

FRANK MARTELA & LAURI JÄRVILEHTO

SOKRAATTINEN KAPELLIMESTARI – ESA SAARISEN KOHOTTAVA ELÄMÄNFILOSOFINEN KÄYTÄNTÖ

”Have you ever really had a teacher? One who saw you as a raw but precious thing, a jewel that, with wisdom, could be polished to a proud shine?” -Mitch Albom (1997)



sallistuminen Esa Saarisen Pafos-seminaarin paljastaa kävijälleen, että Saarisen filosofiassa on kaksi tasoa: Se mitä sanotaan ja se mikä välittyy sanatta ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Kuten filosofi itse uudessa Pafos-seminaarissa käsittelevässä artikkelissaan toteaa:

Elävä, henkilökohtaisesti relevantti elämänfilosofia on enemmän kuin vain filosofian artikulointia. Pafos-seminaarin menetelmät voivat vaikuttaa akateemisesta filosofista jokseenkin perversseiltä, koska käsitteellistäminen ei saa samanlaista etuoikeutettua asemaa kuin yleensä akateemisessa yhteydessä. (Saarinen 2012, 11.)

On siis ensinnäkin Pafos, joka koostuu Saarisen luennoilla esittämistä ajatuksista, tarinoista ja majakkamääreistä. Sen keskeiset teemat Frank kiteytti Marimekko-kantiseen vihkoonsa seminaarin viimeisenä päivänä heinäkuussa 2006 seuraavasti: ”Ajattelun ajattelun viikko, jossa asetetaan näkökulman valinnan fundamentti, ja annetaan tilaisuus löytää enemmän, lähimmäiselle antamisen teeman ollessa läsnä.”

Ja sitten on se Pafos, joka ihmisille *tapahtuu* tuon viikon aikana. Siitä ihmisten on vaikea puhua Pafoksella käymättömille, koska se koostuu kohtaamisista, katseista, hyväksyvistä hymyistä, hellistä halauksista, salaperäisestä yhteenkuuluvuuden tunteesta – ja ennen kaikkea oman ajattelun liikkeestä. Pafos kokemuksena kumpuaa siitä avoimen hyväksyvistä, toinen toistaan kunnioittavasta ilmapiiristä, joka ihmisten välillä Pafoksella vallitsee. Pelkästään sen aistiminen on voimaannuttava kokemus. Se on sallivuudessaan myös ilmapiiri, joka antaa ihmiselle tilaa muuttua ja löytää itsensä uudelleen.

Mutta onko Pafos filosofiaa?

Helppo vastaus on: ehdottomasti kyllä. Jos filosofia on ihmiselämässä läsnä olevien peruskysymysten esiinnostamista ja vaihtoehtojen etsimistä vallitseville totuuksille, tällöin Pafos-seminaarien luennot ovat ehdottomasti filosofiaa. Luennoissaan Saarinen pureutuu ajatustottumuksiimme pyrkien tekemään meidät tietoisemmiksi niistä ja tarjoamaan hedelmällisempiä vaihtoehtoja luutuneille tavoille kokea oma maailmansa. ”Meissä on enemmän kuin mitä näkyy pääl-

le,” Saarinen julistaa ja pyrkii avaamaan silmämme vaihtoehtoisille tavoille määrittää itsemme (F 2006). Voimme valita itsemme tuhannella tavalla. Älä siis jää ennalta määrättyyn uomaan.

Filosofia ei kuitenkaan kumarra helppoja vastauksia. Tästä syystä Esa Saarisen ajattelun filosofinen relevanssi vaatii yksityiskohtaisempaa tarkastelua. Pafos-seminaari ei nimittäin istu alkuunkaan nykyaikaisen akateemisen filosofian muottiin. Jos filosofia vaatii, että käyttää nykyään vallalla olevan yliopistoissa suoritettavan filosofian erityissanastoa ja omaksuu sen kuivan asiallisen esitystavan, ei Saarisen toiminta ilmitasolla täytä filosofian tunnusmerkkejä. Saarisen Pafoksella käyttämät termit, esimerkit ja tarinat ovat aivan liikaa elävästä elämästä mahtuakseen akateemisen filosofian ajattelun lokeroon, jonka muotosidonnaisuudessa olennaista on, että asiat on ”kirjoitettu ja julkaistu tietyllä tavalla” ja ”höystetty oikealla rekvisiitilla” (Saarinen 1984, 24, 25).

Immanuel Kant niittasi nykyfilosofian ideaalin osuvasti *Puhtaan järjen kritiikkinsä* alkusanoissa toteamalla, ettei monimutkaisia asioita pitäisi yrittää pehmittää tarinoilla tai esimerkeillä koska ne vievät huomion pois pääasiasta (Kant 1998). Tämä asenne on voimallisesti noussut valtavirtaan nykypäivän akateemisessa filosofiassa. Saarinen puolestaan viittaa Jerome Bruneriin, konstruktivistisen pedagogiikan isään – psykologiin, ei filosofiaan! –, ja toteaa, että ”koko elämä koostuu tarinoista” (Saarinen 2012, 10). Saarisen menetelmän päämääränä ei ole myöntää tai kieltää teesi esittämistä, vaan auttaa ennemminkin ajattelua löytämään tarinoiden ja kertomusten kautta uusia mahdollisuuksia.

Saarisen etäännyttä akateemisesta ilmaisutavasta korostaa myös se, että luennoillaan hän välttää usein lausumasta ääneen filosofian klassikoiden nimiä, koska pelkää sen vieraannuttavan ihmisiä. Tämä pintatason akateemisuusmattomuus ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö Saarisen toiminta olisi vahvasti ankkuroitu syvään lukeneisuuteen ja filosofian pitkän tradition tuntemukseen. Jos Pafos-seminaarin pintakerros on sanottua ja koettua, vaikuttaa pinnan alla valtavan laaja ymmärrys haastavista filosofisista teorioista ja käsitteistä. Kuten Saarinen toteaa,

Teorioita ja tutkimustuloksia esitellään kyllä jos se on tarpeellista, mutta ainoastaan siinä mielessä, miten kapellimestari voisi aika ajoin viitata eksplisiittisesti käsillä olevaan partituuriin työskennellessään kokeneen orkesterin kanssa: käyttäen sitä taustana huomattavasti ylivertaisemman esityksen potentiaalisena lähteenä. (Saarinen 2012, 15.)

Kuten tässä kirjoituksessa pyrimme osoittamaan, Saarisen filosofisessa ilmaisussa vaikuttaa voimakkaasti vahva kirjo erilaisia filosofisia teorioita ja käsitteitä. Hän kykenee myös vuodesta toiseen välittämään näitä itsessään vaativia ajattelutapoja ihmisille, jotka eivät ole välttämättä koskaan aikaisemmin pysähtyneet pohtimaan asioita arkitasoa laajemmin. Implisiittisesti naiiviin realismiin ja kartesiolaiseen dualismiin sitoutuneet maallikot ymmärtävät viikon mittaisen seminaarin jälkeen haastavia filosofisia käsitteitä kuten perspektivalistista pluralismia tai ajattelun systeemisyyttä – käsitteitä, jotka jäävät usein jopa akateemisille filosofeille epämääräisiksi päiväkausia kestäneen konferenssidebatoinnin jälkeenkin.

Vaikka Saarinen itse välttää yleensä ajattelunsa juurien ilmituontia, olemme katsoneet asiaksemme osoittaa niiden monimuotoisuuden puolustaaksemme Saarisen merkitystä myös suomalaisen akateemisen filosofian kentässä. Tässä kirjoituksessa teemme siis näkyviksi Saarisen ajattelun filosofisia kytkeitä. Pyrimme nostamaan esiin Saarisen filosofian keskeisiä teemoja ja

osoittamaan, miten ne ankkuroituvat filosofian (ja muiden ihmistieteiden) pitkään historialliseen kehityskaareen. Erityisen keskeisessä roolissa tässä ovat kokemuksemme ja analyysimme Saarisen kenties merkittävimmistä vaikutusalustasta: Kyproksella kaksi kertaa vuodessa järjestettävästä Pafos-seminaarista.

Frank on käynyt Pafoksella kahdesti, vuosina 2004 ja 2006. Lauri oli vuorostaan siellä vuonna 2009. Viittamme näissä seminaareissa ylöskirjaamiimme Saarisen lausuntoihin symboleilla (F 2004), (F 2006) ja (L 2009). Näiden kokemustemme ja muistiinpanojemme pohjalta – ja niitä laajemmin Saarisen kirjalliseen tuotantoon ja julkiseen toimintaan peilaten – pyrimme kysymään itseltämme:

a) *Mitkä ovat Pafos-seminaarin keskeiset teemat?*

b) *Miten Saarisen esittelemät teemat kytkeytyvät filosofian monituhatuotiseen traditioon?*

c) *Minkälaista filosofiaa Saarisen toiminta on?*

Esa Saarinen filosofian historiallisessa jatkumossa

Ennen tarkempaa sukellusta Pafoksessa värähteleviin teemoihin lienee paikallaan kuitenkin kysyä, minkälainen on yleisemmin se tapa tehdä filosofiaa, joka on tullut Saariselle ominaiseksi? Jos hänen ajatteluaan pitäisi sijoittaa yhteyksiinsä filosofian pitkässä historiassa – suorittaa siis surutta lokerointi – lienee yleisin päällelyöty leima ollut eksistentiaalisuus. Ei ole epäilystäkään, etteikö Saarinen olisi vahvasti vaikuttanut eksistentiaalisuuden suurista ajattelijoista. Itsensä valitsemisen, erityisesti omien ajattelutapojen valitsemisen, teema on vahvasti läsnä Saarisen filosofiassa, kuten alla tulemme havaitsemaan. Ei siis liene väärin sanoa, etteikö Saarinen tietyiltä osin olisi Sartren perillinen. Tämä korostui erityisesti hänen 80-luvun kirjoituksissaan (ks. Saarinen 1983; Saarinen 1988).

Samalla Saarisen 2000-luvun ajattelua tarkasteltaessa voidaan havaita, että eksistentiaalisuuden ytimen ympärille on kerrostunut vahva joukko muita keskeisiä vaikutusteemoja. Voisi esimerkiksi väittää, että toinen tapa toteuttaa Saarisen filosofinen lokerointi olisi esittää hänet antiikkisen elämänfilosofian perinteen modernina jatkajana (ks. Hadot 2010). Filosofi itse korostaa tätä yhteyttä virkaanastujaisluennossaan, jossa hän kuvaa antiikin filosofiaa sanallisesti ilmaistuksi elämäntaidoksi, jolla pyrittiin vaikuttamaan ajatuksiin ja ajatusten kautta käytännön elämään: ”Filosofia oli sitoutunut, tilanteissa toimimisen kykyä ja taitoa hallita itsensä. Se oli olemassa elämää varten.” (Saarinen 2003, 9) Hän näkee, että nykyaikainen akateeminen filosofia on hukannut yhteyden elävään elämään, ja puhuu voimakkaasti soveltavan, elämänläheisen filosofian puolesta.

Tässä yhteydessä on syytä korostaa, että Saarisen tapa tehdä filosofiaa ei tietystikään ole suora antiikin perinteen jatke, vaan omassa ajassamme syntynyt, tietyiltä osin samanhenkinen projekti. Saarisen filosofian modernius näkyy ehkä erityisesti arkielämän korostamisessa. Charles Taylor (1989) on esittänyt, että yksi modernin aikamme keskeisistä tunnuspiirteistä on arkielämän keskeisyys. Aiemmassa aristokraattisessa kulttuurissa arki oli jotakin, joka kuului naisille ja palvelijoille, jotakin jonka yläpuolelle vapaa mies kykeni asettumaan. Tähän nähden oma aikamme on ottanut arkielämän omakseen, alkanut arvostaa ’tavallisia’ kotioloja, perhettä, elämää siinä muo-

dossa, kuin se meille useimpina päivinä ilmenee. Tämän ajatuksellisen megatrendin yksi näkyvimpiä lipunkantajia Suomessa on nimenomaan Esa Saarinen, joka useissa yhteyksissä on kutsunut itseään *arjen filosofiksi*: ”Omasta puolestani asetan kuitenkin filosofian varsinaiset haasteet ja palkitsevuudet elämän arkiprosessien yhteyteen. Konkreettisten elämisten lihalliset, tunneladitut ja hikiset, rakkauksien ja ahdistusten ympäristöt ovat sitä aluetta, johon filosofiassani haluan kytkeytyä, erotuksena asiantuntijarajautuneen filosofian elottoman abstrakti horisontti.” (Saarinen 2003, 9.)

Saarisen filosofiassa on selkeästi nähtävissä myös sävyjä, jotka on yleensä mielletty amerikkalaisen pragmatistifilosofian alalle (ks. Pihlström tässä kirjassa). Todetessaan, että filosofian pitäisi kohdata ihmiset heidän omassa todellisuudessaan, Saarisen ajattelu tulee lähelle pragmatismien tapaa korostaa teoreettisimmankin filosofisen ajattelun inhimillistä kokemuksellista ulottuvuutta (Saarinen 2012, 13).

Hänen henkilökohtaista kasvua korostavassa filosofiassaan on vuorostaan nähtävissä viitteitä esimerkiksi John Deweyn ajatteluun, erityisesti Deweyn kannattamaan meliorismiin eli jatkuvaan kehitykseen (Dewey 1920). Samaten hänen käsityksensä ihmismielen toiminnasta tulee lähelle William Jamesin kirjoituksia (esim. James 2007.) Saarinen itse tunnustautuu monien uuspragmatisti Richard Rortyn teesien kannattajaksi; erityisesti Rortyn ajatus käytäntöjen ensisijaisuudesta on Saariselle keskeinen (Saarinen [Painossa]). Jo vuonna 1983 Saarinen inspiroitui Rortyn ajatuksesta *edifioivasta*, mieltäylentävästä tai kasvattavasta filosofiasta perinteisen systemaattisen filosofian vaihtoehtona (Saarinen 1983, 311).

