä ihmisen omasta paikasta ja hänen rajoistaan kirjassani ”*Matilda – vanhus lasipurkissa*”:

Ihmisen paikka

”Ihminen, kehittyäkseen oikealla tavalla, voidakseen elää ihmisarvoista elämää, tarvitsee tunteen omasta sijastansa, paikastansa. Tuo paikka koskee niin kehoa kuin henkeäkin. Se ei ole sidottu johonkin yhteen paikkakuntaan tai määrättyyn tilaan. Se ikään kuin kulkee ihmisen mukana, ensisijaisesti henkisenä tilana, jonkinlaisena piirinä, minkä sisälle toisella henkilöllä ei ole asiaa, ei ainakaan kutsumatta. Itse koen tämän asian hyvin elävänä, koska olen matkustanut niin paljon, lähes puolet elämästäni. Tuo tila kulkee mukanani, kodin ulkopuolella hyvin pienenä, rajattuna, koska kohtaan kadulla ja julkisissa tiloissa lukemattomia ihmisiä, joilla on oma tilansa. En pidä siitä että joku tönäisee minua, poikkeuksena tietysti joku erittäin viehättävä nainen, jolla jo alitajuisesti on lupa loukata ilmatilaani. Jos joku miehenpuoli tulee liian lähelle, tuntee osa minua jo tullessa loukatuksi. Sovittaessani liikkeessä vaatteita suljen verhon tai sovituskopin oven huolellisesti, samoin käymälän oven. Tuolloin seinät ohuudesta riippumatta rajaavat sen hetkisen tilani. Hotellihuoneessa avaruuteni on jo aivan toisenlainen, ja pienikin matkalaukku tuttuine tavaroineen tuo kodinomaista tunnetta aivan vieraassa maassa, kymmenenkin tuhannen kilometrin päässä. Oikeastaan juuri noin kaukana pienikin oma esine merkitsee jotakin sellaista, mitä kotimaassa ei edes pane merkille.

Tässä ei ole kysymys materian rakastamisesta. Esineet ovat katoavia ja vaihtuvaisia, mutta tietty määrä niistä, oikeassa suhteessa, on suoranainen elinehto ihmiselle. Suuri määrä tavaraa tuottaa jopa ahdistusta, mutta ympärillämme on paljon sellaista, mikä nimenomaan tukee persoonallisuuttamme, olemustamme juuri sellaisena kuin olemme. Askeettiko olisi jotakin ihailtavaa? Omalla tavallaan! Hänellä ei ole kai yhtään rakasta esinettä, ei edes mitään varastamisen arvoista. Mutta useimmiten ei hänessä itsessäänkään ole mitään luokseen vetävää. Eli hän saa elää elämäänsä omassa rauhassaan, askeettisuudessaan, eristäytyneisyydessään. Useimmille meistä se ei ole ihmisarvoista elämää, eikä tarvitsekaan olla. Silti emme tuomitse sitä. Mutta se ei sovi meille, koska se on vierasta persoonallisuudellemme.

Oma paikka, oma tila, on elinehto jokaiselle normaalille ihmiselle. Sen puuttuminen, sen kadottaminen, sen ryöstäminen, loukkaaminen, merkitsee automaattisesti enemmän tai vähemmän suuria henkisiä ongelmia, riippuen ihmisestä, hänen persoonallisuutensa ja olemuksensa rakenteesta. Mikä vahvistaa ja juurruttaa toista, saattaa tuhota toisen aivan käsittämättömällä tavalla. Siksi meidän tulee olla varovaisia elämässämme, sanoissamme, eleissämme, sormella osoittamisessamme. Parasta on pitää kätensä vaikka taskussa, jos luonteemme on heikko tällä alueella.

Ihmisen oma tila ja paikka ovat siis aivan elinehto normaalille persoonallisuuden kehitykselle. Tarkoitamme ihmisyyttä, joka vastaa luonnonmukaista tilaa. Olemme ikävä kyllä saapuneet aikakauteen, jossa ei oikeastaan mikään yleisesti ottaen ole normaalia, entisenlaista. Asiat sinänsä eivät ole muuttuneet, ainoastaan käsityksemme niistä ja asenteemme niitä kohtaan.

Meille tutut ja rakkaat esineet eivät ole vain irrallisia kappaleita, vaan ne luovat tietynlaisen kokonaisuuden. Ne auttavat määrittelemään tuota niin elintärkeää tilaamme, olemustamme, persoonallisuuttamme. Joku saattaa pitää kirjoittamaamme haihatteluna, mutta itse olemme maailmastamme tällaisen luoneet! Askeetti luo oman elämänsä ja persoonallisuutensa, mutta hänen henkinen saavutuksensa vastaa ikävä kyllä aika suuressa määrin hänen ulkonaisia tekijöitensä. Hänen tuttava- tai ystäväpiirinsä automaattisesti muodostuu hyvin rajoitetuksi ja kuivaksi.

