

Itsestä etääntyminen

■ MIA SALO

”Itsestä etääntyminen” on laajimmin käytetty suomennos logoterapiakirjallisuudessa. Uudemmissa teksteissä termi esiintyy esimerkiksi Nurmelmän uudessa käännöksessä Franklin pääteoksesta *Ärztliche Seelsorge* (2014a Oleminen ja tarkoitus), kirjassa *Logoterapia – avain mielekkääseen elämään* (2008, 1. painos 2005) sekä kolmessa logoterapian alaan liittyvässä väitöstyössä (Purjo 2010^{46A}; Pykäläinen 2004; Virtaniemi 2017). Suomennosta ”itsestä etääntyminen” käytetään myös vuonna 2003 perustetun Suomen Logoterapiainstituutin opetuksessa ja sen julkaisemassa kirjallisuudessa (www.logoterapia.fi).^{46B}

Selbst-Distanzierung on Franklin luoma uudissana (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 367). Se tarkoittaa ihmisen kykyä ottaa etäisyyttä ja arvioida tilaansa tai tilannettaan, esimerkiksi omaa toimintaa, käyttäytymistä, tunteita, olosuhteita; ikään kuin katsoa itseään muiden silmin tai uudesta näkökulmasta (emt., 368). Franklin mukaan (2008, 33) itsestä etääntyminen kuvaa ”vain ihmiselle ominaista kykyä nousta itsensä yläpuolelle”, minkä ansiosta ihminen voi esimerkiksi olla tietoinen itsestään (itsetiedostus), väittää itselleen vastaan, kuunnella omantuntonsa ääntä ja ”valita, miten suhtautuu itseensä. Tällöin hän [ihminen] itse asiassa ottaa kantaa omiin somaattisiin [fyysisiin] ja psyykkisiin

46A Purjo on myöhemmin päätenyt käsitteisiin itseen etääntyminen ja itse-etääntyminen, jotka hän avaa jäljempänä tässä kirjassa.

46B Kirjoittaja kiittää Suomen Logoterapiainstituutin perustaja ja vastuukouluttaja Pirjo Mölleriä arvokkaista huomioista ja tiedoista artikkelin esilukijana.

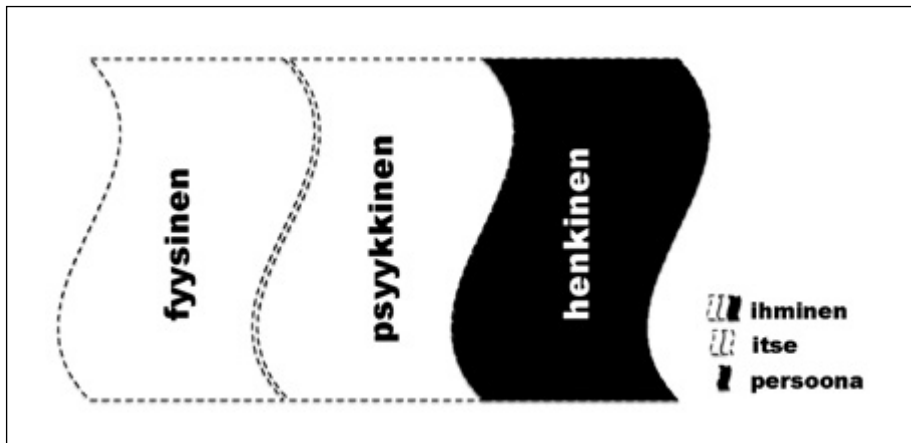
ehtoihinsa ja rajoituksiinsa” (emt.).⁴⁷ Logoterapiassa itsestä etäännyminen on ihmisen olemassaolon antropologinen perusominaisuus, toinen inhimilliselle eli henkiselle ulottuvuudelle ominainen kyky itsen transsendenssin ohella (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 368).

Suomennoksen kannalta keskeistä on se, mitä ”itsellä” (Selbst) ymmärretään käsitteessä Selbst-Distanzierung. Seuraavassa analyysissä lähdekirjallisuutena käytetään yksinkertaisuuden vuoksi lähinnä kahta teosta: *Der Wille zum Sinn* (Frankl 1982), joka sisältää Franklin vuonna 1950 laatimat *Kymmenen teesiä persoonasta*, sekä *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Sachbegriffe, Metaphern, Fremdwörter* (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020). Franklin teesejä pidetään yhtenä hänen keskeisistä kirjoituksistaan (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 529). Billerin ja de Lourdes Stiegelerin sanakirja, jonka ensimmäinen painos ilmestyi vuonna 2008, on puolestaan laajuudessaan ja perusteellisuudessaan ainutlaatuinen logoterapian kentällä. Sanakirjan käyttäjävälisyyttä lisää se, että teoksessa on viittaukset Franklin alkuperäisiin teksteihin.