Eräs keskeinen filosofian ulkopuolinen ajatuksellinen trendi, jota Saarisen toiminta on osittain ennakoanut, ja johon se on viime vuosina yhä tiiviimmin kytkeytynyt, on positiivisen psykologian nouseva perinne (esim. Seligman & Csikszentmihalyi 2000, Fredrickson 2009). Suuntauksen pyrkimyksenä on kääntää ympäri psykologian ongelmakeskeinen perusrakenne, ja luoda tutkittua tietoa elämän myönteisyyksistä, voimavaroista ja kasvutekijöistä. Sen sijaan, että psykologiassa pyritäisiin pelkästään saattamaan ’sairastuneet’ normaalitilaan, pyritään miettimään, mitkä ovat ne tekijät, jotka saavat ihmisen kukoistamaan, ja miten niitä voitaisiin edistää. Tutkimus on parissakymmenessä vuodessa luonut rikkaan tradition, jonka vaikutus näkyy Saarisen ajattelussa kaksiosaisesti: Yhtäältä hän on löytänyt tieteellistä taustatukea monille sellaisille väitteille, joita on jo pitkään viljellyt fundamentteina. Toisaalta hän on laajasti tätä traditiota lukeneena ja keskeisten toimijoiden kanssa dialogia käyneenä (esim. Mihaly Csikszentmihalyi, Martin Seligman, Howard Gardner, William Damon, Barbara Fredrickson) onnistunut löytämään uusia, syventäviä näkökulmia omassa toiminnassaan esiintuotaviksi.

Lopulta Saarisen ajattelun kokonaiskuvasta ei voi puhua mainitsematta myös intuitiivisen ja eirationaalisen korostusta. Modernin asiantuntijatutkimuksen (esim. Ericsson 2009, Dreyfus 2006, Dane & Pratt 2007) ja vauvatutkimuksen (Beebe & Lachmann 2010; 2005) tavoin hän näkee, että ihminen on kytkeytynyt ympäristöönsä, paitsi järkensä, myös ei-sanallisten tuntumallisuuksien kautta. Läheskään kaikki älykäs toimintamme ei ole rationaalisen kalkyylin tulos, vaan perustuu systeemiälyymme (Saarinen & Hämäläinen 2004) ja kykyymme hahmottaa kokonaisuuksia hollistisesti tiedostamattoman aivokapasiteettimme avulla (Kahneman 2011). Saarisen omaan toimintaan sovellettuna tämä tarkoittaa sitä, että hänen luentoratkaisunsa eivät ole täysin läpinä-

kyviä edes hänelle itselleen, koska hän uskaltaa luentotilanteissakin pelata tuntumallisuuksien ja värähtely-yhteyksien tasolla – nobelisti Daniel Kahnemanin sanoin luottamalla ajattelun tiedostamattomaan Systeemi 1:een.

Lao-Tseta (1950) mukaillen: ”Esa, joka voidaan ääneen lausua, ei ole oikea Esa”. Silti tässä kirjoituksessa pyrimme kertomaan siitä Esasta, joka voidaan ääneen lausua. Esa Saarisesta, joka vuonna 2006 kirjoitti Pafoksella Amathus-hotellin Platon-salin taululle:

1. ”Meissä on enemmän kuin mitä näkyy päälle.
2. Opi näkemään uudet vaihtoehdot.

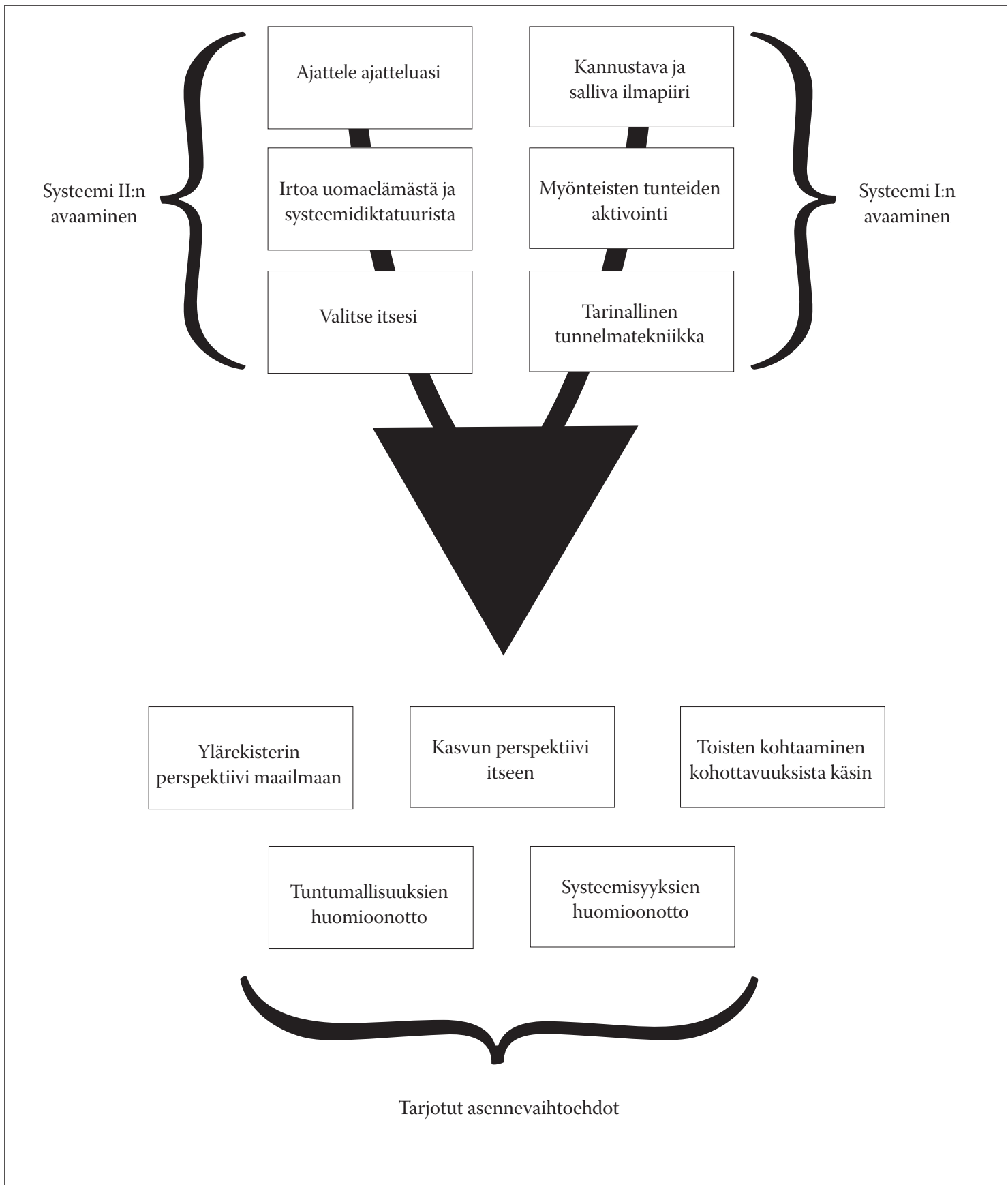
* Niitä on tuhansia, älä jää uomaan makaamaan.” (F 2006)

Pafos-seminaari Esa Saarisen filosofian vaikutusalustana

”Pafos-seminaarin perusidea on auttaa ihmisiä kukoistamaan.” (esasaarinen.com)

Pafos-seminaari tarkoittaa viikkoa Kyproksella, Pafoksen kaupungissa. Siellä, Pafos Amathus Beach -hotellin Platon-salissa, Esa Saarinen pitää joka päivä iltapäivään jatkuvan luennon. Sen jälkeen ihmiset ovat vapaita tekemään mitä haluavat. Jotkut vetäytyvät hotellille, toiset käyvät syömässä yhdessä. Jotkut kokoontuvat illalla merenrannalle keskustelemaan nuotion äärelle. Tavoitteena on, että luentojen ympärille rakentuva seminaariviikko voisi kokonaisvaltaisesti palvella ihmisten mahdollisuutta paneutua omaan elämäänsä, toimintaansa ja ajatteluunsa inspiroivassa ilmapiirissä (esasaarinen.com).

Esitämme, että Pafoksen kokonaisuudessa on ensisijaisesti kysymys kolmesta asiasta: Ensimmäkin Esa Saarinen pyrkii vapauttamaan tietoisien mieleemme puhumalla *ajattelun ajattelusta, systeemidiktatuurista ja uomaelämästä irtoamisesta* sekä *itsensä valitsemisesta*. Samanaikaisesti hän kuitenkin pyrkii *kannustavan ja sallivan ilmapiirin, myönteisten tunteiden aktivoinnin* sekä *tarinallisen tunnelmatekniikan* kautta avaamaan meidät myös tunnetasolla muutoksen mahdollisuudelle. Tämän päälle hän tarjoaa erilaisia syötteitä ja vihjeitä siihen, mihin suuntaan ajatus- ja asennemaailmaamme voisimme kehittää. Tässä relevantteja ovat *ylärekisterin perspektiivi maailmaan, kasvun perspektiivi itseen* ja *toisten kohtaaminen kohottavuuksista käsin* – eli myönteinen asenne maailmaa, itseä ja toisia kohtaan. Lisäksi olennaisia ovat *tuntumallisuuksien* ja *systeemisyyksien huomioonotto* (ks. kuvio 1). Aloitamme näiden käsittelyn tarkastelemalla kolmea teemaa, joiden avulla Saarinen pyrkii herättämään ihmiset arkiajattelunsa unesta.



Kuvio 1: Esa Saarisen Pafos-seminaarin keskeiset elementit

Ajattelun ajattelu

”On olemassa perustavuuksia. Näitä kannattaa ja tulee ajatella.” (F 2004.)

Uunituoressa Pafos-menetelmänsä käsittelevässä paperissa Saarinen kirjoittaa näin:

Jos ihmisille annetaan mahdollisuus tutkia omaa elämäänsä inspiroivassa ja hyväksyvässä, epäta-
vallisessa ilmapiirissä ja älyllisesti stimuloivassa, laajakatseisessa, huomaavaisessa, vakavassa mut-
ta viihdyttävässä ja kunnioittavassa ympäristössä, [...] väitän, että olisi kertakaikkiaan hämmästyttä-
vää, jos tavallinen ajatteleva ihminen ei kykenisi uudelleen elävöittämään oman elämänsä tarkaste-
lua (Saarinen 2012, 4).

Elämän perustavuuksia kannattaa ajatella. Tämä on Saarisen Pafos-seminaarin olemassaolon oikeutus pähkinänkuoressa. Seminaarin tavoite on ajattelun liike, kokonaisuus pyrkii saattamaan ihmiset ajattelemaan. Ajattelun kohde? Ensi sijassa ihmisten oma ajattelu. Siksi yksi tapa kuva-
ta, mistä seminaarissa on kyse, on sanoa, että se on ensi sijassa ”**ajattelun ajattelu**” (F 2004).

”Ajattelun ajattelu” on oikeastaan yksi tapa tehdä pelottava termi *filosofia* helpommin lähes-
tyttäväksi. Moni kavahtaa jo pelkkää sanaa *filosofia*. Se kuulostaa hankalalta, abstraktilta yläpil-
veltä, vähintäänkin epäilyttävältä. Filosofia etäännyttää monet. Vaikka lopulta ihmiselämän ta-
solla filosofiassa on kyse juuri siitä, ajattelun ajattelusta. Siitä, että pyritään ottamaan tarkaste-
luun nykyisten ajatustottumustemme perusrakenteet ja rakentamaan niille vaihtoehtoja. Kuten
Saarinen toteaa,

Filosofia koskettaa jokaista ja käsittelee itsessään jokaista. Filosofia on toimintaa; jatkuvaa toi-
mintaa, jonka päämääränä on yhteyden muodostaminen, ennemmin kuin oppiaine, jota tulee tar-
kastella ja opetella. (Saarinen 2008, 9.)

Saarisen mukaan todellisuus, joka liikkuu, edellyttää ajattelua, joka liikkuu (Saarinen 2008, 11).
Pafoksen tavoite on tehdä ihmiset tietoisemmiksi omista ajatuksistaan, avata heille mahdollisuuksia
ajatella maailmaa uusien, toivon mukaan hedelmällisempien väylien kautta.

”Jos ihminen on insinööri, kapellimestari, lääkäri, sihteeri tai siivooja tai lakimies niin uskon että
hän on enemmän – itsensä kannalta ja ympäristönsä kannalta – jos hänellä on samalla jäsentynyt
suhde omaan ajatteluunsa uutta synnyttävänä voimana” (Saarinen 1999, 7).

Tätä tavoitetta ei kuitenkaan toteuteta klassisella kritiikkimallilla, jossa kuulijalle pyritään osoit-
tamaan hänen nykyisen ajattelutapansa virheet. Lähestymistapa on lempeämpi ja tiivistyy sanaan
ehkä. Esa Saarisen *ehkä-metodiikka* (F 2006) tarkoittaa sitä, että pyrkimyksenä ei ole kilpailut-
taa erilaisia ajatteluvalintoja vastakkain. Sen sijaan pyrkimyksenä on vahvistaa ihmisten ky-
kyä katsoa asiaa monesta näkökulmasta. Kun Saarinen sanoo, että ‘tämä on yksi tapa tarkastella
asiaa’; kun hän mainitsee, että ‘ehkä voisimme katsoa tätä vielä toisesta näkökulmasta’, hän tekee
kuuntelijalle jatkuvasti näkyväksi sitä, että tarkastelemme aina asioita **jostakin näkökulmasta**.

Filosofian historiaa on värittänyt kilvoittelu lopullisen totuuden löytämisestä. Platon ja Aris-
toteles uskoivat, että tällainen intellektuaalinen viimeinen sana on löydettävissä. Descartes uskoi
vieläpä, että se löytyy yksin kammiossaan ajatuksia pyöritellen. Ja lukuisat muut filosofit Leibnizis-
ta Russelliin ovat viettäneet koko elämänsä pyrkien löytämään filosofisen jäännöksettömän koko
totuuden. Mutta kuten kaksi ja puoli tuhatta vuotta filosofian historiaa osoittaa, emme näytä ole-

van yhtään lähempänä tällaista intellektuaalista loppuratkaisua kuin Aristoteleen aikana. Päinvastoin: valtaosa merkittävintä 1900-luvun filosofiaa näyttäisi jaelleen kuoliniskun toisensa jälkeen filosofian yhden ja ainoan totuuden ideaalille. Saarinen itse mainitsee Goodmanin, Putnamin ja Kailan ristiretken ”todellisuutta sinänsä vastaan, heidän vaatimuksensa relativisoida realiteetti hahmotustapaan, viitekehykseen tai referenssisysteemiin” (Saarinen 1983, 305). Lisäksi hän korostaa Wittgensteinin (1999) ajatusta kielestä työkaluna ja nostaa esiin analyttisen filosofian sisällä tapahtuneen absoluuttisen näkökulman hylkäämiseen, jota edustaa esimerkiksi Quinen kuuluisa ”epätarkkuusperiaate” ja vaatimus ”ontologisesta relativismista” (Saarinen 1983, 310; Quine 1969, 50). Näiden kehitysten pohjalta Saarinen päätyy näkemykseen, jonka mukaan ”erilaisista hahmotuskehikoista ja representaatiojärjestelmistä riippumattonta” ihmiskäsitystä tai todellisuuden kuvaa ylipäänsä ei ole (Saarinen 1983, 305).

