

**Kokeminen on vapautta  
kokemuksista**

"Only after disaster  
can we be resurrected."  
Tyler Durden elokuvassa Fight Club

E: Voimmeko puhua nautinnosta?

G: Minkälaisesta nautinnosta haluatte puhua?

E: Nautintoja on mielestäni monella eri tasolla. Alimman tason nautinnot ovat fyysisiä nautintoja, jotka vaikuttavat suoraan aivojen mielihyväjärjestelmään, kuten seksi, alkoholi tai huumeet. Hiukan kehittyneempi nautinnon muoto on esimerkiksi hyvän elokuvan katseleminen tai hyvän kirjan lukeminen. Kukapa ei voisi vastustaa jotakin Michael Connellyn loistavaa dekkaria. Voidaan myös ajatella, että jos ihminen toden teolla rakastaa työtään, tuon työn tekeminen on hänelle nautinto. Ihmisellä on silloin intohimoinen suhde toiminnan kenttäänsä.

G: Haluatteko tarkastella jotain erityistä nautinnon muotoa?

E: Voisimmeko puhua alkeellisista, fyysisistä nautinnoista? Alkoholistista, seksistä ja sen sellaisesta. Uskon, että tämä aihe kiinnostaa nuoria, sillä nuorten elämässä nautinnolla on jossakin määrin korostainen asema.

G: Voisimmeko tarkastella nautinnon koko kenttää? Miten nautinto syntyy, mitä vaaroja sillä on? Mutta aivan ensimmäiseksi: onko nautinnossa sinänsä mitään pahaa? Puhumme nyt nautinnon hetkestä, hetkestä, joka on miellyttävä. Onko tuossa hetkessä jotakin vaarallista?

E: Joissakin uskonnoissa nautinnosta on haluttu tehdä synti tai synnin tapainen. On sanottu: nautinto ei ole hyvästä. On yritetty pidättäytyä nautinnosta.

G: Mutta tuo on tehty jonkin suuremman toivossa, eikö niin? Jos yritätte pidättäytyä nautinnosta saadaksenne tilalle kestävämpää onnea, teette kauppaa. Luovun tästä, saan tilalle tätä. Eikö tä-

mä kuitenkin perustu kuvitelmaan — kuvittelette, että elämää, Jumalaa tai miksi ikinä sitä kutsuttekin kiinnostaisi käydä vaihtokauppaa kanssanne? Kuvittelette, että ihmisen mieli on automaatti, josta voidaan sulkea pois osia, jotta tilalle saataisiin uusia osia? Eikö asia kuitenkin ole niin, että pakotettu jostakin luopuminen, kieltäytyminen, synnyttää rajoitetun energian liikkeen? Oletus, että luopuminen synnyttäisi jotain parempaa, on illuusio. Rajoitettu energian liike on tosiasia.

E: Tämän toivossa on perustettu luostareita, jonne on menty harjoittamaan niin kutsuttua hengellistä elämää. Ehkä noilla ihmisillä olikin alun alkaen elämänalueita, joissa he olivat heikoilla. Tämä saattaa olla todellinen syy vetäytymiselle luostariin.

G: Eikö ajatus siitä, että luostarissa saavuttaisitte syvämmän yhteyden elämään, olekin kuvitelma? Kun ajattelette tuolla tavoin, alatte lopulta uskoa siihen itsekin. Se, mikä ihmistä silloin kannattelee, on hänen oma itsepetöksensä. Häntä kannattelee hänen oma ajatuksensa. Todellisuus saattaa vähät välittää ihmisen kaupankäynnistä.

E: Mutta nautinto voi muodostaa myös ongelman, jos se ei pysy hallinnassa.

G: Palaamme tähän myöhemmin. Puhumme nyt nautinnon hetkestä, kokemisen hetkestä. Kysymme: onko tuossa hetkessä mitään psykologisesti tuhoavaa?

