

Tarina elämästä – elämä tarinasta

Reflektiivinen kirjoittaminen elämänhallinnan tukena,
esimerkkitapauksena kirjailija Karen Blixen

Tuuli Jokivartio
Pro gradu -tutkielma
Sosiaalitieteiden laitos
Yhteiskuntapolitiikka
Helsingin yliopisto
Toukokuu 2016



HELSINGIN YLIOPISTO
HELSINGFORS UNIVERSITET
UNIVERSITY OF HELSINKI

Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion – Faculty Valtiotieteellinen		Laitos – Institution – Department Sosiaalitieteiden laitos	
Tekijä □ – Författare – Author Tuuli Jokivartio			
Työn nimi – Arbetets titel – Title Tarina elämästä - elämä tarinasta. Reflektiivinen kirjoittaminen elämänhallinnan tukena, esimerk- kitapauksena kirjailija Karen Blixen			
Oppiaine – Läroämne – Subject Yhteiskuntapolitiikka			
Työn laji – Arbetets art – Level Pro gradu -tutkielma		Aika – Datum – Month and year toukokuu 2016	Sivumäärä – Sidoantal – Number of pages 71
Tiivistelmä – Referat – Abstract <p>Tämän pro gradu -tutkielma käsittelee reflektiivistä kirjoittamista ja sen elämänhallintaa tukevaa vaikutusta. Reflektiivinen kirjoittaminen on yksi kirjallisuusterapian muodoista. Kirjallisuusterapia kuuluu ekspressiivisten terapioiden piiriin ja siinä kirjoittamisesta ja lukemista käytetään apuna oman elämän ymmärtämisessä. Esimerkkitaupuksena tutkielmassa käytetään kirjailija Karen Blixeniä, joka kirjoitti elämäkerrallisia tekstejä sekä reflektiivisellä että metareflektiivisellä tasolla. Tutkielmassa etsitään vastauksia kysymyksiin miten reflektiivinen kirjoittaminen voi auttaa kuntoutumisessa ja minkälaisissa reflektiivisen kirjoittamisen keinoja käyttäen ihminen voi tukea omaa elämänhallintaansa sekä miten Blixen tuki elämänhallintaansa kirjoittamalla.</p> <p>Lähdeaineistona käytetään kahta Blixenin kirjallista teosta: pääosin elämäkerrallista Eurooppalaisena Afrikassa ja Uneksijat-novellia. Näitä tekstejä tulkitaan narratiivisen menetelmän avulla, käyttäen ohjenuorana Anni Vilkon teoksessaan Omaelämäkerta kohtaamispaikkana esittämää tulkinnan metodia. Elämäkerrallisen tekstin tulkinta avautuu silloin teoksessa toistuvan elämänmetaforan kautta. Elämänhallinta määritellään ensisijaisesti J.P Roosin kirjassa Suomalainen elämä esittämän määritelmän avulla jakaen elämänhallinta ulkoiseen ja sisäiseen puoleen. Tässä tutkielmassa tärkeäksi nousee sisäinen elämänhallinta, joka on kykyä selvittää vastoinikäymisistä.</p> <p>Vilkon metodia noudattaen Eurooppalaisena Afrikassa teoksen elämänmetaforaksi nousi Blixenin Keniassa sijainnut maatila, jonka menettäminen oli yksi kirjailijan elämän suurista tragediaista. Uneksijoiden keskeinen metafora on Blixenin oma alter ego Pellegrina Leoni, jonka tekemiä ratkaisuja voidaan pitää selviytymiskeinojen ja elämänhallinnan vertauskuvina. Vilkon jaottelun mukaisesti Blixenin elämä sijoittuu eletyn, <i>Eurooppalaisena Afrikassa</i> kerrotun ja ”Uneksijat” tarinointuneen elämän tasolle.</p> <p>Reflektiivinen kirjoittaminen tarjoaa monenlaisia keinoja kuntoutumisen avuksi. Tulkinnan avulla Karen Blixenin voi todeta saavuttaneen paremman ymmärryksen omaa elämäänsä ja sen tapahtumia kohtaan sekä tuki omaa elämänhallintaansa kirjoittamisen avulla. Kirjallisuusterapialla on paljon käyttömahdollisuuksia kuntoutumisen ja elämänhallinnan tukemisessa.</p>			
Avainsanat – Nyckelord – Keywords Elämänhallinta Narratiivisuus Elämäkerrat Kirjallisuusterapia Reflektiivisyys			

Sisällys

1 Johdanto	1
2 Tarinallinen näkökulma kuntoutuksessa	7
2.1 Elämänhallinta.....	8
2.2 Narratiivinen näkökulma.....	11
2.2.1 Elämäkerta ja elämäntarina.....	14
2.2.2 Narratiivinen tieto.....	15
2.2.3 Kertojan narratiivinen ja reflektoitu identiteetti.....	18
3 Kirjallisuusterapia	20
3.1 Terapeuttinen kirjoittaminen.....	21
3.2 Kirjallisuusterapia elämänhallinnan tukena.....	23
4 Reflektiivinen kirjoittaminen	26
4.1 Fiktionaalinen autobiografia.....	28
4.2 Kertomuksen henkilöt.....	30
4.3 Metaforan merkitys.....	32
4.4 Tarinoitunut elämä.....	33
4.5 Aineisto ja luentatapa.....	33
5 Karen Blixenin elämän kolme kerrottua tasoa	36
5.1 Eletty elämä:.....	36
5.1.1 Blixenin elämänfilosofia.....	38
5.1.2 Tarinankerronnan merkityksestä Blixenille.....	40
5.2 Kerrottu elämä: Eurooppalaisena Afrikassa.....	41
5.2.1 Asuinpaikka.....	42
5.2.2 Kohtalo.....	46
5.3 Tarinoitunut elämä: Uneksijat.....	47
5.3.1 Kirjailijan sivupersoonana Pellegrina Leoni.....	47
5.3.2 Metaforinen kohtalo.....	51
6 Pohdinta	54
7 Johtopäätökset	61
Lähteet.....	67

1 Johdanto

Life is a Narrative nimesi Julia Kristeva (2001) Hannah Arendtia käsittelevän teoksensa vuonna 2001. Narratiivisuus ja narratiivinen lähestymistapa ovat olleet kasvavan mielenkiinnon kohteena jo parin vuosikymmenen ajan (Hänninen & Valkonen 2002, 3). Narratiivista terapiaa käytetään kuntoutumiskeinona, jonka avulla ihmistä autetaan luomaan uusi tarinallinen tulkinta elämälleen (mts. 11). Esimerkiksi Matti Hyvärinen (2004, 297) puhuu kerronnallisesta käänteestä, jolla hän viittaa 1980-luvun alussa tapahtuneeseen tieteellisen mielenkiinnon kääntymiseen kertomuksen ja tarinan puoleen muun muassa yhteiskunta- ja oikeustieteissä sekä psykologiassa. Narratiivisuudella tarkoitetaan tapaa, jolla jollekin tapahtumalle annetaan merkitys kertomalla se, ja toisaalta laajassa mielessä sillä viitataan keskusteluun ja puheeseen (Polkinghorne 2013, 21). Jerome Bruner (1986, 10) pitää narratiivisuutta ihmisten tärkeimpänä tapana muodostaa kokemuksistaan merkityksiä ja hän puhuukin merkityksenmuodostamisprosessista.

Kuntoutuksella tarkoitetaan suunnitelmalliseen toimintaan perustuvaa muutosprosessia, jonka päämääränä on auttaa ihmistä hänen oman elämäntilanteensa hallitsemisessa (Kuntoutusselonteko 2002). Terapeuttisuudella viitataan tässä tutkielmassa toiminnan kuntouttavaan ja eheyttävään merkitykseen henkilölle. Suomen kirjallisuusterapia-alan uranuurtajan Juhani Ihanuksen (2009b, 20) mukaan ennaltaehkäisevät ja kuntouttavat tavoitteet liittyvät kirjallisuuden hoidolliseen käyttöön.

Ihanus kertoo, että kirjoittamisen terapeuttinen käyttö on ollut eniten esillä juuri kirjallisuusterapiassa, jolla on myös yhtymäkohtia muihin narratiivisiin terapioihin. Näille taas on hänen mukaansa tyypillistä, että kertomukset liittyvät enemmän puhuttuun kuin kirjoitettuun kieleen. (Ihanus 2009b, 35.)

Reflektiivisyys on saanut osakseen kiinnostusta viime vuosina niin sosiaalitieteissä kuin muillakin aloilla. Esimerkiksi kirjallisuusterapian parissa työskentelevä psykologi Terhikki Linnainmaa (2009, 49) on todennut, että kirjallisuusterapiassa, kuten kaikissa muissakin terapioissa, reflektiivisyyttä pidetään implisiittisesti läsnä olevana asiana. Hän kirjoittaa, että elämäkertakirjoittamisessa oma elämä ja minuus saavat ilmaisunsa monin eri tavoin, niin biografisesti kuin mielikuvituksen avullakin (mts. 61). Omaa elämäntarinaa kerrotaan usein ainakin osittain vertauskuvin, joita voivat olla esimerkiksi allegoria tai metafora. Esimerkki kirjailijasta, joka kirjoitti

elämästään sekä biografisessa että fiktiivisessä muodossa, on tanskalainen Karen Blixen. Tämän pro gradu -tutkielman alustavana oletuksena on, että kirjoittamisella oli Blixenille eheyttävä ja elämänhallintaa lisäävä, kuntouttava merkitys.

Tämän tutkielman kohteena on kirjallisuusterapia ja tarkemmin ilmaistuna sen osa-alue reflektiivinen kirjoittaminen elämänhallinnan tukemisen keinona.

Elämänhallinnasta käytän ensisijaisesti J.P. Roosin (1987, 66) määritelmää, jonka mukaan elämänhallinta on kykyä ohjailta omaa elämää, vaikuttaa sen kulkuun ja selvittää vastoinkäymisistä.

Kirjallisuusterapia kuuluu ekspressiivisten terapioiden piiriin (Ihanus 2009b, 22). Usein puhutaan myös taide- tai luovuusterapioista. Kirjallisuusterapian tavoitteina ovat itsetuntemuksen lisääminen ja itseilmaisun kehittäminen (Linnainmaa 2005, 11). Ihmisen kohdatessa erilaisia kriisejä elämässään lukemisesta ja kirjoittamisesta voi olla apua tapahtumien työstämisessä (mts. 74). Kyky selvittää vastoinkäymisistä on osa elämänhallintaa. Se taas on taito, jota voidaan oppia ja vahvistaa elämän aikana. (Roos 1987, 65–66.)

Etsin vastausta tutkielman kysymyksiin muun muassa J.P. Roosin, Anni Vilkon, Raimo Raitasalon, Vilma Hännisen, Juhani Ihanuksen, Terhikki Linnainmaan, Celia Huntin ja Fiona Sampsonin sekä Gillie Boltonin tutkimuksista. Roosin ja Vilkon tutkimukset edustavat yhteiskuntapolitiikan näkökulmaa, kun taas Raitasalo on tarkastellut elämänhallinnan tematiikkaa ja Hänninen puolestaan narratiivisuuden aihetta sosiaalipsykologian lähtökohdista.

Ihanus on kirjoittanut ja toimittanut useita kirjallisuusterapiaa koskevia teoksia, joista vuonna 2009 julkaistu *Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen* käsittelee alaa eri näkökulmista ja sisältää muun muassa Linnainmaan artikkelin reflektiivisestä kirjoittamisesta sekä muiden suomalaisten alan edustajien tekstejä. Suomalaisista asiantuntijoista juuri Linnainmaa on Suomessa tarkastellut lähimmin reflektiivistä kirjoittamista. Hän nostaa esiin myös tärkeän eron reflektiivisen ja refleksiivisen kirjoittamisen välillä. Refleksiivisyys on määritelty välittömäksi, subjektiiviseksi oman elämän tulkinnaksi, kun taas reflektiivisyys on jonkin asian tai tapahtuman jälkikäteen tapahtuvaa pohdintaa ja arviointia (Linnainmaa 2009, 49).

Bolton on yksi tämän hetken vaikutusvaltaisimmista kirjallisuusterapia-alan harjoittajista ja hän on julkaissut useita teoksia viime vuosina. Hän on kirjoittanut muun muassa reflektiivisyyden merkityksestä kirjallisuusterapeuttisessa

työskentelyssä (Bolton 2001), terapeutin kirjoittamisen hoitavasta vaikutuksesta (Bolton 2008) ja minuuden eheytyemisestä kirjallisuusterapian avulla (Bolton 2011).

Hunt on pohtinut fiktiivisten elämäkertakirjoittamisen käyttöä ja vaikuttavuutta teoksessaan *Therapeutic Dimension of Autobiography in Creative Writing* (2006). Hunt on kirjoittanut yhdessä Sampsonin kanssa teoksen *Writing. Self and Reflexivity* (2006), jossa he käsittelevät autobiografisen kirjallisuuden ja minuuden asemaa kirjallisuusterapiassa sekä terapeuttien tavoitteiden saavuttamista elämäkerrallisen kirjoittamisen – niin refleksiivisen kuin reflektiivisenkin – avulla.

Hunt on kehittänyt oman fiktiivisen elämäntarinan kirjoittamisen menetelmänsä, jonka päämääränä on itsetuntemuksen lisääminen (Hunt 2006; Linnainmaa 2009, 62). Hunt ja Sampson ovat myös yhdessä toimittaneet teoksen *The Self on the Page. Theory and Practice of Creative Writing in Personal Development* (2005), jossa pohditaan luovan kirjoittamisen potentiaalia terapian työkaluna sekä sen sovelluksia usean eri oman tieteenalansa asiantuntijan näkökulmasta.

Narratiivinen lähestymistapa ja sen hyödyntäminen ihmisen merkityksen muodostamisen, persoonallisen kehityksen, toiminnan ja muutosten tarkastellussa on saanut sijaa 1980-luvun jälkipuoliskolta lähtien (Ihanus 2009b, 33). Hänninen ja Valkonen (2002, 3–4) kertovat narratiivisen lähestymistavan lähtökohtana olevan, että ihmisen omasta elämästään muodostama kertomus on hänen kannaltaan epäedullinen, ja esimerkiksi hoidon tai psykoterapian keinoin häntä pyritään tukemaan uuden, minuutta eheyttävän tarinan muodostamisessa. Tarinan lisäksi olennaista on siis tulkinta ja sen uudelleen muotoileminen.

Hyvärinen (2006) erittelee syitä kertomusten tutkimiseen artikkelissaan ”Kerronnallinen tutkimus”. Hän uskoo, että kertomusten avulla voidaan sekä ymmärtää että hallita menneisyyttä. Toisaalta hän toteaa, että ihmisen identiteetille on ominaista sen rakentuminen kertomuksina. Hän pitää kertomusta erityisesti ajallisuuden ymmärtämistä tukeva tietämisen muotona. Edellä mainittujen lisäksi hän sanoo kertomuksen olevan kommunikaation, jäsentämisen ja vuorovaikutuksen väline. Hän jatkaa sen olevan myös keino vastata kysymykseen ”Kuka minä olen?” Hyvärinen vieroksuu ajatusta, että kertomukset avaisivat ikkunan ihmisen subjektiiviseen kokemukseen. Hänen mukaansa sosiaalitieteiden kertomuksen tutkimuksen idea on sen sijaan niiden kulttuurisesti jaetuissa malleissa, perinteissä ja lajityypeissä. (Hyvärinen 2006, 1–2.)

Tämän pro gradu -tutkielman päämääränä on tarkastella niitä keinoja, joiden avulla ihminen voi tukea elämänhallintaansa reflektiivisen kirjoittamisen avulla, ei niinkään tulkita ihmisen subjektiivisia kokemuksia. Esimerkkitapauksena tarkastelen Karen Blixeniä ja hänen kirjoittamiaan kertomuksia. Painopiste ei kuitenkaan ole siinä, mitä hän mahdollisesti tunsu tai koki, vaan siinä, miten hän käytti kirjoittamista eheytyksen keinona.

Hännisen (2000) mukaan sisäinen tarina syntyy, kun ihminen tulkitsee elämänsä tapahtumat sosiaalisesta tarinavarannosta ammentamiensa aineiden avulla. Tähän tapahtumaan liittyy myös tarinallisen kiertokulun käsite, jonka lähtökohtana on, että sisäinen tarina luodaan vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja ympäristön kanssa. (Hänninen 2000, 21–22.) Reflektiivisyyden on todettu olevan läsnä erityisesti elämäntarinoiden kirjoittamisessa (Linnainmaa 2009, 63). Sillä seikalla, kerrotaanko elämäntarina suullisesti vai kirjallisesti, on oma merkityksensä. Vilkon (1997, 74) mukaan kirjoittaen kerrottujen elämäntarinoiden erityisyys perustuu muun muassa siihen, että niissä kirjallisen kerronnan muodoista tulee luonnollinen osa elämäntarinaa. Bolton (2008, 98) nimeää tärkeäksi erottavaksi tekijäksi sen, että kirjoitettu tarina on kirjoittajan mielen ulkopuolinen objekti toisin kun puhe, joka ei asetu samalla tavalla ulkopuolelle.

