

# TOIVO

## Tarvitaan toinen, jotta voi syntyä ”kolmas”

Sairaalapapin ajatuksia toivosta

Inhimillinen elämä on tehty toivosta. Näin kuulee sanottavan.

Toivosta puhutaan ja sanotaan paljon. Se vilahtelee keskusteluisamme usein sivulauseissa tai se voi tulla ilmaistuksi vaikka vain yhdessä pienessä sanassa. Se on koko ajan läsnä, vaikkemme sanoisi sanaa ”toivo” ääneen. Se on kudottuna tähän kaikkeen. Mikä on tämä merkillinen todellisuutemme rakennusaine?

## Hyveajattelu

Yhden vihjeen toivon ymmärtämiseen tarjoaa apostoli Paavali linjatessaan (1. Kor. 13) kristilliseksi hyveiksi uskon, toivon ja rakkauden. Antiikin kulttuurissa puhuttiin klassisista hyveistä, jotka olivat ihmislouonteeseen liittyviä ominaisuuksia tai piirteitä. Filosofi Aristoteleelle tärkeää oli hyveiden harjoittaminen ja niihin kasvattaminen.

Paavali muutti näkökulmaa. Kristillisten hyveiden kohdalla ei ollut kyse ihmisen luonteenpiirteistä tai oikeasta tiedosta, vaan Jumalalta tulevista lahjoista. Tästä syystä luemme Paavalin hyveajattelua ensisijaisesti teologisesti tai hengellisesti, mutta voimme lukea sitä ja lähestyä toivoa myös nykyaikaisen ihmismielen tuntemuksen ja kehityspsykologian näkökulmasta.

## Jumalallinen ja inhimillinen toivo

Suomen kielen toivo-sanana pohjana on muinaisintian sana *daiva*, joka voidaan kääntää ilmaisuilla "jumalilta tulevaa" ja "jumalallinen". Agricolan sanastossa toivo ja toivominen esiintyy hartaan haluamisen, odottamisen ja luottamuksen merkityksissä. Englannin kielen *'hope'* ja saksan *'Hoffen'* liittyvät hyppäämistä merkitseviin sanoihin. Jokainen tietää, miten hyvää hartaasti odottava lapsi hyppii innosta!

Toivoa voidaan pitää tunteena, mutta tunteet ovat melko vaikeasti selitettävissä olevia ilmiöitä aineellisen ja aineettoman todellisuuden rajapinnalla. Tunne on elämyksellinen, mielensisäinen tapahtuma ja emootiota pidetään tavallisesti tunteista puhuttaessa yläkäsitteenä. Tunnelmaa tai mielialaa (eng. *mood*) ei lasketa emoo-

tioksi, koska niillä ei ole kokemuksen kohdetta. Toivolla voi olla tietty kohde, mutta se voi olla myös yleistä toiveikkuutta. Siksi joidenkin tutkijoiden käyttämä ilmaus toivosta *avoimuutena* (erilaisten mahdollisuuksien eli vaihtoehtojen tajuamista ja vastaanottamista) on mielestäni hyvä ilmaus.

Toivo voidaan ymmärtää myös substantiivina ja verbinä. Substantiivina toivo viittaa ihmisen ulkopuolella olevaan toivon kohteeseen ja toivo verbinä kertoo toivovan ihmisen sisäisestä todellisuudesta. Sairaalassa toivo ja toivottomuus näkyvät substantiivisessa merkityksessä parantavien hoitojen onnistumisessa tai epäonnistumisessa. Toivo on tällöin hoitajien ja lääkäreiden "käsissä" ikään kuin ennalta määrättyä, ja se voi myös passivoittaa potilaan. Verbinä ymmärrettynä toivo(-minen) viittaa ihmisen sisäiseen todellisuuteen, avoimuuteen ja toimintaankin. Tällöin siihen kytkeytyy myös motivaatio, tunne, kyvykkyys ja suuntautuneisuus joltakin kohti. Nämä kaksi toivon tasoa ovat vastavuoroisessa yhteydessä toisiinsa.

Vaikka toivo on elämäntutkimuksellinen ja ihmisen olemassaoloon liittyvä käsite, lääke- ja hoitotieteiden parissa siitä on kirjoitettu paljon ja todettu lähes rutiininomaisesti, että potilaan omalla toivolla on tärkeä rooli paranemisessa ja jaksamisessa.