Olemme kaikki enemmän tai vähemmän itsestäänselvyyksien vankeja. Tulkitsemme maailmaa sokeina omalle tulkinnallemme. Samoin kuin silmä on sokea sille aktiiviselle jäsentämiselle, jonka lävitse edessämme olevan visuaalisen kentän näemme, samoin me inhimilliset olennot olemme osittain sokeita sille aktiiviselle jäsentämiselle, jonka avulla maailma – jokin tapahtuma, toinen ihminen, taideteos, jokin yksittäinen lause – meille näyttäytyy. Tämä oli Husserlin fenomenologian, ankaran tieteen, ydin, tästä oli kyse Kantin kopernikaanisessa kumouksessa. Keskeisenä erona on se, että siinä missä Kant tai Husserl pyrkivät hahmottamaan jäsentämisen tapamme perustavia rakenteita, Saarisen soveltavan filosofian pyrkimys on miettiä, mihin suuntaan meidän kannattaisi tätä *Weltanschauung*iamme kehittää.

Saarinen ei siis jää anti-essentialisminsa vangiksi, vaan kääntää katseensa käytäntöihin. Hän toteaa, että ”vaikka iso osa filosofiasta keskittyykin varmuuksien etsimiseen, [soveltava] filosofia suuntaa huomion siihen, mitä voimme *tehdä* epävarmuuden vallitessa” (Saarinen 2008, 4). Tässä Saarisen ajattelu tulee lähelle amerikkalaista pragmatismia. Pragmatistien, kuten Jamesin ja Deweyn, mukaan me emme voi koskaan saavuttaa lopullista ymmärrystä asioista; voimme vain löytää parempia ja huonompia näkökulmia tai perspektiivejä niihin.

Pafoksen ensimmäinen tarkoitus on siis ravistella ihmisiä hereille itsestäänselvän maailman unesta, tekemään meidät tietoisemmiksi omasta ajattelustamme, eli siitä rutinoituneesta ja urautuneesta filteristä, jonka lävitse maailma meille jatkuvasti suodattuu. Yksi vastaus kysymykseen ”mitä Pafos tuottaa” on tämä: Lisääntynyttä tietoisuutta omasta tulkinnan tapahtumastamme, tulkinnan välineistämme, elämänhorizontistamme ja ajattelustamme ylipäänsä. Se saa siis meidät ajattelemaan ajatteluamme – ja usein vielä aivan uudella tavalla.

Irti uomaelämästä ja systeemidiktatuurista

”Uoma kutsuu ja houkuttelee jatkamaan kuten tähänkin asti, muiden mukana kulloisessakin virrassa.” (Saarinen 2003, 10)

Jokaisella päämäärällä on vastavoimansa, jokaisella ajattelijalla lempivihollisensa. Saarinen on nimenmukaisesti päävastukseen *uomaelämän*. Sillä hän tarkoittaa Heideggerin jokamiestä, ihmistä, joka ei ole aktiivisesti valinnut olemisensa tapaa, vaan antaa ympäröivän tilanteen vaatimusten määritellä itsensä. Uomaelämä on odotuksiin vastaamista, helpoimman kautta elämistä. Se on moitteetonta

olemista siinä roolissa, joka minulle on sattunut osumaan, jonka ympäristö on minulle antanut. Uomaelämä on tulipalojen sammuttamista, hetkellisiin haasteisiin vastaamista, tämänhetkisten tehtävien suorittamista, ilmeisimpien edessäolevien lyhytaikaisten nautintojen tavoittelua.

Uomaelämä on ajautumista. Siinä ihminen unohtaa itselleen arvokkaimmat asiat, elämänsä isommat päämäärät ja perusmerkitykset – tai ei ole koskaan tullut tietoiseksi niistä. Uomaeläjän elämä ei ole proaktiivista suuntautuneisuutta itsevalittuihin päämääriin, vaan reaktiivista vastaamista ympäristön senhetkisiin signaaleihin. Uomaelämän käsite muistuttaakin voimakkaasti businessguru, professori Stephen Coveyn käsitettä *reaktiivisesta* ajattelusta (Covey 2004). Coveyn mukaan ajattelua on kahdenlaista: reaktiivista ja proaktiivista. Reaktiivinen ajattelu tarkoittaa sitä, että ajattelu seuraa vastaan tulevia haasteita ja virikkeitä. Se on siis tulipalojen sammuttelua ja viettien perässä kirjaamista. Proaktiivinen ajattelu tarkoittaa puolestaan sitä, että ajattelun agentiksi asettuu ihminen itse. Hän siis itse päättää ohjata omaa ajatteluaan ja sitä kautta elämäänsä itselleen arvokkaampaan suuntaan. Niin kuin Saarinen vuoden 2009 Pafos-seminaarissa totesi, ”ihminen ajattelee sitä, mihin hän suuntautuu” (L 2009).

Saarinen ottaa esimerkiksi lapsissa vahvasti näkyvän kyvyn ’syttyä’; kyvyn kasvot loistaen innostua jostakin ja heittäytyä siihen koko minuudellaan. ”Onko syttyminen suotavaa yläastemaailmassa? Entä työelämässä?” Yläasteen raadollisessa sosiaalisessa maailmassa paras selviytymisstrategia on monesti ”**ivanaurun uhan minimoiminen**”. Moni jää tämän strategian vangiksi koko loppuelämäkseen ja tulee samalla olennaisesti kaventaneeksi itsensä toteuttamisen ja innostuneisuuden mahdollisuuksia elämässään. Työelämässä moni liikoja työtehtäviä välttelevä omaksuu strategian, jossa lähetetään jatkuvaa kitumissignaalia, jotta kukaan ei erehtyisi antamaan lisätöitä. Ongelmana on, että kituva ihminen ei ole kukoistava, ja jälleen omat mahdollisuudet kaventuvat uoman reaktiiviseksi seuraamiseksi. (F 2006.)

Teknisemmin tarkasteltuna uomaelämän yksi synnyttäjä on systeemidiktatuuri, ihmisten yhdessä muodostaman keskinäisodotusten kudelman kyky laittaa yksilöllisyytemme ruotuun. ”Kun latistuksen mankeli tarpeeksi pyörii, niin sinusta tulee lopulta sen käyttäjä” (F 2006). Meistä itsestämme tulee siis huomaamattamme sen saman instituution ylläpitäjiä, joka meitä itseämme alistaa. Alamme oudoksuvilla katseillamme, paheksuvilla tuhahtuksillamme ja muilla sanattoman väkivallan muodoilla latistamaan niitä harvoja, jotka uskaltavat taistella olemassaolevaa alistuksen muotoa vastaan. Meistä tulee huomaamattamme nyky systeemin lakeijoita, jotka hiljaa kysyvät itseltään, missä on vastarintaliike, mutta samalla nykyinen olemisemme tapa ”tunkeutuu jokaiseen yksittäiseen päivään ja hetkeen” omassa elämässämme (F 2004). Meistä tulee narisevia totteliijoita, jotka valittavat pielessä olevia asioita pyrkimättä tosiasiallisesti niitä muuttamaan.

Olemme toisten odotuksiin reagoivina ihmisinä muodostaneet systeemisii kokonaisuuksia, joita kaikki vahvistamme, mutta joita meistä kukaan ei ole oikeastaan aktiivisesti valinnut. Esimerkkinä Saarinen nostaa Suomessa vallitsevan ruusun ostamattomuus -kansanliikkeen (F 2004), eli ajattelutavan, jossa ruusun ostaminen rakkaalleen on jotenkin epäaitoa, epäilyttävää ja siksi epäsuotavaa. Kysymysvalikoimamme voi näiltä osin olla ”rajoittunut ja vaarallisen vinoutunut: ’Ansaitsitko vaimoni ruusun?’” (F 2004). Emme useimmiten lainkaan tiedosta osuuttamme tässä kansanliikkeessä. Koemme tekevämme itsenäisen valinnan, mutta samalla se tapa, millä asetamme koko kysymyksen ruusun ostamisesta, on samanlainen kuin kaikilla muillakin.

Uomaelämä ei rajoitu vain suotaviin olemisen tapoihin, vaan se ilmentyy myös käyttämässämme kielessä: ”Ilmaisut, joita nyt käytät, voisivat olla toisia kuin ne nyt ovat. Moniakaan ilmaisullista majakoistasi et ole itse valinnut” (F 2004). Olemme sanojemme vankeja: niiden tulkintatapojen vankeja, joita käyttämämme ilmaisut nostavat esiin. Voi tuntua triviaalilta kutsuuko vaimo-
aan ‘kuningattareksi’ vai ‘eukoksi’, mutta sanoihin kytkeytyvät assosiaatiot nostavat aivan erilaisia piirteitä esiin siitä ainutlaatuisesta ihmisestä, joka toinen on. Valitsemalla sanamme valitsemme myös, mitä asioita haluamme toisessa ihmisessä nähdä. Ongelmana uomaelämässä on, että emme itse valitse sanojamme, vaan puhumme eukosta, koska kaikki muutkin metsästysremmin miehet puhuvat eukostaan. Samalla jää näkemättä, että valitsemamme sanat muuttavat ajatteluamme ja sitä kautta myös käytöstämme. Kotiin tullessa eukkoa kohdellaan eri tavalla kuin kuningatarta.

Saarisen uoman käsite on hyvin lähellä pragmatismien merkkien Charles Peircen ja William Jamesin tavan (habit) käsitettä (ks. esim Peirce 1934 ja James 2007). Peirce ja James esittävät, että valtaosa ihmisen käytöksestä perustuu oppimisen kautta syntyneisiin tapoihin. Olemme siis itse asiassa vain aniharvoin tietoisia siitä, miksi toimimme niin kuin toimimme. Yleensä toimintaamme ohjaa tapa, tai totumuksen uoma. Tätä teemaa vahvistaa viime vuosina tehty empiirinen tutkimus, jossa on osoitettu kuinka suurin osa ihmisen ajattelusta ja toiminnasta perustuu totumuksiin. Kuten Yalen yliopiston psykologian professori John Bargh linjaa, peräti 95% ihmisen toiminnasta on täysin automatisoitunutta (Bargh & Chartrand 1999). Me siis kipitämme uomassamme, halusimme sitä tai emme. Siitä huolimatta tätä uomaelämää on myös mahdollista muuttaa – ja ajattelun ajattelu on tässä keskeinen työväline, kuten yllä linjattiin.

Mikä teki prinsessa Dianasta erityisen? Se, että hän ”ei jäänyt oleskelemaan moitteettomasti olemassaolevaan järjestelmään niiltä osin kuin se on kaavoittunut, hengetön tai mätä, vaan ylitti järjestelmän rohkeasti omana itsenään.” (F 2004)

Valitse itsesi!

”Mitkä adjektiivit kuvaavat sinua? Milloin sinä valitsit ne?” (F 2006)

Miten sitten taistella uoman vastustamatonta kurimusta vastaan? Ongelmana on, että ihminen mieltii yleensä enemmän välittömiä suoritteita kuin suuria filosofisia kysymyksiä, kuten vaikkapa onnellisuutta (L 2009). Tällöin toiminta ei ole koordinoitu onnellisuuksia kohti.

Tässä Saarinen uskoo itsetuntemuksen voimaan. Uomaelämää vastaan asetetaan sydämen ääni, oma harkinta, integriteetti ja henkinen selkäranka (F 2006). Ivanaurun pelkoa vastaan voi taistella käyttämällä aikaa itsensä tutkiskeluun. Kun omat arvot ja omat päämäärät kirkastuvat, kun oma toiminta juurtuu syvemmälle sisältä kumpuavaan suuntautuneisuuteen, niin ihmisen henkinen selkäranka vahvistuu (F 2006). Sisältään kristallinkirkas yksilö kykenee etenemään sydämen äänen määräämään suuntaan, antaa koirien haukkua.

Saarisen filosofiassa kuuluu voimallisena sokraattisen filosofian ydinajatus. Sokrateen ohje-
nuora oli Delfoin Apollon temppelin sisäänkäynnin yhteyteen kirjailtu sanapari *gnothi seauton* – tunne itsesi. Yhteiskuntamme ohjaa meitä pyydystämään palkintoja ja välttämään rangaistuksia. Tällöin emme ehdi edes pysähtyä miettimään suurempia ja laajempia kysymyksiä – kuten sitä, miksi minä ylipäättään teen niitä asioita, mitä teen. Uoma on tempaissut mukaansa, ja itsetuntemus loistaa poissaolollaan.

Uomaelämän paljastaminen ja ajatustapavaihtoehtojen esiinnostaminen muokkaavat ajattelun maastoa avoimemmaksi aktiivisemmalle itsensä valinnalle. Sartresta kirjan kirjoittanut Saarinen muistuttaa meitä itsenäisen valinnan tärkeydestä. Hän haluaa, että laitamme homman käyntiin oman ainutlaatuisuutemme kanssa (F 2006). Ihminen voi tuudittautua uomaelämän ”sitku sitku, mutku mutku, voiku voiku” (F 2006) valitusvirsiensä rytmittämään uneen. Tai sitten hän voi olla toisissaan omassa elämässään. Heittäytyä siihen. Kieltäytyä siitä, että hänen tulevaisuutensa olisi aiemman elämän määrittelemää: ”Elämäsi: 1. Tarina jatkuu 2. Älä anna aiemman lukita sua.” (F 2006.)