Aivan kuten Matilda esitteli hattujaan osastollaan, muuta kun ei ole, aivan samoin järjestetään jopa kutsutilaisuuksia uuden kodin, auton tai veneen johdosta. Köyhempi kansa kutsuu vieraita yksinomaan jonkin uuden ostoksen innoittamana. Toiselle ihmiselle sillä ei saata olla suurtakaan merkitystä, mutta tässä mielessä esineet auttavat meitä ihmiskontaktien luomisessa. Lahjaksi saadut esineet luonnostaan muistuttavat meitä lahjan antajasta, joskus jopa syvään liikutukseen asti. Juuri tästä syystä olevaisuutemme tämän maan päällä perustuu niin monenlaisiin henkisiin ja materiaalsiin tekijöihin.

Sairaalassa pidemmän ajan maattuaan itse kukin saapuu kiitollisena kotiin, ja useampikin aivan automaattisesti menee jonkin päivittäisin käytössä olevan esineen luokse ja sivelee sitä kädellään tai kytkee päälle mielimusiikkinsa. Tämä on luonnollista aivan terveellekin ihmiselle, saati sitten sairauden tai murheen murtamalle ihmiselle. Ihmisen ei todellakaan tarvitse olla mammonaa rakastava, vaan normaaliin ihmiselämään on aina kuulunut tietty ja henkilökohtainen määrä ulkoisiakin tekijöitä, jotka vaikuttavat mielialaamme. Niin, mielialaamme! Tuntuu uskomattomalta kuinka totaalisesti mielenterveyden ammattilaiset ovat kadottaneet kosketuksen tähän puoleen asiassa nimenomaan vanhusten kohdalla! Vai ovatko nämä ihmiset sittenkään todellisuudessa ammattilaisia, koska ei juuri kukaan ole todella äänekkäästi ärähtänyt tämän epäkohdan suhteen!

Emme halua puuttua kovin radikaaleihin epäkohtiin, mutta välillä on mieleen tullut joissakin eristyneissä maissa käytössä oleva rangaistusmuoto. Usein on kirjoitettu ja puhuttu medioissa maista, joissa toisinajattelevien mieli halutaan murtaa sulkemalla heidät erilaisiin sairaaloihin. Mieleltään terveet ihmiset joutuvat oleskelemaan sairaalavaatteissa ilman mitään henkilökohtaisia esineitä ja mahdollisesti suorittamaan tarpeensa makuusaleissa tai ovettomissa wc-kopeissa. Mielenterveyden ammattilaiset noissa maissa ovat siis todenneet tällaisen murtavan ihmismielen! Eikö sama tapahtuisi muissakin maissa, vastaavissa olosuhteissa?"

Perheissä, joissa toinen vanhemmista on persoonallisuushäiriöinen, ei aivan käytännössä kunnioiteta edellä mainittuja oikeuksia, tiloja ja rajoja. Kun sitten tilanne ajautuu niin pitkälle, että kiusattu ihminen joutuu etäännyttämään

kestämättömästä tilanteesta, kohtaamme mitä järkyttävimpiä ongelmia ennen kaikkea lasten huoltajuuteen liittyen. Itse asiassa maamme lainsäädäntö ei näytä tukevan juuri ollenkaan irtautuvaa vanhempaa, koska hän jo niin kärsineenä osoittaa piirteitä, jotka ammattilainen tulkitsee kyvyttömyydeksi pitää huolta lapsista – kun taas ongelmien lähde esiintyy voimissaan mitä vahvimpana ja terveimpänä henkilönä.

Usein lapset määrätään tälle ongelmien lähteelle, niin että jo henkisistä ongelmista kärsivät pienokaiset jätetään suorastaan heitteille, niin että heidän mielenterveytensä joutuu todella koetteille siinä määrin, että isovanhemmat joutuvat toteamaan näiden olevan täysin sekoamassa.

Paloheimo toteaa olevan suuren määrän perhe-elämää koskevia totunnaisia ajatuksia, joita ei missään määrin ole osoitettu paikkansa pitäviksi. Ei ole suoritettu mitään tutkimuksia, vaan kaikki perustuu hyväuskoisuuteen ja luuloihin ja arveluihin siitä miten vanhemmat normaalisti käyttäytyvät. Kaikki tällaiset ennakoasenteet ja olettamukset ovat suurin este todellisuuden näkemiselle. Totuus kulkee todellakin takaperin, niin kuin Pyhä Kirja kertoo.

Lukuisat keskustelut kärsivien ihmisten kanssa osoittavat sen, ettemme elä oikeusvaltiossa siinä määrin kuin mitä yleisesti oletetaan. Elämä ei todellakaan ole reilua, se on paljon raadollisempaa kuin mitä kukaan meistä haluaisi myöntää. Narsistinen persoonallisuushäiriö perustuu mitä suurimmassa määrin tietynlaiseen elämänvalheeseen, joka valtaa omalla ja sairaalla, uskomattomalla tavalla, koko narsismin vaikutuspiirin. Ainoa tie johonkin parempaan perustuu tästä johtuen totuuden näkemiseen ja hyväksymiseen. Mutta niin kauan kuin psykiatria ei aivan käytännössä halua nähdä tätä valheellisuutta ja petosta, jatkuu lukemattomien ihmisten ahdistus entisenlaisena.