Tässä pro gradu -tutkielmassa etsin vastausta kysymykseen, miten ihminen voi tukea elämänhallintaansa reflektiivisen kirjoittamisen avulla. Toisaalta haluan tarkastella, kuinka tämä toteutui esimerkkitapaukseni Blixenin elämässä. Reflektiivinen kirjoittaminen ja sen vaikuttavuus kiinnostavat minua kirjallisuusterapiaohjaajana ja toisaalta kirjoittajataustani takia. Kiinnostukseni Blixeniä kohtaan heräsi noin kaksi vuosikymmentä sitten opiskellessani yleistä kirjallisuustiedettä Helsingin yliopistossa. Blixenin elämänfilosofia sekä erityisesti sen osittainen samankaltaisuus tämän päivän elämänhallintateorioiden kanssa kiinnostavat minua ja herättivät halun tarkastella asiaa lisää.

Blixenin luoma naishahmo Pellegrina Leoni on kiehtonut minua pitkään. Pellegrinaa pidetään monessa tutkimuksessa (mm. Pelensky 1991; Heiskanen-Mäkelä 1979) Blixenin sijaisminuutena. Minua kiinnostaa erityisesti tällaisen kirjallisen sijaisminuuden käytön terapeuttinen merkitys kirjoittajalleen.

Suomessa yhteiskuntapolitiikan kontekstissa omaelämäkerran kirjoittamista ja tulkintaa ovat tutkineet Roos ja Vilko. Roos (1987) on tarkastellut aihetta elämänmuutoksen näkökulmasta teoksessaan *Suomalainen elämä: Tutkimus*

tavallisten suomalaisten elämäkertoista. Pysin noudattamaan Vilkon (1997) teoksessaan *Omaelämäkertä kohtaamispaikkana. Naisen elämän kerronta ja luenta* esittämää luennan ja tulkinnan metodia omassa tulkinnassani, koska pidän tätä naisten kirjoittamia elämäkerrallisia tekstejä analysoivaa menetelmää sopivana myös Blixenin tekstien tulkitsemiseen.

Vilko (1997, 111) on nostanut esiin omaelämäkerrallisen sopimuksen käsitteen, joka kertoo tärkeästä kirjoittajan ja lukijan välisestä vuorovaikutteisesta suhteesta tekstin tulkinnassa. Elämäkertakirjoittamisen kontekstissa Vilkon tarkastelu kohdistuu pitkälti tekstin vastaanottamiseen ja lukemiskokemukseen (mts. 22). Tässä pro gradu -tutkielmassa mielenkiinto painottuu enemmän kirjoittamiseen ja sen vaikutuksiin kertomuksen vastaanoton jäädessä vähemmälle huomiolle. Tarinan tulkitsijana olen kuitenkin vastaanottajan positiossa, ja kertomuksista tekemäni tulkinnat edellyttävät vastaanottoa. Vilkon tulkinnallinen metodi antaa minulle tärkeän ohjenuoran sekä tarjoaa näkökulmia, joita otan huomioon tulkitessani esimerkkitaipaukseni Blixenin kirjoittamaa tekstiä.

Suomessa narratiivista lähestymistapaa ja sen käyttöä uuden, eheyttävämmän tarinan muodostamisessa on tutkinut muun muassa Hänninen (2000), jonka väitöskirja *Sisäinen tarina, elämä ja muutos* nousee tärkeän teoreettisen taustatuen asemaan tässä työssäni. Hännisen tutkimus kuuluu sosiaalipsykologian alaan. Toisen sosiaalitieteellisen tieteenalan tutkimus sopii hyvin yhteiskuntapolitiikan näkökulmaa täydentämään.

Kirjallisuusterapian näkökulmasta reflektiivistä kirjoittamista on toteutettu muun muassa Isossa-Britanniassa. Huntin tutkimukset ovat tärkeä teoreettinen tuki tämän pro gradu -työn näkökulmalle. Hunt ja Sampson (2006) ovat käsitelleet erityisesti reflektiivisen minätarinan kertomista ja sen muodostumista sekä sen merkitystä ihmiselle ja minuuden kehitykselle. Bolton (2001; 2005; 2008; 2011) tarkastelee teoksissaan itsen ja elämäkokemusten kirjoittamisen merkitystä identiteetin eheytykselle. Boltonin teoksissa painottuvat niin teoria kuin käytäntökin. Hän on kirjoittanut muun muassa reflektiivisyyden merkityksestä ammatti-identiteetin muotoutumiselle. Teoriapohja on sovellettavissa myös eheytyksen ja elämäntilanteen tukemisen näkökulmiin.

Blixenillä oli oma elämäntilanteensa, jossa on todettu olevan vaikutteita Friedrich Nietzscheltä, minkä uskotaan heijastuvan hänen tuotannossaan monella tasolla (Thurman 1985, 60). Blixen arvosti ihmistyyppejä, jolla oli kyky selvittää elämän

vastoinikäymisistä. Tämä kirjailijan omaksuma kohtalokäsitys on olennaisen tärkeä hänen omassa elämässään tapahtuneista vastoinikäymisistä selviämistä tarkasteltaessa. Tästä syystä tarkastelen tutkielmassani myös Nietzschen filosofiaa ja sen vaikutusta Blixenin ajatteluun.

Tässä pro gradu -tutkielmassa etsin vastausta kysymykseen, **miten reflektiivinen kirjoittaminen voi auttaa ihmistä kuntoutumisessa ja minkälaisissa reflektiivisen kirjoittamisen keinoja käyttäen ihminen voi tukea omaa elämäntilanteensa.** Tutkin myös narratiivisen tulkinnan keinoin, temaattisen analyysin sekä aiemman tutkimustiedon avulla, **miten esimerkkitapaukseni Karen Blixen vahvisti elämäntilanteensa kirjoittaessaan.**

Luvussa 2 tarkastelen tarinallista näkökulmaa ja sen asemaa kuntoutuksessa. Luku 3 keskittyy kirjallisuusterapiaan ja luku 4 reflektiiviseen kirjoittamiseen. Luvussa 5 käsittelemme esimerkkitapaukseni Karen Blixenin elämää ja tulkitsemme hänen kirjoittamiaan kertomuksia. Luku 6 sisältää pohdintaa ja luku 7 johtopäätökset.

2 Tarinallinen näkökulma kuntoutuksessa

Ihanus (2009b, 20) kertoo, että kirjallisuuden hoidollisen käytön tavoitteisiin voidaan sisällyttää myös kuntoutuksellisia ja ennaltaehkäiseviä päämääriä. ”Kirjallisuusterapian kannalta kirjallisuuden funktiot liittyvät erityisesti minuuden, ihmis- ja ympäristösuhteiden sekä eksistentiaalisten ja eettisten kysymysten käsittelyyn (mts. 18)”, toteaa Ihanus. Kirjallisuuden terapeuttiset käyttötarkoitukset ovat siis moninaiset. Minuuden käsittelyyn liittyy myös ajatus muutoksen mahdollisuudesta.

Ilpo Vilkkumaa (2011) on kirjoittanut, että kirjallisuusterapeutista lähestymistapaa voi käyttää kuntoutuksen kontekstissa apuna oman elämäntilanteenselvittelyyn. Hän väläyttää mahdollisuutta liittää kirjallisuusterapeutin ote, eräänlainen ”kirjallisuusterapiaresepti” tulevaisuudessa kuntoutussuunnitelmiin (Vilkkumaa 2011).

Michael White (2008) on kertonut narratiivisessa työskentelyssä käyttämistään menetelmistä, joita hän kutsuu ”kartoiksi” teoksessaan *Karttoja narratiiviseen työskentelyyn*. White käsittelee teoksessaan myös tarinan uudelleenrakentamista. Hänen mukaansa terapiatilanteessa tarinoita kertovat ihmiset puhuvat ongelmien ja ristiriitojen tarinoita, joiden teemoissa toistuvat menetykset, epäonnistumiset ja kelpaamattomuuden sekä turhuuden tunteet. Tarinan uudelleenrakentaminen on keino, jonka avulla ihminen kykenee jatkamaan elämäntarinaansa ja sisällyttämään siihen uusia elementtejä. Hoitosuhteen kestäessä henkilöä autetaan löytämään vaihtoehtoisia tarinoita, jotka auttavat häntä kohtaamaan elämän vaikeuksia tukevammalta pohjalta. (White 2008, 63-64.) Oman elämäntarinan uudenlaisten tulkintojen löytäminen ja muodostaminen auttavat siis ihmistä vaikeuksien ja vastoinkäymisten käsittelyssä.

Linnainmaa on kirjoittanut, että narratiivisessa terapiassa on tavoitteena saada aikaan muutosta kannustamalla asiakasta luomaan itsestään ja elämästään uusia tarinoita. Muutoksen aikaansaaminen on hänen mukaansa kaikkien terapioiden yhteinen tavoite. (Linnainmaa 2009, 62.) Tarinat ovat siis narratiivisessa terapiassa välineitä, joiden avulla muutosta pyritään saamaan aikaan.

Camilla Asplund Ingemark (2013, 8) toteaa toimittamansa teoksen *Therapeutic Uses of Storytelling* alkupuheessa psykoterapeuttisen toiminnan periaatteena olevan, että jo asioiden ääneen kertominen sinänsä on hoitavaa. Hän kertoo myös joidenkin

vaatimuksia, jotka uhkaavat voimavarojamme. Laukka-Sinisalo määrittelee selviytymisen jatkuvassa muutostilassa olevaksi ajatteluksi ja toiminnaksi. Hän kertoo, että selviytymiselle on olennaista myös se, että se on tietoista ja sillä on selkeä kohde ja tavoite. (Laukka-Sinisalo 1995, 27–28.) Selviytyminen on toimintaa tai prosessi, kun taas elämänhallinta on enemmän ihmisen henkilökohtainen ominaisuus, joka auttaa omasta arjesta ja elämän vastoinkäymisistä selviytymistä. Toisaalta selviytyminen on yksi elämänhallinnan keskeinen elementti.

Raitasalo (1995) käsittelee elämänhallintaa ja sen ilmenemistä psykologin näkökulmasta teoksessaan *Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena*. Hän määrittelee käsitteen seuraavasti: ”Elämänhallinnalla tarkoitetaan stressitilanteiden ja erityisesti niistä tulkittujen uhkaavien ja vahingollisten kokemusten aktivointia ja käsittelyä niin, että niiden aiheuttama ahdistuneisuus lievittyisi” (mts. 33). Hän toteaa sisäisen elämänhallinnan liittyvän ihmisen valmiuksiin kohdata vaikeuksia ja paineita sekä selvitä niistä, kun taas ulkoinen elämänhallinta liittyy ympäristön kykyyn tukea ihmistä vaikeuksissa ja niiden käsittelyssä (mts. 12). Raitasalon mukaan elämänhallintaan vaikuttavia sisäisiä tekijöitä ovat minä, itsetunto, psyykkinen puolustusmekanismi ja persoonallisuus. Minällä tarkoitetaan ihmisen käsitystä itsestään, ja se sisältää sekä tiedostetut että tiedostamattomat arvioinnit. Itsetunto taas tarkoittaa minän hyväksymistä ja kunnioittamista. Psyykkinen puolustusmekanismi on tiedostamaton, minää suojeleva ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen reaktiomalli. (Mts. 69–70.)

Raitasalon ajattelussa keskeisellä sijalla ovat yksilön kohtaamat paineet ja ristiriidat sekä keinot, joilla henkilö olettaa selviävänsä niistä. Hän on palannut elämänhallintateemaan vuonna 1996 julkaistussa katsauksessa *Elämänhallintaa etsimässä* (Raitasalo 1996). Tässä raportissa Raitasalo käsittelee Aaron Antonovskyn elämänhallintaa koskevaa ajattelua sekä elämänhallinnan tutkimussuuntauksia, jotka ovat jakautuneet kahteen: ensimmäisen edustajat ovat pyrkineet kartoittamaan niitä hallintapiiteitä, tyylejä ja taipumuksia, joihin ihmiset turvautuvat stressitilanteissa, kun taas toisen suuntauksen edustajat ovat pyrkineet tutkimaan sitä, miten ihmiset näissä tilanteissa todellisuudessa käyttäytyvät (Raitasalo 1996, 57).

Niin ikään psykologian näkökulmasta elämänhallinnasta on kirjoittanut Liisa Keltikangas-Järvinen, joka toteaa, että tarve hallita elämää on yksi ihmisen perustarpeista (Keltikangas-Järvinen 2008, 252–253). Psykologiassa elämänhallinta nousi hänen mukaansa mielenkiinnon kohteeksi 1970-luvulla (mts. 255). Hän kertoo sillä tarkoitettavan psykologiassa ihmisen pyrkimystä muuttaa niitä olosuhteita, jotka

hän arvioi itselleen liian rasittaviksi tai hänen omat voimavaransa ylittäviksi. Muutos voi kohdistua joko olosuhteisiin tai yksilön omaan tapaan tulkita ja kokea asioita. (Keltikangas-Järvinen 2000, 41.)

Edelleen Keltikangas-Järvisen (2008, 267) mukaan elämänhallinta liittyy sisäiseen autonomiaan, jolla hän tarkoittaa oman itsen ja omien tunnetilojen sekä niistä aiheutuvan käytöksen hallintaa. Tällöin ihmisellä on kysy kontrolloida ulkoisista ärsykeitä aiheutuvia reaktioitaan. Keltikangas-Järvinen (mts. 255) sanoo ihmisen tuntevan olevansa vastuussa elämästään, kun hän kokee voivansa vaikuttaa päätöksillään siihen, mitä hänelle itselleen tapahtuu. Psykologiassa elämänhallinta nähdään psyykkisesti terveen ihmisen ominaisuutena.

Keltikangas-Järvinen (2008, 267) toteaa, että elämänhallinta on myös ihmisen kykyä käsitellä ongelmia niin, etteivät ne tuota stressiä ja käänny sitä kautta somaattisiksi sairauksiksi tai mielenterveysongelmiksi. Ihminen voi siis muuttaa joko ympäröiviä olosuhteita tai omaa tulkintapaansa suojellakseen itseään liialta rasitukselta. Kirsi Heikkonen ja Heinituuli Välikangas (2011,8) ovat pro gradu -tutkielmassaan todenneet Keltikangas-Järvisen kiinnittävän enemmän huomiota elämänhallinnan ylläpitämisen keinoihin kuin itse käsitteeseen. Narratiivisessa lähestymistavassa on päämääränä luoda uusi kertomus, joka sisältää uusia tulkintoja tapahtumista (ks. esim. Heikkinen 2005, 55). Voisi siis ajatella narratiivisen lähestymistavan olevan keino vaikeina koettujen asioiden tulkinnan uudelleen muodostamiseen ja siten elämänhallinnan vahvistamiseen.

Sisäinen elämänhallinta muistuttaa psykologian käsitettä resilienssi. Tapio Juntunen (2014, 8) kuvailee ihmisen osoittavan resilienssiä, kun hän säilyttää toimintakykynsä kriisitilanteesta huolimatta ja kykenee jatkamaan elämäänsä uuteen tilanteeseen mukautumisen avulla. Resilienssi on siis erityisesti toimintakykyisyyteen ja sopeutumiseen liittyvä käsite.

Elämänhallinta on ominaisuus, jonka avulla ihminen voi hyväksyä, ymmärtää ja säädellä omaa elämäänsä sekä käsitellä vastoinkäymisiä. Viimeksi mainittu voi tapahtua niin sisäisesti, asenteiden ja mielikuvien muutoksen kuin sopeutumiskäytöksenkin avulla. Elämänhallintaan liittyy olennaisesti myös vastuun ottaminen. Elämäänsä hyvin hallitseva ihminen kykenee tekemään vaikeitakin päätöksiä ja kantamaan vastuun niiden seurauksista. Yksinkertaistettuna elämänhallinta on osin kykyä positiiviseen ajatteluun, osin kykyä ohjailta ulkoisesti elämäänsä.

Roosin ja Hoikkalan mukaan elämänhallinnasta on kyse myös silloin, kun ihminen tekee arkisia, yksilöllisiä päätöksiä (Roos & Hoikkala 1998, 24). Elämäänsä hallitseva ihminen kohtaa vastoinkäymisensä rohkeasti ja hänellä riittää sisäistä voimaa selvittää niistä.

Tässä tutkielmassa viitataan elämänhallinnasta puhuttaessa ensisäisesti sisäiseen elämänhallintaan, jonka Roos määrittelee kirjassaan seuraavasti: ”Elämän sisäinen hallinta on taas paljon monimutkaisempi asia. Se merkitsee, että ihminen, riippumatta siitä, mitä hänelle elämässä tapahtuu, kykenee sopeutumaan, ’katsomaan asioista parhain päin’, sisällyttämään elämäänsä mitä dramaattisimpia tapahtumia.” (Roos 1987, 66.)

