

Johdanto

Ajatella vatsalla, on yksi tämän kirjan lähtökohdista. Vuosia sitten lukiessani vatsalla ajattelusta se herätti minussa hämmästyä ja hiukan ärtymystä, kuten usein sellainen, jota ei itse käsitä, mutta, jota joku toinen tuntuu pitävän selvänä ja yksinkertaisena: Miten vatsalla voisi ajatella? Ihmettelin. En kuitenkaan jäänyt pohtimaan asiaa, vaan unohdin sen. Myöhemmin törmätessäni aiheeseen uudestaan, se ei enää hämmästyttänyt minua, päinvastoin.

Alitajunta ja tiedostamaton olivat 1990-luvulla osa opiskeluaikani muodikkaita keskustelujuha. Tuolloin mannermainen filosofia oli hyvässä huudossa ja esimerkiksi ranskalaiseen ajatteluun kuului itsestään selvästi 1900-luvun merkittävien nimien kuten Jaques Lacanin (1901-1981), Julia Kristevan (1941-) ja Luce Irigarayn (1930-) psykoanalyttis-pohjaiset pohdinnat. Paljon myöhemmin valmistuin psykoterapeutiksi ja jouduin toden teolla alitajunnan eli tiedostamattoman kanssa tekemisiin. Kohtasin myös sen seikan, että alitajunnasta oli 2000-luvulle tultaessa tullut epämuodikasta ja psykoanalyysiakin pidettiin aikaa vievänä ja kalliina hoitomuotona. Psykoterapiassa puhalsivat uudet tuulet, keskityttiin muun muassa voimavaroihin ja ajatusrakennelmien muuttamiseen, sekä käännettiin katse menneestä tulevaan. Useat ihmiset saivatkin apua tästä raikastuneesta psykoterapiasta. Huomasin kuitenkin pian, että aina oli joukko, joka tarmokkaasta asenteestaan, kovasta yrittämisestä ja vilpittömästä pyrkimyksestä huolimatta ei saavuttaneet toivottua päämäärää. Tämä näytti mitä suurena määrin johtuvan alitajunnasta, tiedostamattomasta, johon on vaikea saada yhteyttä. Usein kysymys oli alitajunnassa olevasta traumasta, joka varjosti ihmisen elämää. Trauman varjoa voisi kuvitella monella tapaa, yksi on tällainen: Ihminen yrittää urhoollisesti pitää kiinni päivä-minästä, vaikka todellisuudessa yö hallitsee. Pimeä hallitsee kuten muinainen yön-jumalatar (*Nyks*), jonka lapsia olivat *Eris* (eripura) ja *Nemesis* (koston ja oikeudenmukaisuuden jumalatar) sekä *Hypnos*, *Morfos* ja *Oneiros* unien valtiaat. Joskus päivässä pysyy kiinni pitkän aikaa, mutta usein yö nielaisee olemassaolon, koko sisäisen todellisuuden, kaiken senkin, millä voisi olla merkitystä. Yön hallinta on voimia vievää työtä. Sanomattakin on selvää, että siihen käytetty energia on poissa muualta. Yön hallitessa on vaikea tulla siksi, joka jo on. Vaikea noudattaa menneiden sukupolvien filosofien elämänohjeita. Eihän itsetutkiskelun harjoittaja, filosofien harjoitusten tekijä näe eteensä yössä, hän näkee vain yötä, pimeää. Tähdet syttyvät joillekin, mutta eivät kaikille, yön kaivo on liian syvä.

Yön kaivo, tiedostamattoman mahti ei lakannut kiinnostamasta minua, joten jatkoin siis pohdintoja, kävin kursseja, pidin kursseja ja luin, tutkin asiaa. Hypnoosi-kurssilla kuulin ensi kerran sanottavan, “alitajunta ei ymmärrä sanaa *ei*, koska se puhuu eri kieltä kuin ihmisen kognitiivinen mieli”.

Kysymyksessæ oli Lauri Heikkilän (1951-2022) kurssi Helsingissæ. Kurssilla sovellettiin Amerikan italialaisen psykologin ja psykoterapian kehittäjän Ernest Rossin (1933-2020) näkemystä alitajunnasta toisena kommunikaatio-merkitys-systeeminä. Tämä oli ensimmäinen kerta, kun ajattelin alitajuntaa uudelta kannalta. Seuraava askel olikin huomio siitä, että alitajunta sijaitsee ruumiissa, on oikeastaan ruumiillinen kokemus, kuten väitti Wienistä Yhdysvaltoihin emigroitunut filosofi Eugen Gendlin (1926-2017). Gendlin kehitti jopa menetelmän, jonka avulla näitä ruumiin tuntuja voitaisiin tavoittaa.

Näistä minulle uusista näkökulmista katsellen vatsalla ajattelu alkoi tuntua jo ymmärrettävältä. Vatsa edustaa koko ihmistä, kun taas pää edustaa vain ajattelua, ja ihmisen kannattaisi käyttää molempia, totetaan myös Daisetsu Teitaro Suzuki (1870-1966). Suzuki tunnetaan kenties parhaiten miehenä, joka toi zen-buudhalaisuuteen liittyvät harjoitukset länsimaihin. (Rautaniemi 2012). S

Suzuki myös opastaa, kuinka vatsalla ajatellaan: pallea tulee pitää rentona, jotta hengityselimet mahtuvat hyvin toimimaan. Sitten huomio kiinnitetään keskivartalon alueelle ja kuunnellaan. Pää on tietoisuus ja vatsa tiedostamaton, tietoisuuden on vajottava tiedostamattomaan, ei pysytellä sen reunoilla. (Suzuki 1960). *Vatsan tunteesta* puhutaan yleensä aavistuksen¹ yhteydessä (*magenæemmelse, tanska, gut feeling, engl.*). Kysymys on tiedosta, joka syntyy ruumiin ja niin sanotun sisäisen vaiston kautta, ei päätelemällä. Tämän lajin tietoa ei ole länsimaissa pidetty luotettavana vuosisatoihin ja niinpä se onkin vaipunut suorastaan tiedostamattomaan, pinnan alle.

Miten tiedostamatonta nimettiin ennen kuin sitä alettiin kutsua alitajunnaksi? Oliko tiedostamattoman käsite olemassa jo antiikissa? Ei, tiedostamattoman käsitettä ei ollut, mutta, kenties tiedostamattomaan viitattiin toisin merkityksin, eri yhteyksissä. Selvää on, että ihmisen sisäistä olemusta on hahmotettu eri tavoin, eri aikoina ja paljon on kadotettu ajan virtaan. Eikä tietenkään koskaan ole mahdollista saavuttaa kokonaisuudessaan sitä, joka on kauan sitten kadonnut. Mikään ei kuitenkaan estä pohtimasta sitä, kuinka asiat ovat olleet tai voineet olla. Yritänkin parhaani mukaan karistaa aikakausien jättämiä kerrostumia, ja vaikka autenttisuuteen ei voisikaan päästä, voi päästä lähelle. Tämä tarkoittaa myös sitä, että oman aikakautemme käsitykset on käännettävä nurin, koskapa monia niistä ei esimerkiksi antiikissa vielä ollut. Tietenkin

¹“Tuntea vaistonomaisesti ennakoita, ennustaa; suunnitella

Suomen sanojen alkuperä

aave (Jusl 1745; et. länsimurt.), rinn. mm. *aavis, haave* ’enne; haamu, henkinäky, kummitus’ / ’Vorbote; Gespenst’, *aavistaa* (Hemm 1616), murt. myös *aavata, aavehtia, aaveksia* ’tuntea vaistonomaisesti ennakoita, ennustaa; suunnitella’, *aavailla* mm. ’kummitella’, *aavas* (PSavo PKarj) ’aavistus; suunnitelma’, vrt. vi (Wied) *avistada* ’tiedustella, udella, tuntea’, murt. (*h*)*aaveda* mm. ’ajatella, luulla, arvella, arvostella; ennustaa’. — Sm > lpN *ävåstit* (E Lu In) mm. ’aavistaa’, nr murt. Sm *ävist(a)* ’aavistaa’. Vrt. *haave*.” https://kaino.kotus.fi/suomenetymologinensanakirja/?p=article&etym_id=ETYM_832676dbd0ff83f973d403dcedcd5c8f&word=aavistaa

kysymystä tiedostamattomasta voidaan pohtia modernin ajan termein, mutta silloin tuskin tavoitetaan sitä, mikä oli kerran elävää. Modernin karistaminen saattaa vaatia hienoista asennemuutosta, koska aivan kuten modernissa maailmassa on asioita, joita ei ollu antiikissa oli antiikin maailmassa paljon asioita, jotka ovat kadonneet lähes kokonaan, mutta kerran ne olivat osa ihmisen arkipäiväistä elämää, toimintaa ja sisäistä ymmärryksen muodostumista. Tällaisia olivat muun muassa rituaalit, lukuisten jumalten kultit, joihin liittyi esimerkiksi tanssia ja juomauhreja, oraakkelit, ja hyveiden sekä filosofian harjoittaminen elämäntapana. Lisäksi ihmisen sisäistä olemusta jäsenneltiin eri tavalla kuin modernissa maailmassa:

Antiikin ajan ihmisen sisäinen dynaaminen olemus:

<i>Psyke, psihi</i>	Sielu, henki
<i>Logos</i>	Korkeampi tietoisuus
<i>Nous</i>	Ymmärrys, tietäminen
<i>Pronesis</i>	Käytännöllinen viisaus, järki
<i>Thumos</i>	Elämänvoima, ylevä pyrkimys kohti hyvää
<i>Epithumia</i>	Halu, kiihko

Lisäksi olivat:

Splagchnizomaki Myötätunto, sanasta sanaa “tuntuu vatsanpohjassa”

<i>Pathos</i>	Tunne, voima, jonka valtaan, kuljetettavaksi ihminen joutuu
<i>Sinaisthimata</i>	Liikutus, joka siis liikuttaa, siirtää ihmistä
<i>Sofia</i>	Viisaus
<i>Aisthanomai</i>	Tunne, aisti
<i>Proaisthanomai</i>	Aavistus-kyky
<i>Mneme</i>	Muistaminen