Lainaus Martti Paloheimolta (sivu 30) ***”En voi lakata ihmettelemästä sitä, että suurimmassa osassa psykiatrista tutkimusta on voitu vuosikymmenet pitää noita olettamuksia luonnollisina väitteinä, sellaisina, joiden yleispätevyyttä ei edes ole kannattanut pohtia. Ajatusta ei ole koskaan suoraan sanottu eikä käsitettä ”hyväuskoiset olettamukset” ole missään edes mainittu, puhumattakaan, että niiden valheellisuudesta olisi varoitettu. Vaikeneminen on tavallaan ollut tässä myöntämisen merkki. On siis sen enempiä kyselemättä pidetty itsestään selvänä, että kaikki vanhemmat rakastavat lapsiaan, jokaista yhtä paljon, ja että he kohtelevat näitä hyvin,***

vaikkapa – se on ollut pakko myöntää – joskus ehkä tarpeettoman karusti.

Näin ajateltaessa on karmea totuus jäänyt pimentoon. Valhe on peittynyt yhä syvemmälle. Psykiatristen oppikirjojen kirjoittajat ovat hyvällä omallatunnolla voineet jatkaa ihmisen psyykkistä sairastumista koskevien teorioittensa kehittelyä kiinnittämättä tähän seikkaan sen enempiä huomiota. Kotivammaisuuden mahdollisuutta eli sitä, että arvaamattoman suuri osa vanhempia kohtelee lapsiaan karkean rakkaudettomasti ja että lapset saavat sen seurauksena psyykkisiä vammoja jo hyvin varhain, ei itse perustutkimuksessa ole tarvinnut edes ajatella. Ja kuitenkin tuo näkökohta on niin merkittävä, että se olisi pitänyt heti alun alkaen, sekä tutkimuksissa että niiden perusteella tehdyissä johtopäätöksissä, ottaa huomioon.”

”Psykiatrian paradigmassa on siis tosiaan ollut merkittävä virhe, tietynlainen aukko.”
(sivu 32)

Narsistinen henkilö on hyvin laajasti kykenemätön osoittamaan rakkautta toista ihmistä kohtaan. Ulkopuoliset saavat helposti sellaisen käsityksen, että lapsilla menee todella hyvin tällaisissa perheissä, koska ulospäin annettu kuva on niin voimallisesti positiivinen. Kysymys on kuitenkin hyvin syvällisestä teatraalisuudesta, jota tämän ajan ihminen on melko kykenemätön näkemään vääristyneen kuvan tähden. Lapsen psyykeen on ankkuroituneena tietynlainen oikeudellisuuden taju, joka katoaa vasta ankarien pettymysten jälkeen. Kohtuuton ja perusteeton kuritus ja rangaistus saattaa lapsen mielen järkkymään ja kadottamaan todellisuuden tajun.

Narsistinen persoona useimmiten käyttää lapsia eräänlaisena itsensä jatkeena, projisoiden näihin kaiken sellaisen mitä hän itse ei rohkene tai kehtaa tehdä. Hän saattaa aivan mielettömyyksiin asti käyttää lapsia välikappaleena puolisoaan vastaan. Tämä merkitsee lapselle rajattomuutta ja samalla turvattomuuden tunnetta. Isä tai äiti ei olekaan vahvempi, luotettavampi, johon voisi turvata. Käytännössä lapsesta tuleekin vahvempi osapuoli ilman siihen tarvittavaa varustusta. Hänestä kehittyy kiusaajan kaltainen persoonallisuus, tai sitten hän jossakin vaiheessa suorastaan romahtaa henkisesti. Hän kokee itsensä hylätyksi ja merkityksettömäksi henkilöksi. Rakkauden puute saa ihmisen sairastumaan, luopumaan elämästä.

Martti Paloheimo sivu 34: ***”Väitän, että suurin osa psyykkisistä sairaustiloista saattaa loppujen lopuksi olla yhden ja saman onnettomuuden, eli varhain aiheutetun, osittain unohdetun kotiväkivallan kirjavaa satoa! Tulkitsemalla***

psykkiset häiriötilat "sairauksiksi", mitä ne eivät fenomenologisesti ole, on jo astuttu ensimmäinen askel väärällä tiellä. Tästä merkillisestä tiedon salaamisesta ja totuuden väistämisestä olen käyttänyt sanontaa länsimaisen psykiatrian suuri valhe. Se vääristää ja samalla lamauttaa mielen terveyden hyväksi tehtävää työtä laidasta laitaan."

Onko tämä valheellisuus jatkuva ihmiskunnan loppuun asti? Miksi viiden vuoden työn jälkeen vieläkin suurin osa yhteyttä ottaneista kertoo ammattilaisten pään puisteluista ja käsien pyörittämisestä neuvottomana? Ei haluta uskoa isien ja äitien harjoittavan henkistä väkivaltaa toisiaan ja lapsiaan kohtaan!