Elämänhallintaa etsimässä -teoksen katsauksessa Timo Rusanen (1996, 77–78) pohtii, mitä seikkoja elämänhallinnassa voisi tutkia, ja hän toteaa sisäisen elämänhallinnan tukemisen keinojen löytämisen olevan haaste elämänhallinnan tutkijoille. Tämän tutkielman päämääränä on tarkastella, miten kirjallisuusterapia ja erityisesti reflektiivinen kirjoittaminen sopivat tällaiseksi elämänhallinnan tukemisen keinoksi.

2.2 Narratiivinen näkökulma

Narratiivisuus on näkökulma, jota on viime vuosina sovellettu monilla eri tieteenaloidilla ja monissa eri käytännön tarkoituksissa. Narratiivinen näkökulma on löytänyt sijaa niin yhteiskuntatieteissä kuin muidenkin tieteiden alueilla (Hyvärinen 2004, 297). Hännisen (2000, 19) mukaan se, että tarinan käsitettä käytetään niin monien eri tieteenalojen jäsenysvälineenä, kertoo sen käyttökelpoisuudesta monenlaisten ihmisen elämään liittyvien ilmiöiden ymmärtämisessä.

Ihanus (1999, 251) puhuu useilla eri tieteenaloidilla tapahtuneesta diskursiivisesta käänteestä, joka on nostanut kertomukset ja narratiivisen ajattelutavan tarkastelun keskiöön viime vuosikymmeninä. Hän kertoo tämän käänteen käynnistyneen 1970-luvulla kirjallisuuden-, kielen- ja kulttuurintutkimusten aloilla ja levinneen niistä yhteiskuntatieteisiin 1980-luvulla, jolloin viittaaminen esimerkiksi teksteihin ja kertomuksiin alkoi olla yleisiä tieteellisten tutkimusten metodina. Saman vuosikymmenen lopulta lähtien narratiivinen näkökulma alkoi yleistyä myös terapiatyöskentelyssä. (Mts. 7.)

Hänninen kertoo narratiivisen lähestymistavan laajentuneen viime vuosikymmeninä nopeasti monelle eri tieteen alalle, kuten sosiaalitieteisiin ja filosofiaan. Hän toteaa narratiivisen tutkimuksen alkuperän olevan kertomuksen analyysissä.

Lähestymistavan keskeisin taustasuuntaus on Hännisen mukaan Ranskassa 1960-luvulla syntynyt narratologia, jota toteuttivat muun muassa Gérard Genette, Alain Greimas ja Claude Levi-Strauss. (Hänninen 2000, 16–18.)

Anna de Finan ja Alexandra Georgakopouloun (2015) toimittamassa teoksessa *The Handbook of Narrative analysis* käsitellään narratiivisen suuntauksen trendejä viimeisen vuosikymmenen aikana. Teoksen alkupuheessa de Fina ja Georgakopoulou toteavat työnsä painopisteen siirtyneen tekstien analysoinnista toiminnan, kuten sosiaalisen interaktion, analysointiin kuluneen vuosikymmenen aikana. He uskovat, että narratiivisen tutkimuksen tulisi keskittyä interaktioon ja paikallisen tason toimintaan, painottaa narratiivisuuden kontekstualisoivaa voimaa sekä sitoutua sosiaaliteoreettisiin kysymyksiin. (de Fina & Georgakopoulou 2015, 3.)

Bolton (2011, 35) toteaa ihmisten olevan tarinoita keksiviä olentoja ja kertomisen olevan tyypillinen tapa lisätä ymmärrystä. Tarinankerronta on siten ihmisille luontainen keino jäsentää elämää ja maailmaa. Kokemusten muotoileminen kertomukseksi auttaa myös kohdattaessa henkilökohtaisia vastoinkäymisiä, kuten sairauksia. Bolton sanookin ihmisten näyttävän hyötyvän kirjoittaessaan sairautensa kertomuksena. (Mts. 35.)

Kirjoittaminen helpottaa ja auttaa ongelmien jäsentämisessä. Ajatus kertomuksen eheyttävästä vaikutuksesta on lähtökohtana myös narratiivisessa terapiassa. Toisaalla Bolton (2001, 5) on sanonut kirjoittamisen olevan reflektion väline, joka ei pelkästään mahdollista reflektointia, vaan myös antaa tilaisuuden ”pysäyttää filmi” ja ”kelata” sitä taaksepäin sekä katsoa joitain kohtia uudelleen, uuden tukinnan valossa. Tällainen menneisyyteen palaaminen ei ole mahdollista todellisessa elämässä. Näin ollen kirjoittaminen antaakin mahdollisuuden elää uudelleen menneitä tapahtumia.

Hannu L. T. Heikkinen (2005) toteaa artikkelissaan ”Tarinan mahti”, ettei narratiivisuus ole sen enempää metodi kuin koulukuntakaan, vaan kyse on hajanaisesti sijoittuneista tutkimuksista, joille yhteistä on se, että ne käsittelevät kertomuksia kiinnittäen huomion niiden luonteeseen todellisuuden tuottajina sekä sen välittäjinä. Heikkinen löytää tieteellisestä keskustelusta ainakin neljä erilaista käyttötapaa narratiivisuuden käsitteelle. Ensinnä sillä voidaan tarkoittaa tiedon prosessia, tietämisen tapaa ja sen luonnetta. Toinen käyttötapana on viitata termillä

tutkimusaineiston luonteeseen. Kolmanneksi voidaan viitata niihin tapoihin, joilla aineistoa analysoidaan. Neljäs merkitys liittyy narratiivien käytännöllisyyteen. (Heikkinen 2005, 47–49.)

Käytettäessä narratiivisuutta psykoterapiassa lähdetään Heikkisen mukaan ajatuksesta, että henkilön itsestään muodostama minäkertomus on hänen kannaltaan epäedullinen, ja häntä pyritään terapian keinoin auttamaan uuden kertomuksen muodostamisessa. Heikkinen toteaa, että tällöin on kyse narratiivisuuden käytännöllisestä merkityksestä. Tässä merkityksessä tarinan totuudellisuudella ei ole niin paljon merkitystä kuin niiden toimivuudella. (Heikkinen 2005, 55.) Tämä muistuttaa Heiskanen-Mäkelän (1979, 24) kertomaa Blixenin ajatusta siitä, että todellista historiaa on vain se, joka kerrotaan tarinana, sillä vain tarinan muodossa historialla on paljailta tosiasioilta puuttuva merkitys.

Narratiivisuuteen sisältyy tarinallisen kiertokulun käsite. Tämän ajattelutavan mukaan tarinoiden ja ympäröivän todellisuuden välillä toteutuu spiraalimainen liike, kun tarina, joka saa rakennusaineensa ympäröivästä todellisuudesta, palautuu siihen yhä uudestaan. Tähän teoriaan kuuluu osana myös sisäisen tarinan käsite, joka liittyy ihmisen sisäiseen, omasta elämästä tulkintoja tekevään prosessiin. (Hänninen 2000, 20.) Tämä prosessi tapahtuu ihmisen sisäistämän sosiaalisen tarinavarannon avulla. Ihminen poimii tästä yhteisestä tarinapankista kertomuksia elämänsä aikana ja muodostaa niistä oman henkilökohtaisen tarinavarastonsa (mts. 21). Näin henkilökohtainen tarinavaranto on kunkin yksilön valikoinnin, muistamisen ja unohtamisen seurauksena syntynyt kokonaisuus, joka on lainattu sosiaalisesta tarinavarannosta.

White kertoo narratiivisten metaforien merkityksestä. Hänen mukaansa vertauskuvat palvelevat ihmistä hänen antaessaan elämäkokemuksilleen merkityksiä muuttamalla ne käsitettävään muotoon. White toteaa kertomuksen rakenteen toimivan kehyksenä jokapäiväiseen elämään liittyvälle merkityksenannolle. Hänen mukaansa kirjallisen tekstin rakenne on rinnastettavissa päivittäisessä elämässä tapahtuvalle merkityksenannolle. (White 2008, 81–82.) Kertomus kulkee siis rinnalla alati ja on läsnä arkielämässä tapahtuvassa merkityksenannossa, jossa narratiiviset metaforat ovat apuna.

2.2.1 Elämäkerta ja elämäntarina

Elämäkerta ei ole pikaruoka, vaan pitkä illallinen monine ruokalajeineen, vertaa kirjailija ja kirjoittamisen opettaja Natalie Goldberg (2006, 43), joka on kirjoittanut muun muassa kirjoittamisoppaat *Luihin ja ytimiin* (2004) sekä *Lukeva mieli* (2006).

Suomessa elämäkertoja yhteiskuntapolitiikan viitekehyksessä ovat tutkineet muun muassa Roos ja Vilkkö. Roos (1987) on tyypitellyt suomalaisten kirjoittamia elämäkertoja sukupolven perusteella. Vilkon (1997) mielenkiinto keskittyy pääasiassa kertojan ja lukijan sekä tekstin vuorovaikutukseen. Sekä Roos että Vilkkö ovat tutkineet tavallisten ihmisten elämästään kertomia tarinoita. Nämä ihmiset eivät ole ammattikirjoittajia eivätkä -kertojia, kuten esimerkkinä käyttämäni kirjailija Blixen.

Tarinallisuus auttaa ihmistä jäsentämään elämänsä tekemällä menneisyyden ymmärrettävämmäksi nykyisyyden tulkinnan avulla. Yksilön elämälleen antama tarinallinen tulkinta ohjaa hänen valintojaan ja motivoi hänen toimintaansa. Elämäntarina on ihmisen tulkinta omasta elämästään. (Hänninen & Valkonen 2002, 4.) Johonkin tiettyyn elämäntilanteeseen liittyvät tunnekokemukset saavat siis merkityksensä tarinassa, joka antaa niille tulkinnan ja siten auttaa ymmärryksen lisäämisessä ja uusien näkökulmien löytämisessä.

Sosiaalitieteellisestä näkökulmasta elämäkertoja narratiivisen otteen avulla tutkinut Vilkkö (1997, 73) erottaa toisistaan kolme eri tarinan tasoa: eletyn, kerrotun ja tarinoidun elämän. Tämä on samankaltainen kolmijako kuin Hännisen (2000, 22) jako tarinan alkuperäiseen, reflektiiviseen ja metareflektiiviseen tasoon. Yhteistä näille ajatuksille on etäännyminen alkuperäisestä, eletystä elämästä, ja yhä kauempaa katsominen sekä arvioiminen.

Vilkkö (1997) määrittää elämäntarinan kulttuurisesti käsitetyksi omaelämäkerraksi. Tällaisen tarinan ominaisuuksiin kuuluu hänen mukaansa tiedon siirtäminen kyseessä olevan elämäkerran jäsenystä ja ilmaisua koskevista säännöistä. Vilkkö esittelee tutkimuksessaan myös ajatuksen elämästä kertomisen kulttuurisesta kompetenssista, jonka ihminen saavuttaa elämänsä kuluessa siihen sisältyvissä sosiaalisissa suhteissaan. (Vilkkö 1997, 74–75.) Omaelämäkerran kertomista määrittävät siis kulttuurisen säännöt ja normit, jotka kertovat, millainen tarinan pitää olla.

Vilkon (1997) mukaan elämäntarina on kerronnallinen konstruktio, jota säätelevät yleiset, yhteiskunnan sisältä tulevat säännöt ja jonka merkitykset myös syntyvät

tiettyjen, valmiina olevien sääntöjen perusteella. Tarinaansa kertoessaan ihminen samalla muovaa käsitystä itsestään. Tämä tapahtuu jäsentämällä ja arvioimalla omaa elämää. Oman elämäntarinan arviointiin liittyy myös tärkeänä osana sen esittäminen muille ihmisille. Vilkkö käyttää kirjallisen elämäkerran tekijästä nimitystä kirjoittava subjekti. Hänen mukaansa kirjoittava minuus syntyy kirjoittaessa ja sen vastaa kertojan haluamaa sosiaalista identiteettiä. Omaelämäkerta syntyy Vilkon mukaan interaktiosuhteessa kertojan ja oletetun lukijan välillä. Tätä suhdetta kutsutaan omaelämäkerralliseksi sopimukseksi. (Vilkkö 1997, 75–79.)

Linnainmaan mukaan elämäntarinoita voidaan kirjoittaa joko fiktiivisesti tai todellisuuteen perustuen. Nämä tarinat noudattavat samantyyppistä muotoa, jolloin tarinalla on niin alku, keskikohta kuin loppukin. Hän sanoo, että elämäntarina muodostetaan samaan tapaan kuin kaunokirjallinen kertomus. (Linnainmaa 2009, 61.) Yhteistä näille kahdelle kertomustyyppille on siis, että ne ovat molemmat muodoltaan tarinoita. Elämäkertaan ammennetaan ainesta yhteisestä sosiaalisesta tarinavarannosta (Linnainmaa 2009, 61; Hänninen 2000, 21).

2.2.2 Narratiivinen tieto

Käsite narratiivinen tieto on peräisin Brunerilta (1991, 4), joka toteaa tällaisen tiedon olevan luonteeltaan kertomuksellista ja eroavan loogis-tieteellisestä, helpommin verifioitavissa olevasta tiedosta (Bruner 1991, 4). Bruner (1987, 12) sanoo, ettei meillä oikeastaan ole käytössämme muuta tapaa kuvailla elettyä elämää kuin esittää se narratiivisessa muodossa (Bruner 1987, 12). Brunerin mukaan elämän ja kerronnan välillä vallitsee kaksisuuntainen suhde: kerronta jäljittelee elämää ja elämä puolestaan jäljittelee kerrontaa. Hän toteaa, ettei elämää sellaisenaan oikeastaan ole olemassa, vaan se on samalla tavalla tulkinnallinen asia kuin kertomuskin. (mts. 12–13.) Bruner uskoo, että elämäntarinoihin vaikuttavat niin kulttuuriset konventiot kuin kielikin ja ne refleктоivat vallitsevan kulttuuriin sisältyviä ”mahdollisia elämiä”. Brunerin argumentin ydinajatus on, että kulttuurisesti muotoutuneet kognitiiviset ja lingvistiset prosessit ohjaavat kerrontaa ja elämäntarinoiden syntymistä ja samalla ne muovaavat tarinan merkityksiä. Lopulta meistä itsestämme tulee näitä kertomuksia, joita kerromme elämästämme. (Mts. 15.)

Bruner (1987) kertoo, että tarinoiden tuottaminen auttaa antamaan merkityksen minuudelle yksilön oman henkilöhistorian ymmärryksen ja läpikäymisen avulla.

Narratiivinen tieto siis lisääntyy omaa elämää ja sen sisältämiä tapahtumia refleктоimalla.

Ihanus (2009b) kutsuu ihmisen omasta elämästään tekemää tulkintaa omaelämäkerralliseksi totuudeksi. Tällaiset totuuden ovat toistaiseksi voimassa olevia, ja niihin liittyy reflektionia ympäristön kanssa. Tällaisten kertomusten uudelleenarviointi muuttaa ihmistä itseään, toisia ihmisiä sekä ympäristöä. (Ihanus 2009b, 27.) Ihmisen käsitys itsestään ei siis vaikuta vain hänen elämäänsä ja arvioonsa siitä, vaan sillä on vaikutusta myös muihin ihmisiin Asplund Ingemarkin (2013, 35) mukaan narratiivisessa terapiassa keskitytään asiakkaan kertomukseen omasta elämästään ja siihen, miten tämä tulkinta rajoittaa heidän tulevaisuuttaan.

Ihanus (1987,13) pitää toisistaan erillään todellisen elämänonnen ja taiteen korviketodellisuuden, joista jälkimmäistä hän kutsuu toiseksi todellisuudeksi ja toteaa monien taiteilijoiden kertoneen siitä tunnustuksissaan. Taiteessa, esimerkiksi kirjallisuudessa, kerrottua tarinaa voidaan siis pitää korviketodellisuutena. Nimensä mukaisesti sen voi ajatella korvaavan todellisen elämän puutteita ja lohduttavan. Tarinallisen lähestymistavan perusajatuksen mukaisesti tällainen korviketodellisuus voi auttaa yksilöä muodostamaan uuden tulkinnan eletystä elämästä ja sen tapahtumista. Kuviteltu elämä ei voi täysin korvata oikeaa todellisuutta, mutta reflektioniin liittyvä kuvittelemisen voi auttaa ihmistä selviämään paremmin todellisessa elämässään. Siten hän on myös lähempänä Ihanuksen mainitseman todellisen elämänonnen saavuttamista.

Onnellisuutta käsittelee myös Roos (1987) pohtiessaan ihmisten elämäntarinoita ja elämäntähtäilyä. Roosin mukaan aidosti onnelliseksi elämänsä kokeville ihmisille on tunnusomaista sivuuttaa itseään kohdanneet vastoinkäymiset toteamalla ne melko neutraalisti, takertumatta niihin. Tällainen ihminen suhtautuu elämänsä tapahtumiin myönteisesti eikä katkeroidu vastoinkäymisistä. (Roos 1987, 177.)