E: Ilmeisestikään ei ole. Kun rajoitamme tarkastelun tuohon hetkeen itsessään, on todettava, ettei siinä ole mitään pahaa. Syntikäsitteen liittämisellä nautintoon on synnytetty maailmassa paljon pahaa.

G: Se on keino ohjata ihmisiä. Tai sitten ohjaatte sillä itse itsenne. Ja nähkää, mitä kulissien takana tapahtuu: kaikki nuo skandaalit, jotka liittyvät erilaisiin uskontokuntiin. Kulissien takana nautinto ei pysy kuitenkaan hallinnassa!

E: Tämä on varsinainen tosiasia.

G: Eikö tuo johdu pohjimmiltaan siitä, että kun yritätte päästä eroon jostakin, tuo pyrkimys vain vahvistaa halua?

E: Tämä on yksinkertainen psykologinen mekanismi.

G: Ja kuitenkin totta, toisin kuin kaikki nuo kuolleet dogmit!

E: Jos ihmisen tahto on vankkumaton, ehkä halun ohjailu onnistuu.

G: Aivan, mutta tekisikö tuo teidät lopulta onnelliseksi?

E: Saattaa olla, ettei tuo ihminen ole yhtään onnellisempi kuin kukaan muukaan.

G: Mikä siis on tuon kamppailun tarkoitus? Miksi yrittää olla suurempi, kuin onkaan?

E: Joskus nautinto saattaa olla niin vaarallista, että siitä on päästävä eroon. Jonkinlaista ohjailua saatetaan tarvita. Esimerkiksi vaarallisesta huumeesta eroon pääseminen on yleensä hyvä asia.

G: Palaamme tähänkin myöhemmin. Tähän kaikkeen saattaa olla oivalluskykyisempi näkökulma kuin itsensä pakottaminen. Rajoittakaamme tässä yhteydessä keskustelu nautintoon, joka ei ole terveydelle kovinkaan vaarallista. Näemmekö hyvin selvästi, että tuosta nautinnosta tyystin luopuminen ei johda suurempaan onneen?

E: Joskus ongelmana on nautinnon määrä. Ihmisen on uhrattava joka päivä useita tunteja nautinnolle, niin että lopulta muu elämä kärsii.

G: Silloin elämässänne on paljon nautintoa, ettekä kuitenkaan ole sisimmissänne onnellinen! :-D Liian paljon ei siis tee teitä onnelliseksi, kuten ei liian vähänkään.

E: Pohjimmainen ongelma on, miten pitää nautinto kohtuudessa.

G: Tämä kaikki saattaa aueta keskustelun lopussa. Voisimmeko nyt lähteä liikkeelle kuitenkin alkeista ja katsoa, mihin pääsemme? Missä vaiheessa nautinnon halu syntyy? Onko kyse vain aikuisten ongelmasta?

E: Jo lapsille makeiset merkitsevät paljon. Samoin lapset saattavat olla kännykkä- ja tietokonepelien lumoissa. Näyttää siltä, että nautinnon halu ei ole pelkästään aikuisten ongelma.

G: Kysymys ei ole siis iästä. Vain nautinnon luonne muuttuu. Lapsilla on omat nautintonsa, nuorten aikuisten nautintoja ovat seksi, päihteet, huumeet, elokuvat ja sen sellainen. Vielä vanhempana nautinto voi saada taas uusia muotoja. Mutta mikä tekee nautinnosta niin merkittävän?

E: Nautinto saa aikaan liikettä aivojen mielihyväjärjestelmässä.

G: Kyllä, mutta tähän sisältyy enemmän. Olkaa tarkka. Nautinnon hetkellä unohdatte itsenne, eikö niin? Unohdatte sen, mikä elämässä on ikävää, vastenmielistä, unohdatte huolenne ja muut. Nautinnon hetkellä elätte, olette ehjä.

E: Näin varmasti on, mutta aivojen mielihyväjärjestelmän mukana oleminen helpottaa tuota kaikkea.