Tarvitsisimme todellakin vaikutusvaltaisia henkilöitä, jotka rohkeasti kertovat totuuden. Vaikka henkistä väkivaltaa itse kokeneet ovat todellisuudessa parhaimpia asiantuntijoita, ei heitä kuunnella tarvittavassa määrin. Esim. joudumme neuvomaan yhteyttä ottavia kertomaan vain kokemastaan, mutta varomaan sanomasta vakuuttuneisuuttaan siitä, että ovat luonnehäiriöisyyden uhreja, eli että kumppanilla on narsistinen persoonallisuushäiriö. Tätä tietämystä ei uskota voivan olla tavallisella kansalaisella edes vuosikymmenisestä kokemuksesta huolimatta.

"Psykiatrian perustana olevaksi ihmiskuvaksi olisi pitänyt ottaa alun alkaen kuva jo varhaisessa lapsuudessa perusteellisesti runnellusta ihmisestä. Mutta ehkä silloin olisi järkevän ja ymmärtävän systematiikan luominen käytössä oleviin oppikirjoihin käynyt ylivoimaisen vaikeaksi." (Sivu 36)

Itse suhtauduin vuosia sitten hyvin varauksellisesti väittämään, että lapsi jo kohdussa voisi kokea äitinsä tuntemukset itseään kohtaan. Tänään ei ole epäilyksen häivääkään tämän asian suhteen.

Kaikkien tuntema Erik Ewalds kertoo äidistä, joka suorastaan vihasi kohdussaan olevaa lasta. Tämä syntyi sitten kauhistuttavan näköisenä, rupisena ja hyvin huonokuntoisena. Muistaakseni tämä sitten kuoli jonkin ajan kuluttua. Hiljattain soittanut sairaanhoitaja kertoi siitä, kuinka ahdistava suhde oli aiheuttanut hänellä pahan ihottuman.

Ihmisen viestinnästä vain alle kymmenen prosenttia perustuu sanoihin. Kaikki muu on kehon kieltä, ilmeitä, asenteita, suhtautumista toiseen. Narsistisen persoonallisuushäiriön yksi perustavaa laatua oleva seikka perustuu siihen, että sanat ja elämä ovat totaalissa ristiriidassa keskenään.

Pelkät sanat eivät siis todellisuudessa merkitse mitään, jos muu ilmaisu puhuu vastakkaista. Varhaislapsuudesta periytyvä vaisto säilyy ihmisessä loppuun asti, ellei sitten tapahdu jotakin todella järisyttävää. Siksi kaikki tunteemme ja asenteemme aivan luonnonlain mukaisesti välittyvät itsestämme, haluamme tai tarkoitamme sitä tai emme. Lapsi vaistoa vanhempiensa asenteen ja tietää ainakin alitajunnassaan, välitetäänkö hänestä todella vai ei. Hän ei niinkään kuuntele sanoja, vaan sitä tapaa miten ne hänelle sanotaan. Hän vaistoa sellaistaikin, mitä ei ole tarkoitettu hänen tietoisuuteensa. Tietämys tästä asiasta on hälyttävässä määrin kadonnut tämän hetken vanhemmilta.

Paloheimon mukaan on muokattu maaperä, jossa kasvaa murheellisia kukkia. Tämä koskee sekä kasvattajia että kasvatettavia. Samasta maaperästä nousevat sekä kiusaajat että kiusatut.

Miten ylipäätään sellaisessa määrin ihmetellään ennen kaikkea iltapäivälehdissä, miksi joku niin hyvämaineinen henkilö tappaa perheensä tai puolisonsa. Kaikki on näyttänyt niin normaalilta ja tavalliselta, mutta yhtäkkiä joku tekee jotakin aivan odottamatonta. Ei nähdä sitä, että vene on jo lähes reunojaan myöten täynnä vettä, ja sitten hyvin mitätön heilahdus päästää vedet laidan yli.

Ihminen ei noin vain tee itsemurhaa tai tapa toista ihmistä. Tarvitaan melkoinen määrä turvattomuutta, alemmuudentunnetta, elämän tarkoituksettomuutta. Kaikki ikävä olisi estettävissä loppujen lopuksi hyvin vähäisellä empaattisuudella ja välittämällä.

Länsimaisen psykiatrian suuri valhe on Paloheimon mielestä niin laaja ilmiö, ettei siitä voi syyttää mitään yksittäisiä piirejä. Kirjoittajan kokemuksen perusteella pahoinvointi on kirkollisissa piireissä vähintään yhtä voimallista kuin missä muualla tahansa. Kissoja on kerätty pyhättöjen mattojen alle niin monen vuosikymmenen ajan, että ollaan suorastaan totuttu niiden vihaiseen mouruamiseen. Nyt tarvitaan vain kansalaisrohkeutta näiden kissojen pöydälle nostamiseen, ennen kuin on liian myöhäistä. Tavallaan ollaan jo ylitetty tietynlainen raja, mutta me emme pyrikään enää muuttamaan koko maailmaa, vaan luomaan vaikka kuinkakin pieniä keitaita niitä varten, jotka ovat valmiina ottamaan apumme vastaan.