Ajattelu, ymmärrys, oivallus, myötätunto, muistaminen ja tunteet kaikki ne siis ymmärtääkseni *tuntuivat* ihmisen sisällä: osa tuntui vatsassa ja osa rinnassa, ymmärrys rinnassa ja myötätunto vatsassa. Voimakas tunne sen sijaan sai ihmisen kokonaan valtaansa ja liikutti siis koko ruumista ja sai toimimaan. Tiedostamaton liittyy ainakin muistamiseen, aavistus-kykyyn ja ymmärtämiseen. Nykymaailmassa *aavistusta* ja *ennustamista* pidetään, jos ei mahdottomana, niin hyvin epätodennäköisenä mahdollisuutena. Antiikissa asiaan suhtauduttiin myönteisemmin, ajattelin, että ihminen voi harjaantua arvioimaan tulevaa eri menetelmin. Kaikkein harjaantuneimmat tulevaisuuteen suuntautuvat neuvonta-palvelut sijaitsivat oraakkeleissa. Tietoa tulevasta sai siis asiaan erikoistuneilta ammattilaisilta, tietäjiltä ja oraakkeliin papittarilta, mutta myös unien arveltiin

antavan viitettä tulevasta. Oraakkelienvastaukset annettiin heksametrissä eli kuusijalkaisessa runomitassa. Vastauksen saaja itse tulkitse vastauksen, sitä ei selitetty. Kysymyksessä oli kentiesysteemi, jossa oraakkeli siirsi vastuun kuulijalle, tai sitten on mahdollista, että ihmisen ymmärryksen ajateltiin riittävän vastauksen tulkitsemiseen. Heksametrisen vastauksen ymmärrys tapahtui kenties kuten runon ymmärtäminen yleensäkin; mukana on sanatonta käsittämistä.

Neuvoa haettiin siis Delfoin oraakkeliilta, näin teki muun muassa filosofi Sokrates (469-399 eaa.), kertoo Platon (n.428-348 eaa.), mutta Sokrateella oli apuna myös sisäinen ääni, jota hän kutsui *daimoniksi*² jumalalliseksi hengeksi. Tarkoittiko Platon, joka Sokrateesta kirjoittaa, että Sokrates ei ollut pelkästään viisas, vaan hänellä oli myös jumalallista apua. Toinen vaihtoehto on, että Platon kiinnittää Sokrateen kautta huomion kirkkaaseen sisäiseen viisauteen, logos- ja nous-tietoon.

Antiikin ihminen näyttääkin kommunikoineen ympäröivän maailman kanssa monin eri sisäisin aistein, kyvyin ja toimin - kuinka niitä parhaiten modernilla kielellä voisi kuvata? Ihmisellä oli siis oltava jokin sisäinen dynaaminen puoli, jonka kautta hän oli yhteydessä muihin ja maailmaan. Kenties kyseessä on toinen kommunikaatiosysteemi. Tähän tiedostamattomaan, sanattomaan puoleen, toiseen kommunikaatiosysteemiin haettiin yhteyttä joskus myös oraakkelin avulla.

Rituaalit ja tanssi taas veivät (ja voivat edelleen viedä) tilaan, jossa tiedostamaton saattoi vapautua. Tanssi ja uskonnolliset kulkueet olivat hyvin yleisiä Antiikissa. Tanssi ja rituaalit olivat ehkä jumalallisen kommunikaation lisäksi myös kommunikointia oman sisäisen olemuksen kanssa, tämän lisäksi tanssi yhdisti ihmisiä toisiinsa.

Tiedosta ja tiedostamattomasta

Kysymys tiedon alkuperästä, jonka tiimoilla alitajunta-käsite vuosituhsia myöhemmin tulisi syntymään, oli läsnä jo antiikissa eri tavoin. Monissa filosofisissa suuntauksissa, kuten esimerkiksi esi-sokraatikoihin luetussa pythagoralaisuudessa (Pythagoras 570-490 eaa.) pyrittiin saamaan yhteys maailman todelliseen olemukseen, ja tässä prosessissa *tieto* oli välttämätön.

Maailmankaikkeuden todelliseen olemukseen liittyi eräänlainen ensimmäinen jumaluus, jonka ymmärtäminen vaatii tietoa *gnosis*, harjoituksia *askesis*, sekä itsetuntemusta (*gnothi sauton*). *Episteme* ja *doxa* taas olivat päättelyn ja pohdinnan kautta saavutettua, koeteltu tieteellistä tietoa (*episteme*), joka piti erottaa kuulopuheen varaan rakennetusta tiedosta (*doxa*). *Gnosis* oli tiedon laji, joka saavutettiin toiminnan (*askesis*) ja pohdinnan (*melete, meditaatio*), sekä itsetuntemuksen

²Daimon, puoli-jumala jumalallinen henki.

avulla. Modernissa tieteessä keskitytään yleensä pelkästään *epistemeen*. Muiden edellä mainittujen katsotaan yleensä kuuluvan uskontoon.

Antiikissa tieto liittyi siis myös ymmärrykseen, hyveeseen ja itsetuntemukseen. Tiedon etsiminen oli siis luonnollista aloittaa itsetuntemuksesta. Toimeen kannusti myös Delfoin temppeliin kaiverrettu lause *gnothi sauton*, tunne itsesi kehoitus. Sokrates, kuten maailma tietää, tuomittiin kuolemaan. Oikeudenkäynnin puolustus-puheessa hän sanoo, että ainoa, mitä hän tietää on se, että hän tietää hyvin vähän, jos mitään. Tällä filosofi tarkoitti sitä, että vaikka tietoa etsitään väsymättä, löydetään harvoin mitään pysyvää, mutta tästäkin huolimatta tiedon ja totuuden etsinnän tulee olla loputonta.

Antiikissa tietoa pidettiin myös hyveenä, joka liittyi viisauteen. Viisauus-sana (kreik. *sofia*) tarkoitti alunperin eräänlaista kyvykkyyttä ja taitoa, myöhemmin sen merkitys hiukan muuttui. Esisokraattikojen teksteissä viisauus merkitsi jo tietynlaista syvällistä sisäistä ymmärrys maailmasta, sen olioista, niiden luonteesta, sekä toimimista tämän ymmärryksen ja tiedon puitteissa, maailman luonteen ja parhaan ymmärryksen mukaisesti. Viisauus noudatti aikoinaan tietenkin myös hyveitä, joita olivat viisauuden rakkauden lisäksi muun muassa oikeudenmukaisuus, rohkeus ja kohtuullisuus.

Platonin käsitys viisauudesta ja myös tiedosta ilmenee esimerkiksi *Pidot*- dialogissa. Tietoa viisauudesta saadaan dialogissa Delfoin papitar Diotimalta, Sokrateen opastajalta. Opetus johtaa portaittaiseen viisauuden ja ymmärryksen lisääntymiseen, kunnes lopulta voidaan käsittää mahdollisesti koko universumi. Tässä tapauksessa viisauus on pikemminkin ymmärrystä kuin tieteellistä tietoa maailmasta ja universumista. Hellenistisellä kaudella ja keskiajalla viisautta kuvattiin usein myös personifioituna *Rouva Viisautena*, jonka puoleen saattoi kääntyä ja hakea jopa lohdutusta.³ Viisauuden tavoittelu oli, kuten monesti tässä teoksessa todetaan, keskeinen tekijä muinaisessa maailmassa.

Alitajunta on ruumis” väitti siis filosofi Eugene Gendlin 1950-luvun Amerikassa. Tuolloin ajatus oli

³Boetius 526 eaa. *De consolatore philosophiae*.

jo outo, vaikka uusi se ei ole. Vain muuttamia vuosisatoja aikasemmin filosofiassa keskusteltiin ruumiillisesti ymmärryksestä eli tietoisesta ruumiista. Valistuksen jälkeen, pikku hiljaa, niin sanottu mekanistinen ihmiskäsitys syrjäytti aikasemman orgaanisen ihmiskäsityksen. ihmisen vertauskuvana alkoi esiintyä usein kone. (esim. Wilenius 2003, Kainulainen 2006) Tämä lienee ymmärrettävää aikakausilla, joiden aikana koneista on tullut ihmiselle koko ajan tärkeämpiä ja tärkeämpiä.

Orgaanisen ihmiskäsityksen mukaan voidaan päätellä, että ruumiissa ja hermostossa sijaitseva tiedostamaton on ihmisen ymmärryksen ydin, kuten muinaiset filosofit ilmeisesti oletivat. Voisiko ruumiilliseen tiedostamattomaan saada yhteyden esimerkiksi Suzukin ja Gendlinin menetelmiä noudattaen? Voidaanko tiedostavan ruumiin kautta, vatsalla ajatellen tavoittaa, jotain oleellista tietoa, jota kognitiivinen mieli ei voi tavoittaa? Muistaen, että tiedostamattoman logiikka eroaa kognitiivisen mielen logiikasta, kuten unen logiikka, eroaa valveen logiikasta. .

Rossin skenaariossa, jossa ruumiillinen tiedostamaton on toinen merkitys- ja kommunikaatio- systeemi, tutkitaan taas ihmisen olemassaoloa kommunikaation kautta. Ihminen interaktiivisena olentona kommunikoi koko ajan itsensä ja ympäristönsä kanssa. Kommunikaatio- systeemeitä on useita, mutta kun yhtä systeemiä suositaan muiden käyttö surkastuu. Kognitiivinen kommunikaatio- systeemi on länsimaisessa kulttuurissa noussut ehdottomaan valta- ja monopoliasemaan. Antiikin maailmassa taas kognitiivinen kyvykkyys ei ollut esimerkiksi viisauden mittari. Lisäksi monet sellaiset asiat, joita modernissa maailmassa pidetään taikauskona olivat oleellinen osa menneen maailman ymmärrystä. Tällaisia olivat esimerkiksi astrologia, numerologia, ennusmerkit, sekä jo mainitut oraakkelit, erilaiset jumaluudet, sekä jumalalliset välittäjät daimonit. Yleisen ajattelun mukaan ihminen on saavuttanut ajan kuluessa lisää tietoa, kun tiede on kehittynyt ja tämä kehitys on tehnyt taikauskon tarpeettomiksi. Antiikin ajattelua on kuitenkin vaikea ymmärtää, jos ei ota huomioon muinaista maailmankuvaa kokonaisuudessaan ja tunnusta sen eroa moderniin ja postmoderniin, vaan pyrkii poimimaan nykyiseen maailmankuvaan sopivia osia kokonaisuudesta. Omalle ajallemme vieraat elementtejä voisi tutkia myös uteliaana, sillä jotain ymmärrystä ja tietoa oraakkelien ja numerologian kautta on saavutettu, muuten niiden toiminta ei olisi säilynyt hengissä useita satoja vuosia. Tietoa ja ymmärrystä tavoiteltiin erilaisin metodein kuin postmodernissa maailmassa, eikä näitä menneitä metodeita ole välttämätön tuomita.