G: Toki. Nautinto voidaan synnyttää myös puhtaasti kemikaaleilla, ulkopuolelta, ilman ihmisen omaa panosta. Syntyipä nautinto miten tahansa ja olipa sen luonne millainen tahansa, olennaista on voimakkaan kokemisen tila. Kun koette jotain voimakkaasti, unohdatte itsenne.

E: Siksi haluamme lisää nautintoa.

G: Olettakaamme, että olette nuori ja jokin nautinto alkaa merkitä teille paljon. Jäätte siihen niin sanotusti kiinni. Olkoon se sitten vaikka jokin moderni muotihuume. Ymmärrättekö? Ensi alkuun ette ajatellut asiaa, yhtäkkiä huomaatte, että tuosta nautinnosta on tullut elämänne merkittävä osatekijä.

E: Kaikki tapahtuu hiljaa, huomaamatta...

G: Ihminen ei ole täysin tietoinen, mitä tapahtuu.

E: Tässä piilee vaara.

G: Oletetaan, että käynte työssä. Työssä ollessanne rupeatte miettimään tulevaa iltaa. Illalla saatte taas annoksen ainettanne. Mitä tapahtuu? Tai sitten mietitte tulevaa viikonloppua. Viikon-

loppuna on tiedossa hyvät juhlat. Mitä on tapahtunut aivoillenne?

E: Aivot ajattelevat tulevaa.

G: Aivot ovat siirtyneet elämään elämäänsä ajan sisällä. Nykyhetkessä olen tuon nautinnon ulottumattomissa, mutta illalla tai viikonloppuna nautinto voi taas toteutua. Aivot liikkuvat jatkuvasti ajan sisällä. Aika on alkanut hallita niitä.

E: Kyllä, mutta positiivisessa mielessä. Useimmat sanoisivat, etteivät he pysty elämään elämäänsä ilman tuota liikuntaa. He ajattelevat viikonlopun illanviettoa, seksiä, tulevaa matkaa, tulevaa urheilutapahtumaa, uutta ostosta, seuraavaa menestystä... Psyhyke saattaa rakentua kokonaan tuon liikunnan varaan. Ilman tätä en kestäisi työtäni, saattaisi moni sanoa.

G: Elämä on siis tulevan onnen odottelua.

E: Kyllä, mutta tuo niin kutsuttu tuleva onni aukeaa aina aika ajoin. Tämä on tärkeää. Toteutuneet hetket auttavat odottamaan uutta tulevaa.

G: Mieli liikkuu kuitenkin koko ajan ajan piirissä. Olemmeko yhtä mieltä tästä?

E: En sanoisi, että se liikkuu koko ajan siinä. Kuitenkin kun nautinnolla on merkittävä osa elämässä, on selvää, että ajan merkitys elämässä korostuu.

G: Jatketaan hiukan eteenpäin. Oletetaan, että kehittäte pahan riippuvuuden tuohon huumeeseen. Ette kestä olla ilman sitä päiväkään. Se hallitsee koko olemustanne. Minkälaisessa tilassa mieli on?

E: Tulevan onnen ja nykyhetken välinen jakautuma korostuu. Töissä ollessani saatan jatkuvasti miettiä iltaa. Lopulta en ehkä pysty käymään työssä. Rahoitan harrastukseni laittomilla keinoilla.

G: Nykyhetkestä on tullut tuskaa, eikö niin?

E: Kyllä. Mitä voimakkaampi on jonkin tietyn nautinnon kokemisen vaatimus, sitä suuremmaksi tuskaksi muuttuu elämä tuon nautinnon ulkopuolella. Tai ehkei tuo ulkopuolinen elämä ole var-

sinaisesti tuskaa, mutta ainakin se on ainaista odottelua, tulevaan valmistautumista. Vuorikiipeilijä saattaa nauttia suunnattomasti vuorilla, ja kotona oleminen on ainaista valmistautumista seuraavaa retkeä varten. Tämän voi nähdä myös negatiivisesti. Ihmisen elämä saattaa perustua kokemukselle, joka on tuskallinen, ja nautinnolle, kun tuosta tuskasta saa olla erossa.