Leikkaus onnistui hyvin, mutta potilas kuoli. Olin aikanaan mukana oikeuskanslerille osoitetun tutkimuspyynnön laatimisessa. Valituksemme koski Heinolan kaupungin vanhushuoltoa. Oikeuskanslerin kannan mukaan kaupunki täytti

minimivaatimukset, niin ettei hän voinut puuttua asiaan, koska lakia ei oltu rikottu. Pian tämän jälkeen Stakes suoritti tutkimuksen todeten, että Heinolan kaupunki kuuluu 44 Suomen kuntaan, joissa vanhustenhoito on ensiluokkaista. **Tutkimus ei kuitenkaan koskenut hoidon laatua tai määrää, vaan rakennetta!**

Mikä voisi olla sen kuvaavampaa kaikelle mielenterveysalallekin! Tiedostetaan erilaiset sairaudet ja ongelmat, mutta niitä käsitellään vain jonkinlaisina ”tapauksina”, eettisinä tekijöinä, mutta unohdetaan että meidän tulisi puhua potilaista, ihmisistä! Ihminen on kokonaisuus, josta ei voida erotella henkeä ja sielua ja kehoa erillisiksi tekijöiksi. Tämä on yksi suurimmista virheellisistä näkemyksistä psykiatrisessa maailmassa – samoin myös kirkollisessa maailmassa. Sielu ja henki ja ruumis/keho eivät ole sen paremmin sisäkkäisiä kuin ei päällekkäisiääkään organismeja, vaan todellisuudessa ne ovat kuin erilaiset nesteet toisiinsa sekoitettuina. Keholliset tekijät vaikuttavat psyykeen ja psyyke kehoon. Viisaiden tutkijoiden mukaan sana psyyke todellisuudessa tarkoittaakin ihmistä kokonaisuutena.

Ihmisen kokonaisuus unohdetaan kaiken viisautemme keskellä todella tyhmällä tavalla. Miksi niin moni ihminen kuolee säikähdysten vaikuttamaan sydänhalvaukseen? Miksi useimmat meihin yhteyttä ottaneet ihmiset ovat sairastuneet psykosomaattisiin ja sitten somaattisiin sairauksiin oltuaan kyllin kauan stressaavissa olosuhteissa? Miksi nämä sairaudet poistuvat suuressa määrin pian sen jälkeen kun olosuhteet ovat muuttuneet ja on saatu etäisyyttä piinaaviin olosuhteisiin? Ihminen on mitä selvimmin kokonaisuus, jota tulisi kohdella sellaisena!

Sairastettuani yli vuoden ajan siinä määrin, että olen nyt työkyvyttömyyseläkkeellä, ehdin kokemaan hyvin monenlaista hoitoa. En halua tuoda esiin negatiivisia kokemuksiani, vaan vain niitä, jotka jäivät erikoisella tavalla mieleen. Hoidostani vastasi pari erittäin empaattista korkean tason asiantuntijaa, jotka suhtautuivat minuun niin asiallisesti ja rohkaisevasti, että se jäi eliniäksi mieleeni. Juuri nämä kokemukset olivat kuin balsamia koko olemukselleni, ja ajattelen entistä enemmän sitä, kuinka tärkeä on lääkärin asenne potilastaan kohtaan. Pienikin empatia ja ymmärtäväisyyden osoittaminen auttaisi potilasta parantumisessa uskomattomalla tavalla!

Paloheimo puhuu kotivammaisuudesta, jota me nyt katselemme hiukan eri näkökulmasta kuin hän. Meillä on nyt vuosien kokemus ja näkemys saman asian yhdestä laidasta. **”Rakkaudellisen**

lapsuuden eläneellä ihmisellä ei ole noita (negatiivisia) kokemuksia. Siksi hänen maailmankuvansa on rauhallinen ja turvallinen. Kotivammaisen ihmisen maailmankuva on sen sijaan monin tavoin vääristynyt. Sitä rasittaa ainainen hyljätys tulemisen pelko, jonka taustalla piilee aavistus tuhosta. Sellaista pelkoa ei kukaan voi ajan mittaan kestää. Totuutta on siis muutettava. Osan totuudesta ihminen voi mieltää, mutta suurin osa siitä jää pimentoon. Sitä huolimatta sekä osa on totuutta nimenomaan sen vuoksi että hänen vammansa ovat todellisuutta, ne on joskus häneen aiheutettu. Voidakseen tulla toimeen noiden rasitteiden kanssa hänen on kehitettävä jonkinlainen suojarakennelma. Olen kutsunut sitä elämänvalheeksi...

Elämänvalheella tarkoitan sitä, että potilas itse elää tietynlaisen epätotuuden vallassa. Hänellä on jokin näkemys, jonka todenperäisyyttä hän ei ole koskaan tullut edes epäilleeksi.”

Nyt tulee nähdä, että puhumme samanaikaisesti kahdenlaisista ”kotivammaisista”. Puhumme niistä, jotka sydäntäsärkevällä tavalla ovat kokeneet vääryyttä elämässään ja taistelevat taisteluaan usein yksinäisyydessä ja hyljättyinä. Toisaalta puhumme niistä, jotka näiden kokemusten jälkeen maksavat potut pottuina, silmä silmästä, hammas hampaasta – ja joiden kohdalla joudumme puhumaan heidän uhreistaan. Kummatkin ovat kärsiviä ihmisiä, vain sillä erotuksella, että toiset pyrkivät selviytymään kasaamalla muita allensa, noustakseen korkeammalle, kun taas toiset pelkäävät kaikenlaisia ihmiskontakteja.

