

Hyvä Sanoma

N:o 6-7/2008
5,00€

**Psykiatri Juha
Kemppinen:**
"Ilman
pyhyyttä
mieli
saastuu"

Maria Kaisa Aula
lobbaa lasten puolesta

Tyttökatraan isä Mika Karola:

Perhe haastaa ja kasvattaa

**Paras on
edessä** 

Päihdepsykiatri Juha Kemppinen

Ihminen tarvitsee pyhyyttä

Mitä tapahtuu, kun auktoriteetit murenevät eikä mikään ole enää pyhää niin kuin ennen? Kahdenkymmenen vuoden kokemus päihdepsykiatrin työstä on saanut Juha Kemppisen toteamaan, että voidakseen hyvin ihminen tarvitsee pyhyyttä.

TEKSTI JA KUVAT: SIRPA JUVONEN

Miten päihderiippuvuudet ja psyyken ongelmat liittyvät auktoriteettien murenemiseen ja pyhyyden katoamiseen? Hyvä kysymys. Etelä-Karjalan keskussairaalassa Lappeenrannassa työskentelevä psykiatri **Juha Kemppinen** on alkanut pohtia näitä asioita kuunnellessaan potilaitensa tarinoita kahden vuosikymmenen aikana.

Kemppinen lähtee purkamaan vyyhteä tämän päivän liberaalista ajattelutavasta.

– Tuntuu siltä, että nykyään kaikki saavat ajatella mitä vain, kaikki on sallittua ja kaikki on yhtä oikein. Kun olen työssäni seurannut ajattelun liberalisoitumista ja sen seurauksia, olen tullut siihen tulokseen, ettei tällainen kehitys ole hyväksi, Kemppinen toteaa.

Hän seuraa innokkaasti aiivotutkimusta ja uskoo, että pohjaa edellä esitetylle mielipiteelle löytyy myös siltä.

– En osaa nimetä tarkkaan kyseistä aivorakenneteoriaa, mutta olen huomannut, että jos ihmisellä ei ole mitään, mitä mieli kunnioittaa ja pitää pyhänä, niin siitä ei hyvää seuraa. Jotkut tervehtivät maallistumista ilolla, mutta minusta näyttää siltä, että sen myötä olemme menettämässä jotain todella tärkeää.

Kun mieli saastuu

Kunnioitus ja pyhyys ovat asioita, jotka tulevat ihmisen elämään aidoimmillaan uskonnon kautta. Kemppinen sanoo, että on toki muitakin asioita, jotka voivat täyttää tätä tarvetta. Luonnon ja toisten ihmisten kunnioittaminen ovat esimerkkejä tästä.

– En tiedä, miten kunnioittaminen ja pyhyyden kokemus saataisiin palautettua niille kuuluvaan asemaan, mutta sen uskallan sanoa, että ihminen ei voi hyvin, jos hänellä ei ole mitään, mitä kunnioittaa.

Juha Kemppinen on löytänyt tukea ajatteluunsa kirjallisuudesta. Yhdysvaltalaisen runoilijan **Robert Blyn** tekstit ovat antaneet hänelle oivalluksia. Kirjassaan *The Sibling Society* (Sisarusten yhteiskunta) Bly kuvaa mielen saastumista tavalla, jonka Kemppinen allekirjoittaa.

– Kun ei ole mitään kunnioitettavaa, ei vanhempia, ei maallista järjestystä eikä mitään muutakaan, niin ihmisen mieli alkaa saastua. Olen itse ollut kapinallinen ja tie-

dän hyvin, mitä tämä tarkoittaa. Työssäni näen, että mielen saastuminen saa ihmisen voimaan huonosti ja turvautumaan herkemmin alkoholiin, huumeisiin, hullun lailla laihduttamiseen ja muihin vastaaviin asioihin.

Kemppinen, joka on paitsi psykiatri myös yhteiskuntatieteilijä, arvelee ettei meillä ole vielä ymmärretty, mitä maallistumisen ja liberalisoitumisen myötä on menetetty. Ne asiat alkavat ehkä vasta paljastua. Hän sanoo ymmärtävänsä helposti, että esimerkiksi sääntöjen puuttumisesta ei seuraa mitään hyvää.

Kun Kemppinen jatkaa ajatuksen kulkua eteenpäin, hän tulee siihen päätelmään, että pyhyyden kokemuksen puuttuminen johtaa muun muassa luonnon saastumiseen. Toisin sanoen, jos luontoa ei tarvitse kunnioittaa, siitä ei tarvitse pitää huoltakaan.

Kaaokseen on vaikea rakentaa uutta

Olisiko yhteiskunnassa syytä katsoa nöyrästi tosiasioita silmiin ja todeta, että ehkä kristilliset arvot elämän ohjenuorana sittenkin loisivat pohjaa ihmisten kaikinpuoliselle hyvinvoinnille?

Juha Kemppinen on sitä mieltä, että asiaa sietäisi pohdita ennakkoluulottomasti. Jos ajatellaan esimerkiksi hyviä käyttäytymistapoja ja toisten ihmisten huomioon ottamista, niiden yhteys Raamattuun on selkeä. ”Niin kuin te tahdotte ihmisten tekevän teille, niin tehkää te heille.” Tämä Jeesuksen opetus on yksi esimerkki asiasta.