Toivon lähikäsitteitä ovat toivottomuus ja epätoivo, joista edellinen on jälkimmäisen esiaste. Toivo ja optimismi eroavat toisistaan siinä, että toivo ottaa paremmin huomioon elämään sisältyvän epävarmuuden. Biologisesti toivo syntyy ns. sosiaalisissa aivoissa aivojen etulohkon alueella.

Tiivistettynä toivo voidaan ymmärtää kaksitasoisena ilmiönä, *yleisenä* ja *yksityiskohtaisena* (vrt. verbinä ja substantiivina),



Kuva: Artturi Kivineva

jolla on kuusi ulottuvuutta: tunne-, tiedollinen-, toiminnallinen, suhde-, ajallinen ja tilannekohtainen ulottuvuus. Yhdessä ne painottavat, että toivova ihminen elää ja toimii ruumiillisena olemassaolona tietys- sä ajassa ja paikassa vuorovaikutuksessa toisten kanssa.

## Sisäinen toivo

Sairaalasielunhoidon perustehtävänä on rohkaiseminen toivoon. Sairaalapap- pina työskentelen erityisesti toivon tunne- ja suhdeulottuvuuksilla. Voin rohkais- ta toista toivoon sanojen avulla, mutta merkittävää on se, mitä minun ja autet- tavan välisessä kokonaisvaltaisessa vuoro- vaikutuksessa tapahtuu. Työ on myös tunteiden vastaanottamista, jakamista, näyttämistä, tunteiden näyttämiseen roh- kaisemista ja mahdollistamista. Tunteiden avulla voimme ymmärtää toisen ihmisen mieltä, tulla itse ymmärretyksi ja kokea yhteenkuuluvuutta.

Parantumattomasti sairaat ovat ku- vanneet toivoa sisäiseksi voimaksi, joka mahdollistaa nykyisen tilanteen ylittämi- sen kohti jotakin uutta. Toivon olemus paljastuukin usein juuri epätoivon kes- kellä. Toivo sisäisenä voimana väistämät- tömän kuoleman edessä voi näyttäytyä ristiriitaisena. Ja vaikka toivo on jotakin hyvin henkilökohtaista ja liittyy ihmisen omaan sisäiseen maailmaan, sen syntymi- nen edellyttää toista ihmistä ja – nyt tu- lemme takaisin Paavaliin – rakkautta.

Ihmisen varhaiseen kehitykseen kuuluu representaatioiden eli sisäisten mieliku- vien synty. Vauvan mieleen jää muistijälkiä kaikista mielihyvän kokemuksista äitinsä kanssa, ja kun näitä jälkiä on syntynyt riit- tävästi, lapsen minuus alkaa eriytyä. Vähi- tellen myös sisäiset objektit, sisäiset äiti ja isä, muodostuvat ja vakiintuvat. Näin

äiti voi säilyä lapsen mielessä, vaikka äi- ti ei olisi paikalla, ja lapsi kykenee ”aut- tamaan itseään”, kun äiti on sisäistettynä mielikuvana hänen mielessään. Näin hoi- va kutoo toivon sisään inhimilliseen ole- massaoloomme.

Elämänsä vaikeuksissa ja haasteissa ih- minen palaa sisäistettyihin mielikuviansa ja etsii toivoa myös voitetuista vaikeusis- ta. Samalla vaikeudet pakottavat ihmistä psyykkiseen työhön, jolloin voi löytyä yh- teyksiä vaikkapa omaan avuttomuuteen ja tarvitsevuuteen. Kun ihminen sitten saa apua, tämä hyvä auttamiskokemus sisäistyy jälleen hänen mieleensä. Näin hyvä auttamissuhde voi synnyttää kan- nattelua: kahden ihmisen välisestä suh- teesta voi syntyä ”kolmas”, mutta sisäis- tä toivoa, joka merkitsee ihmisen sisäistä luottamusta hyvän yhteyden paluuseen.

Näin tahdon tulkita myös Paavalin aja- tusta rakkaudesta suurimpana voima- na, joka mahdollistaa uskon ja toivon eli luottamuksen hyvän yhteyden paluuseen myös Jumalan kanssa.

Artturi Kivineva  
Johtava sairaalapastori, työnohjaaja,  
työyhteisökonsultti  
Seinäjoki