1. Jäävuoren huipulta

Alitajunta-käsitteen historiaa

Alitajunta on kuin käsien välistä valuva hiekka, tuntuva, mutta käsiin hajoavaa. *Tiedostamaton, tiedostamaton mieli, alitajunta* ja *piilotajunta*, ovat nimityksiä psyykkeen tiedostamattomille prosesseille. Käsitteenä alitajunta on nuori, se ilmestyi keskusteluun ensimmäisiä kertoja 1800-luvun alun Saksassa ja liittyi tiedon määrittelyyn.

Termiä *alitajunta (unbewußtseyn)* käytti ensimmäisen kerran lääketieteen ja fysiologian professori Ernst Platner (1744-1818), Leibzingista Saksasta. Platner tuli aikanaan tunnetuksi antropologian alan tutkimuksistaan, jotka vaikuttivat myöhempään saksalaiseen keskusteluun ja ns. *holistisen*⁴ näkökulman syntyyn. Alitajunta-termiä (*unbewusste*) käytti varhain myös toinen saksalainen: filosofi Friedrich Schelling (1775-1854) teoksessaan, joka käsitteli *transendentaalista idealismia*. Schellingin pyrkimyksenä oli määrittellä tiedon perusta. Kirja liittyi, valistuksen aatteen keskeisimpänä ajattelijana pidetyn, Immanuel Kantin (1724-1804) aloittamaan keskusteluun tiedon alkuperästä.⁵ Moderni alitajunnan-käsite liitettiin siis tietoon, tietämiseen ja rationaaliseen ajatteluun. Myöhemmin Saksassa filosofi Friedrich Nietzsche (1875-1900) käänsi keskustelun suuntaa päinvastaiseen ja julisti, että ihmisyyttä määrittävät mitä suurimmassa määrin vietit ja vallanhalu. Tämän tosiasian kieltäminen ja järjen linnakkeeseen vetäytyminen, ei ole pelkästään pelkurimaista, vaan silkkaa itsepetosta, Nietzsche jyrisi. Hän ei kuitenkaan nimennyt suoranaisesti alitajuntaa, josta vietit kumpuavat, mutta sen teki hänen puolestaan eräs kuuluisa aikalainen Wienistä; neurologi Sigmund Freud (1856-1939). Eduard von Hartmann (1842-1906) puolestaan kirjoitti teoksen alitajunnan filosofiasta, mutta ympäri maailman tunnetuksi käsitteen teki kuitenkin Freud. Freudin näkökulma sisäiseen olemukseen, siis siihen osaan ihmisen kokemusmaailmaa, joka ei ole tietoisessa mielessä –oli radikaali.

Freud siirsi nopealla liikkeellä näkökulman tiedosta vietteihin - ei siis ihme, että Freudin näkemykset herättivät vastustusta heti tuoreeltaan. Freudia ei pelkästään arvosteltu, vaan hänen menetelmäänsä pidettiin suorastaan vaarallisena (Fitzgerald 2019, James 1920). Miten Freudin näkemykset sitten poikkesivat aikaisemmasta keskustelusta? Freudin mukaan alitajunnan dynamiikan keskiössä oli seksuaalisuus ja vietit, ja juuri tämä oli aikanaan ennen kuulumatonta. Lisäksi Freudin näkökulma tiedostamattomaan kulki neuroosien kautta, tutkihan kuuluisa neurologi alitajuntaa erityisesti vastaanotollaan käyneiden potilaiden kautta.

⁴Holistinen ihmiskäsitys huomioi fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Näkemys on saanut vaikutteita fenomenologiasta, Edmund Husserlin ja Martin Heideggerin ajattelusta.

⁵ Käsitteeseen *a priori* eli kokemuksesta riippumaton tieto. Tieto *a posteriori*, perustuu kokemukseen.

Freud itse uskoi asiaansa ja vastasi kritiikkiin muun muassa painottamalla, että hän omalta osaltaan pyrki parhaansa mukaan tutkimaan ja vastaamaan tuhansia vuosia vanhoihin kysymyksiin, jotka ovat edelleen vastausta vailla (Fitzgerald 2019), (Manson 1985). Freud väitti, että ihmisen sisäinen syvyys on torjuttujen viettien sammio. Paikka, jonka sokkeloissa vaanii, ei pelkästään torjuttua ja arvaamatonta, vaan myös hallitsematonta ja vieläkin pahempaa, sellaista joka hallitsee. Lisäksi alitajunnan dynamiikasta johtuen torjutut vietit, sekä niihin liittyvät ajatukset ja tunteet aiheuttivat ihmisille tuskallisia neurooseja, päätteli Freud. Freud oli toisen wieniläisen neurologin Josef Breuerin⁶ (1842-1925) kanssa tehdyissä tutkimuksissa myös huomannut, että hypnoosin avulla alitajunnasta nousee tiedostamatonta tietoisuuteen. Tämän havainnon pohjalta he kehittivät metodin, jonka avulla hän uskoi olevan mahdollista saavuttaa yhteys alitajuntaan. Metodista tuli kuuluisa ja se levisi ympäri maailman, kysymyksessä on psykoanalyysi. Alitajunta ja psykoanalyysi nousivat länsimaista ajattelua ravisuttavaksi uudeksi näkökulmaksi noin 100 vuotta sitten -neuroosien näkökulman kautta. Psykoanalyysi tutki ensisijaisesti neurosteesiaa, hysteriaa, tukahdutettuja tunteita ja seksuaalisuutta. Tämä ei kaikkia miellyttänyt, niinpä alitajunnan olemassaolo jopa kiellettiin, sen vaikutusta väheksyttiin ja useat ajattelivat, että Freud itse oli järjiltään.

Freudin tutkimusten myötä alitajunnasta tuntui tulevan suorastaan kiusallinen, luotaantyöntävä osa itseä, sen sisältö oli outoa ja vaivaannuttavaa, mutta tietysti juuri näistä syistä salaisesti kiinnostavaa ja kiehtovaa. On mielenkiintoista nähdä kuinka erään ajan sairaus-kuva laajenee käsittämään kokonaista länsimaista kulttuuria, hyvässä ja pahassa. Tämän kirjan tarkoitus ei kuitenkaan ole arvioida Freudin saavutuksia, vaan tutkia tiedostamattoman kirjoittamatonta historiaa. Freudilla oli toki vastustajiensa lisäksi myös seuraajia, joista kuuluisin lienee sveitsiläinen neurologi ja psykoanalyysin kehittäjä Carl Gustav Jung (1875-1961). Jungin näkemykset kuitenkin erkanivat Freudin ajattelusta ja myöhemmin Jung nousi maailman maineeseen omalla teoriallaan piilotajunnasta. Jungin mukaan tietoisuus on -ei jäävuoren huippu- vaan saari meren keskellä; tietoisuuden saareke tiedostamattomassa.

Tiedostamaton eli piilotajunta oli Jungin mukaan yhteydessä ihmiskunnan yhteiseen muistiin, kollektiiviseen piilotajuntaan. Jung kertoo muistelmissaan⁷ omakohtaisesta prosessista, jossa

⁶Anna. O (Bertha Pappenheim) oli Breuerin potilas, josta Freud kiinnostui ja josta myöhemmin tuli maailmankuulu tapausesimerkkei hysteriaa. Freud ja Breuer kirjoittivat yhdessä *Hysteria*-teoksen. Breuer toimi aluksi Freudin ohjaajana. Breuer painotti, toisin kuin Freud, juuri trauman merkitystä mielenterveyden ongelmien aiheuttajana (Sandhu 2015).

“Step Aside, Freud: Josef Breuer Is the True Father of Modern Psychotherapy” Scientific American June 30, 2015

⁷Jung, Jaffe. Suom. 1985 *C. G. Jung. Unia, ajatuksia, muistikuvia*

tiedostamaton nousee tietoisuuteen. Kysymyksessä on aktiivinen prosessi, jossa tiedostava osa laajenee ja tiedostamaton kutistuu.

Antiikin filosofien pyrkimykset itsetuntemukseen pitivät myös sisällään erilaisia harjoituksia sekä mietiskelyä, joiden pyrkimyksenä oli kenties myös sama kuin Jungilla. Nämä pyrkimykset eivät itse asiassa eroa erityisen paljon Intian filosofiaan kuuluvista harjoituksista. Pitkään niin sanottu itämainen vaikutus haluttiin kuitenkin torjua länsimaisen ajattelun perinnöstä. Intian ja Lähi-Idän alueiden filosofiat luokiteltiin yleensä uskontoihin kuuluviksi kirjoituksiksi. Tämä sopi 1800- ja 1900 lukujen länsimaiseen tarinaan, mutta nykyisen käsityksen mukaan antiikin filosofia on saanut ja antanut vaikutteita, ollut siis voimakkaassa vuorovaikutuksessa alueen muiden kulttuurien kanssa. Antiikin maailman kulttuurikeskuksia oli myös ympäri Välimeren, Afrikan rannikolla, Vähä-Aasiassa ja Intiassa, vaikutteita saatiin myös Persiasta, Egyptistä ja edellä mainitusta Indusjoen kulttuurissa.