Kemppinen törmää käyttäytymissääntöjen rapautumiseen työssään jatkuvasti.

– Olen päihdepsykiatrina aika vaativa. En anna ihmisten hyppiä silmilleni esimerkiksi sen takia, että heillä on niin huono olo. Olen tavannut paljon nuoria ihmisiä, joille kukaan ei ole koskaan sanonut: ei käy. Kun minä sen sanon, saan heidän raivonsa ja vihansa päälleni. Kuitenkin ainoastaan rajojen kautta voi syntyä jonkinlaista rakkautta ja mahdollisuuksia uuteen.

Kristillisten arvojen esillä pitäminen perhe-elämässä terveellä tavalla tuottaa Kemppisen näkemyksen mukaan hyviä tuloksia. Hän sanoo, että jos ihminen on saanut lapsuudessaan sopivasti sekä rajoja että rakkautta ja vapautta, hänen toipumisensa on huomattavasti helpompaa, tapah-

Etelä-Karjalan keskussairaalassa päihdepsykiatrina työskentelevä Juha Kemppinen on huomannut työnsä kautta, miten huonoa satoa yhteiskunnan maallistuminen ja liberalisoituminen tuottavat.

LÄÄKÄRI

2



tuipa elämän varrella mitä tahansa. Äärimmäisen tiukat rajat taas tuottavat syyllisyyttä, neuroottisuutta ja pakko-oireita. Kaikeksi onneksi tällaista ei enää esiinny niin usein kuin aikaisemmin.

– Jos ihmisen mielessä on täysi kaaos, sinne on vaikea rakentaa mitään uutta, Kemppinen toteaa.

Isättömyys saa tarttumaan pulloon

Pohja lapsen tasapainoiselle kehitykselle luodaan varhaislapsuudessa.

– "Aivojen kovalevy" säädetään kolmen ensimmäisen elinvuoden aikana, ja kuuteen ikävuoteen mennessä 95 prosenttia siitä on valmiina. Murrosiässä ratoja laitetaan aika tavalla uusiksi, mutta ensimmäiset vuodet ovat kylä erittäin merkittäviä.

Kemppisen työskentelytavan taustalla on ratkaisukeskeinen terapiakoulutus, jossa ei silmäillä kovin paljon taaksepäin, vaan pyritään suuntaamaan katse tulevaan. Silti hän pitää selvänä, että monet asiat juontavat juurensa lapsuudesta. Tämä näkyy potilaskunnassa. »»

” En tiedä, miten kunnioittaminen ja pyhyiden kokemus saataisiin palautettua niille kuuluvaan asemaan, mutta sen uskallan sanoa, että ihminen ei voi hyvin, jos hänellä ei ole mitään, mitä kunnioittaa.

» – Meidän osastollamme on potilaina alkoholistiperheitten lapsia ja koulukiusattuja. Nämä ovat kaksi isointa ryhmää, Kemppinen kertoo.

Ongelmien taustalta löytyy monia asioita. Eräs iso sellainen on isättömyys, josta Juha Kemppinen on puhunut ja kirjoittanut paljon. Hänen havaintojensa mukaan jokseenkin kaikki päihdeongelmiin ajautuneet miehet ovat eläneet epäterveessä isäsuhteessa. Usein kyse on siitä, että isät toteuttavat sellaista miehen mallia, joka antaa pojille kokemuksen isättömyydestä. Pojat jatkavat samaan tapaan omien poikiensa kanssa, ja näin isättömyyden ongelma siirtyy sukupolvelta toiselle.

On myös poikia, joilla ei ole konkreettisesti isää lainkaan, ja joiden kasvuympäristössä ei ole miehiä. Erityisesti miespuolisten päihdepotilaiden kohdalla on selkeästi nähtävissä, että kun poika kasvaa äidin kanssa ilman tervettä miehen mallia, seurauksena on erilaisia ongelmia. Pojasta voi tulla prinssi, joka saa anteeksi, tekipä mitä vain. Äiti suurin piirtein silottelee hänen tiensä.

– Tällainen prinssipoika ei tule miesten kanssa kunnolla toimeen. Naisten kanssa hän pärjää vähän paremmin, mutta sisimmässään hän jää helposti halveksimaan naisia. Hän ei löydä paikkaansa mistään. Viina tarjoutuu hänelle ystäväksi ja kumppaniksi tähän ristiriitaan, Kemppinen sanoo.

Missä on isän paikka?

Myös isättömyyden ongelma selittyy Juha Kemppisen mukaan osin yhteiskunnan maallistumisen kautta.

– Isälle ei nykyään tarjoutu kovin helposti roolia perheessä. Kun Jumala ja isä pudotettiin asemasta, joka heillä oli, niin sen seurauksena isällä ei ole perheessä tunnustettua paikkaa. Ja jos äiti murentaa isän aseman haukkumalla, solvaamalla tai

tulemalla huonosti toimeen, miehelle ei jää mitään, minkä varaan hän voisi rakentaa roolinsa. Kaikki hyväksyvät sen, että hän käy työssä ja tuo rahaa, mutta mikä hänen paikkansa muuten on?