Vilkon mukaan tekstin kirjoittajan ja lukijan välillä vallitsee omaelämäkerrallinen sopimus, joka määrittää niin kirjoittamisen kuin lukemisenkin käytäntö. Vilko toteaa, että omaelämäkerran syntyminen vaatii vuorovaikutusta ympäröivän todellisuuden ja muiden kertomusten kanssa ja se kerrotaan vastaanottajan kanssa keskustellen. (Vilko 1997, 111.) Vilko viittaa Philippe Lejeunen termiin elämäkertasopimus, joka Vilkon mukaan sisältää ajatuksen elämäkerran ymmärtämisestä lukemisen tapana (Vilko 1997, 111; Lejeune 1989, 29–30). Elämäkertateksti ennakoii tätä lukemisen tapaa kerronnassaan (Vilko 1997, 111).

Vuorovaikutus on siten kahdensuuntaista: tarinan kertomisessa tapahtuvaa ennakkointia ja lukijan suorittamaa vastaanottamista.

Tässä pro gradu -tutkielman tulkintaosuudessa käsitellään vain kirjallista tekstiä, ei suullisesti kerrottuja elämätarinoita. Kirjailijantyössä Blixen painotti Heiskanen-Mäkelän mukaan konkreettisen kokemusten ja eletyn elämän merkitystä (Heiskanen-Mäkelä 1979, 77). Heiskanen-Mäkelä uskoo oman elämän kertomisen tarinana merkinneen Blixenille mielen ja järjestyksen aikaan saamista tapahtumien kaaokseen (mts. 26).

Vilkko (1997) mainitsee teoksessaan Pierre Bourdieun ajatuksen, jonka mukaan elämäkerran kertomiseen liittyy keinotekoinen merkitysten luominen. Hänen termsä biografinen illuusio viittaa kertojan tapaan sijoittaa itse muodostamansa selitykset ja merkitykset elämäntapatumien väliin. Näin kerrottu elämäkertomus on aina puutteellinen. Vilkko toteaa sosiaalisen todellisuuden ja sen käytäntöjen mukaan tulon elämäkerran kerrontaan olevan luonnollinen asia, joka kuuluu lajityyppiin. (Vilkko 1997, 112.)

Kirjallisuusterapian kontekstissa Bolton on todennut, etteivät ihmisen elämäkertomukset sisällä kaikkia elämän yksityiskohtia, joista osa jää pois unohduksen takia (Bolton 2008, 107). Hänninen (2000, 63) puolestaan uskoo kertomuksen valikoivan mukaan tarinaan ne tapahtumat, jotka ovat juonen kannalta merkittäviä. Elämäkertomus muodostuu näin muun muassa kertojan elämästään valikoimien tapahtumien, hänen niille antamien merkitysten, tekstissä olevien ennako-oletusten ja tulkitsijan tekemien tulkintojen sekä tarinan suorittaman valikoinnin vuoropuheluna. Elämäkertomus on kaikkea tätä ja vielä muutakin: se on myös kokonaisuus, tarina, jolla on alku, keskikohta ja loppu (Linnainmaa 2009, 61).

2.2.3 Kertojan narratiivinen ja reflektoitu identiteetti

Kertoessaan omaa minäkertomustaan ihminen luo Ihanuksen (2009, 26) mukaan itselleen narratiivisen identiteetin, joka antaa vastauksia omaa minuutta koskeviin kysymyksiin, kuten ”kuka minä olen?” ja ”miksi olen sellainen kuin olen?”. Narratiivinen identiteetti on siis jotain, joka syntyy kertomuksen sivutuotteena ja muovautuu tarinan kuluessa. Linnainmaa (2009, 62) toteaa sisäisen tarinan kertomisen antavan ihmiselle yhtäältä mahdollisuuden ottaa etäisyyttä tarinaan ja toisaalta tilaisuuden muokata sitä. Tämä keino, jota Ihanus (2009b, 27) kutsuu omien

totuuskertomusten uudelleenarvioinniksi, antaa mahdollisuuden muuttaa itseä, muita ja totuudellisuuteen liittyviä käsityksiä.

Hänninen (2000) kertoo, että tietoisien vastauksen edellä mainittuun ”kuka minä olen?” -kysymykseen antaa refleктоitu identiteetti, joka muotoutuu reflektiivisen prosessin aikana. Reflektiivisellä tasolla identiteetti on Hännisen mukaan muuttuva ja sitä voidaan luoda ja tulkita useita kertoja. Identiteetin uudelleen muokkaamista Hänninen sanoo tapahtuvan erityisesti silloin, kun rutiininomaiseen elämän tulee katkos tai elämänprojektit joutuvat uudelleen arvioinnin kohteeksi. Tässä lähestymistavassa ihmisen minuus nähdään muuttuvana, kulttuurisena prosessina, kun taas identiteettiä pidetään tarinallisena luomuksena. (Hänninen 2000, 60–61.) Minuuden tavoin identiteetikään ei ole muuttumaton. Minuus ja identiteetti ovat siten tämän näkökulman mukaan eri tavoin rakentuneita, mutta yhteistä niille on, että niitä kumpaakin pidetään muuttuvina ja muokattavina.

Hänninen käyttää termiä tarinallinen identiteetti. Sen hän jakaa eri tasoihin. Henkilö on ihmisen reaalinen ruumiillistuma. Toimijaminä taas aktivoituu elämänprojekteissa ja toiminnassa. Identiteetin tasoista Hänninen erottaa toisistaan sosiaalisen, moraalisen ja reflektoidun. Ensin mainittu on erilaisissa vuorovaikutustilanteissa toteutettava minäesitys, toinen taas idealinen henkilöahmo, jonka esimerkkiä ihminen pyrkii toiminnallaan noudattamaan. Kolmas, refleктоitu identiteetti taas vastaa kysymykseen ”kuka minä olen?” (Hänninen 2000, 60–61.)

Kertomus muovaa kirjoittajaansa kirjoitusprosessin aikana ja sen jälkeen. Kertomuksen ja kirjoittajan suhde on näin ollen kaksisuuntaisesti vuorovaikutteinen. Hännisen (2000, 60-61) mukaan minuus ei ole pysyvä, vaan se on kulttuurinen prosessi, kun identiteetti taas on tarinallinen luomus. Tosin sanoen minuus on prosessinomainen, muuttuva ja kehittyvä ja identiteetti tarinoiden avulla muodostuva. Kertomalla omasta elämästään ja kokemuksistaan tarinoita ihminen voi käydä läpi elämänsä tapahtumia uudelleen, etäisyyden päästä, ja saavuttaa näin paremman ymmärryksen, mutta myös muuttaa itseään ja identiteettiään tarinoita kertomalla.

Ihmisen toimijaminät ovat Hännisen mukaan ulospäin suuntautuneita ja tulevat näkyviksi toiminnassa. Moraalinen identiteetti taas on pyrkimys, ideaali, jota ihminen pyrkii elämässään toteuttamaan. Kahden edellä mainitun keskinäisestä suhteesta ja vuorovaikutuksesta kertoo refleктоitu minätarina. (Hänninen 2000, 61.)

Hänninen käsittelee teoksessaan myös elämänmuutosten tutkimista. Hän toteaa niiden olevan mielenkiintoinen tutkimuskohde kahdesta syystä. Ensinnä hän pitää tärkeänä kysymyksenä ihmisen kykyä sopeutua tai olla sopeutumatta elämänmuutoksiin ja kriiseihin. Hännisen mukaan muutokset uhkaavat ihmisen psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia ja toisaalta ne tarjoavat mahdollisuuden positiiviseen kehitykseen. Toisena tärkeänä syynä tarkastella elämänmuutoksia Hänninen mainitsee niiden tarjoaman tilaisuuden tarkastella ihmisen oman elämän merkityksellistämistä. Hännisen mukaan muutostilanne tuo tällaisen uusien merkitysten muotoutumisen näkyväksi. (Hänninen 2000, 72.)

Myöhemmin tässä pro gradu -tutkielmassa käsittelemäni Blixenin kertomukset voidaan tulkita kertomuksiksi elämänmuutoksista. Hännisen ajatuksiin nojaten uskon kirjailijan omaelämäkerrallisia aineksia sisältäneiden tekstien paljastavan jotain olennaista siitä, minkälaisia merkityksiä hän antoi elämälleen ja siinä tapahtuneille muutoksille.

3 Kirjallisuusterapia

Kirjallisuusterapia (engl. bibliotherapy tai poetry therapy) kuuluu taide- tai luovuusterapioiksi kutsuttujen terapiasuuntausten piiriin. Ihanuksen (2009) mukaan kirjallisuusterapian katsotaan kuuluvan myös ekspressiivisen taideterapioiden kenttään. Aluksi puhuttiin psykiatrian ja psykoterapioiden aloilla myös sanahoidosta tai sanakeskeisestä hoidon toteuttamisesta (Ihanus 2009b, 13). Nykyaikaisen kirjallisuusterapian syntymäpaikkana pidetään Yhdysvaltoja, jossa tiedetään runoutta käytetyn hoitavassa merkityksessä jo 1800-luvun alkupuolella. Ensimmäisenä alalta julkaistuna teoksena pidetään Robert Haven Schafferin kirjaa *A Poetry Cure. A Pocker Medicine Chest of Verse*. (Linnainmaa 2005, 16.) Ihanus (2009b, 17) kertoo, että Suomessa alettiin kiinnostua kirjallisuusterapiasta vasta 1960-luvun lopulta lähtien.

Kirjallisuusterapia voidaan jakaa sen käyttötarkoituksen mukaan kolmeen eri suuntaukseen: kliininen tai psykoterapeuttinen, kehityksellinen tai pedagoginen ja psykoedukatiivinen kirjallisuusterapia. Ensin mainittu voi liittyä moniin eri suuntauksiin, kuten esimerkiksi psykodynaamisiin, eksistentiaalisiin tai humanistisiin. (Ihanus 2009b, 20.) Kirjallisuusterapian painotuksia on monenlaisia. Tässä pro gradu -työssä tarkastellaan erityisesti kirjoittamisen eheyttävää ja elämänhallintaa tukevaa vaikutusta, lähtien Boltonin ajatuksesta lähes aina kirjoittamistapahtumassa läsnä olevasta hoitavasta vaikutuksesta (Bolton 2008, 13–14).

Linnainmaan (2005, 14) mukaan kirjallisuusterapialla ei tieteenalana katsota olevan yhtenäistä teoreettista taustaa. Sen työskentelytapojen taustalla voidaan nähdä vaikutteita esimerkiksi psykoanalyysistä ja Gestalt-terapiasta (Kähmi 2015, 49). Jos kirjallisuusterapeuttinen suuntaus oli aluksi marginaalinen, lähinnä sairaaloissa ja vankiloissa käytetty hoitokeino, on siitä Ihanuksen mukaan myöhemmin kehittynyt ”tieteiden ja taiteiden vuoropuhelua käyvä kansainvälinen ala” (Ihanus 1995, 163).

Kirjallisuusterapia perustuu vuorovaikutusprosessin, jossa hyödynnetään joko valmiita materiaaleja, jotka voivat olla niin kirjoitettuja tekstejä kuin esimerkiksi äänitteitä, tai itse tuotettua aineistoa, kuten terapiatilanteessa kirjoitettuja runoja (Ihanus 2009b, 18). Ihanus kertoo, että kirjallisuusterapiaa voidaan käyttää sekä muuta hoitoa täydentävänä menetelmänä että ”itsenäisenä terapiamenetelmänä, joka tarjoaa henkilökohtaisen elämänmerkityksen etsimiseen vaihtoehtoisia sanateitä ja

kerronnallistamisen keinoja ilman lupauksia parantavista ihmesanoista” (Ihanus 2009b, 22). Kyse ei siis ole ihmehoidosta, vaan eheytyksen ja kuntoutuksen tukena toimivasta terapiamuodosta, joka auttaa minuuden muokkaamisessa uudenlaisia sanallisia tulkintoja etsimällä.

Kirjallisuusterapeuttisiin menetelmiin kuuluvat esimerkiksi vuorovaikutukselliset ja läsnäoloa vaativat tapaamiset, päiväkirjaterapia ja terapeuttinen tarinan kertominen. Kirjallisuusterapiaa käytetään sekä täydentävänä että itsenäisenä hoitomenetelmänä kerronnan keinoja elämänmerkityksen etsimiseen. Tekstien tehtävä on toimia toimivat tunteensiirron välineinä. Yleensä kirjallisuusterapiaa toteutetaan vuorovaikutteisissa yksilö- tai ryhmätapaamisissa. (Ihanus 2009b, 21–23.) Tällöin kyse on tavoitteellisesta hoidosta tai kuntoutuksesta. Kun kirjallisuutta hyödynnetään oman elämäntilanteen selvittelyyn hoidollisessa tai kuntouttavassa merkityksessä, voidaan puhua myös ”itsehoidosta” (Vilkkumaa 2011).

Arleen McCarthy Hynesin ja Mary Hynes-Berryn (1986) kirjoittamassa kirjallisuusterapia-alan perusteoksessa *Biblio/Poetry Therapy. The Interactive Process: A Handbook* tekijät sanovat terapeuttisen kirjoittamisen arvon perustuvan sen merkitykseen tekstin tekijälle. Terapeuttisessa kirjoittamisessa merkittäviä asioita eivät Hynesin ja Hynes-Berryn mukaan ole tekstin tyyli tai sen esteettinen arvo. Sen sijaan tärkeää on kirjoitetun tekstin vaikuttavuus sen kirjoittajaan. (McCarthy Hynes & Hynes-Berry 1986, 175.)

3.1 Terapeuttinen kirjoittaminen

Bolton (2008) sanoo terapeuttisen kirjoittamisen vaikuttavuuden perustuvan osittain siihen, että moderni kulttuuri yrittää pakottaa meidät ymmärtämään elämäämme koulueseen muodossa. Elämä, toisin kuin ainekirjoitus, on usein kuitenkin kaoottista ja jäsentymätöntä sekä vailla selvästi erotettavaa alkua, keskikohtaa ja loppua. Tämän takia kirjoitukseen ei aina noudata koulussa opittua rakennetta, vaan teksti saattaa olla yhtä muotoutumatonta kuin elämä, mutta merkittävää onkin tuotettu sisältö ja itse kirjoitusprosessi. (Bolton 2008, 20.) Kirjoituksen kaoottisella luonteella ja strukturoitumattomuudella voi siis olla oma hoitava merkityksensä. Tekstin muotoutumattomuus voi heijastaa elämän jäsentymättömyyttä ja siten auttaa ihmistä tämän asian oivaltamisessa ja käsittelyssä.

Boltonin mukaan muistot muodostuvat sanoista ja juuri oikeiden sanojen löytäminen näitä muistoja kuvaamaan auttaa terävöittämään ja tehostamaan itseymmärrystä (Bolton 2008, 25). Sanat sekä niistä muodostuva tarina antavat siis muodon muistoille ja auttavat siten ihmistä ymmärtämään itseään paremmin.

Karoliina Kähmin mukaan menneisyyden kokemuksiin voidaan löytää uusia näkökulmia kirjallisuusterapeuttisten menetelmien avulla. Hän toteaa, että tällaisten keinojen tuella omia menneisyyteen ja nykyisyyteen liittyviä muistoja sekä tunteita voidaan havainnoida uudella tavalla. (Kähmi 2015, 241.)

Kaikki kirjoittaminen ei ole terapeutista, eikä kirjoittamistilanteessa ole suinkaan aina hoidollinen intentio läsnä. Ihanus (1995, 169) painottaa, ettei kirjoittaminen tai lukeminen ole kirjallisuusterapiatyötä, mikäli siitä puuttuu terapeutin vuorovaikutusprosessi. Yksin kirjoitettaessa tällainen vuorovaikutus puuttuu, joten tilannetta ei varsinaisesti voida kutsua kirjallisuusterapiatyöksi. Linnainmaa (2005) toteaa, että vaikka jotain tekstiä ei olisi kirjoitettu terapeutista tarkoitusta silmällä pitäen, se ei estä sitä toimimasta eheyttävästi. Kirjoitetulla tekstillä voi olla hoitava vaikutus paitsi sen kirjoittajaan myös lukijaan. Linnainmaa sanoo, ettei kirjoittaminen tai lukeminen itsessään ole varsinaisesti terapiaa, mutta näiden kummankin avulla on mahdollista saavuttaa hoitava vaikutus. (Linnainmaa 2005, 19.)

Boltonin mukaan olennaista on kirjoittajan tunneside omaan tekstiinsä. Bolton arvioi kirjoittamisen olevan usein terapeutin tapahtuma, huolimatta siitä, että jotkut kirjoittajat kiistävät tämän. Terapeuttisessa tarkoituksessa tuotettu teksti voi olla taidetta tai olla olematta sitä (Bolton 2008, 13–14). Tekstin kirjoittaminen saattaa siis toimia eheyttävästi, jopa ilman intentiota, muttei tapahtumaa pidä rinnastaa varsinaiseen kirjallisuusterapiaan. Pikemminkin sitä voidaan kutsua itsehoidoksi.