G: Elämästä on tullut kokemista ja ei-kokemista. Ehjiä hetkiä ja odottelun hetkiä. Onnen hetkiä ja tuskallisia odottelun hetkiä tai tuskan hetkiä ja onnellisia välttelemisen hetkiä.

E: Näin on.

G: Elämä on siis jakautunut.

E: Onko tämä nautinnon todellinen ongelma? Alussa totesimme, ettei nautinnon hetki sinällään ole ongelmallinen. Nyt tarkastelemme tilannetta laajemmasta perspektiivistä.

G: Korostunut nautinto synnyttää jakautuneen elämän. Uskoakseni tämä on nautinnon syvin ongelma. Tarkastelemme tilannetta aivan väärästä näkökulmasta, jos yritämme kieltää nautinnon sinänsä. Eikä tässä vielä kaikki. Jos nautinto saa liian suuren sijan elämässä, ette lopulta kykene työhön.

E: Voimmeko tarkastella tätä hiukan enemmän?

G: Mitä tapahtuu nautinnolliselle mielelle? Se arvioi kaiken tekemänsä aina sitä kautta, mistä se saa kullakin hetkellä suurimman nautinnon. Nähkää, että lopulta tällainen mieli ei kykene enää lainkaan työhön, sillä jokin on aina miellyttävämpää kuin se, mikä olisi ehkä tärkeämpää elämän kannalta. Aivoista tulee pehmeät ja tehottomat. Ihminen saattaa kyllä tehdä paljon monenlaista, mutta tuosta ei synny mielekästä elämän kokonaisuutta.

E: Tunnen erään henkilön, joka on opiskellut jo 20 vuotta eikä vielä ole valmistunut. Jokin kiinnostaa aina enemmän kuin opiskelukirjaan tarttuminen.

G: Jatkakaamme syvemmälle. Kun nautinto on elämässänne tärkeää, niin mikä silloin itse asiassa on tärkeää? Eikö tärkeää ole

silloin kokemus? Mieli liikkuu jatkuvasti tulevan ja menneen kokemuksen välimaastossa ja nykyhetki on pelkkä väylä näiden välillä. Mitä silloin on tapahtunut aivoille?

E: Ihminen on jossakin määrin riippuvainen tuosta kokemuksesta. Hän saattaa sanoa, että ilman sitä elämässä ei olisi mieltä.

G: Mieli on kehittänyt psykologisen riippuvuuden kokemukseen.

E: Olen usein miettinyt, että jos nykyihmiseltä vietäisiin yhdessä hetkessä elämästä seksi, televisio, netti ja muu viihde, suurin osa joutuisi shokkiin.

G: Jos elämäne perustuu nautinnolle ja menetätte sen, mitä jää jäljelle? Jos nautinto kuolee, kuolette tekin. Näin tapahtuu, jos mittään muuta kuin tuo nautinto ei ole!

E: Yritämmekö kysyä sitä, onko olemassa toisenlaista tapaa elää?

G: Emme ole vielä siinä asti. Näemmekö hyvin selvästi, että korostunut nautinnon vaatimus synnyttää kokemukseen tarrautuneen mielen?

E: Voisimmeko tässä yhteydessä erottaa fyysisen ja psyykkisen riippuvuuden? Tietyt huumeet synnyttävät fyysisen riippuvuuden, koukkuun jouduttuaan ihmisen on erittäin vaikea päästä eroon aineesta. Tupakka synnyttää tällaisen riippuvuuden.

G: Voidaanko fyysistä ja psyykkistä riippuvuutta erottaa kovinkaan selvästi toisistaan? Fyysinen riippuvuus muodostuu myös psyykkiseksi riippuvuudeksi, sillä aivot saavat turvapaikan tuosta kokemuksesta. Kokemuksesta tulee tapa, ja ajan mittaan tuosta tavasta tulee merkittävä osa psyykettä.