Persoonaa koskevissa teeseissään Frankl (1982, 108–118) määrittää, että ”persoonaa” on henkinen (4. teesi; emt., 109). Henkinen ”persoonaa” on ihmisen vapaata aluetta (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 28): se voi ottaa kantaa, arvottaa, suhtautua vapaasti kaikkeen (emt., 101) niin itsessä, sosiaalisessa todellisuudessa kuin ulkoisessa ympäristössäkin. Itsestä etäännyttä henkinen ”persoonaa” myös luo sen fyysis-psykkis-henkisen ykseyden ja kokonaisuuden, jota ”ihminen” olentona edustaa (7. teesi; Frankl 1982, 115). ”Persoonaa” voikin kuvata ”ihmisen” henkisen ulottuvuuden toiminnan keskuksiksi (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 293). Se voidaan kuitenkin tuntea tai havaita vain psyyken ja kehon (psykkisfyysinen olemuspuoli) yhteydessä (teesit 4 ja 7; Frankl 1982, 109, 116).

47 Suorat lainat kirjasta *Logoterapia – avain mielekkääseen elämään* (2008), jonka on suomentanut Raija Viitanen. Englanninkielisessä alkuteoksessa *The Will to Meaning. Foundations and Applications of Logotherapy*, jonka Frankl kirjoitti suoraan englanniksi, samat kohdat: ..”the uniquely human capacity to rise above oneself” ... (Frankl 2014b, 5) sekä: ”By virtue of this capacity man is capable of detaching himself not only from a situation but also from himself. He is capable of choosing his attitude toward himself. By so doing he really takes a stand toward his own somatic and psychic conditions and determinants.” (Frankl 2014b, 4).

Suomennos itsestä etäänntyminen perustuu henkisen olemuspuolen erottamiseen psyykkisfyysisestä olemuspuolesta (4. teesi), mikä voidaan tehdä vain heuristisesti eli päättelyyn perustuen (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 101, 204; Frankl 1982, 109). Franklin 8. teesin mukaan henkinen ilmenee vasta, kun persoona astuu ulos (eli etäänntyy) *itsestään ja henkisenä persoonana kohtaa itsensä psyykkisfyysisen organismin muodossa* (Frankl 1982, 116). Tämä kohta teeseissä on merkittävä, koska se sallii kaksi erilaista ”itsen” tulkintaa. Kun henkinen persoona kohtaa itsensä psyykkisfyysisen organismin muodossa, ”itsen” voidaan tulkita viittaavan vain ihmisen psyykkisfyysiseen olemuspuoleen. Vaihtoehtoisesti kohtaamisen voidaan tulkita tapahtuvan ”itsen” sisällä, jolloin ”itse” viittaakin kaikkiin kolmeen olemuspuoleen, fyysis-psykkis-henkiseen. Seuraava kuva havainnollistaa, kuinka käsitteet (henkinen) ”persoona”, ”itse” ja ”ihminen” suhteutuvat logoteoriassa silloin, kun suomennoksena on itsestä etäänntyminen.



Kuvio 1. Käsitteet ”ihminen”, ”itse” ja ”(henkinen) persoona” suhteutettuna fyysiseen, psyykkiseen ja henkiseen olemuspuoleen, kun suomennoksena käytetään ”itsestä etäänntyminen”.

Kuviossa 1 psyykkisfyysinen ”itse” ja henkinen ”persoona” muodostavat kokonaisuuden ”ihminen”. Kuvion tulkintaa tukien Billerin ja de Lourdes Stiegelerin (2020, 368) mukaan itsestä etäänntyminen (kuten myös itsen transsendenssi) voi toimia optimaalisesti, kun henkinen ”persoona” loittonee (etäänntyy)

”itsestä”⁴⁸. Kuitenkin Biller ja de Lourdes Stiegeler määrittelevät myös (emt., 378), että ”itse” on minän mahdollisuuksien avaruus ja tietoisuuden keskus. Siksi ”itsen” ylittäminen tai ”itsensä” huomiotta jättäminen tarkoittaa aina koko ihmistä ja hänen kaikkea elämäkokemustaan.”⁴⁹ Tällöin henkinen ”persoonaa” samaistetaan ”minään” (emt. 143) ja ”itse” merkitsee liikkumatilaa, jossa henkinen ”persoonaa” eli ”minä” voi aktivoitua ja toimia (emt., 367). Toisin sanoen, ”itse” ja ”ihminen” ovat synonyymejä viitaten kumpikin kaikkiin kolmeen olemuspuoleen; fyysiseen, psyykkiseen ja henkiseen. Kun ensimmäinen näkökulma antaa perusteen käyttää suomennosta ”itsestä” etäännyminen, jälkimmäinen mahdollistaa suomennokset ”itsessä” ja ”itseen” etäännyminen.