Luovan kirjoittamisen ja terapeutin kirjoittamisen eroista Linnainmaa toteaa sen olevan kuin veteen piirretty viiva. Kirjoittamisella voi olla terapeutin vaikutus ilman, että siihen tietoisesti tähdätään, ja kirjailijat käyvät usein läpi elämänsä traumaattisia tapahtumia kirjoittaessaan, vaikka eivät sitä tiedostaisikaan. (Linnainmaa 2005, 11 – 12). Tämän perusteella voisi ajatella olevan tavanomaista, että kirjoittamiseen liittyy kirjoittajaa hoitava aspekti, tähdättiinpä siihen sitten tietoisesti tai ei.

Bolton (2008, 113) kertoo kirjoittamisen toimivan keinona saada oma elämä haltuun. Terapeutin kirjoittaminen on siis eheyttävää ja sillä voisi ajatella olevan

elämänhallintaa tukeva vaikutus. Ihminen voi tuntea itsensä irralliseksi tai avuttomaksi omassa elämässään, erityisesti kriisien kohdatessa, tai hänen elämänhallintakykynsä voi olla heikko. Tällaisessa tilanteessa tapahtumien läpi käymisestä kirjoittamalla voi olla apua.

Bolton (2008) uskoo kirjoittamisen toimivan usein kirjoittajaansa hoitavasti, olipa tämä sitten tarkoituksena tai ei. Kirjoitetun tekstin terapeuttiseen arvoon ei vaikuta se, katsovatko ulkopuoliset lukijat sen taiteeksi. Sen sijaan lukijat voivat saada terapeuttista hyötyä toisen kirjoittamasta tekstistä samastuessaan kertomuksen tapahtumiin ja henkilöihin. (Bolton 2008, 13–14.)

Yhdessä kirjoittamassaan artikkelissa Bolton ja Ihanus (2009b) toteavat ihmisten voivan oppia kirjoittamisen avulla tuntemaan paremmin itseään sekä suhdettaan niin läheisiinsä kuin ympäristöönsäkin. He kertovat myös kirjoittamisen tarjoavan melko turvallisen ja luotettavan tavan ilmaista vaikeasti sanoiksi puettavia asioita. (Bolton & Ihanus 2009b, 112.) Kirjoittamista voidaan käyttää apuna vaikeiden asioiden ilmaisussa ja käsittelyssä. Apuna tällaisessa tilanteessa voidaan käyttää vertauskuvallista ilmaisua.

3.2 Kirjallisuusterapia elämänhallinnan tukena

Ihanuksen (2009a) mukaan yksinkertainen ja vivahteikas keino edistää hyvinvointia ja terveyttä on kirjoittaminen, jonka terveyttä tukevat vaikutukset liittyvät sen avulla lisääntyvään ymmärrykseen elämän vaikeuksia kohtaan. Kirjoittaminen tuottaa syvempää henkilökohtaisten kokemusten merkityksellisyyttä ilmaisevien, pohtivien ja reflektiovien sanojen avulla. Ihanus sanoo emotionaalisten kokemusten sanallistamisen kirjoittamisen avulla olevan tie omien sisäisten ja ulkoisten selviytymiskeinojen joustavoitumiseen. (Ihanus 2009a, 7.) Selviytymiskeinot ja niiden olemassaolo ovat tärkeitä myös elämänhallinta-ajattelussa (Roos 1987, 66), joten voidaan ajatella kirjoittamisen ja sen avulla itsetuntemuksen lisäämisen olevan yksi keino elämänhallinnan tukemiseen. Oppiessaan ymmärtämään omaa elämäänsä ja siihen liittyviä vaikeuksia paremmin ja antaessaan niille sanallisen ilmaisun ihminen tulee samalla lisänneeksi elämänhallintakykyään.

Ihanus toteaa ilmaisevan ja terapeuttisen kirjoittamisen olevan haastava tutkimuskenttä. Sekä kieli että mieli ovat muuntuvia ja jatkuvassa vuorovaikutussuhteessa keskenään. Lisähaastetta tuovat myös sovinnainten roolien

taakse kätkeytyvät moninaiset identiteetit. (Ihanus 2009b, 22.) Kirjoitusta ja sitä tuottavaa mieltä tutkiessamme jahtaamme siis liikkuvia kohteita, jotka eivät ole valmiita antautumaan helpolla. Jos kirjoittaminen onkin yksinkertainen keino hyvinvoinnin lisäämiseen, se ei suinkaan ole sitä tulkinnan kohteena.

Bolton sanoo kirjoittamisen voivan paljastaa sisimmästämme asioita, joita emme tiedeet tai muistaneet siellä olevan. Hän uskoo tällaisen kirjoittamisen olevan syvästi parantavaa ja terapeutista. (Bolton 2008, 16.) Bolton kertoo autobiografisen kirjoittamisen olevan yksi parhaista keinoista kehittää itsetuntoa ja oman elämän kontrollia. Tällä keinolla ihminen voi nähdä elämänsä retrospektiivisestä näkökulmasta sekä paljastaa ja huomata omia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan. (Mts. 185.) Raitasalon mukaan itsetunnon vahvistaminen ja omien ominaisuuksien näkeminen uudessa valossa ovat tärkeitä seikkoja pyrittäessä parantamaan elämäntilannetta (Raitasalo 1995, 69–70).

Bolton (2009) paneutuu melko laajasti omaelämäkerralliseen kirjoittamiseen. Hänen mukaansa kerromme tarinoita elämästämme kaiken aikaa. Nämä kertomukset vahvistavat hänen mukaansa kulttuuri-identiteettiämme ja asemaamme sekä käsitystämme siitä omassa kulttuurikontekstissämme. Elämäkerrallinen kirjoittaminen antaa näin myös mahdollisuuden liittää yksilön henkilökohtainen kokemus laajempaan yhteyteen. Toisaalta esimerkiksi sairaudesta ja siihen liittyvästä kivusta ja kärsimyksestä kirjoittaminen antaa mahdollisuuden paitsi ilmaista ajatuksiaan ja tunteitaan, myös reflektioon ja kommunikaatioon. (Bolton 2009, 156.)

Kun ihminen sairastuu tai joutuu vakavaan kriisiin, on elämäntilannetaitaidosta hyötyä ja sen merkitys korostuu tällaisessa tilanteessa. Bolton toteaa kirjoittamisella olevan tällaisessa tilanteessa monenlaisia edullisia vaikutuksia. Se auttaa ihmistä ymmärtämään itseään paremmin, käymään läpi ajatuksiaan ja tunteitaan sekä sopeutumaan tilanteeseen. Kirjoittamisen avulla kipu, ahdistus ja pelko voivat lieventyä sekä hallinnan tunne lisääntyä. (Bolton 2009, 136.)

Ihmisen sairastuttua hänen elämäntarinansa katkeaa, ja hän joutuu luomaan sen uudestaan. Bolton uskoo, että uudelleen muodostettu tyydyttävä elämäntarina auttaa selviytymään elämästä sairauden varjossa. (Bolton 2009, 141.) Elämäntarinan uudelleen muotoilulla on tällöin merkityksensä uuden tilanteen jakamisessa.

”Kun sairaus tulee omalle kohdalle, vanha määränpää tai tavoite ja vanha suunnistuskartta eivät enää kelpaa”, toteaa Heli Mertanen. Hänen mukaansa

sairastuneen ihmisen pitää oppia uusi ajattelutapa. (Mertanen 2009, 242.) Sairastuminen muuttaa ihmisen elämää muutenkin kuin terveyden menettämisen takia. Koko ajattelutapa ja elämäntarina menevät uusiksi tällaisessa tilanteessa. Ajatus on osin myös lohdullinen ja antaa toivoa sopeutumisesta tilanteeseen. Bolton uskoo, että silloinkin, kun ihmistä ei voi enää parantaa, tarinaa voi vielä muuttaa ja keinona toimii kirjoittaminen (Bolton 2009, 154).

Bolton vertaa tarinoiden olevan ”inhimillinen arkistointijärjestelmä”, joka sisältää tarinoitua tietoa. Kun omaan elämäntarinaaan lisätään kokemus esimerkiksi sairaudesta tai surusta, tällaisen käänteen muuttama elämä voi saada uutta mielekkyyttä. (Bolton 2009, 153.) Oma sairastuminen, suru tai vammautuminen on tämän ajatuksen mukaan helpompi kestää, kun siitä tulee kirjoittamisen avulla tarinaksi muutettua tietoa. Kyky sisällyttää vastoinkäymisiä elämään ja sopeutua niistä huolimatta on elämänhallintaa (Roos 1987, 66). Omasta sairastumisesta, vammautumisesta tms. kirjoittaminen voidaan siten ymmärtää elämänhallintaa tukeväksi menetelmäksi.

4 Reflektiivinen kirjoittaminen

Reflektion vertauskuvana voidaan käyttää peiliin katsomista (Linnainmaa 2009, 49). Anna Liisa Karjalainen (2012, 31) määrittelee reflektiivisyyden muun muassa pohdinnaksi, tutkiskeluksi, uudelleenlaisiksi ymmärtämiseksi ja kriittiseksi arvioinniksi. Ihanuksen (2009b) mukaan reflektiivisyys voi olla joko toiminnassa tapahtuvaa tai sitä koskevaa. Ensin mainittu on luonteeltaan intuitiivista, rutiininomaista ja epäkriittistä, jälkimmäinen taas toiminnassa käytetyn tiedon ja reflektion jälkeenpäin tapahtuvaa arviointia, mikä voidaan toteuttaa esimerkiksi reflektiivisen kirjoittamisen avulla. (Ihanus 2009b, 24.)

Bolton (2008, 43) toteaa reflektiivisen kirjoittamisen olevan erinomainen tapa käsitellä ongelmia. Silloin kirjoittamisen avulla mennään syvälle omaan mieleen ja elämään. Reflektion ja reflektiivisen identiteetin avulla voidaan käydä läpi oman elämän tapahtumia ja traumoja sekä kertomalla tarinaa etsiä samalla vastausta epistemologiseen kysymykseen ”kuka minä olen?” (Hänninen 2000, 61).

Reflektiivisen kirjoittamisen avulla voidaan lisätä itseymmärrystä ja tehdä uusia, vaihtoehtoisia tulkintoja tapahtuneista asioista sekä lähestyä niitä uusista näkökulmista luomalla niistä uusia kertomuksia, narratiiveja. Narratiivisen terapian tavoitteena on muodostaa uusia tarinoita ja saada niiden avulla aikaan muutosta, mikä taas on Linnainmaan (2009, 62) mukaan kaikenlaisen terapeuttisen toiminnan tavoite. Tällöin terapian, hoidon tai kuntoutuksen tavoitteena on auttaa asiakasta uuden, minuutta tukevan tarinan muotoilemisessa.

Bolton (2001) on luonut reflektiivisen käytännön menetelmän, jota hän kutsuu peilimalliksi (looking-glass model). Boltonin malliin kuuluu kolme periaatetta, jotka ovat varma epävarmuus, vakava leikkimielisyys ja kyseenalaistamisesta luopuminen. Ensimmäiseen periaatteeseen sisältyy ajatus, että epävarmuus on asia, josta voidaan olla varmoja. Reflektiivisessä prosessissa toiminta alkaa silloin, kun ei tiedetä, miten tulisi toimia. Toinen periaatteista, vakava leikkimielisyys, on Boltonin mukaan ainoa keino tehdä edellä mainittu epävarmuus dynaamiseksi ja se on jonkin sellaisen etsimistä, jota emme tunne ja tiedä etukäteen. Kolmas periaate liittyy siihen, että lakkaamme pitämästä reflektiota kyseenalaistamisen prosessina. (Bolton 2001, 31–33.) Myöhemmin samassa teoksessa Bolton toteaa tarinan kirjoittamisen tarjoavan kirjoittajalle mahdollisuuden tarkastella kokemuksiaan syvällisesti. Yksityiskohdat, jotka usein kirjoitetaan tarinaan tarkoittamatta, avaavat uusia näkymiä aiemmin vaille käsittelyä tai keskeneräisiksi jääneisiin asioihin (mts. 147). Reflektiivinen

kirjoittaminen auttaa näin kirjoittajaa ymmärtämään paremmin omaa elämäänsä ja sen tapahtumia.

Reflektiivinen kirjoittaminen on syytä pitää erillään refleksiivisestä. Linnainmaan (2009) mukaan nämä molemmat ovat implisiittisesti mukana kirjallisuusterapiassa. Hän toteaa reflektiivisyyden olevan prosessi, joka koskee kokemustemme ja tulkintojemme jatkuvaa reflektointia, kun taas refleksiivisyys on välittömämpää ja subjektiivisempaa. (Linnainmaa 2009, 49.) Reflektointi liittyy siis jonkin asian punnitsemiseen, pohtimiseen jälkepäin, kun taas refleksiivisyys on välitöntä, jatkuvasti hetkessä tapahtuvaa subjektiivista tulkintaa.

Kirjallisuusterapian kontekstissa refleksiivisyydestä elämäkertakirjoittamisen yhteydessä on puhunut myös Hunt. Hän kertoo fiktionaalisen autobiografian kirjoittamisen olevan prosessi, joka mahdollistaa kirjoittajalle uudenlaisen suhteen muodostamisen oman sisäisen maailmansa kanssa. Kirjoittaminen toimii tällöin refleksiivisenä työkaluna. (Hunt 2006, 153.)

Karjalaisen (2012) väitöskirja *Elettyä ymmärtämässä* käsittelee reflektiivistä kirjoittamista. Hän kertoo, että reflektiivistä toimintaa kuvaamaan käytetään usein sellaisia sanoja kuin pohdiskelu tai tutkiskelu, joiden lisäksi reflektiivisyydellä voidaan tarkoittaa myös uudenlaista ymmärtämistä tai kriittistä arviointia. Hänen mukaansa reflektiivisyyttä pidetään sosiaali- ja käyttäytymistieteissä ennen kaikkea ihmisen mielessä tapahtuvaksi toiminnaksi, joka on luonteeltaan kokemuksellista. Tällöin tietoa jäsennetään ja muovataan uudelleen kokemusten perusteella, jotka puolestaan toimivat sekä reflektion kohteena että käynnistäjänä. (Karjalainen 2012, 31.)

Väitöskirjassaan Karjalainen määrittää reflektion kolmivaiheiseksi prosessiksi, jonka vaiheista ensimmäinen on omasta elämästä kirjoittaminen, toinen tästä kirjoittamisen kokemuksesta kirjoittaminen sekä kolmas oman, tuotetun tekstin lukeminen ja tulkinta. Karjalaiselle reflektiivinen kirjoittaminen on siis strukturoitu prosessi, joka noudattaa edellä kerrottua kaavaa. Karjalaisen tutkimuksessa reflektiivisyys voi olla sekä tekstin ominaisuus että tekstin kirjoittajan toimintaa, joko sitä kirjoitettaessa tai jälkikäteen luettaessa. (Karjalainen 2012, 32.)

Karjalaisen tutkimuksen lähtökohtana on tietoisesti omaelämäkerrallinen, omasta eletystä elämästä kirjoittaminen. Hänen tutkimuksensa pääkysymys on selvittää, mitä tämän laatuinen kirjoittaminen on reflektiona. (Karjalainen 2012, 36.)

Hänninen (2000) erottaa sisäisestä tarinasta kolme tasoa: alkuperäisen, reflektiivisen ja metareflektiivisen. Ensin mainittu muodostuu eletystä elämästä ja sen alkuperäisestä tulkinnasta. Hänninen kutsuu tätä tasoa myös alustavasti tarinalliseksi. Toinen taso muodostuu itselle kerrotusta sisäisestä puheesta. Kolmannella tasolla taas ihminen erittelee sisäistä tarinaansa tiedostaen sen samalla tarinaksi. (Hänninen 2000, 22.) Metareflektiivinen taso on siten reflektion reflektointia, ja siihen sisältyy ajatus tiedostamisesta.

Boltonin mukaan reflektio on mielentila ja toisaalta jatkuvan harjoittelun työkalu. Hän toteaa reflektiivisen kirjoittamisen voivan olla intuitiivista ja spontaania. (Bolton 2011, 186–187.) Tämä on erilainen lähestymistapa kuin Karjalaisella, jonka tutkimuksessa tällainen kirjoitusprosessi on strukturoitua ja etukäteen päätetyn kaavan mukaan etenevää. Boltonin spontaanille, Karjalaisen strukturoidulle ja Hännisen monitasoiselle reflektiivisyydelle on yhteistä tarinankerronnan avulla toteutuva, hoitava ja eheyttävä vaikutus.

4.2 Fiktionaalinen autobiografia

Bolton (2006, 107) toteaa, että fiktion ja autobiografian välinen rajan veto on hankalaa, varsinkin, kun totuutta ylipäänsä on vaikea muistaa jälkikäteen. Bolton (2008) sanoo fiktion eroavan autobiografiasta siten, että ensin mainittua kirjoittaessaan kirjoittaja tiedostaa luovansa tarinaa, vaikka se perustuisikin kirjoittajan omaan elämään, niin kuin fiktio hänen mukaansa usein tekeekin. Hän tulkitsee kirjoittajan luoman henkilön olevan samaan aikaan sekä osa kirjoittajaansa että hänestä erillinen henkilö. Tällainen henkilö suo kirjoittajalle mahdollisuuden samastua tapahtumiin ilman vastuunkantoa tai syyllisyydentunnetta. Bolton sanoo myös, että fiktionaalinen kirjoittaminen auttaa meitä ikään kuin näkemään ulkoa sisälle päin ja antaa samalla mahdollisuuden kokeilla asioita, jotka eivät ole mahdollisia todellisessa elämässä. (Bolton 2008, 111.)