E: Aivan. Jotkut sanovat kuitenkin, että on aineita, jotka eivät synnytä lainkaan fyysistä riippuvuutta. Jotkut sanovat käyttävänsä näitä aineita itsetuntemuksen laajentamiseen. LSD on yksi esimerkki tällaisesta aineesta. Olen lukenut joidenkin LSD-gurujen neuvoja, ja he väittävät, että tuollaisia aineita kannattaa käyttää



ainakin alkuun paljon, jotta mieli pystyisi irtautumaan itsekeskeytyksen vaikutuskentästä. Tällaisia aineita on aikanaan käytetty menestyksellisesti psykoterapiassa. Miten suhtaudutte tähän?

G: Aivan ensimmäiseksi: on selvää, että mikä tahansa muutos arkielämän rutiineissa voi saada aikaiseksi uusia oivalluksia. Muutos herättää aivot, ja tuosta herätyksestä voi syntyä uusia näkökulmia.

E: LSD muuttaa aivojen tilaa. Sanomme nyt, että juuri tuo muutos on tekijä, joka voi luoda uusia oivalluksia. Emme kuulu siihen vanhakantaiseen koulukuntaan, joka yrittää kieltää tämän kokonaan.

G: Muutos saa alkunsa ulkopuolelta, mutta oivalluksen kannalta sillä ei ole merkitystä. Oivallus voi syntyä minkä tahansa herätteen kautta, olipa tuo heräte ulkoinen tai niin kutsuttu sisäinen. Oletetaan, että joudutte pahaan auto-onnettomuuteen, jonka seurauksena teidän on arvioitava elämäne kokonaan uudestaan. Ulkopuolinen heräte pakottaa teidät sisäiseen keskusteluun ja uudenlaiseen suhtautumiseen koko elämään. Tämä on ensimmäinen asia.

E: Emme kuitenkaan halua suositella jonkin ihmenapin aktiivista käyttöä elämän muuttamiseksi. Tämä tuntuisi järjettömältä. Saman tien ihminen voisi ajaa autolla omatekoisen onnettomuuden ja katsoa, miten suhtautuminen elämään muuttuisi vammautumisen seurauksena. Elokuvasa ”Fight Club” oli tällainen kohtaus. Haluamme nyt herätellä oivalluskykyä aidosti ja luonnonmukaisesti.

G: Siksi meidän on yhdellä silmäyksellä sysättävä syrjään koko huumeekenttä. Ymmärrätkö? Se on hylättävä tyystin ja kokonaan heti alusta saakka. Oletetaan, että jokin ihmenappi saisi teissä aikaan oivalluksia. Mutta tuon kokemuksen jälkeen palaatte taas niin kutsuttuun normaaliin arkeenne. Sen jälkeen teidän on otettava tuota ihmenappia taas uudestaan saadakseenne sama efekti aikaiseksi. Ja taaskin palaatte kokemuksen jälkeen arkeen. Olette jäänyt kiinni kokemuksen ja arkielämän väliseen jakautumaan, eikö niin?

Jos tuo kokemus kerran muuttaa teidät, niin miksi se ei sitten tee sitä pysyvästi? On selvää, että vain pysyvällä muutoksella on merkitystä, ei millään muulla. Ja jos muutos on pysyvä, miksi tarvitsitte tuota ainetta uudestaan? Se, minkä nyt haluamme hylätä kertaheitolla, on psykologisen kokemuksen vaade. Oivallatteko? Missä on vaatimus saada lisää jotakin ainetta jonkin ihmeellisen tilan synnyttämiseksi, siellä on epävakaa mieli.

E: Ihminen on riippuvainen kokemuksesta, mutta tuo kokemus ei ilmeisestikään muuta häntä totaalisesti, sillä jos se muuttaisi, ei uutta kokemusta enää vaadittaisi.