Itse jouduin kokemaan tavatonta alas painamista ja suorastaan tuhoavaa vaikutusta vuosikymmenien ajan niissä hengellisissä piireissä, missä aikanaan liikuin. Pahimmalta tuntui loppujen lopuksi se, ettei oikeastaan kukaan ulkopuolinen ihminen osoittanut negatiivisia tunteitaan, vaan lähes täydellisesti kaikki tuhoava vaikutus tuli ns. ystävien ja läheisten taholta, omasta piiristä. Eli siis omat koirat purivat, ja se tuntui satakertaisesti pahemmalla kuin täysin vieraiden osoittama halveksinta.

Ihmisen perustarve on tulla rakastetuksi ja samalla rakastaa jotakin läheistä ihmistä. Tuhoisinta ihmiselle on se, jos läheinen ihminen vahingoittaa häntä, ennen kaikkea henkisesti. Henkinen perheväkivalta on huomattavasti tuhoisampaa kuin satunnainen ruumiillinen väkivalta. Jatkuva ruumiillinen väkivalta on todellisuudessa samalla henkistä väkivaltaa.

Kaiken kokemani jälkeen voin sanoa, että pahimmalta tuntuu vieläkin se, että kaikkein suurin henkinen ja hengellinen väkivalta oli kätkeyty mitä suurimman rakkaudellisuudesta puhumisen taakse. Nöyryydestä ja alistuvaisuudesta Jumalan tahdon alle puhuivat juuri ne henkilöt, jotka takana päin eniten tekivät tuhotyötään ja panettelivat ja valehtelivat. ”Kärsi, kärsi vaan, kirkkaamman kruunun saat”, hokivat puukkoa haavassa kääntävät ”lohduttelijat”. Kaiken tämän lohduttelun jälkeen tulee ymmärtää kirjoittajan asennetta tiettyihin ilmiöihin. On ollut pakko muotoilla uudelleen tuo vanha sanonta: ”Kärsi, kärsi vaan, mustemman kärsän saat!”

Mikä meitä oikein vaivaa, kun ihmettelemme jalanjalkia kasvoissamme, ja siitä huolimatta makaamme maassa muiden yli kuljettavina?

Me olemme kaikki vain ihmisiä ja tiettyjen luonnonlakien alaisia. Luonnon laki on sekini, että tällaisissa olosuhteissa ihmiseen patoutuu vihaa, vaikka sitä ei stressin alaisena aina huomaakaan. Se kätkeytyy alemmuuden – ja mitättömyyden tunteeseen, mutta on hyvin tuhoavaa – ennen kaikkea itselle ja jossain vaiheessa myös toisellekin. Väärä kohtelu aikaansaa häpeän ja syyllisyyden tunteita, joiden taakse suuttumus ja viha patoutuu. Tietyissä tilanteissa ja hetkissä tämä patoutunut viha saattaa purkautua esiin hyvinkin tuhoisana, niin mitättömältä vaikuttavan seikan johdosta. Tai sitten ei – ihminen vain sortuu taakkojensa alle, tuon kätkeyty vihan syödessä hänen viimeisetkin voimansa.

Tämä viha tulee paljastaa. Se tulee tunnustaa. Siihen vain tarvitaan usein toinen henkilö, joka saa meidät näkemään tämän vahingollisen seikan elämässämme. Sen aiheuttaja ei useinkaan ole jokin itsestämme lähtöisin oleva seikka, vaan suurin osa ongelmistamme on toisen ihmisen aiheuttamaa.

Onkohan tässä syy siihen, miksi Pyhä Kirja niin suuressa määrin korostaa tekojemme ja asenteidemme merkitystä toisen ihmisen elämään? Narsistisen persoonallisuushäiriön kanssa tekemisiin joutuvat ihmiset ovat hyvin pienessä määrin masentuneita, siitä todisteena se, että määrätty masennuslääkkeet eivät juurikaan muuta tilannetta. Ne ehkä auttavat unohtamaan jotakin tietynlaisen tokkurin johdosta, mahdollisesti nukkumaankin paremmin, mutta todellinen ongelma ei poistu – mahdollisesti vain pahenee lääkityksen johdosta. Milloin päästään viimeinkin näkemään, että nämä ihmiset eivät todellakaan ole ensisijaisesti masentuneita, vaan traumaattisia. Traumaattisuutta ei hoideta eikä auteta lääkkeillä,

vaan todellisuuden näkemisellä ja aivan käytännöllisellä oikeiden ratkaisujen etsimisellä.