Itsensä valitsemisessa on kyse autenttisuudesta, siitä että yksilö ohjautuu sisältäpäin, itse valitsemiensa päämäärien ja arvojen pohjalta (vrt. Deci & Ryan 2000). Ympäristö mankeloi ihmistä aina johonkin tiettyyn muottiin, latistaa sitä mahdollisuuksien kirjoja, joka parhaimmillaan yksilön elämäntutkimuksessa säteilisi. Meitä ympäröivällä sosiaalisella systeemillä on aina vastaus valmiina siihen, miten meidän tulisi toimia mahdollisimman moitteettomasti. Sokraattinen julistus ’Tunne itsesi’ on pyrkimystä kieltäytyä tästä muualta määrittyvästä olemisen tavasta. Itseensä tutustuminen on sisäisen mekaniikan vahvistamista, sen äänen painottamista, joka kumpuaa sisältämme, ja johon haluamme itse identifioitua. Tuntemalla itsemme voimme tunnistaa niitä tapoja, jotka ohjaavat elämäämme väärään suuntaan. Itsetuntemuksella aseistettuina kykenemme myös kaivamaan uomaamme uusia uria ja muuttamaan omaa elämäämme.

Yksi tapa puhua itselle keskeisestä ajattelusta on puhua sydämen äänestä. Uomaelämässä se jää usein muiden äänten alle, hukkuu yleiseen hälinään (F 2004). Siksi sen hiljaisen äänen etsiminen vaatii usein hetkellistä irtautumista tavallisista olemisen ympyröistä – viettämällä esimerkiksi viikon Pafoksella. Mutta ympäristö ei vain häiritse sisäisen äänen kuulemistä, se saattaa jopa aktiivisesti pyrkiä tukahduttamaan yksilön pyrkimystä liikkua lähemmäs tätä sydämensä ääntä (F 2006). Usein kun yksilö pyrkii muuttamaan, on lähiympäristön ihmisten varsin tiedostamaton tapa reagoida pyrkimys palauttaa heille tuttu ihminen takaisin siihen tuttuun pikku rooliin, jossa hänet on totuttu näkemään. Ihmiset piirtävät laatikon toistensa ympärille, koska siten toiselta on helpompi ymmärtää. Sitten he säikähtävät tai suuttuvat, jos joku yrittää liikkua hänelle piirretyn laatikon ulkopuolelle.

Tässä Saarisen ajattelu lähestyy Thomas Kuhnin tieteenfilosofiassaan tunnetuksi tekemää *paradigman* käsitettä. Kuhn (1962) esitti, että tiede kehittyy harppauksenomaisesti, hypäten yhdenlaisesta ajattelumallista toiseen. Lopputuloksena vanha ja uusi ajattelutapa ovat yhteismitattomia: niissä käytetyt käsitteet eivät ole enää toisilleen merkityksellisiä. Samalla tavoin ihmiset voivat olla lukkiutuneet omiin paradigmoihinsa. Ja samalla tavoin, kun oma uomaelämä alkaa muuttaa muotoaan, voivat vanhaan ajattelutapaan sitoutuneet läheiset pyrkiä vetämään muutoksen tuuliin tempautunutta yksilöä takaisin ruotuun. Saarinen itse myöntää vaikuttuneensa tästä kuhnilaisesta paradigma-ajattelusta, jonka pohjalta voidaan esittää että ”yhteismitattomat teorit saattavat antaa todellisuudesta hyvinkin erilaisen ja keskenään ristiriitaisen kuvan, eikä meillä kuitenkaan ole absoluuttista näköalapistettä josta ratkaista niiden keskinäinen paremmuus” (Saarinen 1983, 306). Kenties vielä Kuhnia selkeämmin Saarisen näkökulma-ajattelu nojautuu kuitenkin Richard Rortyn käsitykseen *sanastoista*: Rortyn mukaan erilaiset tarkastelutavat ovat vain erilaisia sanastoja, jotka värittävät kukin omalla tavallaan sitä, miten asiat koemme (Rorty 1979). Kuten Saarinen toteaa, kustakin ”uomasta käsin aukenee vain kapea kaistale koko kaikkeudes-

ta, elämästä, itsestämme ja toisista ihmisistä, olevaisesta ja tulevaisuudesta” (Saarinen 2003, 10).

Aikaisempi puhe erilaisista maailman katsomisen tavoista muistuttaa meitä siitä, että itsensä valitseminen tarkoittaa keskeisesti omien ajatusten valitsemista, sen valitsemista, miten maailmaan suhtautuu. ”Kaikki sun ajatukset ei ilmennä sua autenttisesti” (F 2006). Siksi tärkeätä on antaa tilaa ajatusvaihtoehdoille, pyrkiä katsomaan maailmaa monesta suunnasta, jotta lopulta löytyisi se suunta, jonka itse kokee hedelmällisimmäksi. Mitä rikkaampi on se maaperä, jonka erilaisista vaihtoehdoista voit oman ajattelutapasi valita, sitä todennäköisemmin se itselle ominaiselta tuntuva ajattelutapa löytyy. Pyrkimyksenä on löytää se oma kantava ajatuksensa (F 2006).

Miksi sitten etsiä yhteyttä sisäisiin arvonlähteisiin?

Siksi, että kun löydämme yhteyden itsemme niihin osiin, joita haluamme vahvistaa, olemme elementissämme. Yhteys itseytemme ytimeen on **sisäinen sampo** (F 2006), se suoltaa toimintaamme tarmoa, olemukseemme iloa ja tekemiseemme pitkäjänteistä eteenpäinmenoa. Empiirisesti puhuen, sisäisesti motivoituneet yksilöt ovat keskimäärin proaktiivisempia (Grant et al., 2007), luovempia (Amabile, 1997; George, 2007) eivätkä tarvitse erityisiä palkkioita ja rangaistuksia tekemisensä ylläpitämiseksi (Deci & Ryan, 2001). Sisäinen motivaatio vaikuttaa myönteisesti niin yksilön hyvinvointiin (Niemi et al., 2009) kuin suorituskykyynkin (Baard et al., 2004). Perustavammalla tasolla sen on katsottu olevan eudaimonisen hyvinvoinnin peruspilari (Aristoteles 2008; Ryan & Deci 2001; Ryff 1989). Itsetutkiskelu ja siitä seuraava omien sisäisten motivaatiotekijöiden tunnistaminen ei siis ole pelkkää pikkusievää harrastelua. Se on perustava osa pyrkimystä vastata antiikkiseen hyvän elämän haasteeseen.

Lopuksi lienee hyvä muistaa, että itsensä valitseminen ei tietystikään tarkoita sitä, että ihminen kykenisi täydellisen tyhjiön vallitessa kokoamaan tulevan minuutensa palaset. Olemme aina jo jossakin tilanteessa, tiettyjen juurtuneiden elämänarvojen varassa, joiden pohjalta me valintaamme teemme. Emme koskaan kykene täysin irroittautumaan niistä lähtökohdista, jotka tähänastista elämäämme ovat määrittäneet. Tavoite ei siis ole mikään täydellisen autenttisuuden tila, jossa *de facto* valitsisimme itsemme joka hetki uudestaan – se on mahdottomuus. Mutta vaikka täydellisen autenttisuuden ideaalia ei voi täyttää, jää jäljelle melioristinen (Dewey 1920) edistymisen haaste: Voit elää astetta autenttisemmin kuin mitä nykyään elät. Voit tulla hivenero tietoisemmaksi omista ydinarvoistasi ja elää vielä piirun verran vahvemmin niiden pohjalta. Se on jo aivan tarpeeksi kunnianhimoinen tavoite.

Esa Saarisen tarjoamat ajatustapavaihtoehdot

”Nimetkää äidistänne kolme upeinta piirrettä.” (F 2004).

Vapautuminen alkaa kyvystä nähdä vaihtoehtoja. Siinä ajattelun tarjoama vastalääke systeemidiktatuurille. Meidän on saatava jämähtänyt ajattelumme liikkeelle, opittava ottamaan etäisyyttä ajatusjumiutumisiimme, jotta voimme lopulta löytää ja valita ne tavat ajatella, jotka koemme omiksemme. Filosofian ydin ei ole siinä, että se kertoisi miten asiat ovat, vaan siinä, että se tarjoaa näkökulmia (F 2006). Toisin sanoen, filosofia pyrkii laajentamaan sitä mahdollisuushorisonttia, jonka sisältä valitsimme tapamme tulkita ympäröivää maailmaa. Se pyrkii tarjoamaan vaihtoehtoisia tapoja katsoa maailmaa.

Saarisen luentojen tarinat kertovat paljon tästä: Siitä, että voimme lähestyä jotakin asiaa monesta näkökulmasta. Voimme esineellistää tilanteen, eristää ja lokeroida, voimme laskelmoida. Tai voimme sallia itsellemme oikeissa tilanteissa ”arvoituksellisen, sallivan ajattelun” (F 2004). Saarinen tarjoaa oman mielikuvituksensa kautta kuuntelijoille mahdollisuuden löytää uusia tulintoja tuttuihin teemoihin. Frank muistaa kuinka ensimmäiselle Pafokselle lentäessään lentokoneen televisioruutu tarjosi matkustajien iloksi jonkin tusinatyyllillä tehdyn Hollywood-komedian:

Akateemisilta filosofeilta oppimani kriittisen asenteen pohjalta olin valmistautunut lyttäämään elokuvan sopivan pikkunokkelin sanankääntein, jos joku siitä sattuisi minulta kysymään. Jonkinlainen ajatustapavaihtoehto vinksautti auki mielessäni, kun matkatavaroita odottaessani sivukorvalla kuulin Esan ylistävän elokuvaa ‘aivan mahtavaksi.’

Ehkä myös Hollywood-elokuvia voisi ajatella mahdollisuuksien näkökulmasta, ehkä niistäkin voisi etsiä ensisijassa syötteitä omaan kasvuunsa, eikä paikkoja, joihin voi älyllisen ylivoimansa piikin iskeä.

Saarinen opettaa siis ajatustapavaihtoehtoja kahdella rintamalla: Ensinnäkin hän puhuu niistä ja niiden etsimisen tärkeydestä. Mutta vielä tärkeämmin, hän osoittaa *ajattelutapavaihtoehtorikkaan elämäntavan* omalla esimerkillään, ottamalla kerta kerran jälkeen johonkin ‘tavalliseen’ ja näennäisen loppuunkaluttuun aiheeseen (kuten Hollywood-komediat) jonkin yllättävän ja tuoreen näkökulman. Tässä hän tulee toteuttaneeksi wittgensteinilaista ajatusta filosofiasta pyrkimyksenä ”osoittaa karpäsellemme ulospääsy karpäsellemme” (Wittgenstein 1999, §309). Filosofia ei voi lopulta todistaa toiselle mitään tai pakottaa toista omaksumaan tietynlaista elämänmuotoa. Filosofia voi vain osoittaa tikapuut, joita pitkin yksilö sitten kiipeää tai on kiipeämättä. Ja usein tehokkain tapa osoittaa on oman esimerkin kautta.

Saarisen luennot eivät kuitenkaan ole ajattelutapaneutraaleja. Vaikka mitään ajattelutapaa ei julisteta oikeaksi – ja harvaa vääräksi – Saarinen kyllä onnistuu kertomaan, minkälaisia ajattelutapoja hän itse suosii ja suosittaa. On keskeisesti tunnistettavissa ainakin viisi maailman katsomisen sävyehdotusta, jotka nousevat tärkeään rooliin Saarisen Pafos-luennoilla. Ne ovat *maailman katsominen ylärekisterin perspektiivistä, kasvun perspektiivi itseensä nähden, toisen kohtaaminen mahdollisuuksien näkökulmasta, avoimuus tuntumallisuudelle sekä systeemiälyperspektiivi*.

Maailman katsominen ylärekisterin perspektiivistä

”Elämänusko vs. kyynisyys” (F 2006)

Olemme siis oppineet, että maailmaa voi katsoa monesta eri näkökulmasta, ja näkökulmallamme on valtaisa vaikutus siihen, minkä koemme mahdolliseksi ja mitä teemme. Minkälainen näkökulma sitten kannattaisi valita? Saarisen keskeinen vastaus tähän on ylärekisterin näkökulma. Kun ihminen kohtaa uuden asian, on hänellä kaksi mahdollisuutta: Joko hän katsoo asiaa kyynisyyden näkökulmasta, etsien siitä niitä piirteitä, jotka ovat jo tuttuja, ahdistavia, uhkaavia tai naurettavia. Vaihtoehtoisesti hän voi etsiä katseensa ylärekisteriin, pyrkiä näkemään mitä loistokkuuden, onnellisuuden, läpimurron tai huikeuden mahdollisuuksia asiassa piilee (F 2006).

Esimerkki valaiskoot asiaa: Kaksi ihmistä kävelee samassa rapussa sijaitsevasta asunnostaan puolen kilometrin matkan bussipysäkillä. Toinen on lähtökohtaisesti kyynisyyden läpätunkema

ja keskittyy lähinnä kiroilemaan huonosti hiekoitettua jalkakäytävää ja sitä yhtä autoa, joka ei pysähtynyt heti hänen suoja tien reunalle saapuessaan. Bussipysäkille saapuessaan hän on, jos mahdollista, vielä ärtyneempi kuin kotoa lähtiessään. Toinen astuu ulos mieli avoinna riemulle. Hän havaitsee lintujen vienon laulun, vastapäisen asunnon hassut verhot, kuulee sivukorvalla rakastavaisten lempeät keskinäissanat. Elämän pienet ihanuudet täyttävät hänen mielensä tällä pienellä matkalla bussipysäkille. Ja kuitenkin se fyysinen todellisuus heidän ympärillään oli täysin sama. He ohittivat matkallaan täysin samat kadut, talot, ihmiset ja puut. Ainoa ero oli se, mihin heidän oma mielensä heidän huomionsa kiinnitti (vrt. Fredrickson 2009).