G: Kukaan ei kiellä sitä, kuinka upeaa olisi, että ihminen ottaisi yhden kerran elämässään jotakin ihmeellistä taika-ainetta, joka muuttaisi koko tajunnan kertaheitolla. On kuitenkin tosiasia, ettei tällaista tapahdu.

E: Huumepiiritkin vain hehkuttavat sitä, kuinka joku kuuluisa tiedemies tai menestynyt liikemies on käyttänyt noita aineita. Kukaan ei puhu siitä, onko jossakin ihminen, jonka tajunnan luonne on pysyvästi muuttunut noiden aineiden seurauksena.

G: Kaikki jää kovin vaatimattomaksi. Miksi ylipäätään tulla kuuluisaksi tiedemieheksi tai menestyneeksi liikemieheksi? Tuolla tavalla ei valitettavasti muuteta maailmaa, saadaan korkeintaan pientä muutosta aikaiseksi jonkin osittuman alueella. Osittuma on kuitenkin aina merkityksetön. Tämä on nähtävä heti alkuun.

E: Missä on tarve kokea jotakin, siellä on psyykkisesti riippuvainen mieli.

G: Näemme tämän heti alkuun ja voimme siten hylätä koko huumeigentän kertaheitolla. Pysymme etäällä siitä heti alusta saakka. Olemme hylänneet sen kokonaisuudessaan. Entä sitten, vaikka oivalluskyky ei heräisi ilman poppakonsteja? Tärkeää on se, että edes yritämme.

E: Yritämme herätellä oivalluskykyä suoraan, ilman taikakeinoja. Jos tämä ei ole mahdollista, ihmiskunta on menetetty.

G: Ihmiskunta onkin ehkä menetetty... :-D Mutta vielä saattaa olla mahdollista muuttaa itseämme.

E: Miten jatkamme?

G: Voisimmeko nyt jatkaa siitä, minkä heitimme alussa ilmaan? Elämässänne on nautinto, joka estää teitä elämästä ehjää elämää. Esimerkiksi jokin huume saattaa aiheuttaa hallaa elimistölle.

E: Tupakka on tällainen aine.

G: Kyllä. Tai sitten tuo nautinto pilaa elämänne kokonaisuudessaan. Nautinto sinänsä ei ehkä ole vaarallinen, mutta takertuminen tuohon nautintoon tekee teidät tehottomaksi.

E: Vaarat ovat erityyppisiä. Joskus molemmat vaarat voivat toimia päällekkäin.

G: Miten pääsen eroon tuosta nautinnosta? Puhuimme siitä, että yritys päästä nautinnosta eroon vahvistaa tuota nautintoa. Tilanne on vaikea.

E: Moniin huumaaviin aineisiin on olemassa lääketieteellisesti kehitettyjä keinoja, jotka auttavat irtautumisessa. Esimerkiksi tupakasta voi päästä eroon nikotiinipurukumin avulla. Idea on, että nikotiinin määrää elimistössä vähennetään asteittain, kunnes lopulta purukumistakin voidaan luopua.

G: Kyllä, mutta mikä saa teidät todella motivoitumaan tuohon prosessiin? Kimmoke on saatava jostakin, ja vasta sitten syntyy toimintaa.

E: Luin kerran Krishnamurtin vetämää keskustelua, jossa hän ehdotti, että jokin paha tapa voidaan lopettaa tuosta vain, kertaheittolla, luopumalla siitä kokonaan pois.

G: Noin sanoo ehkä vain ihminen, jolla ei ole koskaan ollut pahoja tapoja... :-D Raittiin on helppo nähdä juoppouden vaara ja todeta, että lopetapa vain juominen tuosta noin. Ongelmana on aivojen fyysinen tottuminen pahaan tapaan. Tätä ei raitis ymmärrä. Puhun nyt kuitenkin eri asiasta. Onpa metodina välitön siirtyminen pahan tavan ulkopuolelle tai asteittainen irtautuminen, niin tärke-

ämpää on se, että motiivi on kyllin vahva. Hyvä motiivi itsessään saattaa olla riittävä, mitään muuta ei kenties tarvita. Mistä siis motiivi pahan tavan lopettamiselle?