Freudin ja Jungin jälkeen on tapahtunut paljon ja moderni länsimainen tutkimus on viime vuosina keskittynyt muun muassa tiedostamattomiin prosesseihin, jotka liittyvät esimerkiksi oppimiseen. Nykyisen psykologisen käsityksen mukaan tietoinen mieli ei voisi toimia ilman alitajuista mieltä. Ihmisen aivot ja mieli ovat rakentunut siten, että niiden toiminta vaatii tiedostamattoman mielen toiminnan toimiakseen itse, alitajunta on siis osa ihmisen mielen mielekästä toimintaa. Alitajuisen mielen prosessit ovat oleellinen osa ymmärrystä ja oppimista, tietoisesta mielen kapasiteetti ei riitä kaiken informaation prosessointiin, joten osa havainnoista tallentuu suoraan tiedostamattomaan mieleen. Psykologiassa, aivotutkimuksessa ja lääketieteessä tehdyt havainnot kertovat tiedostamattoman mielen funktioista ja elintärkeistä. Tiedostamattoman mielen, alitajunnan sijaintia ei kuitenkaan ole paikannettu. Kysymyksessä ei näytä olevan aivoissa sijaitseva osa, vaikka sana *mieli* viittaakin nykyisessä yleispuheessa aivoihin ja päähän. Se on saatu selville, että tiedostamaton on valtava muistikapasiteetti, josta osa on tietoisessa mielessä ja osa tiedostamattomassa. Muistinkaan sijaintia ei ole pystytty paikantamaan, sen näyttää jakautuvan ympäri kehoa; hermosoluihin ja välittäjäaineisiin. Näiden tehtävänä on siirtävät viestejä aivojen, selkäytimen, lihasten ja muiden ruumiinosien välillä. Muistaminen, muistot ovat lisäksi yhteydessä tunteisiin ja tunteet ilmenevät ruumiissa, kehollisesti; voidaan siis jopa päätellä, että tiedostamaton mieli on pikemminkin ruumiillinen kokemus, kuin mielellinen tapahtuma. Mustin ja alitajunnan sijaintia ei ole siis tarkkuudella voitu paikantaa ja sama kohtalo ollut ollut sielulla. Sielun sijaintia on niin ikään yritetty paikantaa, mutta tuloksetta.

Sieluksi on eri kulttuureissa kutsuttu ihmisen henkeä,⁸ sitä, joka tekee eläväksi. Kreikaksi sielu on *pshi, psyke*. Sielun elämä on sisäistä elämää, jota psykologian suhteellisen nuori tieteenala on tutkinut,⁹ psykologiaa kutsuttiin *sielutieteeksi* vielä 1900-luvulla.

Sielutiede eli psykologia tutkii sielunelämää. Sielunelämän laatu ja lainalaisuudet tulevat näkyviin elävien olentojen käyttäytymisessä. Sen vuoksi sielutiede ensi sijassa tutkiikin juuri käyttäytymistä. Näiden löydettyjen lainalaisuuksien pohjalla se tarkastelee myös omia elämyksiämme (Lehtovaara, 1945, 7).

Sielunelämä eli sisäinen kokemusmaailma on hankalasti tutkittava aihe. Esimerkiksi erilaista käyttäytymistä voidaan tutkia ilmiönä ja todeta tiettyjä lainalaisuuksia, mutta katveeseen jää sisäisen kokemuksen taso. Sisäisen kokemuksen kautta saatava tieto taas näyttää suorastaan vaativan introspektiota eli itsetutkiskelua, joka taas ei ole kuulu nykyisen tieteellisen tutkimuksen menetelmiin¹⁰. Katveeseen jäänyt tieto on siis unohduksiin painunut sekä sellaista, joka ei koskaan ole ollut tietoisessa mielessä. Tällä katveeseen jääneellä materiaalilla ei ollut yhteistä nimitystä ennen 1700-luvun loppua, mutta tämä ei kuitenkaan merkitse sitä, että tiedostamatonta osaa ihmisessä, katve-aluetta, ei olisi tutkittu. Päinvastoin ihmisen sisäistä olemusta pohdittiin paljonkin, tätä pohdittaa seuraavissa luvuissa käydään läpi.

2. Sielu, sydän, henki ja ruumis

Ruumillisen tiedostamattoman jäljittämisessä on väistämätöntä tutkia ihmisen sisäisen maailman määritelmiä eri aikakausina. Seuraavaksi syvennyttään siis siihen, miten ihmisen sisäistä olemusta on jäsennelty ennen ja nyt.

Sielu ja henki

Ihmisen elävän olemuksen määrittelyssä lähtökohtina on aina ollut henki (kreik. *psihi, psyke*) eli hengitys ja elämää pumppaava sydän. Ihmisessä on henki, kun hän hengittää, ja juuri henkeä merkitsevästä sanasta muodostui myöhemmin *psykye* eli *sielu*, joka merkitsee nykyaikaisessa arkipuheessa usein *mieltä*. Henki ei kuitenkaan ollut yksin, antiikissa sen seurana ihmisen sisäistä

8. Suomen kielen *sielu* sanan kanta on oletettavasti skandinaavis-germaanista perua *sala, sele, siele, seula*.

9Modernin psykologian katsotaan alkaneen saksalaisesta fysiologista ja filosofista Wilhelm Wundista (1832-1920). Wundt kehitti kokeellista psykologiaa kliinisisissä kokeissa. Psykologia onkin pitkälti keskittynyt tiedon, oppimisen, käyttäytymisen ja muistin tutkimukseen.

10Tieteellisen tutkimuksen päämääränä on mahdollisimman luotettavan tiedon saaminen tutkitusta aiheesta. Tietoa saadaan johdonmukaisten ja järjestelmällisten menetelmien avulla. Tieteellisyyden vaatimuksia ovat objektiivisuus, loogisuus, kriittisyys, julkisuus ja autonomisuus. Jos kysymys on kokeen tuloksesta, on koe pystyttävä toistamaan. Tieteellisen tiedon pohjalta muodostuu tieteellinen maailman- ja ihmiskuva. Vaihtohtona tieteelliselle maailmankuvalle on esimerkiksi uskonnollinen maailmankuva, jossa tiedon korvaa jumalan ilmoitus, joka käy ilmi pyhinä pidetyistä teksteistä.

olemusta asuttivat myös: 1) *Nous*, joka tarkoitti muun muassa sisäistä näkemistä, ymmärrystä, intelligenssiä 2) *Thumos*, joka oli nimitys voimalle, pontelle, joka sytyttää ihmisessä kipinän ja vie kohti päämäärä. 3) *Logos (ratio* latinaksi), joka on sisäisen maailman nimistä tunnetuin ja se merkitsee korkeampaa tietoisuutta ja järkeä.

Ihmisellä ajateltiin siis olevan kyky sisäiseen näkemiseen, hänellä oli myös sisäinen voima, joka vei häntä eteenpäin, mutta miten? Kuten lohikalaa vastavirtaan koskea ylös? Vai ohjastusti? Lohta kuljettaa vastavirtaan vaisto, mutta ihmistä kuljettaa eteenpäin *thumos*, mutta ei vaikeuksista. Lohi kamppailee kohti määränpäättään, mutta ei itse ole itselleen este, kuten on usein ihmisen laita. Ihmisen menoa haittaavat monet seikat, ulkoiset olosuhteet, toiset ihmiset ja hän itse. Tähän ongelmaan antiikissa paneuduttiin huolella. Itsetuntemus ja hyvän elämän toimintaohjeet kuuluivat filosofiaan siinä missä maailman ja olevaisen tutkiminenkin.

Sydän

Elävä ruumis tarvitsee hengen lisäksi sydäntä, joka pumppaa elämää. Niin kauan kuin sydän lyö -ihminen on elossa. Sydän sana on ymmärretty myös paljon laajemmassa merkityksessä kuin fyysinen sydän. Sen tarkoittaa muun muassa keskustaa ja keskikohtaa. Sydämen alue oli muinaisessa maailmassa ymmärryksen alue, mutta siellä tapahtui muutakin; sydämessä syttyi nimittäin rohkeus, jota Antiikissa erityisesti arvostettiin. Nykyisin sydän-symboli yhdistetään erityisesti rakkauteen ja tunteisiin. Sydän¹¹romanttisen rakkauden symbolina vakiintui kuitenkin vasta keskiajan jälkeen ritari-romantiikan myötävaikutuksella. Sydän voi kuitenkin edelleen modernissa maailmassa särkyä, puhutaanpa jopa särkyneen sydämen-syndroomasta, joka johtaa kuolemaan.

Hepreaksi sydän on *lev* ja kreikaksi *kardio*. *Lev* merkitsee enemmän kuin vain ihmisen biologista sydäntä. Vanhassa Testamentissa *lev* tarkoittaa tietoisuutta, ymmärrystä, syvimpiä tunteita ja sitä kuka, ihminen todella on. Sana sydän löytyy sekä Vanhasta- että Uudesta Testamentista kymmeniä kertoja. Egyptissä fyysinen sydän oli *haty* ja transsendenssi sydän *ib*. *Ib* oli viisauden, muistojen, ajatusten, rohkeuden ja rakkauden syntysija. Sydämellä, ymmärryksellä tarkoitetaan rinnan aluetta, jossa ja jonka kautta ihminen tuntee ja ymmärtää sekä kommunikoi itsensä, muiden, ympäristön, elänten, luonnon ja kenties jumalan kanssa.

Ylentäkää sydämenne kehotus löytyy kristitystä ja myös muiden uskontojen teksteistä ja lauluista.

¹¹ Suomen kielen sydän- sana on vanhaa perua, se kuuluu kanta-uralilaisiin muinaisiin sanoihin. Läntisten lähialueiden kielissä on käytössä germaanisesta *herta*-kantasanaasta juurtuvat *hjärte*, *heart*, *hjärta*. Suomen kielen sydän ei aikaisemmin kenties assosioitunut symboliin, koska sydämen muotoista symboleita kutsutaan hertaksi.

Idän ortodoksisessa kristinuskossa keskeinen rukous on *Jeesuksen rukous*, jota kutsutaan myös sydämen rukoukseksi, rukoiltaessa huomio ohjeistetaan siirtämään fyysisestikin sydämen alueelle.