Biller ja de Lourdes Stiegeler huomauttavatkin (2020, 529), että ”persoonaa” voi Franklin teeseissä viitata joko a) henkiseen ”persoonaan” tai b) ”ihmiseen” fyysis-psykkis-henkisenä olentona. Lisäksi ”minä” (Ich) voidaan ymmärtää logoterapiassa kahdella tavalla: ”minä” voidaan joko samaistaa henkiseen persoonaan tai ”minä” voi olla jotain, jonka henkinen persoonaa ylittää (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 143–44). Perimmiltään nämä epätarkkuudet ovat myös erilaisten suomennosmahdollisuuksien taustalla. On myös huomionarvoista, että Frankl muotoili *Kymmenen teesiä persoonasta* keskustelun alustukseksi Salzburgin yliopistoviikoille vuonna 1950, ei kirjalliseen teokseen (emt., 528–29).

Franklin teesit tarjoavat siis kaksi mahdollisuutta ymmärtää käsite ”itse”. Suomennos ”itsestä etäännyminen” painottaa ihmisen henkisen olemuspuolen laadullista erilaisuutta (esimerkiksi intentionaalisuus, avoimuus, alkuperä henkisessä tiedostumattomassa) suhteessa psyykkisfyysiseen olemuspuoleen. Suomennos korostaa myös sitä, että valintoihin kykenevä henkinen ”persoonaa” on fyysisyyden ja aistillisuuden tuolla puolen (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 297) ja että nimenomaan ”persoonaa” avaa ”ihmiselle” mahdollisuuden tulla toisenlaiseksi kuin mitä hän tällä hetkellä on (emt., 294). Oletan, että suomennoksella itsestä etäännyminen on myös haluttu korostaa ihmisen henkisen

48 *Bei beiden [Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz] muss die notwendige Distanznahme der geistigen Person zum Selbst (siehe dort) dominieren, sollen sie im konkreten Fall optimal wirken können (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 368)*

49 *Das Selbst ist in logotherapeutischer Sicht der Möglichkeitsraum des Ich und das Bewusstseinszentrum. Deshalb ist bei der Überschreitung, des Selbst oder der Absehung vom Selbst immer der ganze Mensch und damit die gesamte Fülle seiner Lebenserfahrungen gemeint (Biller & de Lourdes Stiegeler 2020, 378).*

ulottuvuuden laadullista erilaisuutta Freudin psykoanalyysin ”minään” (egoon, saksaksi Ich) nähden, jolloin on luontevaa rinnastaa ”itse” vain psyykkisfyysiseen olemuspuoleen. Kun vielä arkikäytössä käsitteet ”itse”, ”minä” ja ”ihminen” ovat lähes synonyymejä – todellisuus, jonka logoterapeutti kohtaa asiakastyössä – syntyy tarve luoda selkeä ero ihmisen psyykkisfyysisen olemuspuolen ja henkisen olemuspuolen välille. Koska ihmisenä olemisen henkinen ulottuvuus on juuri se olennainen lisä, jonka logoterapia tuo perinteiseen ja edelleen vallitsevaan käsitykseen ”ihmisestä”, ”itsestä” tai ”minästä” (niin psykoterapiassa, psykologiassa kuin niin sanotussa arkiymmärryksessäkin), tuo suomennos ”itsestä etäänntyminen” tämän inhimillisen ulottuvuuden mielestäni parhaiten esiin.

Suomen Logoterapiainstituutin käyttöön suomennos itsestä etäänntyminen on vakiintunut Elisabeth Lukasin Suomessa 1980–90-luvuilla pitämien logoterapiakoulutusten ja niissä käytyjen keskustelujen perusteella⁵⁰. Logoterapian ammatillisten erikoistumisopintojen toteuttajina tässä lähteenä käytetyn sanakirjan julkaissut Sddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse ja Suomen Logoterapiainstituutti Oy kuuluvat samaan katto-organisaatioon FLP-EU (Föderation Logotherapie Profession – Europa), jonka tehtävänä on varmistaa siihen kuuluvien organisaatioiden noudattavan yhteismitallista ja alkuperäistä eurooppalaista logoterapian koulutusjärjestelmää.

Yhteenvetona totean, että suomennos itsestä etäänntyminen korostaa ihmisen olemuspuolten ontologisia eroja, kun taas suomennokset itsessä ja itseseen etäänntyminen painottavat ihmisen antropologista ykseyttä (Frankl 2008, 37–38). Logoterapiassa kumpikin, sekä ihmisen moninaisuus että ykseys, ovat samanaikaisesti tärkeitä. ■

50 Suomen Logoterapiainstituutin perustajista Tuula Katainen ja Pirjo Möller osallistuivat Lukasin kursseille ja rakensivat hänen kannustamaan pitkäkestoisen logoterapeuttikoulutuksen Suomeen vuodesta 1996 alkaen. Lukasin materiaalien ja ohjeiden perusteella koulutusta täydennettiin vähitellen ja se siirrettiin Muurlan evankelisesta opistosta vuonna 2003 vasta perustettuun Suomen Logoterapiainstituuttiin. Instituutin perustehtävä on FLP-EU:n edustajana pitkäkestoisen logoterapiakoulutuksen tarjoaminen, koordinointi ja kehittäminen Suomessa.