Linnainmaan (2009) mukaan fiktion muodossa kirjoitettu elämäntarina antaa turvallisen etäisyyden oman elämän reflektointiin. Kuvitteellinen tarina on hyödyllinen työkalu myös käsiteltäessä tuskallisia, tietoisuudesta torjuttuja tunteita, jotka tällä keinolla saadaan käsittelyyn. Tämän menetelmän käyttö voi myös johtaa katarttiseen helpotukseen jonkin menneisyyden trauman suhteen. (Linnainmaa 2009, 63.)

Hunt on luonut menetelmän fiktiivisen elämäntarinan kirjoittamiseen. Huntin metodia noudattavaa kertomuksen muotoa kutsutaan fiktionaaliseksi autobiografiaksi, joka yhdistää toisiinsa elämäkerrallisen kirjoittamisen ja mielikuvituksen (Hunt 2006, 12). Elämän tapahtumia ja muistoja käytetään tässä menetelmässä mielikuvituksen yllykkeenä (mts. 20).

Huntin mukaan henkilö voi kirjoittamisen ja oman elämän fiktionalisoinnin avulla saavuttaa vahvemman yhteyden omaan sisäiseen elämäänsä sekä selvemmän ja voimakkaamman ymmärryksen omaa identiteettiään kohtaan. Näin henkilö voi myös lopulta löytää oman kirjoittajan äänensä. (Hunt 2006, 19.)

Huntin menetelmässä käytetään oman elämän tapahtumia mielikuvituksen herättäjinä kirjoittamisprosessissa. Apuna käytetään niin muistoja kuin valokuviaakin, tutustutaan omaan sisäiseen elämään ja sille luonteviin metaforiin vapaan kirjoittamisen avulla sekä luodaan tarinaan niin itseä kuin läheisiä ihmisiäkin edustavia mielikuvituksellisia henkilöitä. Menetelmään kuuluu myös tekstin sisäisen kertojan luominen sekä oman elämän merkittävien tapahtumien dramatisoiminen dialogisen kirjoittamisen avulla. (Hunt 2006, 20–35.)

Oma elämä, sen tapahtumat sekä siihen liittyvät henkilöt ja tunteet muutetaan tässä menetelmässä mielikuvituksen avulla vertauskuvalliseen muotoon. Metaforisuuden avulla saadaan etäisyyttä niin tapahtumiin, tunteisiin, toisiin henkilöihin kuin omaan itseensäkin.

Cheryl Moskowitz on luonut oman fiktiivisen narratiivin menetelmänsä, jonka on katsottu olevan Huntin metodin taustalla. Linnainmaa kertoo artikkelissaan Moskowitzin menetelmästä, jossa kirjailijan minuuden eri puolia edustamaan luodaan fiktiiviset henkilöt ja näille keksitään myös omat nimet ja elämäntarina. Tavoitteena on näiden minuuden kahden eri puolien integroituminen. Tässä menetelmässä metaforien käytöllä on tärkeä funktio ja niitä käytetään minuuksien kuvailemiseen. Menetelmän viimeisessä vaiheessa minuuden erotetut osat yhdistetään yhdeksi tarinaksi. (Linnainmaa 2009, 63–64.)

4.3 Kertomuksen henkilöt

Hunt ja Sampson puhuvat kirjoittajan ja hänen luomiensa henkilöiden välisestä suhteesta. He uskovat, että kirjoittajan on tärkeää löytää tasapaino vapauden ja kontrolloinnin välillä luodessaan suhdettaan kirjoittamaansa materiaaliin ja sen henkilöihin. (Hunt & Sampson 2006, 94.)

Hunt ja Sampson sanovat kertomuksen henkilöhahmojen olevan kirjoittajalleen usein muutakin kuin vain sanoja paperilla. Heidän mukaansa henkilöt syntyvät kirjoittajan mielikuvituksen tuloksena täyttämään tehtävänsä kertomuksessa. (Hunt & Sampson 2006, 101.) He toteavat, että tällaiset henkilöhahmot voidaan nähdä kuvitteellisina ihmisinä, mutta myös kokeellisina minuuksina (mts. 105–108).

Huntin ja Sampsonin mukaan henkilöt eivät ole oikeita henkilöitä siinä mielessä, etteivät ne ole todellisuudessa eläviä kuten oikeat ihmiset, mutta tällaiset luodut henkilöt voivat kuitenkin elää autonomista elämää yhtäältä kirjoittajan mielikuvituksessa kirjoitusprosessin aikana ja toisaalta lukijan mielessä tämän lukiessa kertomusta (Hunt & Sampson 2006, 108).

Hunt ja Sampson heittävät ilmoille kysymyksen, voiko olla mahdollista, että luodessamme tällaisia hahmoja ja varustaessamme ne omilla tunteillamme ja ennakko-odotuksillamme, meillä on mahdollisuus tutustua itseemme entistä intensiivisemmin ja saavuttaa syvemmän ymmärryksen omaa identiteettiämme ja henkilökohtaista totuuttamme kohtaan. (Hunt & Sampson 2006, 109)

Kertojan tekstiinsä sisällyttämien henkilöiden lisäksi tarinassa voidaan ajatella olevan jollain tasolla läsnä myös sen kuviteltu lukija. Hän on hiljaisesti läsnä jo kirjoittamistapahtuman aikana. Hunt kertoo artikkelissaan reseptiotutkija Wolfgang Iserin sisäislukijan käsitteestä. Hunt toteaa käyttävänsä omassa tutkimuksessaan mieluummin implisiittisen lukijan käsitettä. Tämän ajattelutavan mukaan kirjoittaja ei välttämättä tiedosta lukijan läsnäoloa kirjoitusprosessinsa aikana. Implisiittinen lukija sisäistää tarinan pikemminkin sattumalta kun tarkoituksellisesti. (Hunt 2009, 99–100.)

Kertojan minuuden metaforana kirjoitetussa tai suullisesti kerrotussa tekstissä voivat Huntin mukaan toimia kuvitellut henkilöt. Kirjoittaja voi antaa tällaisille henkilöille omia ominaisuuksiaan ja tunteitaan ja siten ikään kuin kyllästää heidät kokemuksillaan. Hunt on käsitellyt tällaisten henkilöiden merkitystä. Hän sanoo

kertojan asettavan itsensä teoksensa sivulle fikcionalisoimalla itsensä tarinan henkilöksi. (Hunt 2006, 51.)

Hännisen (2000, 22) väitöskirjassaan esittelemistä reflektion kolmesta tasosta kirjoittajan kirjallisen sijaisminuuden luomisen tekstiin voisi katsoa kuuluvan metareflektiiviselle tasolla, jolle sijoittuu Hännisen jaottelussa kirjoittajan reflektoitu identiteetti. Tämä on kirjoittajan minuuden heijastuma kerrotussa tarinassa. (Mts.61-62).

Kirjallisuusterapia-alan tutkimuksissa käsitellään sijaisminuuden käyttöä terapeutin kirjoittamisen keinona hämmästyttävän vähän, ottaen huomioon, että useat kirjoittajat ovat kautta aikojen luoneet kirjallisia sijaisminuuksia teksteihinsä. Hännisen (2000, 61-62) tutkimuksessa esiintyvä reflektoitu identiteetti -käsite pitää sisällään enemmän kuin vertauskuvallisuuden aspektin. Sijaisminuuden avulla kirjoittaja kertoo omaa elämäntarinaansa, minätarinaansa, metareflektiiviseltä tasolta, ymmärtäen kertomansa tarinaksi. Metaforan merkityksen mukaisesti alter ego auttaa kertojaa etäännyttämään itsensä metaforan kohteesta, ei tässä tapauksessa minuudestaan, ja pystyy näin helpommin käsittelemään kipeitä ja tuskallisiakin tapahtumia ja asioita.

Bolton toteaa muutoksen ensimmäisen persoonan käytöstä kolmanteen olevan voimakas keino. Toisaalta kolmannessa persoonassa kirjoitetun henkilön voi olla helpompi sanoa sellaisia asioita, joita ensimmäisen persoonan ”minä” ei kykenisi sanomaan. (Bolton 2008, 43.)

Moskowitz (2005, 35–36) kertoo artikkelissaan ”The Self as Source: Creative Writing Generated from Personal Reflection” asiakkaastaan, joka loi itselleen kirjallisia alter egoja käsitellessään kirjoittamisen avulla vakavaan sairastumiseensa liittyviä pelkojaan ja toiveitaan.

Moskowitz esittelee artikkelissaan menetelmän nimeltään Self as Source. Tätä metodologia käytetään keinona tunnistaa ja päästä kosketuksiin oman minuuden konfliktissa olevien osien kanssa, sisäistä reflektiota hyödyntäen. (Moskowitz 2005, 37.)

Moskowitz (2005) kuvailee artikkelissaan kirjoittajan minuutta edustavan kolmannen persoonan luomisprosessista. Tavoitteena on ensin erottaa ja lopulta yhdistää uudella tavalla toisiinsa oman minuuden konfliktissa olevat osat (Moskowitz 2005, 43). Moskowitzin mukaan omiin ongelmiin tutustuminen ja ratkaisun etsiminen niihin

fiktionaalisen kirjoittamisen avulla on avain luovuuteen ja oman tilanteen luovaan ilmaisuun. Tällaisessa kirjoittamisprosessissa tärkein innovaation lähde ja eteenpäin vievä voima on kirjoittaja itse. (Mts. 45.)

4.4 Metaforan merkitys

Bolton (2011) kuvaa metaforan merkitystä terapeutisessa kirjoittamisessa. Hänen mukaansa metaforan käyttö auttaa erottamaan, mikä ihmiselle on todella tärkeää. Yhden asian merkitys siirretään toiseen, minkä seurauksena objektin, metaforan kohteen, todellinen merkitys korostuu. Toisaalta kielikuvien käyttö auttaa kertomaan abstrakteja asioita. (Bolton 2011, 36.) Bolton mainitsee metaforien tärkeyden uusien merkitystasojen avaajana. Hän vertaa kielikuvia ikkunoihin, joiden kautta pääsemme kosketuksiin unohtamiemme elämänalueiden kanssa (Bolton 2008, 78).

Linnainmaa (2005, 19) on samoilla linjoilla Boltonin kanssa todetessaan, että vertauskuvien tehtävä on sanojen muuttaminen kokemuksiksi. Näin metafora on jotain, joka on enemmän kuin pelkät sanat. Metafora antaa sanoille syvällisen luonteen ja ikään kuin täyttää sen tunteilla ja kokemuksilla.

Ihanus toteaa metaforan asettavan asioita vastustusten avaten niiden välille uusia tunne- ja merkitysyhteyksiä sekä merkityksiä muuntaen. Metafora avaa uusia näkymiä perspektiivejä laajentamalla, mutta se voi myös kulua ja muuttua merkitystä vailla olevaksi. (Ihanus 2009b, 28.)

Mertanen kertoo metaforan käytöstä kirjallisuusterapiaprosessissa artikkelissaan ”Poeettinen ja metaforinen kieli terapiatyössä”. Hän toteaa metaforan olevan kielellinen kuvailmaus, joka terapiakäytössä avaa yhteyksiä menneisyyden ja tulevaisuuden välille (Mertanen 2009, 233). Mertanen kertoo metaforien paitsi heijastavan ihmisen elämää, sen menneisyyttä ja tulevaisuutta, myös luonnehtivan sen teemaa (mts, 247). Metaforat siis kertovat jotain hyvin olennaista ihmisen elämästä ja sille annetusta merkityksestä.

4.5 Tarinoitunut elämä

Vilkon (1997) tulkinnoissa nousee käsittelyyn tekstin ja lukijan välinen vuorovaikutus. Vilko nojaa tulkinnassaan omaelämäkerran sopimusteoriaan, jonka keskeisenä ajatuksena on, että kertoja ja lukija kommunikoivat keskenään tekstin välityksellä ja vasta kirjoittamisen ja luennan lopputuloksena syntyy omaelämäkerta (Vilko 1997, 22).

Vilkon kertomuksen tulkinnan menetelmässä erotellaan toisistaan kerronnan kolme tasoa. Tässä jaottelussa tasot ovat eletty, kerrottu ja tarinoitunut elämä. Hännisen (2000, 22) tutkimuksessa ilmenevät tasot, alkuperäinen, reflektiivinen ja metareflektiivinen, liittyvät pääasiassa reflektion asteeseen, siihen miten etäältä ja monikerroksellisesti omaa elämää reflektoidaan.

Vilkon tutkimuksessa tasot liittyvät lukukokemukseen ja muuttuvat sitä mukaa, mitä enemmän lukijaa sitoutetaan kertomukseen. Ensimmäinen taso liittyy sekä kirjoittajan että lukijan elettyyn elämään ja kokemuksen tuomaan ymmärrykseen, kerrotun elämän taso liittyy taas enemmän kerrontaan ja kerrontatapaan. Tarinoidun elämän taso yhdistää kaksi edellä mainittua. (Vilko 1997, 73.) Tarinoidun elämän tasolle pääseminen siis edellyttää lukijan osallistumista ja vastaanottoa.

Vilko käyttää tutkimuksessaan kirjoittavan subjektin käsitettä. Tämä termi pitää hänen mukaansa sisällään kirjoittajan elämäntilanteen sekä oman elämän kertomiseen liittyvät motiivit ja funktiot. (Vilko 1997, 78.) Tämän työn tulkintaosuudessa noudatan tätä ajatusta ja näen Vilkoa mukaillen Karen Blixenin kirjoittavana subjektina. Hän on kirjoittanut niin omaelämäkerrallisia (*Minun Afrikkani*, *Varjoja Ruohikolla*) kuin fiktiivisiäkin teoksia (muun muassa ”Uneksijat”-novelli).

4.6 Aineisto ja luentatapa

Tulkintaosuudessa käsittelen kahta Blixenin kirjoittamaa kirjallista teosta. *Eurooppalaisena Afrikassa* on tarinan muotoa noudattava biografinen teos. Teoksen tarina on tulkittu kertomukseksi Blixenin kirjailijaidentiteetin löytymisestä eli kirjailijaksi syntymisestä (Heiskanen-Mäkelä 1979, 45), ja keskustelua on käyty siitä, pitäisikö sen ymmärtää omaelämäkertana vai kaunokirjallisena teoksena (Brantly 2002, 75). Tässä tutkielmassa käsittelen tätä Blixenin teosta omaelämäkertana, koska se

muistattaa muodoltaankin sitä, muun muassa kronologisen etenemisen ansiosta. Blixen on kirjoittanut myös toisen biografisen teoksen, postuumina julkaistun *Varjoja Ruohikolla* ja hänen kirjeitään on myös julkaistu. Rajoitan tarkastelun kuitenkin elämäkerrallisten teosten osalta koskemaan *Eurooppalaisena Afrikassa* -teosta.

Toinen tulkitsemäni teos on Blixenin novelli ”Uneksijat”, josta useat tutkijat ovat löytäneet omaelämäkerrallisia aineksia ja jossa on nähty yhtymäkohtia Blixenin elämään jopa siinä määrin, että esimerkiksi Heiskanen-Mäkelä toteaa tarinan olevan oikeastaan allegoria Blixenin elämästä (Heiskanen-Mäkelä 1979, 234). Tätä kertomusta käsittelen fiktionaalisenä autobiografiana (Hunt 2006, 12) koska sen henkilöt ja tapahtumat eivät ole tosielämässä eläneitä tai tapahtuneita, vaikka ne sisältäisivätkin todellisuuteen perustuvia piirteitä.

Tulkinnassani noudatan Vilkon (1997, 36) ohjeita omaelämäkerran luennasta ja pyrin tulkitsemaan teoksia elämänmetaforasta käsin. Lisäksi kiinnitän huomiota kohtalon ja tarinankerronnan teemoihin, koska nämä molemmat aiheet liittyvät olennaisesti Blixenin omaan ajatteluun ja hänen osin elämänhallinta-ajatusta muistuttavaan elämänfilosofiaansa.

Tulkitessani Blixenin elämälleen kirjoittamiselle antamia merkityksiä nojaudun usein Sirkka Heiskanen-Mäkelän ajatuksiin, joita hän on esittänyt teoksessaan *Minuuden myytit ja roolit*. seitsemän tutkielmaa Karen Blixenin taide- ja kulttuurikäsitteistä ja sen muotoutumisesta (1979). Teos on mielestäni perusteellinen oivaltava ja sen ajatukset ovat kestäneet hyvin aikaa.