Sanotaan, että sydän tuntee ja erityisesti rakastaa. Sydän toivoo ja luottaa ja sydämessä asuu rohkeus, mutta sydän voi myös olla kylmä ja kova tai se voi särkyä tai –sydämen läpi voi käydä miekka. Sydämetön ihminen ymmärretään yleensä tunteettomaksi ja myötätuntoon kykenemättömäksi. Toisaalta nyky-yhteiskunnassa “sydämen ääntä”-seuraavat ihmiset saatetaan mieltää ailahtelevaisiksi, mikä johtunee siitä, että “sydämen ääni” mielletään nykyisin juuri “tunteen ääneksi”, tunne taas määritellään helposti järjen äänen vastapariksi. Näin ollen ihminen, joka kuuntelee ensisijaisesti sydäntään, kuuntelee tunteitaan, eikä ns. “järjen ääntä”, saatetaan ajatella.

Ihminen voi itsekkin mieltää itsensä tunteelliseksi ja ailahtelevaksi, koska sydän sanoo yhtenä päivänä yhtä ja toisena toista. Joskus taas sydämen ääni saatetaan yhdistää ns. “vatsan tunteeseen¹²” eli aavistukseen, intuitioon, tällöin sydämen ääni on johdattaja, jonka voisi kuvitella lähenevän Sokrateen daimonia, sisäistä ääntä.

Keskiaikaan mennessä sydäimestä oli muodostunut tärkeä kristitty symboli. Kristitty sydän rakentui siis juutalaisen ja hellenistisen perinteen muodostamalle perustalle. Uutena näkökulmana se, että juuri kristitystä sydäimestä hyvä ja paha kamppailivat ja siksi sydän näytteli tärkeää osaa sielun pelastumisen kannalta.

Sydän-keskiajalla sydäimestä muodostui myös tunteiden keskus ja romanttisen rakkauden symboli, mutta sydän oli edelleen muutakin, siihen ajateltiin tallentuvan sydämen kantajan teot, joita viimeisellä tuomiolla punnittiin. Tästä syystä esimerkiksi ristiretkeläisten sydämiä saatettiin kuljettaa kotimaahan pitkien matkojen päähän haudattavaksi¹³. Ajateltiin, että ihmisen tosi olemus on kiteytynyt hänen sydämeensä. Tämä olemus sisälsi myös ihmisen maalliset teot, jotka viimeisellä tuomiolla punnittiin.

Sydämen uskonnollinen merkitys alkoi vähetä valistuksen aikakautena, jolloin tieteellinen maailmankuva syrjäytti uskonnollisen ja sydämen merkitys muuttui fysiologiseksi. Sydän säilytti kuitenkin romanttisen merkityksensä ja se yhdistyy edelleen tunteisiin ertauskuvallisesti. Sydän on myös edelleen kristitty symboli ja usein se kuvataan yhdessä ristin ja ankkurin kanssa. Symbolit perustuvat Paavalin kirjeeseen korinttilaisille: ”Niin pysyvät nämä kolme: usko, toivo, rakkaus.

¹²Eng. Gut feeling, tansk. Maven fornemmelse Suom. Vatsan/suoliston tunne.

¹³Aikaisemmin antiikissa taas luut saatettiin haudata myöhemmin esimerkiksi asuintalon tai pyhäkön alle esim. (Haarmann 2021).

Mutta suurin niistä on rakkaus.” (1. Kor. 13:13).

Sydän-asioissa romantiikka siis hukutti allensa ymmärryksen ja “tosi olemuksen”. Romantiikka alkoi kasvattaa suosioita jo 1700-luvun kuluessa, kun esimerkiksi romanttisesta avioliitosta tuli tavoiteltava ihanne. Hyvä elämä ja onni elettiin todeksi parhaiten tasavertaisten puolisoitten muodostamassa rakkaus-liitossa. Romantiikan kultakautena 1800-luvun syvää tunnetta arvostettiin korkealle ja siitä alkoi muodostua järjen vastakohta. “Romanttinen rakkaus aikamme uskonto”, otsikoi Kati Launis (1999) artikkelinsa¹⁴ kuvastamaan romanttisen rakkauden merkityksen huimaa nousua. Romanttisen rakkauden kaipaus ja tavoittelu ei kuitenkaan korreloi romanttisen rakkauden todellisen kasvun kanssa. (Ibid). Romanttisen rakkauden suosion näkökulmasta on kuitenkin helppo ymmärtää, miksi romantiikka on viihdeteollisuuden polttoainetta. Antiikin Kreikassa näytelmien katsojat kokivat *katharsiksen*¹⁵ ja joka puhdisti tunteista, tai sitten he nauroivat komedioille. Modernissa maailmassa, edellä mainittujen rinnalla, globaalin ajan kansalaiset hakeutuvat viihteen ja romantiikan pehmeään syliin.

3. Filosofiaa ennen ajanlaskun alkua

Harmonia

Esisokraatikko Pythagoraksen (570-490 eaa.) mukaan nimetty filosofinen koulukunta oli aikanaan suosittu ja pythagoralaisia kouluja ja yhteisöjä oli ympäri antiikin maailman. Nykyään Pythagoras tunnetaan parhaiten Pythagoraan lauseesta sekä muista ansioista matematiikan, geometrian ja aritmetiikan alalla, mutta pythagoralaiseen filosofiaan kuului oleellisesti myös seuraavaa:

Luvut ja harmonia: Pythagoraan mukaan numeroiden kautta voitiin ymmärtää maailman syvintä olemusta. Numeroihin yhdistyi musiikki ja astronomia. Tärkeä käsite edellä mainittujen yhteydessä on juuri harmonia: Asioiden välinen yhteys ja sopusointu, johon myös jälleensyntymisen ja sielunvaelluksen tutkiminen liittyvät.

Harmoniaan liittyivät myös rituaalit. Rituaalien harmoninen toimittaminen ei siis ollut suorittamista, vaan luultavasti jonkinlaisen läsnäolon kautta tehtyä toimintaa,. Mietiskelyyn ja ajatteluunkin liittyi rituaaleja, kuten esimerkiksi valkoiseen pukeutumista, ihmisen sielua pohdittaessa (kreik. *psyke, psihi*). Ajatteluun kuului myös mietsikelyä edeltävää harjoitusta (askesis)

¹⁴Rakennellut rakkaudet. Puheenvuoroja rakkaudesta naisten kirjoittamassa kirjallisuudessa 1800-luvun puolivälin Suomessa. Teoksessa: Hääkirja, kirjoituksia rakkaudesta, romantiikasta ja sukupuolesta. Toim. Susanna Paasonen (1999)

¹⁵Kreik. Puhdistuminen

kuten sopivaa ruokavaliota jne. Nykyisestä ihmis- ja maailmankuvasta käsin pythagoran harjoituksia ja rituaaleja on ehkä vaikea ymmärtää. Postmoderni ihminen mieltää ne luultavasti jonkinlaiseksi traditioksi, jolla ei ole sen suurempaa merkitystä itse toiminnalle.

Indus-joen laakson filosofit

Ihmisen sisäisen olemuksen tutkimusta ei tietenkään harjoitettu vain muinaisessa Kreikassa, vaan ihmisen ja olemassaolon arvoituksen syvällistä pohdintaa on esiintynyt eri puolilla maailmaa, muun muassa Induslaakson kulttuureissa, Kiinassa sekä muiden korkeakulttuurien keskuudessa. Sisäisen rakenteen tutkiminen liittyi kiinteästi ymmärrykseen maailmasta ja sisäiseen maailmaan pyrittiin myös vaikuttamaan muun muassa toiminnalla, kuten harjoituksilla ja teoilla. Toiminta vaati ohjeita ja neuvoja, samankaltaisia kuin Apollonin temppelin maximit tai hellenistisen filosofian elämänohjeet.

Muinaisessa maailmassakin ajatukset ja käytänteet liikkuivat ja Indusjoen kulttuurin vaikutukset kulkeutuivat Välimeren kaupunkivaltioihin ja päinvastoin. Platonin *Faidros*-dialogissa esittämä valjakkovertaus muistuttaa huomattavasti Upanishadien *Kathaupanishadien* vaunuvertausta: *Kathaupanishadien* (400-300 ekr.) vaunu-vertaus on ensimmäinen selkeä kuvaus *joogan* menetelmästä ja sen päämäärästä Intian pyhässä kirjallisuudessa (Rautaniemi 2020, 49). Sana-*jooga*, merkitsee muun muassa harjoitusta sanskritin kielessä. Se on myös menetelmä, joka johtaa jälleensyntymisen kiertokulusta vapautumiseen. Vaunu-vertaus on kirjoitettu hiukan ennen Platonin aikaa tai samoihin aikoihin kuin Platon kirjoitti filosofiaansa. Upanishadit taas ovat erakko-asketikkojen kirjoittamia tekstejä, joissa paneudutaan ymmärtämään todellisuuden perimmäistä olemusta. Antiikin filosofiassa esimerkiksi pythagoralaisilla oli hyvin samanlaisia päämääriä kuin Induksen ajattelijoiden.

Vaunu-vertaus

Tiedä, että atman on vaunun herra,
Ja ruumis taas on vaunut.
Tiedä myös, että järki on ajuri,
Ja mieli taas ohjaukset.

He sanovat aisteja hevosiksi
Ja aistein kohteita näiden laiumiksi.
Aisteihin ja mieleen kiinnittynyttä itseä
Viisaat sanovat kokijaksi.

Kuka on tietämätön,
Kenen mieli on aina keskittymätön,

Hänen aistinsa ovat alistumattomat
Niin kuin ajurin huonot hevoset.

Kuka on tietävä,
Kenen mieli on aina keskittynyt,
Hänen aistinsa ovat alistetut
Niin kuin ajurin hyvät hevoset.

Mutta kuka on tietämätön,
Vähälahjainen ja epäpuhdas,
Hän ei tavoita tätä päämäärää,
Vaan tulee jälleensyntymään.

Mutta kuka on tietävä,
Älykäs ja aina puhdas,
Hän tavoittaa sen päämäärän,
Mistä hän ei synny enää.