Kun myönnämme Immanuel Kantia, William Jamesia tai vaikkapa Hilary Putnamia seuraten, että todellisuus esiintyy meille tulkittuna, seuraa tästä, että tulkinta-apparaattiamme viritämällä meille voi välittyä joko myönteisempi tai kielteisempi todellisuus. Ajatukset ovat "silmälasit", joiden kautta todellisuus näyttäytyy (L 2009). On siis viisasta miettiä, mihin suuntaan omaa tulkinta-apparaattiaan kehittää. Saarinen yrittää ajatuksillaan, esimerkeillään ja olemuksellaan osoittaa kuulijoilleen, että kaikesta on löydettävissä upeuden siemen. Oli kyseessä sitten parkkeeraaminen Etelä-Esplanadille, satunnainen kohtaaminen kadulla, tai yllättäen käteen osunut kirja, on sitä parasta lähestyä loiston näkökulmasta. Eli täysin vakuuttuneena siitä, että se tulee tarjoamaan jotakin loistokasta. Kun perspektiivi on tämä, on varmaa, että olet huomattavan paljon herkempi niille pienille loistokkuuden hippusille, jotka oikein vaalittuina roihahtavat upeuksien suuntaan. Mahdollisuudet elämässä näyttävät erityisesti niille, jotka ovat valmiita ne näkemään.

Myönteisyys ja asioiden tarkastelu ylärekisteristä ei siis ole pelkkää naistenlehti-hömppää. Päinvastoin, lukuisat tutkijat ovat viime vuosina osoittaneet, että myönteinen ajattelu pitää ihmisen terveempänä, lisää luovaa ajattelua ja kykyä ongelmanratkaisuun sekä pitää onnellisempana. Sen lisäksi on käynyt ilmi, että kukoistavimpia ihmisiä, onnellisimpia pariskuntia ja jopa menestyksekkäimpiä johtoryhmiä ovat ne, jotka pyrkivät niin tunnekisterissään kuin tunneilmaisuissaankin pääsääntöisesti kääntämään asiat positiivisiksi. (Fredrickson 2009.)

Valitettavasti tämä myönteisyyksien ylärekisteri on jotakin, jota joutuu monessa suomalaisessa kontekstissa pyytämään anteeksi. Saarinen ottaa esimerkiksi strategiaseminaarin. Sen aikana saa käydä vessassa, eli ihmisen perusfysiologia on huomioonotettu. Mutta aivan liian usein onnellisuudesta puhujaa paheksutaan tai pidetään jopa suorastaan idioottina. Tämä tarkoittaa *de facto*, että ihmisen peruspsykologia on unohdettu (F 2006). Suomalaiseen kulttuuriin kuuluu tietty epäileväisyys kaikkea liian myönteistä ja iloista kohtaan. Jos Suomessa haluaa viisaan maineen, on parasta suhtautua kyynisen epäilevästi kaikkeen. Tätä "matalan profiilin, matalan tahdon ja matalan minuuden, hyväntahtoisen hiljaa-ihmisyyden" näennäishyvinvoivaa suomalaista ajattelutapaa vastaan Saarinen on taistellut 80-luvulta lähtien (Saarinen 1988, 9).

Paitsi kulttuurisia rakenteita vastaan, ylärekisterin perspektiivin on taisteltava myös ihmiseen evolutiivisesti rakentunutta perustavaa vinoumaa vastaan. On nimittäin havaittu, että reagoimme herkemmin negatiiviseen kuin positiiviseen information (Baumeister et al. 2001). Tämä on ollut evolutiivisesti menestyksekkästä suurten uhkien savanniolosuhteissa, mutta nykyisessä suhteellisen turvatussa länsimaisessa todellisuudessa tästä negatiivisuus-vinoumastamme on tullut meille taakka. Se estää meitä näkemästä tilaisuuksia ja tarttumasta mahdollisuuksiin, se estää meitä

toteuttamasta ihmisyyttämme täydessä mittakaavassa. Siksi meidän on tehtävä aktiivisesti työtä pitääksemme itsemme avoimina suuruudelle, loistolle, riemulle ja ihmeille. Jokapäiväisessä elämässämme ja arkisissa kohtaamisissamme. Ei muista syistä, vaan ihan itsemme takia.

Kasvun perspektiivi itseensä nähden

”E. Saarisen ajattelun lähtökohdat:

1. Meissä on enemmän upeuden siemeniä / suuruuksia kuin mitä näkyy päälle
2. Saatamme käyttää itseämme hämmästyttävän kapeasti a) ajattelijoina b) yhteisöinä.”

(F 2004)

Maailman lisäksi on tärkeitä ulottaa myönteisyyden perspektiivi myös itseensä. Tämä teema on tullut pitkälti jo esiin itsensä valitsemisen ja uomaelämästä irtaantumisen kautta, mutta Saarisen filosofia asettaa ihmiselle kasvun haasteen: Jos ihmisellä on mahdollisuus kehittää itseään eteenpäin, olisi meidän tärkeitä tarttua tähän mahdollisuuteen. ”Soveltava filosofia uskoo, että ihminen voi kehittyä ihmisenä paremmaksi ja että hänen on aiheellista tulla paremmaksi” (Saarinen 2003, 10).

Uomaelämä on kuitenkin usein voimakkaasti läsnä tavassamme hahmottaa itseämme. ”Saatamme käyttää itseämme hämmästyttävän kapeasti – pidämme monia persoonallisuutemme piirteitä lukkoonlyötyinä” (F 2004). Ehkä joku ala-asteen opettajamme tai muu kasvattajamme on lyönyt meihin leiman herkässä kasvuiässäme: ‘laiska’, ‘ujo’, ‘epämusikaalinen’ tai ‘kärtyysi’. Otamme tämän itsessämme annettuna, jonakin muuttumattomana vakiona, ja suorastaan torjumme kehityksen mahdollisuudet. Näin kavennamme elämänmahdollisuuksiamme, joita voisi avautua, jos suhtautuisimme piirteisiimme joustavasti, kehitysnäkökulmasta.

Sen sijaan, että katsomme itseämme uoman uhrina ja nykyisen olemisemme tavan vankeina, on meidän siis kurotettava katseemme tulevaisuuteen ja mietittävä, mihin suuntaan voisimme itseämme parhaimmillaan viedä. Humanististen psykologien tavoin (esim. Maslow 1954) Saarilla on vahva usko, että jokainen meistä voisi olla enemmän kuin mitä hän on. Hän lähestyy ihmisiä varmana siitä, että jokainen heistä on hiomaton timantti, jokaisessa on jokin ihannuuden siemen, joka oikeissa olosuhteissa voisi puhjeta kukkaansa. Tätä uskoa hän pyrkii ihmisiin itseensä tartuttamaan. Hän pyrkii herättelemään heitä katsomaan myös itseään myönteisyyden ja potentiaalisuuksien perspektiivistä: ”Jos ihminen on insinööri, kapellimestari, lääkäri, sihteeri tai siivooja tai lakimies niin uskon että hän on enemmän – itsensä kannalta ja ympäristönsä kannalta – jos hänellä on samalla jäsentynyt suhde omaan ajatteluunsa uutta synnyttävänä voimana” (Saarinen 1999, 7). Tämäkin teema kytkeytyy nykypsykologiaan. On nimittäin havaittu, että kasvun näkökulma itseensä on olennaisesti parempi kehityksen, oppimisen ja hyvinvoinnin lähde kuin rajoittavampi suoritusperusteinen minäkuva (Dweck 2000).

Toisten kohtaaminen kohottavuuden tavalla

”Anteliaisuus, kiinnostus, kuunteleminen, kiitos, vilpittömyys: Ilmaisia. Miksi helvetissä et tee sitä kaiken aikaa?” (F 2004)

Kun Saarinen seisoo luentosalin ovensuussa ja kättelee jokaista sisääntulijaa, antaa hän tärke-

än opetuksen yhdestä perusteemastaan jo ennen varsinaisen luennon alkua. Elämämme laadun kannalta on nimittäin ensiarvoisen tärkeätä pohtia sitä, miten kohtaamme toiset ihmiset. Ja ottaen huomioon, mitä on jo sanottu ylärekisteriajattelusta, ei liene vaikeata arvata, mikä on Saarisen vastaus tähän perustavaan asennekysymykseen: Toisen kohtaaminen hänen arvokkuuttaan kohottavalla tavalla.

Saarinen käyttää termiä ‘mestaruusolettama’ (F 2004) kuvaamaan sellaista asennetta, jossa jokaisen ihmisen kohdalla uskotaan, että hän kantaa sisällään jonkinlaista mestaruutta: tietyn taidon osaamista, tietynlaista viisautta, tiettyä näkemyksen syvyyttä, josta voisimme oppia paljon. Kun ”**mestareiden kohtaaminen**” tapahtuu, on läsnä älytön kunnioitus toista kohtaan, vahva usko toisesta löytyvään valtavaan suuruuteen ja herkkyys kohdata toinen hänenä itsenään (F 2006). Tätä asennoitumista kuvastavat Saarisen tarinat, mutta ehkä tärkeimpänä opettajana toimii hänen oma toimintansa kanssaihmissiään kohtaan Pafos-seminaarin aikana. Hän elää todeksi mestaruusolettaman omassa vuorovaikutuksessaan ja siten osoittaa jokaiselle kanssakumppanilleen, että se ei ole pelkkä kaunis slogan. Ihminen voi aidosti elää mestaruusolettaman kautta arkiset vuorovaikutustilanteensa.

Kun kohtaamme ihmisen mestaruusolettamalla, olemme alttiimpia löytämään tämän jokaisen omanlaisensa mestaruuden. Näin emme vain avaa itseämme mahdollisuudelle oppia jostakin asiasta mestarin johdattamana. Annamme myös itse vuorovaikutustilanteen avautua kohti kohottavaa suuntaa. Jokainen kasvaa intoon, kun pääsee puhumaan omasta ydinalueestaan. Ja innostus tarttuu helposti siinä systeemissä kokonaisuudessa, jonka kaksi ihmistä muodostavat.

Saarinen havainnollistaa asiaa myös asettamalla vastakkain kaksi vuorovaikutuslogiikkaa: *hapankorppu-logiikan* ja *Jeesuksen leipä -logiikan*. Ensinmainitussa ajatellaan, että tarjolla on vain yksi hapankorppu ja siksi kaikki mitä annat muille, on sinulta pois. Mutta elämän pitkässä juoksussa olemme kaikki välillä antajia, välillä vastaanottajia. Se joka antaa itsestään muille, on se, joka myös muilta tukea saa. Tämä on Jeesuksen leipä -logiikkaa, jossa ajatellaan, että jakamalla kaikki saavat lopulta enemmän niitä asioita, joita todella tarvitsevat. Modernin evoluutioteorian piirissä samaa asiaa kutsutaan *vastavuoroiseksi altruismiksi*. Se on keskeinen selittävä tekijä ihmiskunnan muihin eläinlajeihin nähden aivan poikkeuksellisessa yhteistyökyvyssä ja kyvyssä välittää toinen toisistamme (ks. Fehr & Fischbacher 2003).

Vuorovaikutuksessa kyse on useimmiten aineettomista – ja näin ollen jakamalla kasvavista – resursseista. Jokainen ihminen haluaa, että häntä kohdellaan arvostavasti. Tarjoamalla tämän lahjan hänelle lisäämme todennäköisyyttä, että saamme saman lahjan vastineeksi häneltä. Arvostaminen ei ole kummaltakaan pois – päinvastoin, se vain kasvaa vastavuoroisuudesta.

Arvostamisen ytimessä on jokaisen ihmisen yksilöllisen arvon ymmärtäminen. “Olkoon sitten klovni tai kuningas, jokaisen osallistujan oletetaan pitävän sisällään potentiaalisuutta, jota kukaan ei tarkkaan osaa nimetä” (Saarinen 2012, 6). Toisen arvostava kohtaaminen on haaste meille jokaiselle. Olemme herkkiä luokittelemaan toisen, asettamaan hänet ennaltamäärättyyn lokeeroon. Ja siten sulkemaan silmämme hänen ihmisyydeltään: ‘rikollinen’, ‘porvari’, ‘työtön’, ‘feministi’, ‘musta’. Mitätöinnin leimoja on monia, ja parhainkin meistä syyllistyy niihin joskus. Inhimillinen kehityshaaste, jonka Saarinen meille asettaa, on päästä tämän leimaamisen ja latteuttamisen ylit-

se, uskaltaa kohdata toinen arvostavalla tavalla; uskaltaa uskoa, että hänessä on kohottavuuden siemen; uskaltaa katsoa silmiin sitä ihmistä, joka voi opettaa meille elämästä jotakin uutta. Siinä meillä jokaisella on vielä monia tärkeitä askelia ottamatta.

Tuntumallisuus ja herkkyys tilanteille

Myönteisyyden ohella toinen maailmasuodattimemme kalibrointi, jota Saarinen luennoillaan suosittaa, koskee herkkyttämme tuntumalliseen ja intuitiiviseen. Tässä Saarinen tulee tallo-neeksi varpaille länsimaisen filosofian yhtä perusjykevyyttä: ihmisen järkiluonnetta. Platonista Descartesin ja Leibnizin kautta Russelliin, filosofit ovat luottaneet ihmisjärkeen. Tunteet on näh-ty ailahtelevina ja epäilyttävinä, jonakin, jonka me järjellä ylitämme. Itseään kunnioittava yksilö on tunteidensa herra, hän toimii niistä huolimatta, niistä välittämättä, järkensä pohjalta.

Viimeaikainen psykologinen tutkimus on osoittanut tämän järkiuskon mielettömyyden. Pää-töksenteossa (Kahneman 2003), moraalissa (Haidt 2001), johtamisessa (Dane & Pratt 2007) ja ylipäänsä kaikilla mahdollisilla elämänalueilla (ks. Evans 2008; Haidt 2006) on osoitettu, että in-tuitiivinen herkkyys tilanteille on toiminnanohjauksessa huomattavan paljon merkittävämmässä roolissa kuin pelkkä puhdas järkemme. Ymmärryksemme ihmismielen ja aivojen toiminnasta on tehnyt selväksi, että meillä voidaan mieltää olevan kaksi rinnakkaista järjestelmää, joiden kaut-ta ympäristöstä tulevaa informaatiota prosessoimme. Tavaksi on tullut puhua niistä Keith Stanovichin lanseeraaman jaottelun mukaan nimillä Systeemi 1 ja Systeemi 2.