E: Jos tiedän, että tupakointi on vaarallista, se auttaa irtautumisessa.

G: Kun näette, että jokin on vaarallista, syntyy automaattisesti toimintaa. Teidän on nähtävä vaara tosiasiallisesti.

E: Ongelmana on se, että jos ihminen vaikkapa tupakoi, hän ei enää suhtaudu vaaraan vakavasti.

G: Kun jostakin nautinnosta tulee tapa, ihminen ei enää näe selkeästi vaaraa. Tapa turruttaa ihmisen. Olemme ehkä juuri nyt nautinnollisen tavan ytimessä. Ihminen ei enää tiedosta vaaraa, siksi ei synny toimintaa.

E: Jos ihminen tosiasiallisesti näkisi vaaran, toiminta seuraisi automaattisesti. Tavan turruttama ihminen taas turvautuu selityksiin.

G: Ensimmäinen askel on siten selkeä näkeminen, eikö niin?

E: Kyllä. Selkeä näkeminen toimii motiivina, joka synnyttää toimintaa.

G: Joko tuo nautinnollinen aine synnyttää itsessään fyysisiä haittoja elimistölle tai sitten ylenmääräinen nautinto johtaa siihen, että elämä valuu hukkaan. Mieli on nautinnon pehmittämä. Nähkää jompikumpi vaara tosiasiallisesti, ja toiminta on välitöntä.

E: Entäpä jos ihminen sanoo: en välitä, vaikka elimistöni tuhoutuu; en välitä, vaikka elämäni valuu hukkaan.

G: Onko silloin ongelmaakaan? Ongelma on vain silloin, jos on ristiriita. Jos todella haluatte tietoisesti altistua vaaralle, ei elämäsänne ole ristiriitaa. Onko ihminen kuitenkaan koskaan täysin tietoinen elämänsä vaaroista? Kysymystä voidaan laajentaa kaikille elämänalueille.

E: Jos en näe vaaraa selkeästi, annan aina vain selityksen, kun vaara osoitetaan minulle.

G: Jos olisitte selkeä, ette selittäisi vaan toteaisitte: aivan niin, asetan elimistöni vaaraan mitättömän tavan vuoksi. Tai: aivan niin, uhraan elämäni nautinnolliselle tavalle.

E: Kukaan ei sano noin. Aina löytyy puolustus.

G: Siispä selkeää näkemistä ei ole.

E: Paljon on tietysti niitä, jotka elävät tervettä elämää eivätkä nautinnolliset tavat pääse koskaan hallitsemaan heitä ylen määrin. Vain vähemmistö kehittää ongelman alkoholista, huumeista tai muusta sellaisesta. Jos selkeää näkemistä on, on motiivi ja siitä seuraa toimintaa. Uskoisin, että tämä puoli ongelmasta on nyt ymmärretty. Kuitenkin nautintoon sisältyy myös aiemmin mainittu ongelma elämän jakaantumisesta: missä on huippu, siellä on aina myös laakso. Elämä on kokemuksia ja niiden välistä odottelua. Tämä voi olla tilanne myös silloin, vaikka nautinto ei olisi elämässä erityisen hallitseva. Luin kerran erään naistoimittajan kolumnia: ilman seksiä elämästä ei tulisi mitään. Useimmat eivät näe nautintoa taakkana vaan elämää kannattelevana voimana. Puhuimme aiemmin siitä, kuinka ihminen joutuu ongelmiin, jos vanhempana jokin elämää kannatteleva nautinto muuttuu merkityksettömäksi. Mitä jää jäljelle? Jääkö mitään jäljelle? Mitä nautinnon tilalle? Tätä ihminen pohjimmiltaan haluaa kysyä. Jos nautinnon tilalle saa uuden nautinnon, ei menetys ole merkittävä. Jos muuta ei tule, ihminen lamaantuu. Nautinnot kuolevat ja sen mukana ihminen. Miten lähestymme tätä ongelmaa?