Elämänvalhe on todella vakava asia, joka riivaa niin narsistisia persoonia kuin heidän uhrejaankin. Sietämättömissä tilanteissa kuka tahansa meistä ajautuu jonkinlaisiin korvaaviin ajattelutapoihin ja fantasioihin, joiden tehtävä on aikaansaada edes jollakin tavoin siedettävä ja kestävä maailma. Itse kirjailijana ja hyvän mielikuvituksen omaavana henkilönä ajauduin vaikeimpina vuosina tietynlaiseen fantasiamaailmaan, jossa olin hyväksytty ja arvostettu lainvalvoja. Vähitellen loin itselleni kokonaisen romaaniympäristön kaikkine paikkoineen ja henkilöineen. Erikoisesti kiinnosti valtamerikelpoinen huvialus, joka sitten unissa ikävä kyllä oli usein kuin vanhanaikaista kovalevyä ilman ikkunoita ja kaikkia niitä hienouksia, mitkä sohvalla maata voi kuvitella. Tuli sitten mieleen, että pitäisikö illalla ennen nukkumaanmenoa katsella laivojen kuvia asian korjaamiseksi. Ei tästä sen enempiä, mutta eräässä vaiheessa tulivat unet hyvin eläviksi ja niissä kaksi eri kertaa kerroin äidilleni kaikesta aivan todellisuutena. Unessa häpeä tästä oli niin voimallinen, että siihen paikkaan hylkäsin nämä ”romaanimaailmani”. Jotenkin tuli sellainen tunne, että tähän maailmaan voi aivan oikeasti kadota.

Ikävä kyllä näihin kuvitteellisiin maailmoihin katoaa surullisen monta ihmismieltä, niin ettei heihin enää saa mitään todellista kosketusta!

Lähetin itse aikanaan lukuisia hätähuutoja ja tahdollisia ja tahtomattomia viestejä pahasta olostani, mutta kukaan ei halunnut kuulla tai uskoa. Jopa hyvin arvostettu sielunhoitaja itse asiassa vain syyllisti minua ja alkoi puhua omista ongelmistaan. Kaiken syyllisyyden keskellä ei tuntunut olevan mitään rajaa syytöksillä. Nyt jälkepäin tuntuu tragikoomiselta se, että jokainen syyttäjä käytännössä syytti minua omista ongelmistaan ja rikoksistaan. Mutta tähän kuuluu juuri siihen näkymättömään vallankäyttöön, mikä vallitsee jokaisessa uskonnollisessa yhteisössä. Ihminen asettuu toisen yläpuolelle jokaisen syytöksen yhteydessä.

En ole vielä noin neljäänkymmeneen viiteen vuoteen kuullut kenenkään siteeraavan jo vuonna 1965 esittämäni näkökantaa: ”Noin 90 prosenttia uskonnollisuudestamme perustuu siihen, että näemme toiset ihmiset itseämme huonompina!” Vuosien saatossa olen korjannut arviota muutamaa prosenttia korkeammaksi.

Vallanhimo on aivan käsittämättömän yleistä vastoin hyviä luulojamme. Nykyisessä toimessani olen tullut näkemään tämän aivan erikoisella tavalla. Ihminen rohmuaa itselleen valtaa, joka ei

ollenkaan kuulu hänelle. Tiettyssä määrin kaikki perustuu kuvitelmiin, mutta kun alamme puhua tällaisen vallankäytön luomista uhreista, kohtaamme hyvin murheellisen käytännön. Me olemme aivan kohtuuttomassa määrin tottuneet väärään vallankäyttöön, niin että aivan käytännössä kehotamme ihmisiä makaamaan maassa ja kävelemme heidän kasvojensakin ylitse tuntematta tunnontuskia.

Ihmisillä on melko laajasti sellainen käsitys, että lapsena koetut asiat tulee unohtaa ja unohdetaankin. Osa ”unohtaa” huonot kokemuksensa siinä määrin, että psykoterapiassa ja muutenkin pyritään kaivelemaan kaikkien ongelmien lähde ihmisen lapsuuden ajalta. Todellisuudessa ihminen ei unohda tällaisia asioita. Hän usein kätkee ne sisimpäänsä ikään kuin luurankona, jonka uskoo kadottaneen kaiken lihan yltään, mutta aivan luonnonlakien mukaan nämä lihattomat luukat alkavat kerätä ympärilleen uusien kokemusten tuottamaa massaa, joka väistämättömästi alkaa haista asioiden kärjistyessä tarpeeksi. Aikaisempi luiden kolina muuttuu sietämättömäksi lemuksi, jonka lähtökohtaa ei pitkään aikaan tunnusteta.

Syylisyyden kantaminen on yksi tuhoisimmista henkisistä ongelmistamme, on tuo syylisyys sitten aiheellista tai toisen aikaansaamaa. Itse muistan lähtemättömästi sen syylisyyden, joka kohdistui persoonaani sellaisella tavalla, etten yhtään ihmettele sen naispuolisen ystävän kommenttia, joka julkatoi olevan suuren ihmeen, ettei kirjoittaja ole aivan mielisairas. Itse en kuitenkaan saanut esittää minkäänlaista aiheellistakaan syytöstä. Suuri johtaja sanoi pariin otteeseen, ettei minun tule nuhdella ketään.