Systeemi 2 tarkoittaa karkeasti ottaen tietoista mieltämme. Se on hidas, analyttinen ja las-kelmoiva. Sen avulla voimme punnita vaihtoehtoja ja tehdä harkittuja päätöksiä. Systeemi 1 on puolestaan nopea, holistinen ja intuitiivinen. Sitä voi kutsua myös tiedostamattomaksi mielek-semme. Se tunnistaa silmänräpäyksessä ympäristöstä hahmoja, kuvioita ja hienovaraisia vihjei-tä, ja muodostaa niiden pohjalta tuntumallisen kokonaiskuvan tarkastelun alaisesta tilantees-ta. Kun tapaamme uuden ihmisen, teemme ensisekuntien aikana jo varsin pitkälle menevän ar-vion esimerkiksi henkilön luotettavuudesta, uhkaavuudesta ja luonteesta. Ja useimmiten tämä intuitiivisesti muodostuva kuva on yllättävän tarkka. Kuten tutkimukset osoittavat, erityises-ti sellaisissa tilanteissa, joista meillä on paljon kokemusta, Systeemi 1:n tuottamat intuitiiviset oivallukset ovat usein selvästi Systeemi 2:n rationaalista pohdintoa luotettavampia (Dijkster-huis & Nordgren 2006).

Saarisin toiminnan yksi pääteemoja on tämän intuitiivisen kyvykkyytemme voimauttaminen. Hän pyrkii valamaan ihmisiin uskoa siihen, että monissa tilanteissa heidän kannattaa seurata tätä pientä hiljaista kuisketta, joka heidän sisältään kumpuaa. Eikä suotta. Asiantuntijuustutkimuk-set osoittavat, että asiantuntijuus toteutuu pitkälle Systeemi 1 tasolla (Ericsson 2009). Kokeneel-la pörssivälittäjällä, autokauppialla tai sairaanhoitajalla on jatkuvan altistumisen tuloksena muo-dostunut erityisen herkä ja tarkkanäköiset Systeemi 1 –prosessointivälineet, joilla he pystyvät te-kemään oikeita ratkaisuja ilman, että he pystyisivät aina edes itselleen perustelemaan, miten ovat asiastaan niin varmoja. Kuten aivotutkija Eric Kandel osoitti Nobel-palkituissa tutkimuksissaan, jatkuva altistus muuttaa ihan konkreettisesti aivoissa ajattelua ohjaavia rakenteita (Kandel 2006). Pörssivälittäjä tuntee, että nyt on pakko myydä, vaikka kaikki näkyvät signaalit kertovat muuta; viikkoa myöhemmin osake romahtaa. Ja kokenut sairaanhoitaja näkee, että henkilön on välittö-

mästi mentävä lääkärin tutkittavaksi – pystymättä itsekään kertomaan jälkeensä, mitkä merkit tarkalleen ottaen saivat hänet niin varmaksi siitä, että henkilö saa tunnin sisällä vakavan sairaskohtauksen.

Tätä intuitiivista kykyämme tehdä oikein Saarinen siis korostaa, kun hän puhuu ‘värähtelyistä’, ‘sivupöydistä’, ja ‘tuntumallisuuksista’. Nobelisti Daniel Kahneman puhuisi tässä heuristiikoista (Kahneman 2011.), Michael Polanyi hiljaisesta tiedosta (Polanyi 1966) ja Columbian yliopiston psykiatrian professori Beatrice Beebe implisiittisestä relationaalisesta tietämyksestä (Beebe & Lachmann 2005). Saarinen itse on ollut erityisen innostunut vauvan ja äidin välisessä sanattomassa vuorovaikutuksessa ilmenevistä systeemisistä tilanteenlukukyvyistämme (ks. Martela & Saarinen 2013). Nykytutkimus osoittaa, että tälle näkökulmalle on tilausta. Olemme yllättävän viisaita intuitiivisesti, kunhan annamme tälle kyvyillemme vain tarpeeksi tilaa.

Systemiäly

”On kokonaisuuksia, joissa on dynamiikka ja jotka ovat kompleksisia. Sä olet itse niiden sisällä.” (F 2006)

Systeminen hahmotustapa tarkoittaa ymmärrystä siitä, että inhimillinen elämämme tapahtuu pitkälti systeemisten kokonaisuuksien sisällä. Työtiimimme on systemi, perheemme on systemi, ravintolassa satunnaisen seurueen illanvietto muodostaa systemin. Systemi tarkoittaa tässä sitä, että kokonaisuus koostuu osista, jotka ovat jatkuvassa takaisinkytketyvässä vuorovaikutuksessa toistensa kanssa (Jackson 2003). Eli yksi osa vaikuttaa toiseen, jonka reaktio vaikuttaa jälleen ensimmäiseen – ja kolmanteen. Tällainen systemi toimii usein epälineaarisesti, mikä tarkoittaa sitä, että jotkut vuorovaikutteiset ilmiöt voivat lähteä vahvistamaan itse itseään, synnyttäen myönteisiä tai kielteisiä spiraaleita. Systemi voi olla pitkään stabiili ja pienistä häiriötekijöistä välittämättä, mutta toisaalta oikean keikahduspisteen ylittäessään voi muuttua yhtäkkiä radikaalisti.

Olemme kirjoittaneet systemiälyn perusluonteesta toisaalla (Martela & Saarinen 2013; Martela 2005). Pafoksella systemiälypuheen painopiste on sen havainnon vahvistamisessa, että olemme aina itse systemin vaikutuskykyisiä osia. Esimerkiksi parisuhteessa esiintyvissä konflikteissa edustaa hedelmätöntä lineaarista ajattelua yrittää selvittää, kumman ‘syy’ konflikti on. Tästä seuraa helposti “pihtaamisen kostonkierre”: tilanne, jossa kumpikin osapuoli alkaa pantata omaa panostaan yhteiseen hyvään (L 2009). ‘Syy’ sijaitsee kuitenkin useimmiten henkilöiden välisessä keskinäissysteemissä (vrt. Gottman et al. 2005), jossa jotkut tietyt tavat toimia ja tulkita toista ovat sementoituneet – ja toisaalta jokin alkujaan pieni murheenkryyni on lähtenyt eskaloitumaan. Kumpikaan osapuoli ei ole ‘päättänyt’, että haluaa tehdä asiasta riidan. Mutta sellaiseksi se hiljalleen yltyy, kun molempien osapuolten toista mitätöivä toiminta ruokkii toisesta esiin vielä hivenen enemmän mitätöintiä.

Systemit hallitsevat pitkälti sitä, minkälaisia vuorovaikutuksen mahdollisuuksia näemme ihmisten kanssa. Aiemmissa kohtaamisissamme muodostuneet käyttäytymismallit jähmettyvät ja tekevät systeemistä ennalta-arvattavan. Tässä kohtaa Saarinen korostaa sitä, että ”systemi voisi olla toisenlainen kuin se nyt on. Mikään ulkopuolinen taho ei ylläpidä sitä, vaan se on henkilöiden itsensä ylläpitämä.” (F 2006.)

Tämän tiedostaminen avaa silmät poikkeaman mahdollisuudelle: yksilö voi alkaa etsiä niitä vaikutuspisteitä, joiden kautta systeemi-interventio olisi mahdollinen. Olisiko jokin yllättävä ystävällinen ele se asia, joka suistaisi nykysysteemin tasapainostaan ja johtaisi sen inhimillisesti lämpimämmälle uralle? Urautuneen systeemin muuttaminen ei aina ole helppoa, keskipakoisvoima vetää aina takaisin jämähtyneisyyteen. Mutta se on aina mahdollista. Inhimillinen systeemi ei ole olemassa kuin ihmisten mielissä ja tarpeeksi radikaali poikkeama voi riittää notkeuttamaan miellet etsimään uutta, kiehtovampaa vuorovaikutuksen tasapainotilaa. Kun aika on kypsä, voi satojen vuosien painolastilla varustettu systeemi lähteä sortumaan marginaalisen pienestä interventiosta. 1.12.1955 Rosa Parks ei suostunut nousemaan penkiltään bussissa. Loppu on amerikkalaisen rotupolitiikan historiaa.

Miten sitten toimia älykkäästi systeemeissä? Tässä Saarinen korostaa edellä esitettyä herkkyyttä ja intuitiivista tilannetajua: ”Systeemit ovat niin monimutkaisia, että ulkoapäin tapahtuva analyysi ei riitä. Sinun pitää muistaa myös luottaa herkkyyteesi, intuitiiviseen kykyyn hahmottaa systeemin kannalta emergentit mahdollisuudet” (F 2006). Saksalainen aivotutkija Manfred Zimmermann havaitsi 1980-luvulla, että ihmisen kyky prosessoida asioita tietoisesti on tavattoman rajallinen, vain noin 40 bittiä sekunnissa. Tiedostamattoman mielen kapasiteetti on puolestaan huikea 11.2 miljoonaa bittiä sekunnissa. (Zimmermann 1989.) Monimutkaisissa systeemeissä yksin tietoisin analyysin kapasiteetti ei siis kerta kaikkiaan riitä käsittelemään kaikkea olennaista informaatiota.

Menestyksekkäs systeemeissä navigointi edellyttää, että yksilö valjastaa sekä tietoisin että tiedostamattoman mielensä parhaat kyvyt oikeanlaisen toiminnan etsintään. Toisaalta tilanteen systeemiluonteen tiedostaminen auttaa jo suuresti ottamaan sen tarvittavan etäisyyden omaan toimintaan, jotta voi nähdä miten se kontribuoi ongelmaan, ja minkälainen käytös voisi viedä kohti ratkaisua. Toisaalta välillä on luotettava intuitioonsa, annettava mennä sen voimalla vahvasti luottaen, että se oikea päämäärä on löydettävissä.

Tässä Saarisen teoretisointi tulee myös lähelle Keith Sawyerin tunnetuksi tekemää ryhmäflow’n käsitettä (Sawyer 2007). Sawyer esittää, että monimutkaisissa ryhmätilanteissa, kuten vaikkapa jalkapallojoukkueessa, yksilöt eivät enää ehdi tekemään yksittäisiä päätöksiä, vaan heidän keskinäisistä palautesilmukoistaan syntyy ennemminkin yksi toimiva kokonaisuus – joukkue –, joka kykenee saavuttamaan hyvin samantapaisen tilan yhtenä yksikkönä, kuin mitä Csikzentmihalyi kuvaa flow-teoriassaan. Systeeminäkökulman ymmärtäminen ja intuitiivisen herkkä systeemiälykäs toiminta mahdollistaakin parhaimmillaan yksilöiden saumattoman yhteistyön ja ryhmätason flow’n.

Ihmisen avaaminen muutoksen mahdollisuudelle – Eli Pafoksen pedagogiikkaa

”Kasvatuksen näkökulmasta, toisin kuin epistemologisesta tai teknologisesta näkökulmasta, se miten asiat ilmaistaan on tärkeämpää kuin totuuksien omistaminen.” (Rorty 1979, 359; suomennos Saarinen 1983, 311-312)

Sukellettuamme syvälle Pafos-seminaarin päätteemöihin on aika nousta hetkeksi pinnalle ja kysyä kysymys:

Miten opettaa näitä inhimillisyyden teemoja ihmisille?

Kuten Saarinen itse toteaa, jos Pafos-seminaarilla on pedagogiikka, se on “osallistujien ihmisyyden kiihdyttämistä henkilökohtaiseen kasvuun elävöitetyn oivaltamisen kautta, kohti parempaa elämää” (Saarinen 2012, 5). Tavoitteena Pafoksella ei ole teemoihin liittyvän teorian omaksuminen itsessään. Vaan ihmisten ajattelutapojen liike, se että he alkaisivat elää enemmän ylärekisterin ja itsensä valitsemisen näkökulmasta. Pafoksen loppuentti on henkilön loppuelämä: Miten Pafoksella esiintyneet teemat juurtuvat osaksi hänen jokapäiväistä toimintaansa, miten hänen elämänsä muuttuu sen seurauksena, että hän on Pafoksella altistunut ajattelemaan oman elämänsä keskuksena? Kuten Saarinen totesi Pafoksella 2006: ”Relevanttia tässä viikossa on se, mikä muuttuu osaksi sun ajatuksen juoksua.” Päämääränä on siis ajatuksen liike, elämänasenteen muutos. Miten tällaiseen tavoitteeseen voidaan päästä?

Jos ymmärtää hitusenkaan ihmispsykologiaa, niin on helppo sanoa, miten näihin tavoitteisiin ei optimaalisella tavalla ainakaan pääse: Kaatamalla kuollutta tietoa ihmisten päälle. Luettelemalla faktoja, termejä, kuolleiden miesten kirjojen nimiä. Elefantti ei opi uusia temppuja siten, että puhutaan ratsastajan kanssa. Temppuja pitää harjoitella elefantin kanssa. Samoin ihmismielen perusasenteet eivät muutu, jos keskustellaan pelkästään rationaalisen *Systeemi 2:n* kanssa. Esimerkki havainnollistakoot: Monet kärtyisät ihmiset voivat lukea tutkimustuloksia myönteisen ajattelun hyvinvointia, tuottavuutta ja fyysistä terveyttä parantavasta voimasta (ks. esim. Fredrickson 2009). He voivat vakuuttua myönteisen ajattelun edullisuudesta muuttumatta tippaakaan positiivisemmiksi itse. *Systeemi 2* tiedostaa asian, mutta se ei auta tippaakaan, jos asennetasolla operoiva *Systeemi 1* ei ala muuttua. Tietoisen tason muutos on triviaalia, jos se ei muuta käytöstä. Ja käytöstä muuttaakseen on muutettava myös ihmisen tiedostamatonta ajattelua.

Myönteisten tunteiden aktivointi

Saarinen siis operoi kahdella kentällä: Ensinnäkin hänen on vakuutettava ihmiset järkeily- ja faktatasolla siitä, että tietynlaiset asennetaso muutokset olisivat heille suotavia. Mutta sen lisäksi hänen on tarinoiden, oman esimerkin ja oivaltavien käsitteitysten kautta opetettava *Systeemi 1:lle*, miltä se uusi asenne tuntuu ja miten sellaisen voi saada syttymään. Yhtä tärkeää on pyrkiä avaamaan ihminen ylipäänsä muutoksen mahdollisuudelle, saada hänet sellaiseen tilaan, jossa hän on valmis vastaanottamaan uusia ajatuksia. Tässä positiiviset tunteet ovat tärkeä työväline.