Autobiografinen lukutapa tarkastelee omaelämäkerran kirjoittamista tekona ja toisaalta ottaa huomioon lukijan osuuden kertomuksen muodostamisessa. Kirjallisuusterapeuttinen lähestymistapa lisää tähän elämäkerran kirjoittamisen, muistelemisen ja aineiston valitsemisen eheyttävän ja kuntouttavan merkityksen kirjoittajalle. Kirjoittaja valitsee, mitkä elämänsä tapahtumista hän kelpuuttaa mukaan elämäntarinaansa. Näin hän muotoilee kertomuksen, jonka hän haluaa kertoa, itse valitseminsa painotuksin. Lukija lisää tähän oman tulkintansa ja lukee tarinan ”valmiiksi”. Valmiiksi lukemisen Vilko sanoo tarkoittavan, että luennan aikana lukija lisää omat tulkintansa niihin tulkintoihin, jotka kirjoittaja on tahtonut kertomukseensa sisällyttää. (Vilko 1997, 98.)

Vilkko (1997, 102–104) sanoo elämäkerran luennan ja sitä koskevan tutkimusprosessin vaiheiden olevan ensi luennan jälkeen tapahtuva kontrolloidun asetelman muodostaminen ja alustavia tulkintoja kyseenalaistava systemaattinen lukeminen. Tutkimusasetelmaani tässä työssä liittyvät ajatukset pyrkimyksestä elämönhallinnan tukemiseen ja tämän ominaisuuden vahvistamisesta omaelämäkerrallisen, reflektiivisen kirjoittamisen avulla.

Oletan alustavasti, että kirjoittaminen toimi Blixenille keinona sisällyttää vastoinkäymisiä elämäänsä. Kirjoittamisen avulla hän sai etäisyyttä ja syvempää ymmärrystä niin elämäntapahtumia kuin omaa itseäänkin kohtaan kirjoittamisen avulla, mikä on myös yleinen reflektiivisen kirjoittamisen päämäärä. Narratiivisen lähestymistavan perusajatuksen mukaisesti edellä mainittuun päämäärään pyritään luomalla uusi, elämäntarinan kertojan kannalta edullisempi kertomus. Tämän ajatuksen testaamiseen tarvitsen Blixenin itsensä kirjoittaman autobiografisen tekstin lisäksi aikaisempaa tutkimustietoa.

Vilkko (1997) kuvaa omaelämäkerrallista luentaa prosessiksi, jonka aikana tutkimusasetelma täsmentyy aineiston avulla. Ensimmäisen vaiheen luennan aikana kiinnitetään huomiota jonkin teeman toistuvuuteen. Kyseessä voi olla asia, ilmiö tai kerrontatapa. Tämän jälkeen muodostetaan kontrolloitu asetelma, jonka avulla arvioidaan havainnon merkitystä. Vilkon mukaan aineiston ryhmittelyyn liittyvien periaatteiden lukkoon lyömiseen jo tässä vaiheessa kannattaa suhtautua varovasti. Lopulta siirrytään välittömästä havainnoinnista lähiluvun vaiheeseen, jossa alustavat tulkinnat kyseenalaistetaan ja jonka jälkeen palataan taustamuuttujien perusteella tehtävään ryhmittelyyn. (Vilkko 1997, 102.)

5 Karen Blixenin elämän kolme kerrottua tasoa

Tämän tutkielman tulkintaosuudessa ensimmäinen osa käsittelee Blixenin elämää ja hänen elämänfilosofiaansa. Nämä ovat olennaista pohjatietoa, kun siirryn tulkitsemaan hänen teoksiaan, joiden aineksina hän käytti elämänsä tapahtumia. *Eurooppalaisena Afrikassa* sijoittuu tulkintani mukaan, Vilkon luokitukseen nojaten, kerrotun elämän tasolle. Tässä teoksessa Blixen kertoo Afrikassa viettämistään vuosista pääosin todellisiin elämäntapahtumiin perustuen. Kertomuksessa on mukana myös ”kertomuksen estetiikan” vuoksi lisättyjä mielikuvituksellisia elementtejä.

”Uneksijat”-novelli sijoittuu tässä tulkinnassa tarinoituneen elämän tasolle. Heiskanen-Mäkelän mukaan ”Uneksijat”-tarinaa motivoi sama menetetyt Afrikan kaipaus kuin *Eurooppalaisena Afrikassa* -teostakin (Heiskanen-Mäkelä 1979, 235). Heiskanen-Mäkelä pitää novellissa esiintyvää Pellegrina Leonia sekä Blixenin merkittävimpänä omakuvana että vertauksena taiteellisen luomistyön psykologiasta (mts. 225).

Tulkitsen narratiivista menetelmää käyttäen näitä kahta Blixenin kirjoittamaa teosta noudattaen Vilkon tulkintametodia, samalla kiinnittäen erityistä huomiota tarinankerronnan ja kohtalon teemoihin. Nämä molemmat teemat liittyvät kiinteästi Blixenin omaan elämänfilosofiaan, joka sisältää samanlaisia aineksia kuin elämäntapahtumien ajattelu. Teemat ovat keskeisessä asemassa tulkitessani kirjoittamisen merkitystä Blixenin elämäntapahtumalle.

5.1 Eletty elämä

Käsittelen tässä luvussa Blixenin elämää ja hänen elämänfilosofiaansa, jonka on katsottu näkyvän hänen kertomustensa taustalla (Heiskanen-Mäkelä 1979), hänen elämänsä alkuperäisen tasoon kuuluvina asioina. Elämänfilosofia sisältää reflektointia, ja sen oli voinut sijoittaa myös reflektiiviselle tasolle. Tässä tutkielmassa käsittelen reflektiivisen tason tapahtumana nimenomaan oman elämän kerrontaa kirjoittamisen avulla eli Blixenin itse reflektiivisesti kirjoittamaa materiaalia. Blixenin elämänfilosofia ei ole pääasiallisesti hänen oman kirjoittamisensa avulla refleктоima asia, vaan sitä ovat käsitelleet kirjailijaa sekä hänen elämänsä ja tuotantoaan tutkimuksissaan pohtineet henkilöt. Tästä syystä päädyin käsittelemään elämänfilosofiaa kirjailijan elämään liittyvänä, alkuperäisen tason tapahtumana.

Karen Blixen (os. Dinesen) oli tanskalainen kirjailija, joka syntyi huhtikuun 17. päivänä 1885 Kööpenhaminan pohjoispuolella Rungstedlundissa, jossa hän myös vietti lapsuutensa. Hän syntyi viisilapsisen aatelisperheen kolmanneksi tyttäreksi ja hänen on sanottu olleen lapsena haaveilija, jonka mielikuvitusta hänen isänsä mielellään ruokki tarinoillaan. (Thurman 1985, 34–35.)

Blixenin lapsuutta leimasi isän traaginen itsemurha, joka oli ensimmäinen kirjailijan elämän suurista menetyksistä (Thurman 1985, 39). Isän herkkänä lempilapsena Blixen kärsi tapahtumasta muita sisaruksiaan enemmän (mts. 63). Lapsuudessaan Blixenillä ei ollut juuri mahdollisuutta matkustamiseen, ja Thurman kuvaakin Dinesenin sisarusten elämää tapahtumaköyhäksi (mts. 51).

Blixen muutti Tanskasta Keniaan 14.1.1914 avioituessaan pikkuserkkunsa Bror Blixen-Finecken kanssa (Thurman 1985, 130–131). Avioliitto oli kuitenkin epäonninen ja se päättyi eroon vuonna 1922 (mts. 187). Erottuaan miehestään Blixen jäi hoitamaan kahvivilaansa, joka toimi kotina myös suurelle määrälle alueen alkuasukkaita, kikujuja. Avioeronsa jälkeen hän seurusteli englantilaisen Denys Finch-Hattonin kanssa, jolle hän kertoi tarinoitaan, tässä aiheessa vielä suullisessa muodossa. Afrikassa asuessaan Blixen harrasti myös jonkin verran kirjoittamista. Finch-Hatton kuoli lento-onnettomuudessa vuonna 1931 (mts. 204–206 ; 269–270). Finch-Hattonin kuoleman aikoihin Blixenin oli myös luovuttava taloudellisiin vaikeuksiin ajautuneesta kahviyrityksestään, maatilastaan Keniasta sekä siellä vuosien kuluessa muodostuneesta, rakkaaksi käyneestä elämänmuodostaan (mts. 264–271).

Blixenin Afrikan vuodet ja siellä vietetty ajanjakso leimasivat hänen myöhempää tuotantoaan (Heiskanen-Mäkelä 1979, 64–65), mutta hän ei koskaan enää palannut sinne muutettuaan takaisin synnyinmaahansa Tanskaan (Thurman 1985, 292–293).

Kotimaassaan viettämiensä vuosien aikana Blixen kirjoitti keskeisimmän tuotantonsa pseudonyymillä Isak Dinesen turvin. *Seitsemän salaperäistä tarinaa* julkaistiin vuonna 1934 ensin englanninkielisenä, minkä jälkeen Blixen vastasi itse novellikokoelman tanskannoksesta. Seuraavaksi, vuonna 1937, julkaistiin omaelämäkerrallinen *Eurooppalaisen Afrikassa (Den afrikanske farm)*. Novellikokoelmista ilmestyi *Talvisia tarinoita (Vinter eventyr)* vuonna 1942, *Viimeiset tarinat* vuonna 1957, *Kohtalotarinoita (Skæbne-Anekdoter)* vuonna 1958 ja *Ehregard ja muita kertomuksia (Ehregard)* vuonna 1963. Omaelämäkerrallinen

Varjoja ruohikolla (Skygger på Græsset) ilmestyi vuonna 1960. (Thurman 1985, 290–292).

Blixen sairastui jo Afrikassa syfilikseen, jonka hän sai avioliittonsa aikana mieheltään Bror von Blixen-Fineckeltä (Thurman 1985, 151–152). Karen Blixen kuoli tautinsa murtamana 11.9.1962 (mts. 462–464).

5.1.1 Blixenin elämänfilosofia

Blixenin on todettu omaksuneen omaan ajatteluunsa aineksia Nietzschen filosofiasta (Thurman 1985, 60). Hän painotti ajattelussaan kohtalon vastaanottamista sellaisenaan, toivomatta sitä toisenlaiseksi (mts. 232) sekä kykyä selvitä kohtalon iskuista (Heiskanen-Mäkelä 1979, 57).

”Meidän täytyy rakastaa elämää juuri sellaisena kuin se on, elää niin voimakkaasti ja täyteläisesti, että voimme tahtoa sen toistuvan jatkuvasti sellaisena. Tätä periaatetta hän ilmaisi sanoilla *amor fati*, kohtalon rakastaminen (Harva 1995, 88).” Edellä oleva katkelma kuvailee *amor fati* -periaatteen keskeisen ajatuksen. Blixenin on katsottu omaksuneen Nietzschen filosofiasta tämän ajatuksen, joka siis määritellään usein kyvyksi olla tahtomatta mitään toisenlaiseksi kuin se on (esim. Solomon 2003, 61). Thurman toteaa Blixen-biografiassaan Nietzschen ajattelun heijastuvan koko Blixenin kirjallisessa tuotannossa, sisältäen toisinaan jopa sanatarkkoja lainauksia Nietzscheltä (Thurman 1985, 60).

Heiskanen-Mäkelä kertoo *amor fati* -ajatuksen merkityksestä Blixenille. Hänen mukaansa tapahtumien sekasorrossa nähdyllä tarkoituksenmukaisuudella on tärkeä asema Blixenin kohtalonfilosofiassa. Jotta tällainen kohtalon määräämä uusi järjestys selviää, on tärkeää hyväksyä ehdoitta kaikki ne asiat ja tapahtumat, jonka kohtalo ihmisen tielle asettaa. (Heiskanen-Mäkelä 1979, 57.) Tapahtumilla on siis merkityksensä silloinkin, kun ne vaikuttavat epäjohdonmukaisilta tai merkityksettömiltä. Tosin sanoen tapahtumien kontingentti luonne on näennäistä ja satunnaisilta näyttäville asioille löytyy lopulta oma merkityksensä.

Heiskanen-Mäkelä (1979, 57) jatkaa seuraavasti: ”Kaikkein ylväin tällaisen hyväksymisen ilmaus on *amor fati*, kohtalon rakastaminen.” *Amor fati* on siis kykyä paitsi rakastaa kohtaloaan myös uskoa tapahtumilla olevaan merkitykseen.

Amor fati -ajatuksen taustalla vaikuttaneessa Nietzschen ajattelussa vastoinkäymisiä ei pidä pelkästään hyväksyä, vaan myös rakastaa, koska ne ovat osa elämää ja sen rikkautta (Solomon 2003, 162). Nietzscheä katsotaan kiistatta olleen vaikutus Blixenin ajatteluun ja kirjoituksiin (Thurman 1985, 60).

Amor fati -periaate muistuttaa sisällöltään elämänhallinta-käsitettä. Roosin (1987, 66) mukaan elämänhallinta on ihmisen kykyä sopeutua, sisällyttää elämäänsä erilaisia tapahtumia, selvitä niistä ja vaikuttaa itse tapahtumien kulkuun; siis hallita oman elämänsä elementtejä. Tämä merkitsee suunnilleen samaa kuin amor fati: kykyä selvitä vastoinkäymistä ja sisällyttää elämään mitä moninaisempia tapahtumia.

Nietzschen filosofiassa esiintyy ajatus, jonka mukaan ihmisen täytyy rakastaa omaa elämäänsä ja maailmaa jopa niin paljon, että on valmis elämään sen uudelleen pienintäkin yksityiskohtaa myöten. Tästä periaatteesta Nietzsche käytti myös termiä ikuinen paluu. (Schutte 1984, 63.)

Aarne Kinnunen (1960, 6) on todennut, että oli vaikea löytää eurooppalaista kirjailijaa, jolla ei olisi mielipidettä Nietzscheä ja mielikuvaa hänen filosofiastaan. Tämä huomioon ottaen ei siis ole ihme, että Nietzschen vaikutus näkyy Blixenin ajattelussa.

Nemesis on toinen keskeinen termi Blixenin ajattelussa. Hän on itse sanonut kaikkien hänen tarinoidensa käsittelevän nemesistä. Seuraavalla tavalla Thurman kertoo Blixenin itse määritelleen termin:

Nemesis on se tapahtumakulun lanka, jonka määräävät ihmisen psyykkiset edellytykset. Kaikki tarinani käsittelevät Nemesistä. Voidaan sanoa, että tuo lanka on halu ja sitä kuljettava neula on välttämättömyys, ja näin tarina – tai myytti tai uni – saa monet poimunsa. (Turman 1982, 285.)

Blixenin ajattelussa elämän suuret linjat ja kaikkein dramaattisimmat tapahtumat määrää nemesis. Nemesis tarkoitti Blixenille ennalta määrättyä, muuttamatonta kohtaloa. Käsitteen Blixenin on sanottu omaksuneen romaanikirjailija Meir Aron Goldschmidtilta, jonka nemesis-ajatuksia Blixenin kerrotaan suorastaan imeneen itseensä nuoruudessaan. (Thurman 1985, 62.)

Heiskanen-Mäkelän mukaan Blixen uskoi omaksi kohtalokseen tarinankertojan roolin, jonka hän ajatteli olevan hänelle määrätty osa. Hän uskoi hänen Afrikassa viettämiensä vuosien ja niihin sisältyneen kärsimyksen siirtäneen hänet uuteen elämänmuotoon eli kirjailijan rooliin, joka taas oli juuri se rooli, joka hänellä oli

määrä olla lopulta olla. (Heiskanen-Mäkelä 1979, 32.) Blixenin nemesiksen määräämänä kohtalona on ajateltu siis hänen oman käsityksensä mukaan olleen kokea suuria menetyksiä ja kärsimystä kasvaakseen tarinankertojan rooliin.

Nemesis määrää elämän suuret linjat ja dramaattiset tapahtumat. Ymmärrän kohtalon olleen Blixenille näiden nemesiksen määräämien tapahtumien jatkumo. Voidaan ajatella, että nemesis asettaa tehtävän tai haasteen, joka jää ihmisen ratkaistavaksi hänen omien kykyjensä puitteissa. Ihmisen kyky vahvistua vastoinkäymisten seurauksena tai koota itsensä niiden jälkeen on Blixenin ajattelussa nietzscheläistä kohtalon rakastamista ja nemesiksen vastaanottamista.

Kohtalo on Thurmanin (1985, 285) mukaan Blixenin tarinoissa usein esiintyvä teema. Nemesiksen ohella Blixen kertoo novelleissaan myös kohtaloon sopeutumisesta (esim. Heiskanen-Mäkelä 1979, 223). Hänen on todettu uskoneen ennalta määrättyyn kohtaloon, ja hän painotti erityisesti nimenomaan kohtalon hyväksymistä sellaisena, kuin se elämässä toteutui (Thurman 1985, 232).

5.1.2 Tarinankerronnan merkityksestä Blixenille

Hannah Arendt (2007) on kiinnittänyt huomiota Blixenin tarinankerronnalle antamaan merkitykseen. Arendt uskoo sen olleen Blixenin keino pysyä hengissä. Arendt toteaa tarinoiden kertomisen pelastaneen paitsi Blixenin suhteen, myös hänen henkensä katastrofin, ajallisesti lähekkäin tapahtuneiden Finch-Hattonin kuoleman ja kahvitilan menetyksen tapahduttua. Arendt sanoo kertomuksen muodon antaneen merkityksen tapahtumille, jotka muuten olisivat muodostaneet vain kestämättömän sarjan tapahtumia. (Arendt 2007, 270.)