Myös Platon keskustelee sielunvaelluksesta, mutta myös muun muassa miesten välisestä rakkaudesta. Platonin kuvailema rakkaus on enimmäkseen homoeroottista. *Faidroksessa* käsitellään valjakko-metaforan kautta rakastajan ja rakastetun välistä suhdetta. Hyvä tasaveroinen suhde on kuin hyvän hevosen vetämissä vaunuissa matkustamista, vieläpä siten, että tietää minne on matka ja ohjastaa kohti tätä määränpäättä. Valjakko on myös ihmisen vertauskuva ja ihmisen elämän valjakkoa vetää kaksi usein eripuraisista hevosta, musta ja valkoinen.

Platonin kirjoitti dialoginsa opetuspuheiksi ja tästäkin syystä vertausten oli selkeää olla sellaisia, että ne avautuisivat juuri kohdejoukolla, muun muassa Akatemian opiskelijolle. Indusjoen laakson filosofit puolestaan olivat ilmeisesti metsiin vetäytyneitä erakoita, jotka suuntasivat sanansa hyvin valikoidulle oppilasjoukolla (Rautaniemi 2020).

Kathaupanishadien vaunu-vertauksessa sisäinen rakenne on siis vapaasti hahmoteltuna seuraava:

- a) Tietoisuudet, jotka ilmenevät aistien kautta.
- b) Mieli, jossa aistien kautta tullut informaatio käsitellään, tietoinen mielen osa, jossa myös tapahtuu päättely, arviointi ja jossa ajatukset virtaavat.
- c) Mieli, jossa sijaitsee moraali ja etiikka, sekä käsitys minuudesta, myös kuoleman pelko, joka liittyy minuuden katoamiseen.
- d) Osittain tiedostamaton ja osittain tietoinen mieli, jota kutsutaan myös *varasto-mieleksi (alaya)*, *karminen* mieli.
- e) Puhdas tietoisuus, todellinen olemus.

Sisäisen olemuksen ja rakenteen ymmärtäminen on siis täytynyt olla osa maailman ymmärtämistä.

Ymmärtämistä helpottamaan laadittiin erilaisia vertauksia, kuten myöhemminkin filosofiassa sekä uskonnollisissa teksteissä. Vaunu- ja valjakko-vertauksessa kummassakin voisi luonnehtia, että elämän henki, korkeampi tietoisuus ja ymmärrys ohjaavat valjakkoa. Platonin *Faidros*- dialogissa *nous*, tietoisuus, korkeampi ymmärrys, intelligenssi ohjastaa hevosia, joista toinen kuvastaa intoa-sielua ja toinen kiihko-sielua. Intialaisessa versiossa, vaunun herra on *atman*, ajurina *buddhi* korkeampi ymmärrys, järki, joka näyttäisi olevan lähellä *nousin* merkitystä.

Aistit ovat hevoset ja mieli on suitset. Mielen avulla korkeampi ymmärrys ohjaa aisteja.

Ihmisen sisäisessä olemuksessa oletettiin olevan useita osia ja tasoja, joista osa on tietoisia ja osa tiedostamattomia (katso alaluku Varasto-mieli). Jos ei esimerkiksi sattuisi tietämään, *että atman on vaunun herra*, ei ilmeisesti silloin ole yhteydessä siihen osaan itseään, silloin on oletettavaa, että se on tiedostamattomassa. Sama koskee myös muita osia, ne osat joita ei havaitse ovat tiedostamattomassa. Tiedostamattomasta ei tietenkään mainita nimeltä, vaan toisaalla teksteissä puhutaan varasto-mielestä. Joogin eli harjoittajan pyrkimyksenä näyttäisi olevan se, että kaikkiin tasoihin on havaittava yhteys. Tähän yhtyi Euroopassa satojen vuosien kuluttua myös Jung tutkittuaan idän ajattelijoiden tekstejä. Jung hahmottelee siis tiedostamattoman mielen eli piilotajunnan saareksi meren keskellä; tietoisuuden saarta ympäröi tiedostamattoman meri.

14. Kadonneita tiedon etsinnän menetelmiä, oraakkeliin tieto

Antiikissa tietoon, ymmärrykseen ja viisauteen pyrittiin erilaisin menetelmin, joihin kuului tutkimusta, päättelyä, harjoituksia, itsetutkiskelua, mietiskelyä ja profetioihin tutustumista. Profetiat eli näyt tai ennustukset ovat eräänlaista kätöksessä olevaa tietoa, jonka esiin saamiseksi tarvitaan välikappale, näkijä, alan ammattilainen. Antiikissa oli yleistä, että ihmiset, niin yksityiset kuin valtion tehtävissä työskentelevätkin, pyrkivät selvittämään hyvää valintaa, sopivaa toiminnan hetkeä ja oikeaa päätöstä näkijöiden ja unien tulkitsijoiden avulla¹⁶. Oraakkeleita eli ennuspaikkoja oli antiikin maailmassa useita. Oraakkeli juontuu latinan sanasta *orare* puhua ja tässä yhteydessä tarkoitetaan puhumista jumalten innoittamana tai niiden välikappaleena. Kreikan kielessä oraakkeli eli ennuspaikka oli *manteia*. Sana tarkoittaa myös temppelin huonetta, jossa ennustaminen tapahtui. Suomen kielen ennustaminen, ennusmerkki ja enne juontavat merkityksistä toivomus, aavistus, edelle ehtiminen.¹⁷ Englannin kielen sana ennustamiselle on *divination*, se merkitsee kätöksessä

¹⁶Suomen kielessä näkijä lienee selkein nimitys henkilöille, jotka toimittivat profetioita. Sanat *ennustaja* ja *tietäjä* viittaavat arkikielessä korteista ja kahvinporoista ennustamiseen, sekä shamaaniin.

¹⁷https://kaino.kotus.fi/suomenetymologinensanakirja/?p=article&etym_id=ETYM_28e344dd58d0eda0098a124313444c6c&word=ennustus

https://kaino.kotus.fi/suomenetymologinensanakirja/?p=article&etym_id=ETYM_28e344dd58d0eda0098a124313444c6c&word=ennustus

olevan tiedon ja totuuden ennalta näkemistä, sanaa saatetaan käyttää myös kykynä nähdä ja ymmärtää kokonaisvaltainen tilanne, sekä intuition.

Kuuluisin muinaisen Kreikan oraakkeleista oli Apollon temppelissä¹⁸ sijainnut Delfoin oraakkeli. Delfoi sijaitsee Kreikan Fokiksen maakunnassa Parnassos-vuoren rinteessä. Delfoin temppelin paikalla oli ollut pyhättö, ilmeisesti muinaisen jumalattaren temppeli, uhrilehto ja ennuspaikka jo ennen Apollon temppeliä. Apollon temppeli rakennettiin 650-luvulla ekr. Temppelialueen muurien ulkopuolella sijaitsi Kastalian¹⁹ lähde, eri jumalten ja jumalattarien temppelitä, kuten jumalatar Ateenan temppeli, teatteri, gymnasium, urheilustadion ja kilpa-ajorata. Paikka oli siis vilkas kohtaamispaikka ja siellä saattoi harrastaa hyvin monenlaista toimintaa. Antiikissa urheilu, teatteri, pyhät menot ja viisauden harjoittaminen sopivat hyvin yhteen.

Apollonin papitar ei ollut toimessaan koko ajan, mutta kiireisimpänä kautena työssä oli kolme papitarta aamunkoitosta auringonlaskuun. Jos matkalaiset olivatkin tulleet sellaiseen aikaan, että papitar ei ollut tavattavissa, ei heidän tarvinnut lähteä tyhjin käsin. Temppelin pihalla oli useita ammattiharjoittajia, jotka tarjosivat ennustusta hieman halvemmalla kuin itse papittaret. Useat ehkä tyytyivät suosiolla edulliseen arvanheittoon perustuvaan ennustus-palveluun temppelin pihalla ja riensivät sitten huvituksiin.

Papittaren, jota kutsuttiin *Pythiaksi*²⁰, ennustuksesta saattoi joutua maksamaan kalliin hinnan, maksu riippui nimittäin kysyjän varallisuudesta. Rikkaat maksoivat suuria summia, kun taas esimerkiksi käsityöläinen selvisi vähemmällä. Lisäksi papittaren tapaamiseen oli valmistauduttava huolellisesti. Matkalaisen tuli ensin suorittaa tiettyjä rituaaleja ja peseydyttävä, tämän jälkeen hänen oli odotettava kärsivällisesti vuoroaan, jos paikalla oli jonoa. Pythia itse istui temppelin sisällä kolmijalkaisella jakkaralla ja papisto välitti hänelle kysymykset. Pythia tutki kysymyksiä vaipuen transsiin tai sen kaltaiseen tilaan.²¹ Papisto kirjoitti Pythian vastauksen muistiin, jonka jälkeen vastaus luovutettiin kysyjälle, jonka oli itse tulkittava ja ymmärrettävä vastaus. Pythian vastaukset eivät nimittäin koskaan olleet suoria, vaan tulkinnanvaraisia. Neuvon saatuaan kysyjä saattoi uhrata ulkona olevilla alttareilla tai mennä kenties ikuisen tulen, *hestian*, lähellä sijaitsevalle merenjumala Poseidonin alttarille. Tämä saattoi tuntua tarpeelliselta, jos edessä oli paluumatka meriteitse.

¹⁸Kreikkalaisilla ei ollut sanaa uskonnolle. Britannica Encyclopedian mukaan uskontoa lähimmät sanat olivat *eusebeia* (myötätunto, sääli) ja *theskeia* (kultti).

¹⁹Delfoin papitar kylpi Kastalian lähteessä, aamun koitteessa, osana rituaalia.

²⁰Delfoita on nimitetty myös *Pythoksi*. (Homeros).

²¹On arveltu, että kallion halkeamasta olisi noussut kaasuja, jotka vaikuttivat Pythian tajuntaan tai, että laakerinlehdet, joita hän pureskeli olisivat sisältäneet huumaavaa ainetta. Edellä mainituista ei kuitenkaan ole todisteita.