Nykyisät tekevät paljon töitä ja ovat sen vuoksi poissa kotoa. Sitä kautta tunneside lapsiin jää helposti ohueksi. Kemppinen arvelee, että ilmiö on tänä päivänä varsin yleinen. Ja kun isällä ei ole äidin tavoin selkeää asemaa perheessä, miten hän voisikaan saada yhteyden lapsiinsa?

Kemppinen viittaa psykiatri **Mark Epstein**iin, joka on kirjoittanut muun muassa puolison kunnioittamisesta. Toisinaan turhaudumme siihen, ettemme saa muilta ihmisiltä sitä, mitä kuvittelemme tarvitsevamme. Epsteinin mukaan tähän turhautumiseen kätkeytyy kuitenkin mahdollisuus oman itsensä voittamiseen. ”Sillä hyväksyessämme sen, että yksikään aikuinen henkilö ei voi tyydyttää kaikkia tarpeitamme, meille avautuu mahdollisuus arvostaa kumppaneitamme sellaisina kuin he ovat eikä sellaisina kuin toivoisimme heidän olevan.”

Puolisoiden on sovittava roolinsa

Kemppinen sanoo, että naiset ovat oppineet omimaan tällaisen perhekuvioiden eivätkä ehkä ole osanneet ottaa miestä siihen mukaan. Toisaalta saattaa olla, että miehetkään eivät ole osanneet ottaa paikkaansa.

– Tässä palaamme jälleen toisen ihmisen kunnioittamiseen ja arvostamiseen. Mitä pitemmästä suhteesta on kysymys ja mitä vanhemmiksi tullaan, sitä selkeämmäksi tulee ero miehen ja naisen välillä ja sitä suuremmaksi kasvaa vaatimus kunnioittaa puolisoa sellaisena miehenä tai naisena kuin hän on.

Kemppinen ei usko toimivalle perheelä löytyvän yhtä ainoaa oikeaa mallia. Miehen ja naisen on sovittava roolinsa, paik-

kansa ja työnjakonsa keskenään ja tuettava toisiaan näissä päätöksissä. Kukaan ulkopuolinen ei voi mennä sanomaan, miten heidän tulisi nämä asiat järjestää.

– Tapaan työssäni vanhempia, jotka ovat eri mieltä siitä, mitä heidän lapsensa suhteen pitäisi tehdä. Kun ongelmia tulee, puoliset riitaantuvat ja lapsi pääsee oireensa vuoksi ylimmäksi vallan kahvassa. Hän alkaa hallita perhettä oireellaan – käyttäytymishäiriöllä, huumeiden käytöllä tai jollain muulla – ja vanhemmat häkeltyvät.

Tällaisessa tilanteessa on tärkeintä palauttaa voimaan se, että isä ja äiti tekevät päätökset. Suuri osa ihmisistä ei Kemppisen mukaan ymmärrä, että voidakseen elää hyvää elämää ihmisen on pitänyt psykologisesti hävitä vanhemmilleen.

Omat Getsemanet käyty läpi

Päihdepsykiatri ei ole virallinen termi, mutta se kuvaa Juha Kemppisen mukaan hyvin hänen työtään. Oman elämänsä hän pohjaa kristilliselle vakaumukselle. Se löytyi aikoinaan taistelun kautta.

Vaikka molemmat vanhemmat pitivät esillä uskonnollista vakaumusta, Kemppisellä oli kuitenkin ateistinen kausi kahdeksastatoista ikävuodesta eteenpäin.

– Syynä oli ankara jumalakuva yhdistyneenä siihen havaintoon, että vanhemmat eivät olleetkaan täydellisiä. Nuorena miehenä en voinut hyväksyä sellaista. Nyt kun minulla on omia lapsia, tajuan syvästi, mistä siinä on kysymys.

– Kun ihminen menestyy elämässä hyvin, hän luulee selviytyvänsä omassa varassaan. Siihen ateismi sopii hyvin. Mutta kun vanhenee, niin huomaa, ettei elämä menekään niin.

Kemppinen uskoo vakaumuksensa heijastuvan työhön.

– Koska en ole omassa varassani, minulle ei tule epätoivoista tilannetta, jossa en tiedä, mitä tehdä. Kun ihminen on käynyt omat Getsemanensa, hän voi luottaa siihen, että aina selviää.

Samaa taustaa vasten selittyy myös toivon jakaminen, joka on Kemppisen työssä olennainen asia.

– Vaikeina hetkinä auttaa Jeesuksen rukous: ”Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, armahda minua syntistä.” Koetan myös miettiä, miten kiitollinen olen elämästäni. Väitän, että nämä kaksi ovat yhtä hyviä apuja kuin masennuslääkkeet ja ahdistuslääkkeet, vaikkakaan eivät yhtä muodikkaita nykyisin. □

- Jos ihmisen mielessä on täysi kaaos, sinne on vaikea rakentaa mitään uutta.