Nykypsykologian valossa myönteisten tunteiden aktivointi on keskeinen väylä muutoksen mahdollistamisessa. Tutkimukset nimittäin osoittavat, että myönteisen tunnetilan vallitessa ihmiset ovat avoimempia ajattelemaan asioita uusista näkökulmista, alttiimpia kuuntelemaan toisenlaisia näkökulmia, kykenevämpiä katsomaan asioita laajemmasta perspektiivistä ja ylipäänsä valmiimpia muuttumaan (ks. Fredrickson 2003a; 2009). Negatiivinen tunnetila voi vuorostaan saada ihmisen lukkoon, jolloin hän ei ole lainkaan vastaanottavaisessa moodissa. Siksi Pafoksen pedagogiikkaan on sisäänrakennettu myönteisyys niin vahvasti, että jurol-

la murheellisten laulujen maan kansalaisella menee useimmiten hetki kulmien alta kyräilemiseen, ennen kuin uskaltautuu tempautumaan mukaan tähän poikkeukselliseen kukoistukseen kurottavaan ilmapiiriin.

Tarinallinen tunnelmatekniikka

Saarinen irtautui jo 80-luvulla pelkkään faktojen välittämiseen keskittyvästä akateemisesta luennoitsemisen tavasta ja tiedosti, että ”luentotilanteessa on tietoja ja taululle kirjoitettuja tuloksia tärkeämpää se tapa jolla niihin päädytään” (Saarinen 1984, 162). Pafoksella hän on päässyt viemään tämän visionsa täyteen mittaansa. Luennot itsessään on rakennettu siten, että ne pitävät kuulijan mielenkiinnon yllä, vaikka tällä olisi etukäteen suuriakin varauksia filosofiaa kohtaan. Vuonna 2004 Saarinen kuvasi työmetodiaan Pafoksella toteamalla, että hän usein tulee sisään esimerkillä, joka toimii lähtökohtana ajatusvaihtoehdolle. Sitten tätä ajatusvaihtoehtoa kehitellään eri suunnista ja lopulta se kiteytetään avainsanaan, jonka muistamalla kuulija voi myöhemmin paremmin aktivoida tämän uudenlaisen maailmaperspektiivin myösluentotilanteen ulkopuolella, arkielämän pyörteissä.

Akateemiseen makuun esimerkkejä ja tarinoita saattaa olla liikaakin, mutta niiden avulla Saarinen pääsee viemään sanomaansa sellaiselle yleisölle, joka muuten jäisi paitsi edes tällä tavalla suodatetusta filosofisesta viestinnästä. Pafoksella ei olla liikkeellä tietointensiivisesti, kriittisesti ja reduktiivisesti (F 2006). Sen sijaan Saarinen pyrkii laajentamaan ”ajattelun avaruutta” esimerkiksi tarinoiden, kiteytysten, mielikuvien ja tunnelman luonnin kautta. Jos Nietzsche piti itseään Anti-Kristuksena, on Saarinen eräänlainen Anti-Zarathustra, joka tulenkatkuisen ja ylhäisen harvoille ja valituille saarnaamisen sijasta pyrkii myönteisillä esimerkeillään ja tarinoillaan tavoittamaan laajat kansankerrokset.

Erityisen keskeistä Saarisen metodille on tunnelmatekniikka: ”sinun ajattelusi heijastaa tunnelmaa. Hankkiudu tilanteisiin, jotka luovat haluamasi tunnelman” (F 2006). Tästä on koko Pafoksessa kysymys. Siitä että ihmiset irroitetaan heidän normaalista arkisesta elämästään ja viedään viikoksi parintuhannen kilometrin päähän erilaiseen ilmanalaan. Ihmisen ajattelu on paljolti häntä ympäröivän elämän summa, ja siksi arjessa on niin vaikea muuttua. Pienet muutosvirtaukset tyypistyvät siihen pitkällekehittyneeseen systeemiseen stabiloivaan rakenteeseen, jonka ihminen on ympäristönsä kanssa rakentanut. Pafoksella tämä ruotuun palauttava rakenne puuttuu. Ihmisille tarjotaan viikon ajan mahdollisuus etsiä itseään uudelleen. Tämä on olennaista: Saarisen luennot saattavat saada ajatukset liikkeelle, mutta jos heti luennon jälkeen syöksyy siihen samaan kuvioon, jossa on jo vuosikausia pyörinyt, voi tätä orastavaa uutta ajattelutapaa olla vaikeata ylläpitää. Viikon irtiotto arjesta ja tutuista ympyröistä on useasti jo itsessään uutta itsetietoisuutta ja ajattelua synnyttävä kokemus – vaikka matkustaisi vain peukalokyydillä Sodankylään. Kun irtiotto arjesta yhdistetään sovinnaisista ajatusrakennelmista irtauttavaan luennointiin, maksimoidaan mahdollisuudet saada aikaan pysyviä muutoksia yksilössä. Viikko on tietysti lyhyt aika, mutta antaa jonkinlaisen kypsymisajan, jonka jälkeen orastavat muutosvärähdykset ovat jo astetta vahvempia ja kypsempiä kohtaamaan arkielämän ruotuunpalauttavan voiman.

Kannustava ja salliva ilmapiiri

Merkittävässä roolissa edellä kuvatussa uuden olemisen tavan etsinnässä ovat kanssa-Pafoslaiset, tuo viikon aikana rakentuva uusi sosiaalinen yhteisö, jonka sisälle loppupäivinä kasvaa usein yllyttävän vahva yhteenkuuluvuuden tunne. Tässä on seminaarin eräs tärkeimmistä tukipilareista. Ihmisten välistä vuorovaikutusta Pafoksella voisi kuvata sanoilla avoin, ehdottoman kunnioittava, utelias ja lämmin. Ihmiset uskaltavat tuoda itsestään esiin puolia, joita he eivät muualla paljastaisi. Sekä ottavina että antavina osapuolina he tiedostavat kuinka ”Pafos-seminaari on ivanaurusta vapaa vyöhyke” (F 2006).

Tämän erityislaatuisen tunnelman muodostumisessa on kyse monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta: Ihmisten olemassaolevat kohtaamisvalmiudet, ennakko-odotukset, Saarisen itsensä läsnäolo, luentojen sisältö, Saarisen kehotukset kohdata toiset uskoen heidän olevan mahtavia tyyppejä ja arjesta irti oleminen kietoutuvat yhteen muodostaen itseäänruokkivan kierteen (vrt. Fredrickson 2003b), joka aikaansaa sen varmuuden ivanaurun puuttumisesta ja toisesta löytyvästä mestaruudesta, jonka kautta keskinäinen vuorovaikutus nousee kohottavuuksiin, joita on vaikea muualla kohdata. 60-vuotias yritysjohtaja avautuu elämänsä kipupisteistä parikymppiselle teekkaripojalle, joka istuu viereiseen pöytään. Eikä kumpikaan tule edes ajatelleeksi, että jossakin muussa kontekstissa tällainen tasa-arvoinen avoimuus ja itsensä esilletuominen näin haavoittuvana ei olisi mahdollista.

Jos Pafos-seminaarin yhteydessä haluaisi puhua magiikasta, löytyisi se nähdäksemme siitä ihmisten välisestä kohottavasta vuorovaikutustavasta, joka Pafoksella vallitsee. Sitä ei voi tyhjentävästi kuvata, sen voi lopulta vain kokea.

Johtopäätösten aika

- Mikä on buddhalaisten opetusten tarkoitus?
- Älä tee mitään pahaa. Tee paljon hyvää. Puhdista mielesi.
- Mutta kolmivuotias lapsikin osaa sanoa noin!
- Ehkä, mutta osaatko elää niin?

Vanha zen-tarina (Salajan 2002, 8)

Ajattelun ajattelu, uomaelämä, systeemidiktatuuri, itsensä valitseminen, ylärekisterin näkökulma, kasvun perspektiivi itseensä nähden, toisen kohtaaminen arvostavalla tavalla, herkkyyys tunnelmille, systeemiäly.

Ikuisia filosofisia teemoja. Joku voisi sanoa, että ne on jo lausuttu ääneen – eri sanoilla ehkä – läpi filosofian historian. Mutta ehkä vielä tärkeämpää on tiedostaa, että vaikka filosofisen kasvun teemat ovat ikuisia, on jokaisen yksilön kasvupolku niiden lävitse omanlaisensa. Jokainen meistä kasvaa sisään maailmaan, joka on annettu hänelle. Kasvattajiensa kautta jokainen meistä omaksumme tietynlaisen maailmankuvan, arvot ja toimintatavat, jotka otamme pitkälti annettuina, suorastaan muuttumattomina. Ja tästä sovinnaisuuden unesta herääminen on jokaisen tehtävä itse.

Esa Saarisen rooli on tässä kokonaisuudessa herättäjän rooli. Hänen lennokas esiintymista-

pansa vetää lisääntyneen itseohjautuvuuden projektiin mukaan ihmisiä, jotka eivät löydä itseään Hermann Hesse'n *Lasihelmipelistä* tai Nietzsche'n *Zarathustrasta* – koska eivät koskaan tulisi lukeneeksi kyseisiä kirjoja. Saarinen asettaa heidän eteensä näkökulman valinnan fundamentin: kyynisyys vastaan elämänusko. Näin hän tekee ihmiset tietoisiksi omasta elämänsenteestaan ja mahdollisuudestaan muokata sitä hedelmällisempään suuntaan.

Saarisen ajattelussa keskeistä on ajatus siitä, ettei filosofi voi olla saarnaaja, joka julistaa lopullisia totuuksia. Ennemminkin hän on ajattelun kätilö, joka auttaa kuulijaa itse synnyttämään uusia oivalluksia. Tai niin kuin Saarinen itse linjaa, kapellimestari, joka nostattaa orkesterinsa soimaan upeasti (Saarinen 2012, 8 ff.). Kapellimestari ei voi kuitenkaan neuvoa viulistille, kuinka sormet on otelaudalle aseteltava. Soittaminen – ja ajattelu – täytyy kunkin tehdä itse, omalla tavallaan. Tässä mielessä Saarinen onkin eräänlainen moderni Sokrates, joka esittämällä kysymyksiä ja ravistelemalla ajatuksia auttaa kuulijaa itseään ajattelemaan kirkkaammin.

Tällainen toiminta ei ehkä *näytä* samalta kuin akateeminen filosofia, mutta olennainen kysymys on, *toimiiko* se filosofiana? Erityisesti, toimiiko se elämään sovellettuna filosofiana? Onko sillä potentiaalia muuttaa ihmisten ajatustottumuksia, vahvistaako se heidän kykyään navigoida tässä kokemuksen vuolaassa virrassa, jota kutsumme elämäksi? Tämä on lopulta se arvo, jolla Saarisen toimintaa tulee mitata.

Voimme toki halutessamme rajata Saarisen toiminnan 'varsinaisen filosofian' ulkopuolelle. Voimme julistaa sen esimerkiksi elämänfilosofiaksi, korostaen aidon lähdeviitoitetun, vertaisarvioidun ja teknisesti muotopuhtaan akateemisen filosofian itsenäisyyttä tästä 'kevytfilosofiasta'. Mutta jos teemme tällaisen jäykän rajauksen, lienee parasta muistaa, että elämänfilosofian puolelle olisi tällöin pakko sijoittaa valtaosa filosofian historian klassikoista Sokrateesta Montaigneen, Augustinuksesta Nietzscheen. Ja kuten yllä näimme, vaikkei Saarinen aina tuo ajattelunsa akateemisiä yhteyksiä esille, tekee iso osa hänen filosofiastaan ymmärrettäväksi myös monimutkaisia ja itsessään vaikeasti ymmärrettäviä merkittäviä filosofisia positioita.

Kun Lauri lähti ensimmäistä kertaa Pafos-seminaariin syksyllä 2009, hän oli varovaisen kriittinen Saarisen filosofiaa kohtaan. Ennakkoasenne oli, että kyse on varmaankin mukaansatempaavasta ja innostavasta ajatuksen lennosta, mutta ei sen enemmästä. Viikon aikana kerta toisensa jälkeen esiin tulevat mutkikkaat intuitiiviset ja syvään filosofiseen perinteeseen juurrutetut ajatusrakennelmat hämmensivät ja häikäisivät – vaikka Saarinen puhuikin enemmän muumeista kuin Montaignesta, enemmän James Bondista kuin William Jamesista. Pafos-viikon jälkeen Lauri koki oman ajattelunsa muuttuneen radikaalisti; tietystä mielessä hyvin samaan tapaan kuin luettuaan jonkin historiallisen klassikon esimerkiksi Kantilta tai Wittgensteinilta. Mutta toisaalta myös ihan toisella tavalla: jollakin sellaisella peruuttamattomalla tavalla, jota ei välttämättä pysty koskaan purkamaan tyhjentävästi sanoiksi.

Frank puolestaan jälkireflektoi omaa alkuaan hidasta lämpiämistä Saarisen ajattelutavalle toteamalla, että ”mun kaltainen vahvan analyttinen tyyppi vaatii selkeästi enemmän aatehistoriaan kytkeytyvää todistusaineistoa, jotta pystyy heittäytymään Esan systeemiin” (F 2006). Onneksi filosofian historian sisältä löytyi lopulta useampiakin polkuja, jotka tuntuivat johdattavan Frankia kohti Saarisen edustamaa filosofian ajattelemisen tapaa: myöhäisen Wittgensteinin (1999, §241) siirtymä puhtaasta kielen tarkastelusta kohti niiden takana olevia elämänmuotoja, Hadot'n (2010)

tarjoama johdatus antiikin klassikoihin elämänfilosofisesta perspektiivistä; Deweyn (1960) muistutus siitä, että filosofien pyrkimys varmuuteen on useimmiten psykologista epävarmuuden pakkenemista; MacIntyren (2004) pyrkimys tuoda hyve-etiikka omaan aikaamme; pragmatistinen meliorismi (Dewey 1920); moderni tieteenfilosofia, jossa positivismin projektin naiivi ajatus lopullisten totuuksien saavutettavuudesta kävi selväksi; sekä mannermaisen filosofian klassikot Heideggerista Derridaan. Sartrea tietysti unohtamatta.