Kuuluisa esimerkiksi Pythian kryptisestä vastauksesta on vastaus, jonka annettiin muinaisen Lydian valtakunnan mahtavalle kuninkaalle Kroisokselle. Delfoihin neuvoa kysymään saapunut kuningas tiedusteli papittarelta, tulisiko hänen hyökätä nousevaa Persian mahtia vastaan? Oraakkeli vastasi: “Jos Kroisos lähtee sotaan, hän tuhoaa suuren valtakunnan.” Niin Kroisos lähti sotaan ja tuhosi itsensä ja valtakuntansa. Kuningas selvästikin ymmärsi oraakkelin sanat siten kuten halusi ne kuulla. Hänelle ei nähtävästi tullut mieleen, että juuri Lydian valtakunta olisi se joka tuhoutuisi. Ihmisen tapa kuulla ja nähdä asiat haluamallaan tavalla on tietenkin hyvin yleinen, tiedostamaton toiminto. Antiikin tulkinnan mukaan kysymyksessä oli kuitenkin *hybris*²². Kroisos ei hybriksen vallassa nähnyt, että suuren valtakunnan tuho tarkoittaisi hänen omaa valtakuntaansa. Näin tapahtui hybristä seuraava seuraamus, *nemesis*²³ eli Lydian tuho.

Oraakkeli oli aikanaan myös vaikutusvaltainen ja mahtava poliittinen tekijä antiikin maailmassa. Kaiken kaikkiaan oraakkelin toiminta kesti tuhat vuotta, vaikkakin viimeisinä vuosisatoina temppelin merkitys ja vaikutusvalta olivat vähentyneet, eikä ennustuksilla ollut enää sellaista painoa-arvoa kuin kukoistuksen vuosisatoina. Delfoin oraakkelin suurin kukoistuskauti ajoittuu vuosien 700 ekr.-300 jkr. välille, joten kristinuskon tultua valtionuskonnoksi vuonna 380 jkr. oli Delfoin oraakkelin toiminta jo hiipunut. Tätä ennen olivat muun muassa roomalaiset sotapäälliköt ryöstäneet temppelin Rooman vallattua Kreikan 191 ekr. Myöhemmin myös keisarit hakivat kalleuksia Delfoista ja kuljettuttivat niitä aina Konstantinopoliin saakka. Temppeleä kuitenkin myös kunnostettiin ja se jatkoi edelleen toimintaansa, vaikka kulta-ajat olivatkin jo takana.

Apollon temppeleä oli siis ryöstelty useaan otteeseen, mutta historiallisen huhun mukaan kristityt fanaatikot tuhosivat sen melkein maan tasalle 320-luvulla. Tempppelin yritti kuitenkin vielä pelastaa Julianus-keisari (331-326 jaa.), joka sai myöhempinä kristittyinä vuosisatoina nimityksen luopio. Hän pyrki lyhyen hallitus-kautensa aikana palauttamaan arvoonsa filosofiset hellenistiset perinteet sekä elvyttämään niin Delfoin toimintaa kuin muidenkin vanhojen pyhättöjen menoja. Kerrotaan, että hän lähetti myös edustajan Delfoihin kysymään itse oraakkelilta neuvoa. Vastaus oli seuraava:

*Kerro keisarille, että Apollonilla ei enää ole kotia,
temppele on sortunut, ennustavaa laakeripuuta ja
puhuvaa lähdeettä ei enää ole. Sen vesi on vaiennut.*²⁴

²²Ylpeys ja suuret kuvitelmat itsestään ja kyvyistään, jotka johtavati suuruudenhulluihin toimiin, rikkomukseen jumalia vastaan ja siten väistämättä *nemesikseen* eli jumalten rangaistukseen.

²³Oikeudenmukaisuuden ja kohtuuden jumalatar.

²⁴Suom. Paavo Castrén.

Oraakkelin vastauksen on epäilty olleen myöhempien vuosisatojen kristitty lisäys tai lähettilään Oribasioksen vastaus, joka kuvasi hävitettyä temppeleä. (mm. Herbert W. Parke 1978).

Joitakin vuosikymmeniä tämän jälkeen vuonna 390 jkr. kristitty keisari Theodosius I Suuri sulki temppelin. Myös muut kreikkalaiset ja roomalaiset pyhäköt suljettiin tai muutettiin kristityiksi temppeleiksi, vähitellen kristityn valtakauden alettua. Entiset pyhät paikat muuttuivat ihmisten ajatuksissa vuosisatojen vierieissä, menneiden pakana²⁵-menojen harjoitus-paikoiksi, niin myös Apollonin temppelissä tapahtunut toiminta. Tämä muinaisen viisauden keskus on kuitenkin kiinnostanut ihmisiä halki sen sulkemisen jälkeisten vuosisatojen, eikä vähiten oraakkelin vuoksi.

Enimmäkseen on kiinnitetty huomioita kysymyksiin kuten, pitivätkö ennustukset paikkansa? Huiputtiko papitar tieteen tahtoen vai huumattuna? Oliko kysymyksessä vain taidokas rahaan ja valtaan liittyvä järjestelmä? Harvemmin on esitetty kysymys siitä miten oraakkeli tuli toimineeksi tuhat vuotta, mikä sen toiminnassa oli niin tärkeää, että se jatkui niinkin pitkän ajanjakson? Tuhatvuotinen huiputus olisi tietenkin ollut todellinen puhallus, joka olisi mennyt niin viisaaseen kuin oppimattoaankin, niin rikkaaseen kuin köyhäänkin. Neuvoa tulivat kysymään nimittäin ihmiset filosofeista kuninkaisiin, käsityöläisiin ja sotilaisiin. Tietenkin kysymyksessä voi olla pelkkä tuhatvuotinen politiikan ja vallan verkosto sekä hyvä liike-idea, jossa temppeli rikastui ja kyselijät saivat mitä halusivat, mutta mitä he sitten halusivat?

Voisiko olla mahdollista, että oraakkelin moniselitteinen neuvo on puhutellut ihmisen tiedostamatonta, tuota toista kommunikaatiojärjestelmää? Auttoiko oraakkelin tieto yhteyteen oman sisäiseen viisauden tai ruumiissa sijaitsevan ymmärryksen kanssa, ehkä oraakkelin viesti auttoi aukaisemaan oman sydämen salat. Hakiessaan vastausta ihminen haki ehkä sitä ymmärrystä, joka hänellä kenties jo oli, mutta joka lepäsi tiedostamattoman katveessa.

Pythia kenties käsitteli kysyjän kysymystä omassa ruumiillisessa, tiedostamattomassa sisäisessä maailmassa, reflektoiden kysymystä sisäisesti. Hän vastasi tiedostamattoman alueella sijaitsevan ymmärryksen kautta ja tästä syystä lauseet olivat moniselitteisiä. Tiedostamaton, jos se on siis toinen kommunikaatio- systeemi, omaa toisen logiikan, joka poikkeaa tietoisien mielen logiikasta, samoin kuin unen logiikkakin. Saatuaan vastauksen kysyjä saattoi siis joko tutkia sitä oman tiedostamattoman kautta tai pyrkiä tulkitsemaan sanoja etsien niistä kognitiivista logiikkaa tai kuten Lyydian kuningas, Kroisos, ymmärtämään ne itsensä kannalta parhain päin.

Oletettavaa on varmasti myös se, että mitä poliittisesti tulenarempi kysymys oli, sen mukainen oli myös vastaus, olihan oraakkeli osa poliittista valtajärjestelmää. Tuhannen vuoden vierieissä vallanpitäjät ja papittaret kuitenkin vaihtuivat useaan kertaan, mutta oraakkeli pysyi. Samalla säilyi

²⁵Pakana sana juontuu latinan *paganus*, maalainen sanasta ja merkitsee nykyään uskontoja, jotka eivät ole monoteistisiä kirjan uskontoja, kuten kristinusko, juutalaisuus ja islam.

myös ihmisten mahdollisuus olla konkreettisesti yhteydessä viisauteen , viisauden temppeleihän oli kysymyksessä, mutta tietenkin myös näkymättömiin, ajateltiinhan Pythian olevan myös jumalallisen tiedon välikappale, jopa salatun tiedon välittäjä.

Voi olla, että on mahdotonta ymmärtää sitä miten meitä ennen eläneet ovat jäsentäneet maailman, mutta jotakin voi yrittää päätellä, kuten sen, että oraakkeli tiedolla näytti olleen paikkansa. Antiikissa ennustamisen- taidot olivat toisaan arvossaan. Ennustamista eivät siis harjoittaneet vain papittaret, vaan Roomassa oli myös *auguureita* eli ennustavia pappeja. Auguureista useat olivat etruskeja, jotka olivat erikoistuneet *näkemiseen*.²⁶ Lisäksi tähtitiede oli tärkeä tieteenala, joka piti pintansa pitkälle uuden ajan kynnykselle saakka, vaikka oraakkelit sulkeutuivatkin. Tähtitiede ei ollut vain oppia planeetoista, vaan oppineet tutkivat tähtien kuvioita ja liikettä, tulkitakseen mahdollisia tulevaisuuden näkymiä. Maailman historian luultavasti siteeratuin filosofi Platonkin kirjoitti planeetoista omia tulkintojaan.

12. Ruumiillisuudesta Bysantissa

Bysantissa filosofinen pohdinta jakautui siis kahtia. Se ei jakautunut vain uskoon ja filosofiaan vaan myös järkeen ja sydämeen. Lännessä järjen kannattajat pyrkivät tavoittelemaan jumaluutta rationaalisesti, mutta idässä uskottiin edelleen sydämeen. Myös kirkko jakautui kahtia, kuten myös Rooman valtakunta. Bysanttilaiset pitivät itseään roomalaisina ja puhuivat latinan lisäksi kreikkaa, josta myöhemmin tehtiin myös virallinen kieli. Bysantin valtakauden voidaan katsoa alkaneen Konstantinopolin perustamisesta vuonna 330 jkr. Konstantinos Suuren (272/3-337 jkr.) uutta pääkaupunkia kutsuttiin aluksi toiseksi Roomaksi ja ja myöhemmin uudeksi Roomaksi. Konstantinuksen kuoltua se sai nimen Konstantinopoli. Valtakunta kesti osmanien valloitukseen saakka, Konstantinopoli sortui toukokuussa 1453.