On suorastaan elinehto meille kovia kokeneille, että meille annetaan lupa nähdä ja kertoa totuus: meille, minulle, on tehty vääryyttä. On suorastaan järjetöntä, että tällaiseen tarvitsee antaa lupa. Meillä on oikeus voida pahoin – mitä oikein aioinkaan kirjoittaa! Eihän minulla ollut edes oikeutta voida huonosti! Ymmärrän nyt todella niitä ihmisiä, jotka soittavat ja antavat ymmärtää minun olevan ensimmäinen ihminen heidän elämässään, joka uskoo heitä ja ymmärtää mistä he puhuvat.

Sinulla on oikeus voida huonosti! Sinulla on oikeus nähdä kaikki se vääryys, mitä sinulle on tehty, ja sinulla on oikeus ja suorastaan velvollisuus olla vihainen kaiken sen johdosta! Sinulla on oikeus purkaa sisimmästäsi kaikki viha, ahdistus, pahoinvointi! Jos et tee sitä, kalvavat nämä asiat sinut loppuun ilman että sitä edes

huomaat. Sisäinen viha on tiettyyn rajaan asti oikeutettua ja se on mitä tärkein suojakeino, jota et ole saanut ja osannut käyttää oikealla tavalla. Mutta vielä ei ole liian myöhäistä. Sen myöntäminen, että itsekkin on omaksunut niin paljon negatiivista, on melkoisen taistelun takana. Häpeä, että on antanut sellaisessa määrin käyttää itseään hyväksi, on oikeastaan hyvä asia, joka on opettanut melkoisen määrän elämää ja elämänviisautta. Syylisyydestä on mahdollisuus päästä eroon, samoin häpeästä ja kaikesta siitä, mitä toinen ihminen on aikaansaanut ja suorastaan ympäröinyt kanssamatkaajaansa.

Yksi suurimmista elämänvalheista omassa olemuksessani oli jatkuva itsepetos vakuuttaessani itselleni kokevani rakkautta ja empatiaa, vaikka sitä ei ollut juuri ollenkaan. Noilta vuosilta löytyy vain muutama ihminen, jotka eivät jossakin vaiheessa pettäneet minua. Valheesta tuli noissa piireissä niin valtava noidankehä, että se ei enää rajoittunut tiettyihin ihmisiin persoonina, vaan siitä tuli yhteisöllinen tekijä. Koko yhteisö omaksui tietynlaisen valheellisen fiktiomaailman, itse kirjoitetun romaanin, jonka mukaan lähes jokainen eli näkemättä todellisuutta ja totuutta. Miten joku voi esittää näin rajuja mielipiteitä? Mitä on esittää todisteeksi? Ihmisten pahoinvointi! Suoranainen hengellinen kannibalismi. Erään seurakunnan myyntikirjojen joukossa oli kirja nimeltään: ”Ihmissyöjien parissa”. En voinut mitään sille, että mieleeni heräsi kysymys siitä, minkä seurakunnan toiminnasta siinä puhutaan!

Niin, minä halusin kuvitella rakkautta, vaikka sitä ei ollut! Elin ehdollisessa maailmassa, jossa ei oikeastaan voi elää elämää, vaan vain suorittaa sitä.

Ehdollisen rakkauden maailma on todella karu ja raaka. Ennen kaikkea lapselle se on henkisesti todella tuhoava ja johtaa juuri siihen mistä todistamme tämän ajan nuorten ja lasten kohdalla, jotka ovat huomisen aikuisia. Lapsi mielummin hylkää itsensä kuin äitinsä ja isänsä, riippumatta siitä mitä nämä hänelle tekevät. Hänelle tärkeimmät ihmiset ovat kuin pieniä jumalia. Tärkeintä on se, että hän kokee nämä vahvemmiksi ja suuremmiksi kuin itsensä. Hän tarvitsee tietynlaiset rajat, vaikka kapinoikin niitä vastaan. Ne ovat hänelle koulutukseksi, kasvatukseksi. Niiden poistaminen on suurin virhe mitä aikuinen voi tehdä.

Narsistisissa perheissä lapset jäävät ilman äidin ja isän mallia, koska sairas osapuoli on usein lapsellisempi kuin pienimmätkin lapset perheessä. Näissä olosuhteissa terve vanhempi kadottaa kykynsä ja voimansa siinä määrin, ettei pysty

olemaan se äiti tai isä, joka hän haluaisi olla, koska hänelle ei suoda mahdollisuutta siihen. Me olemme jokainen rajallisia, emmekä veny loputtomiin.

On järkyttävää ja tuhoavaa, jos kaiken negatiivisen kokemuksen jälkeen vielä tulee ympäristön tuomitsemaksi. Kotiolosuhteet ovat tarpeeksi kuluttavat, mutta kun sitten odottaa ymmärrystä tai empatiaa sieltä, missä sitä ei ole saatavana, tuntuu kuin sydämen ympärillä olisi hapolla kyllästetty rengas, joka puristaa sitä enemmän, mitä näitä uusia pettymyksiä kerääntyy.

Copyright Markku Vuori
Ihminen tavattavissa ry
ihminentavattavissa.net