Kuten yllä nähtiin, Saarisen ilmaisussa on yhtymäkohtia ja juuria huomattavan paljon laajemmin filosofian historiaan ja perinteeseen kuin yleensä ajatellaan. Hän ei kuitenkaan takerru heidän historiallisten oppiensa tarkkoihin tulkintoihin, vaan pyrkii luomaan niistä itsenäisen synteesin, jonka hän sitten tarjoilee selkokielellisesti ja ymmärrettävästi pyrkimyksensä vaikuttaa niillä ihmisten elämänasenteeseen ja elämäntapaan. Hän ei siis niinkään tulkitse kuin *käyttää* niitä oivalluksia, joilla nämä mestariajattelijat ovat ihmiskunnan ymmärrystä lisänneet. Hänen lähestymistapansa ei myöskään rajoitu pelkästään järjellä ymmärrettävien teesien esittämiseen, vaan on holistisempi. Järjellä on keskeinen roolinsa, mutta vaikuttavuutta tavoitellaan myös tunteiden, tottumuksen ja yhteisövoiman kautta.

Nähdäksemme Saarisen kohottautumisen filosofia on omintakeinen ja uudenlainen synteesi aiemmasta ajattelusta – ihan niin kuin nämäkin ajattelijat ovat omilla tahoillaan sisällyttäneet filosofioihinsa aiemman historianperinteen juuren. Hänen keskeinen teesinsä on, että elämänläheisen filosofian on toimittava elämän ehdoilla. Saarinen muistuttaa meitä siitä, että elämässäsi on ensisijaisesti kyse elämän rikastamisesta. Matka kohti rikkaampaa elämää sisältää koko minuutemme, sen kaikki tasot. Tuomalla yhteen järkemme, tunteemme, haaveemme, sydämemme ja läheisemme, Saarinen pyrkii viime kädessä vahvistamaan sellaista ihmisenä olemista, ”johon sisältyy ihanuuden siemen”.

Filosofin roolissaan Esa Saarinen toimii sokraattisena kapellimestarina, joka saa orkesterinsa soimaan yhteen, kohottaen jokaisen muusikon soinnin ennen kuulemattomiin korkeuksiin, tahdituikkona ajattelun värikäs virta.

Kirjoittajat

Frank Martela, FT, on inhimillisen kokemusmaailman tutkija. Vuonna 2012 hän väitteli soveltavan filosofian ja organisaatiotutkimuksen tohtoriksi Aalto-yliopistosta aiheenaan hoivayhteys ja inhimillinen vuorovaikutus vanhainkodin hoitajien ja vanhusten välillä. Professori Saarinen toimi väitöskirjan ohjaajana, lisäksi he ovat kirjoittaneet muutaman yhteisjulkaisun systeemiälyn soveltamisesta relationaaliseen psykoterapiaan. Frankin tämänhetkinen tutkimustarvo kohdistuu sisäisen motivaation, elämän tarkoituksen ja altruistisen käytöksen mysteerien ratkaisemiseen. Laajemmin ottaen hänen päämääränään on luoda uusia oivalluksia, jotka vahvistavat ihmisten kykyä elää hyvä elämä. Vuoden 2013 hän viettää tutkijavaihdossa Yhdysvalloissa, Rochestern yliopiston psykologian laitoksella.

Lauri Järvillehto, FT, on metafyyssinen tutkimusmatkailija, maailmansalapoliiisi ja Sherlock Holmes-fani. Hänen tutkimuskohteensa on lyhykäisyydessään ajattelu, ihminen ja maailma. Hänen in-

tohimonsa on uusien asioiden ymmärtäminen ja ymmärryksen jakaminen toisten ihmisten kanssa. Järvilehto toimii filosofian tutkijana ja kouluttajana Filosofian Akatemiassa. Hän tutkii ihmismielen toimintaa ja kouluttaa suomalaisten pörssiyritysten johtoa ajattelutekniikoiden taitajiksi. Hän on luennoinut mielen- ja kielenfilosofiasta lähes kaikissa Suomen yliopistoissa sekä yliopistoissa Englannissa, Saksassa, Ranskassa, Venäjällä, Ruotsissa, Tanskassa ja Virossa. Hän kirjoittaa myös suosittua Ajattelun ammattilainen -blogia.

Lähteet

- Albom, Mitch. 1997. *Tuesdays With Morrie: An old man, a young man, and life's greatest lessons*. New York: Doubleday.
- Amabile, Teresa M. 1997. "Motivating Creativity in Organizations: On Doing What You Love and Loving What You Do." *California Management Review* 40 (1): 39–58.
- Aristoteles. 2008. *Nikomakhoksen Etiikka*. Käänt. Simo Knuutila. Tampere: Gaudeamus.
- Baard, Paul P., Edward L. Deci, and Richard M. Ryan. 2004. "Intrinsic Need Satisfaction: A Motivational Basis of Performance and Well-Being in Two Work Settings." *Journal of Applied Social Psychology* 34 (10): 2045–2068.
- Bargh, John A., & Chartrand, Tanya L. 1999. The Unbearable Automaticity of Being. *American Psychologist* 54 (7): 462–479.
- Baumeister, Roy F., E. Bratslavsky, C. Finkenauer, and Kathleen D. Vohs. 2001. "Bad Is Stronger Than Good." *Review of General Psychology* 5 (4): 323–370.
- Beebe, Beatrice, J. Jaffe, S. Markese, K. Buck, H. Chen, P. Cohen, L. Bahrnick, H. Andrews, and S. Feldstein. 2010. "The Origins of 12-month Attachment: A Microanalysis of 4-month Mother–infant Interaction." *Attachment & Human Development* 12 (1): 3–141.
- Beebe, Beatrice, and Frank Lachmann. 2005. *Infant Research and Adult Treatment: Co-constructing Interactions*. New York: The Analytic Press.
- Covey, Stephen R. 2004. *The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change*. New York: Free Press.
- Dane, Erik, and Michael G. Pratt. 2007. "Exploring Intuition and Its Role in Managerial Decision Making." *The Academy of Management Review* 32 (1): 33–54.
- Deci, Edward L, and Richard M Ryan. 2000. "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-determination of Behavior." *Psychological Inquiry* 11 (4): 227–268.
- Dewey, John. 1920. *Reconstruction in Philosophy*. New York: H. Holt and company.
- Dewey, John. 1960. *The Quest for Certainty*. New York: Capricorn Books.
- Dijksterhuis, Ap, & Nordgren, Loran F. (2006). A Theory of Unconscious Thought. *Perspectives on Psychological Science* 1: 95–106.
- Dreyfus, Hubert L. 2006. "Overcoming the Myth of the Mental." *Topoi* 25 (1): 43–49.
- Dweck, Carol S. 2000. *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Philadelphia: Psychology Press.
- Ericsson, K. Anders, toim. 2009. *Development of Professional Expertise: Toward Measurement of Expert Performance and Design of Optimal Learning Environments*. New York: Cambridge University Press.
- Evans, Jonathan, and Keith Frankish. 2009. *In Two Minds: Dual Processes and Beyond*. Oxford: Oxford University Press.

- Evans, Jonathan. 2008. "Dual-processing Accounts of Reasoning, Judgment, and Social Cognition." *Annual Review of Psychology* 59: 255–278.
- Fehr, Ernst, & Fischbacher, Urs 2003. The nature of human altruism. *Nature* 425: 785–791.
- Fredrickson, Barbara L. 2003a. The Value of Positive Emotions The emerging science of positive psychology is coming to understand why it's good to feel good. *American Scientist* 91(4): 330–335.
- Fredrickson, Barbara L. 2003b. Positive emotions and upward spirals in organizations. Teoksessa K. S. Cameron, J. E. Dutton, & R. E. Quinn (Toim.), *Positive organizational scholarship: Foundations of a new discipline*: 163–175. San Francisco, CA: Berrett-Koehler.
- Fredrickson, Barbara L. 2009. *Positivity*. New York: Crown Publishers.
- Gagné, Marylène, and Edward L. Deci. 2005. "Self-determination Theory and Work Motivation." *Journal of Organizational Behavior* 26 (4): 331–362.
- George, Jennifer M. 2007. "Creativity in Organizations." *The Academy of Management Annals* 1 (1): 439–477.
- Gottman, John M, J. D Murray, C. Swanson, R. Tyson, and K. R Swanson. 2005. *The Mathematics of Marriage: Dynamic Nonlinear Models*. Cambridge, Mass.: The MIT Press.
- Grant, Adam M., E. M. Campbell, G. Chen, K. Cottone, D. Lapedis, and K. Lee. 2007. "Impact and the Art of Motivation Maintenance: The Effects of Contact with Beneficiaries on Persistence Behavior." *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 103 (1): 53–67.
- Hadot, Pierre. 2010. *Mitä on Antiikin Filosofia? Kääntänyt Tapani Kilpeläinen*. Tampere: Niin & Näin kirjat.
- Haidt, Jonathan. 2001. "The Emotional Dog and Its Rational Tail: A Social Intuitionist Approach to Moral Judgment." *Psychological Review* 108: 814–834.
- Haidt, Jonathan. 2006. *The Happiness Hypothesis*. New York: Basic Books.
- Jackson, Michael C. 2003. *Systems Thinking: Creative Holism for Managers*. Chichester: Wiley.
- James, William. 2007. *The Principles of Psychology, vol. 1*. New York: Cosimo.
- Kahneman, Daniel. 2003. "A Perspective on Judgment and Choice: Mapping Bounded Rationality." *American Psychologist* 58 (9): 697–720.
- Kahneman, Daniel. 2011. *Thinking, Fast and Slow*. New York: Farrar, Straux & Giroux.
- Kandel, Eric R. 2006. *In Search of Memory: The Emergence of a New Science of Mind*. New York: W.V. Norton & Co.
- Kant, Immanuel. 1998. *Critique of Pure Reason* (P. Guyer & A. W. Wood, käänt.). New York: Cambridge University Press.
- Kuhn, Thomas S. 1962. *The Structure of Scientific Revolutions*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Lao-Tse 1950 [~550eKr.]: *Salaisuuksien tie [Tao-te-king]*. Käänt. Toivo Koskikallio. Porvoo: WSOY.
- MacIntyre, Alasdair. 2004. *Hyveiden Jäljillä*. Käänt. Niko Noponen. Helsinki: Gaudeamus.
- Martela, Frank. 2005. "Systeemiälyni." Teoksessa *Systeemiäly 2005*, toim. Raimo P. Hämmäläinen and Esa Saarinen, 13–22. Espoo: Helsinki University of Technology, Systems Analysis Laboratory, Research Reports B25.
- Martela, Frank, and Esa Saarinen. 2013. "Systems Metaphor in Therapy Discourse: Introducing Systems Intelligence." *Psychoanalytic Dialogues* 23 (19): 80–101.
- Maslow, Abraham H. 1954. *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.
- Niemiec, Chris P., Richard M. Ryan, and Edward L. Deci. 2009. "The Path Taken: Consequences of Attaining Intrinsic and Extrinsic Aspirations in Post-college Life." *Journal of Research in Personality* 43 (3): 291–306.
- Peirce, Charles S. 1934. *Collected Papers of Charles Sanders Peirce volume V: Pragmatism and Pragmaticism*. Cambridge, MA.: Harvard University Press.
- Polanyi, Michael. 1966. *The Tacit Dimension*. Garden City, NY: Doubleday & Company.
- Quine, Willard V. O. 1969: *Ontological Relativity and Other Essays*. New York: Columbia University Press.
- Rorty, Richard. 1979: *Philosophy and the mirror of nature*. New Jersey: Princeton University Press.

- Ryan, Richard M., and Edward L. Deci. 2001. "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being." *Annual Review of Psychology* 52 (1): 141–166.
- Ryff, C. D. 1989. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-being." *Journal of Personality and Social Psychology* 57 (6): 1069–1081.
- Saarinen, Esa. 1983: *Sartre – Pelon, inhon ja valinnan filosofia*. Tampere: Fanzine.
- Saarinen, Esa. 1984: *Epäihmisen ääni*. Helsinki: WSOY.
- Saarinen, Esa. 1988. *Erektio Albertinkadulla: Kansallisfilosofinen Puheenvuoro*. Helsinki: WSOY.
- Saarinen, Esa. 2003. "Soveltavan Filosofian Luova Räjähdysoima." *Niin & Näin* (1): 8–13.
- Saarinen, Esa. 2008: "Philosophy for Managers: Reflections of a Practitioner", teoksessa *Systems Intelligence: A New Lens on Human Engagement and Action*, toim. Raimo P. Härmäläinen and Esa Saarinen, 1–27, Espoo: Helsinki University of Technology, Systems Analysis Laboratory.
- Saarinen, Esa. 2012, "The Paphos Seminar. Elevated Reflections on Life as Good Work", *Good Work Project Report Series*, Number 80.
- Saarinen, Esa. 2013: "Kindness to Babies and Other Radical Ideas in Rorty's Anti-Cynical Philosophy". Ilmestyy teoksessa *Richard Rorty: From Pragmatist Philosophy to Cultural Politics*, toim. Colin Koopman, Alexander Gröschner, and Mike Sandbothe. Bloomsbury Press.
- Saarinen, Esa, and Raimo P. Härmäläinen. 2004. "Systems Intelligence: Connecting Engineering Thinking with Human Sensitivity." Teoksessa *Systems Intelligence – Discovering a Hidden Competence in Human Action and Organizational Life*, toim. Raimo P. Härmäläinen and Esa Saarinen, 9–37. Espoo: Helsinki University of Technology, Systems Analysis Laboratory Research Reports, A88.
- Salajan, Ioanna. 2002, *Zen Comics II*. Käänt. Dharmachari Sarvamitra. Keuruu: Like.
- Sawyer, Keith. 2007. *Group Genius: The Creative Power of Collaboration*. Cambridge, Ma.: Basic Books.
- Seligman, Martin E. P., and Mihalyi Csikszentmihalyi. 2000. "Positive Psychology – An Introduction." *American Psychologist* 55 (1): 5–14.
- Sheldon, Kennon M, Todd B Kashdan, and Michael F. Steger. 2011. *Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward*. New York: Oxford University Press.
- Taylor, Charles 1989. *Sources of the Self: The Making of the Modern Identity*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Wittgenstein, Ludwig 1999: *Filosofisia tutkimuksia*. Suomentanut Heikki Nyman. WSOY, Juva
- Zimmermann, Manfred. 1989. "The Nervous System in the Context of Information Theory." Teoksessa R. F. Schmidt & G. Thews (Toim.), *Human Physiology*, 166–173. Berlin: Springer-Verlag.