Kristinuskoon sulautunut hellenismi ja harjoitukset kenties vaikuttivat siihen, että juuri fyysisestä rukoilemisesta tuli merkityksellinen asia Itä-Roomassa. Rukouksessa korostettiin syntyvää jumala-yhteyttä, jonka päämäärä oli jumalallistuminen (*theosis*), aivan kuten pythagoralaisuudessa ja Indusjoen gynosofien parissa. Suuntausta kutsuttiin *hesykasmiksi*, sana juontuu kreikan sanasta *hesykhia*, joka merkitsee hiljaisuutta ja rauhaa. Liikkeen juuret yltävät luostariliikkeen alkuaikoihin ja opetukseen jatkuvasta sisäisestä rukouksesta. Rukouksena oli yleensä *Jeesuksen rukous*: “Jeesus Kristus, Jumalan poika, armahda minua syntistä”. Rukousta tuli toistaa tauotta ja samalla huomio

²⁶Etruskit olivat kansa, joka asui muinoin nykyisen Italian, Toskanan alueella. Kreikkalaiset kutsuivat heitä tyrhoslaisiksi. He asuivat Tyrheanmeren rannoilla. Itse he kutsuivat itseään rasennanian- nimellä.

piti siirtää kehon keskiosaan rinnan ja sydämen tienoille. (Seppälä 2013).

Toiminnan tarkoitus oli viedä huomio pois jatkuvasta ajatusten virrasta, mutta myös *ratio*sta, kognitiivisesta ajattelusta. Tämä menetelmä ei kuitenkaan tyydyttänyt kaikkia oppineita. Oli myös niitä, joiden mielestä *ratio* eli järki oli paras ja kenties myös ainoa tapa tavoitella totuutta ja jumalaa. Skolastisen²⁷teologian kannattajat, erityisesti lännessä, painottivat rationaalista ajattelua – ei vain filosofiassa, vaan myös teologian perustaksi. Länsi-Rooman vaikutuspiirissä skolastiikka lopulta vakiintui, mutta vasta alkaen 1100-luvulta, samoihin aikoihin, kun *hesykasmi* hyväksyttiin osaksi Itä-Rooman kirkkoa, mikä lisäsi juopaa lännen- ja idän kirkkojen välille. Vastakkain asettuivat siis fyysisen rukouksen kautta jumala-yhteyttä tavoittelevat ja *logosta* ja *ratio*ta painottavat teologit ja filosofit. Jälkimmäisten mukaan totuus voitiin siis saavuttaa rationaalisen ajattelun avulla, kun taas ensin mainitut katsoivat, että tämä ei riittänyt, sillä vain keskittynyt rukous voi saavuttaa jumalallisen häivähdyksen, juuri sen mitä ajattelu ei voi saavuttaa²⁸. Rationaalisuuden ei ajateltu lainkaan helpottavan yhteyden saamista jumaluuteen. Ajateltiin, että rationaalinen ajattelu johtaa johtopäätöksiin, mutta rukouksen jatkuva toistaminen valon näkemiseen, valaistumiseen, illuminaatioon (Seppälä 2021). Tämä valaistuminen²⁹oli mahdollista saavuttaa vain rukouksen kautta, kuten kirkkoisät Gregorios Nyssalainen ja Aleksandrian arkkipiispa Athanasios ajattelivat 300-luvulla. 800-luvulle päästäessä rukoiluun liitettiin lisäksi asento; istuminen matalalla tuolilla, pää polvissa, hengitystä tarkkaillen ja samanaikaisesti keskittyen sydämeen, sekä hengittäen sydämen läpi,³⁰ samalla rukousta koko ajan toistellen. Toiminta johti kokemukseen valosta, lämmön tunteeseen ja sydämen kyllyyteen³¹.

Ruumiissa olemista, ruumiin kautta ymmärtämistä ja rukouksen kautta tapahtuvaa valaistumista voidaan pitää eräänlaisena jatkeena hellenistien ja gnostikoiden sekä muiden harjoittajien (askeettikkojen) toiminnalle. Edellä mainitut seurasivat elämäntapaa, jossa ruumis oli koko ajan osana ymmärtämisen tapahtumaa, pyrkimystä kohti viisautta. Seppälän mukaan juuri ruumis erotti kristityt antiikin muusta ajattelu-maailmasta, koska kristinuskon suuren tarinan keskiössä on ruumis. Kristuksen ruumis: Ruumiiton, joka on tullut ruumiiksi, kärsinyt ruumissa ja lopulta ylösnoussut ruumissa. Kristinuskon opillinen lähtökohta on Kristuksen ruumiillinen ylönousemus,

²⁷Skolastiikka oli keskiajalla vallinnut opetus-suunta tai menetelmä, jossa pyrittiin löytämään yksimielisyys uskonnollisten ja filosofisten tekstien välillä.

²⁸Acta Byzantium. Helsinki.

²⁹*Diafotisi*, (kreik.) *Illuminato* (latin.) *enlightenment* (engl.) Valaistuminen ja valistus ovat edellisten suomenkielisiä vastineita. Valaistuminen on tila, jossa ihmisen sisäinen tila muuttuu. Muutos tuo ymmärrystä olevasta. Kreikkalaisessa varhaisessa esi-Sokraattisessa loian koulussa valaistuminen tapahtui mietiskeilyn, sisäisen keskittymisen kautta. Myöhempi valistus taas painottaa kasvatusta, ymmärryksen lisäämistä tiedon ja tieteen avulla.

³⁰Orthodoxprayer.org

³¹Seppälä huomauttaa, että *hesyasteilla* oli luultavasti yhteyksiä sufilaisiin mystikoihin ja heidän opettajaansa Rumiin, kuten myös Intian gynosofeihin.

Seppälä muistuttaa. Ihmisruumiin tehtävä on heijastaa sielua, sielun henkeä ja hengen jumalaa. Kysymys sielun ja ruumiin liitosta nousi Seppälän mukaan, keskeisemmäksi kuin mitä se oli ollut aikaisemmin. (Ibid.)

”Kristinusko toi mukanaan myös erityisen pohdinnan siitä millainen sielu on. Onko se esimerkiksi verrattavissa auringon valoon, siten, että sielu elävöittää ruumiin, kuten aurinko luonnon.” (Ibid) Eräs kiinnostava aihe oli kysymys siitä, mikä on ihmisen syvin olemus, *nous*. *Nous* (sydän) eli ymmärrys kiinnosti siis idässä, lännessä painotettiin *ratiota*, kun taas antiikissa molemmilla oli ollut oma tehtävänsä. Aluksi kristityssä antiikissa ja myöhemmin idän kirkon alueella *nousin* merkitys kasvoi ja se paikallistui yleensä sydämeen. Sydäimestä muodostui täten ihmisen sisäisen olemuksen ja persoonan keskus. Käännöksissä on kuitenkin epätarkkuutta; välillä *nous* on käännetty sydämeksi ja välillä sieluksi, mutta yleensä sielu *psykhe* merkitsee elinvoimaa, joka yhdistää hengen ja ruumiin, kirjoittaa Seppälä. (Ibid). Sielun käsite ei myöskään ollut selvä, Seppälä kirjoittaa, että kirkkoisä Makarioksen (300-luku jkr.) mukaan sielu (*psyyke*) koostuu sydäimestä, tietoisuudesta ja tahdosta, sekä ajatuksista.

Vastakkain eivät olleet ainoastaan *-ration* ja *illuminaation*, vaan myös *-aineettomuuden* ja sydämen spirituaalisuudet. Kiisteltiin kysymyksestä: Koetaanko Jumala ruumissa ja ruumiilla vai ruumiista huolimatta? Nämä kaksi suuntausta jakoivat ajattelua ja mielipiteitä tuhannen vuoden ajan ja tultaessa 1300-luvulle jouduttiin ratkaisun eteen: Bysantissa päädytään siihen, että ihminen kokee jumalan ruumiillaan, ruumissaan. Palamaksen ajama ”sydämen hengellisyys” vahvistettiin itäisen kirkon linjaksi. Sydämen hengellisyys kannatti menetelmänä rukousta ja jumalallisuuden kokemusta ruumiin välityksellä ja avulla. Huomio laskeutuu sydämeen ja ihmiskuvasta tulee sydänkeskeinen. Ja koska ihminen on ruumiillinen olento, joka elää ruumiissaan, hän myös saavuttaa hengelliset päämääränsä ruumiissaan, jos siis saavuttaa. Ruumis on portti, jonka kautta ihminen kokee maailmassa olon sisältäpäin. (Seppälä 2021, 40).

Hengen armo leviää ruumiiseen sielun kautta ja ruumis kokee kaiken sen minkä sielukin. Tämä tarkoittaa sitä, että luomaton valo, läpäistessään ihmisen ruumiin, hengellistää sen siten, että ihmisen **ydin** (*nous, sydän*) puhdistuu. Ihminen täyttyy hengellä ja on siten täynnä henkeä (*pneuma*). Edellä mainittu tapahtuu, kun ihminen harjoittaa jatkuvaa rukousta eli toistaa edellä mainituin liikkein sydämen rukousta. (Ibid).

Kun rukoilija rukoilee yhdessä muiden kanssa pyhätyössä, hän taas seuraa jumalanpalveluksen koreografiaa, johon kuuluu polvistumisia ja nousemista sekä ristinmerkin tekemisiä. Liike liikuttaa

ruumista, mikä taas edesauttaa rukousta. Georgios Palamas menee niin pitkälle, että huomauttaa, että jos liike ei olisi niin olennaista, niin tällöin kannattaisi rukoilla rentoutuneena selälleen maaten. (ibid). Toisin sanoen tilanteessa, jossa moni nykyihminen viettää aikaansa. Nykyisin ihminen makoilee mielellään sohvalla tai joogamatolla. Rentoutuksen tilassa, ruumis on pehmeä ja olo on hyvä, mielessäkin saattaa vallita rauha. Eikö juuri tämä tila olisi otollinen rukoukselle? Ei kirkkoisien mielestä, he painottavat ryhtiä ja liikettä, ruumis mieluummin valppaana kuin pehmeänä.