G: Lähtekäämme liikkeelle siitä, mitä totesimme aikaisemmin: nautinto on merkittävä, koska silloin on voimakas kokemisen tila.

E: Tuossa tilassa ihminen unohtaa itsensä.

G: Miksi koette elämän voimakkaasti vain tiettyinä hetkinä? Oletteko seurannut ihmisiä junissa tai lentokoneissa, tiloissa, jotka toimivat siirtymäpaikkoina erilaisten kokemusten välillä. Ihmisillä on taipumus paeta tuollaisissa paikoissa erilaiseen viihteeseen, lukea lehtiä, käyttää tietokonetta tai muuta sellaista. Olemmeko me-

nettäneet kokonaan kyvyn kokea ehjästi kaiken, ei pelkästään jonkin erityisen huippukokemuksen? Nykyihminen on kovin kiireinen, aina hakemassa jotakin uutta kokemusta, aina innostumassa jostakin kuumasta nimestä, joka unohdetaan seuraavalla viikolla. Onko nykyihmisen mieli menettänyt kokonaan kyvyn löytää tavallisesta arkielämästä syvyyttä? Oivallatteko? Jos elätte kokemisen tilaa koko ajan, silloin yksi erityinen nautinto menettää merkityksensä.

E: Kun kokemisen tila jatkuu koko ajan, ei elämä ole jakaantunut kokemuksiin ja odotteluun. Tällöin nautinnon hetki on osa ehjää elämän kokonaisuutta. Mutta en vain ymmärrä... Kokemisen tila on helppo oivaltaa teoreettisesti, mutta tosiasiallinen ymmärrys on jotakin kokonaan muuta. Miten tuollainen tila oikein voidaan saavuttaa?

G: Nähdäkseni vain siten, että mieli on vapaa menneistä kokemuksistaan eikä hamua mitään uusia kokemuksia. Vain silloin on ehjää kokemista, eikä mieli ole ajatuksen vanki. Ajatus on aina menneisyyttä, vaikka se projisoisi upean tulevaisuuden tuon menneisyyden pohjalta.

E: Joku voisi sanoa, että tuollaisessa tilassa ihminen on henkisesti kuollut.

G: Älkää verratko tuota tilaa lamaannukseen, joka saattaa ulkoisesti täyttää tuon tilan kriteerit mutta sisäisesti ei. Jos lamaannutte, ette selvästikään voi kokea elämää ehjästi. Emme puhu nyt tästä. Onko olemassa liikettä, virtausta, joka ei ole ihmisen oman tahdon tuotetta?

E: Tästä on kysymys. Voiko ihminen tavoittaa eräänlaisen kokonaisliikunnan, joka jatkuu hetkestä hetkeen? Silloin nautinnon hetki on osa tuota hetkeä mutta ei hallitsevana.

G: Oivalluksen hetki ei ole tätä eikä edes jonkinlainen totuuden visio, jonka turvin saatte intoa elämäänne viikoksi tai pariksi. Kokemisen tilan on jatkuttava hetkestä hetkeen. Vain silloin mielessä

on vakautta, jota mikään ei voi horjuttaa. ”Minä” ja siihen liittyvät rakenteet eivät koskaan voi olla vakaita.

E: Tämä tuntuu täysin mahdottomalta. Ymmärrän kyllä hämärästi, että juuri noin asian pitää mennä, mutta en kykene saamaan yhteyttä siihen tunnevoimaan, joka tuohon tilaan täytyy liittyä. Teoreettinen ymmärrys ei ole ymmärrystä lainkaan. Tunne elävästä kokemisesta puuttuu. Menneisyyden risti väikkyy mielen yllä ja hämärtää kaiken näkemisen.

G: Älkää antako lopullista vastaustanne nyt. Kun viehe on heitetty veteen, on odotettava, ennen kuin kala tarttuu syöttiin.

(Sastamala 16.4.2010)