Blixenin suhdetta tarinankerrontaan on tutkinut myös Heiskanen-Mäkelä, jonka mukaan oman elämän kertominen tarinana merkitsi Blixenille elämän mielen ja järjestyksen löytämistä kaaoksen ja sen aiheuttaneiden onnettomuuksien keskelle, mutta myös tarinan estetiikan soveltamista omaan elämään ja omaksi kohtalokseen kokemaansa tarinakertojan rooliin (Heiskanen-Mäkelä 1979, 27). Heiskanen-Mäkelän mukaan Blixenin estetiikassa tarinan tehtävänä on antaa siinä esiintyville henkilöille heidän kohtalonsa eli rooli, jota avulla he alkavat toteuttaa minuuttaan (mts. 223).

Blixenin ajattelussa minuuden toteuttaminen edellytti siis kohtalon olemassaoloa ja sen löytämistä. Edelleen Heiskanen-Mäkelän (1979, 26) mukaan monille Blixenin tarinoiden henkilöille hetki, jolloin he pystyvät näkemään oman elämänsä tarinana, merkitsee suurta valaistumista. Kertomuksen aikana oma elämä nähdään siis uudessa valossa. Juuri tämä on Linnainmaan (2009, 62) mukaan myös narratiivisen terapian tavoite.

5.2 Kerrottu elämä: Eurooppalaisena Afrikassa

Blixen kertoi elämästään ja erityisesti Afrikassa viettämistään vuosista teoksissaan *Eurooppalaisena Afrikassa* ja *Varjoja ruohikolla*. Heiskanen-Mäkelä (1979, 30) toteaa Afrikassa vietettyjen vuosien vaikutuksen Blixenin kirjailijana kehittymiselle olevan yleisesti tunnustettu. Heiskanen-Mäkelä (mts. 25) sanoo *Eurooppalaisena Afrikassa* oleva täydellisin niistä tarinoista, jotka Blixen sepitti omasta elämästään ja hänen kirjailijan kehityksensä kannalta merkityksellisimmistä elämänvaiheesta. Heiskanen-Mäkelän mukaan kyseessä on tarinan estetiikkaa noudattava muistelmateos (mts. 25). Siinä historian muotoa noudattavan kertomuksen alle on kätkeyty todellinen tarina, joka kertoo kohtalon kokemuksesta, mikä puolestaan on Blixenin antama selitys elämälle (mts. 32). Heiskanen-Mäkelä uskoo kirjan todellisen juonen olevan selonteko siitä, kuinka Blixen oppi tarinakertojan taitonsa ja lopulta syntyi kirjailijaksi (mts. 45). Heiskanen-Mäkelä toteaa, että teos ei oikeastaan olekaan kertomus Karen Blixenistä, vaan Afrikassa syntyneestä kirjailijasta nimeltä Isak Dinesen (mts. 98).

Thurman toteaa, ettei teoksessa *Eurooppalaisena Afrikassa* suinkaan kuvata Blixenin elämää sellaisena kuin hän sen eli. Thurmanin mukaan Blixen järjesteli kirjoittaessaan elämäntapahtumansa niin, etteivät ne sisältäneet ristiriitoja kerronnallisen ja psykologisen aspektin välillä. (Thurman 1985, 303.) Tämä muistuttaa Gillie Boltonin (2009, 136) esittämää ajatusta tarinan parantamisesta. Kertomusta voidaan myös pitää Ihanuksen (2009, 27) sanoin omaelämäkerrallisena totuutena.

Brantly sanoo teoksen *Eurooppalaisena Afrikassa* on kertovan todellisista ihmisistä, paikoista ja tapahtumista, kun taas historiallisten tosiasioiden suhteen Blixen on suonut itselleen luovaa vapautta. Brantly kertoo tämän seikan on aiheuttaneen

keskustelua siitä, pitäisikö teosta kohdella biografisen teoksen sijaan romaanina. (Brantly 2002, 72 -75.)

Naisnäkökulmasta Blixenin tekstejä tulkinut Aiken tulkitsee Blixenin kirjoittajaminän, Isak Dinesenin, syntyneen Afrikassa suurten menetysten seurauksena ”kuolleen” Blixenin tilalle. Verta ja lihaa olevan naisen tilalle syntyi kirjoitetuilla sivuilla elävä, kirjallisia lapsia synnyttävä tarinankertoja. (Aiken 1990, 46–47.) Tämä pitää yhtä Heiskanen-Mäkelän (1979, 45) käsityksen kanssa Afrikan vuosien merkityksestä Blixenin kirjailijaminän syntymiselle.

Tässä kappaleessa tekemässäni tulkinna noudatan Vilkon (1997, 97) antamaa ohjeistusta omaelämäkerran luennasta sekä ajatusta autobiografisesta tulkinna eli kertomistapahtuman huomioon ottamisesta tulkinna. Autobiografisesti luettaessa lukija tunnistaa kirjoittajan kertomassa omaa historiaansa ja toisaalta muodostamassa sitä kirjoittamisen avulla (mts. 97). Otan huomioon kirjoittamistapahtuman merkityksen Blixenin oman historian kertomisen keinona sellaisena kuin oman elämän kirjoittamisen tarkoitus Blixeniä koskevissa tutkimuksissa usein tulkitaan. Heiskanen-Mäkelä (1979) toteaa Blixenin antaman merkityksen hänen Afrikassa viettämille vuosilleen olleen, että ne valmistivat hänet kirjailijan rooliin. Heiskanen-Mäkelän mukaan kertomuksen todellinen merkitys on kätkeyty ”historian” eli elämäntarinan alle ja se on kohtalon kokemus, joka antaa selityksen elämälle. (Heiskanen-Mäkelä 1979, 31–32.)

5.2. 1 Asuinpaikka

Vilkko (1997, 146) toteaa omaelämäkerran tulkinna aukeavan elämänmetaforan kautta, millä hän tarkoittaa niitä keskeisiä kielellisiä jäsennyksiä, joihin kirjoittaja tekstissään kiinnittää sekä elämäntapahtumansa että minänsä. Luettaessa Blixenin *Eurooppalaisena Afrikassa* -teosta Vilkon viitoittamaa tietä, etsien kertomuksessa toistuvaa teemaa (mts. 102) voi pian huomata Blixenin farmin olevan enemmän kuin maatila. Se on teoksen keskeinen metafora ja toistuva teema.

Vilkon ajattelussa omaelämäkerran koti edustaa paitsi fyysistä asuinsijaa myös mielen kotia (Vilkko 1998, 28), johon sisältyy ajatus sosiokulttuurisesta arvomaailmasta ja yksilön ajatuksia ja tunteita sekä näihin liittyviä merkityksiä. Nämä kaksi kodille annettua merkitystä kietoutuvat toisiinsa. Elämänmetaforana sen voi ajatella symboloivan paitsi Blixenin Afrikassa omistamaa taloa myös hänen

henkistä asuinsijaansa Afrikan vuosina. *Eurooppalaisena Afrikassa* alkaa viittauksella maatilaan:

Minulla oli Afrikassa maatila Ngong-joen juurella. Itse päiväntasaaja kulki ylänkömaan kohdalla, viisikolmatta mailia pohjoisempana. Mutta maatilani oli kaksituhatta metriä merenpinnan yläpuolella. Keskellä päivää saattoi hyvinkin tuntua siltä kuin olisi päästy korkealle ja auringon likelle, mutta iltapuolet ja illat olivat kirkkaita ja viileitä ja yöt kylmiä. (Blixen 2009, 13.)

Eurooppalaisena Afrikassa -teoksessa kuvattuun, maatilalla vietettyyn aikaan liittyy paljon monenlaisia tapahtumia: ystävien vierailuja, juhlia, syntymiä ja kuolemia, yksinäisyyttäkin. ”Toisinaan elämä kävi maatilalla varsin yksinäiseksi, ja illan syvässä hiljaisuudessa, kun minuutit vierivät yksitellen seinäkelloni suurta taulua pitkin, tuntui siltä kuin elämä itse vierisi pois niiden mukana” (Blixen 2009, 35). Ystävien läsnäoloa vailla oleva maatila vertautuu yksinäiseen elämään, kun taas ystävien vierailut merkitsevät iloisia aikoja niin kertojalle kuin maatilallekin: ”Ystäväni käynnit maatilalla olivat iloisia tapauksia elämässäni, ja maatila itsekin ymmärsi sen” (mts. 262), kirjoitti Blixen ja antoi maatilalle ymmärtämisen kyvyn.

Monet kirjan kertomista tapahtumista tapahtuvat maatilalla päärakennuksen ruokasalissa, jossa Blixen kestitsi vieraitaan ja ystäviään ja kävi pitkiä keskusteluja heidän kanssaan (Blixen 2009, 187, 205, 254–257, 269, 271). Sen sijaan esimerkiksi Vanhan Knudsenin, jota Blixen ei omien sanojensa mukaan ”aina jaksanut sietää” (mts. 80), kirjailija kuvasi istumassa kuistilla kahvia juomassa ja laulamassa (mts. 80, 84). Blixen kuvasi ruokailutilaansa seuraavasti ”Ruokasalissa oli kolme pitkää ikkunaa, joista oli näköala kivetylle pengermälle, nurmikentälle ja metsään ” (mts. 66). Ruokasalista näki moneen suuntaan ja sietä pystyi ikään kuin hallitsemaan tilaa ja sen ympäristöä.

Tilalla oli asuintilojen lisäksi myös laaja maa-alue, jossa viljeltiin kahvia ja jolla Blixenin palveluksessa olleet kikujut asuivat. Teoksessa kuvataan muun muassa tilan sateisten ja kuivien vuosien mukaan vaihtelevaa satoa, tilalla järjestettäviä suuria juhlia sekä sattuneita onnettomuuksia ja kikujujen keskinäisiä riitoja. Tilalle mahtuu lähes koko elämän kirjo syntymiseen ja kuolemiseen. Tilalla nähtiin myös villieläimiä ja kokonainen luku teoksesta on omistettu Lullu-nimen saaneelle antiloopille, jonka tilalla viettämä aika oli kertojan mukaan hänen elämänsä onnellisinta. (Blixen 2009.)

Maatila on tärkeä paikka paitsi sen asukkaille myös siellä vieraileville ystäville, jotka kertojan mukaan arvostivat sitä, että tila pysyi aina samanlaisena ja omana itsenään. ”Istuessaan leirinuotioiden ääressä he olivat kuvitelleet, millaisia riemuja elämä tarjoaisi maatilallani”, totesi kertoja hänen tilaansa ikävöineistä ystävistään. (Blixen 2009, 262.)

Rakastajansa käyntejä maatilalla kertoja kuvaa seuraavalla tavalla:

Denys Finch-Hattonilla ei ollut Afrikassa muuta kotia kuin maatilani. Hän asui talossani eräretkiensä väliaikoina ja piti täällä kirjojaan ja gramofoniaan. Kun hän tuli takaisin, aukeni maatila ja puhui -- Odottaessani Denysin paluuta ja kuullessani hänen autonsa tulevan tietä ylös kuulin samalla maatilalan kaikkien esineiden ja olentojen puhuvan ja sanovan, mitä ne oikeastaan olivat (Blixen 2009, 285.)

Vertauskuvallisesti kirjoittaessaan kertoja antaa maatilalle sekä sen esineille ja olennoille jälleen inhimillisen taidon tehdessään niistä puhuvan. Maatila tuntuu kuvastavan vertauskuvan muodossa kertojan omia tunteita ja ajatuksia.

Jos maatilaa pidetään teoksen keskeisenä metaforana, merkitsee sen säilyttämiseksi käyty kamppailu ja lopulta tilan menettäminen myös enemmän kuin vain kahvifarmin menettämistä. Lähes samaan aikaan kahvitilan menettämisen kanssa osuu myös Blixenin rakastajan Finch-Hattonin äkillinen kuolema lento-onnettomuudessa. Blixen kuvaa heidän viimeistä kohtaamistaan seuraavasti: ”Lopulta, kun kalustoani jo myytiin, hän istui luonani pakkalaatikolla pitäen lautastaan toisen laatikon kannella, ja niissäkin oloissa seurustelumme jatkui myöhään iltaan saakka.” (Blixen 2009, 429.)

Tilansa, omaisuutensa, elinkeinonsa, elämäntapaansa, terveytensä ja rakastajansa menettänyt kirjailija tarvitsi paljon voimia ja keinoja selvitäkseen vaikeasta elämäntilanteestaan. Omasta mielentilastaan ja tyhjenneestä maatilastaan Blixen kertoi seuraavalla tavalla:

Meillä oli paljon muuta, mikä myytiin, pakattiin ja lähetettiin pois, niin että talosta näinä kuukausina kehittyi *das Ding an sich*, ylevä kuin paljas pääkallo, kolea ja tilava asuinsija, jossa kaiku pysyi sisällä, ruohon kasvaessa kentällä korkeaksi kynnykselle asti. Viimein ei huoneissa enää ollut mitään ja minusta tuntui siloisessa mielentilassani kuin tämä nyt olisi sopivampi ja arvokkaampi olinpaikka kuin koskaan aikaisemmin. (Blixen 2009, 454.)

Maatilasta on tullut yhtä tyhjä ja surullinen kuin omistajastaankin. Myös koti on joutunut luopumaan kaikesta, mikä sillä ennen oli, aivan kuten kertojakin.

Eurooppalaisena Afrikassa loppuu samaan tyyliin kuin alkoikin: viittauksella maatilaan.

Täältä saatoin nähdä lounaassa Ngongin vuorijonon. Sen ylevä aaltoviiva kohosi ympäröivän laakean maan yläpuolelle tummempana kuin sinisenä kuin taivas. Mutta se oli jo niin kaukana, että pitkän selänteen kaikki neljä huippua näyttivät vähäpätöisiltä – tuskinpa niitä voi erottaa. Toisin oli laita, kun katseli maatilalta, ikään kuin edessä olisi toinen vuori. Sen ääripiirteet tasoittuivat ja vähitellen katosivat sitä mukaa kun välimatka piteni. (Blixen 2009, 484–485.)

Joutuessaan jättämään maatilansa ja Afrikassa vietetyn ajanjakson taakseen kertoja menetti näkymänsä. Hänen oli opittava katsomaan elämää uudesta positioista ja tähän uuden roolin opetteluun hän käytti tarinankerrontaa apunaan.

Kertoja on kuvannut kirjoittamisen ja tarinankerronnan merkityksestä seuraavasti:

Iltaisin ryhdyin kirjoittamaan kertomuksia ja satuja, jotka voisivat viedä ajatukseni kauas vieraisiin maihin ja aikoihin. Muutamia näistä jutuista olin kertonut ennen huvittaakseni jotakuta ystävää, joka oli tullut maatilalle asumaan. Lakattuani kirjoittamasta ja mentyäni ulos puhalsi ohut, kamala tuuli taivas oli kirkas miljoonine tylyine tähtineen, ja kaikki oli kuivaa. (Blixen 2009, 65.)

Kuvaus jatkuu seuraavalla sivulla:

Kotiväkeni kysyi, mitä minulla on tekeillä, ja kuultuaan, että yritin kirjoittaa kirjaa, he käsittivät sen viimeiseksi ponnistukseksi luotsatakseni meitä vaikean ajan läpi ja sitten usein tiedustelivat, kuinka kirjan teko luisti. (Blixen 2009, 66.)

Teoksessa kirjoittaja kuvaa tarinoiden kirjoittamisen lisäksi myös suullista tarinankerrontaa. Seuraava katkelma kuvaa Blixeniä kertomassa tarinaa Finch-Hattonille: ”Hänen poissaollessaan olin sepittänyt monta satua ja kertomusta. Illalla hän asettui mukavasti lattialle kamiinin eteen, talon kaikki pielukset levitettyinä ympärilleen, minä istuin jalat ristissä hänen vieressään kuin Sheherazade, ja hän kuunteli tarkkaavasti pitkää kertomusta alusta loppuun.” (Blixen 2009, 286.)

Katkelma kuvaa näennäisesti onnellista ja mukavaa yhdessäoloa kertomuksen toimiessa kahta rakastavaista yhdistävänä siteenä. Aikenin (1990, 45) tulkinnan mukaan kohtausta itse asiassa kuvaa Finch-Hattonin ja Blixenin suhteen pimeää puolta, ensin mainitun kyvyttömyyttä sitoutua ja jälkimmäisen ponnisteluja suhteen jatkumiseksi.

5.2.2 Kohtalo

Blixenin kuvaukset alkuperäisväestön suhtautumisesta kohtaloon muistuttavat hänen Nietzscheä omaksumaansa käsitystä elämäänsä rakastavasta ihmisestä. Seuraava katkelma kuvaa kikujujen suhtautumista kohtaloon: ”Kikujut omaksuvat mielellään sen, mikä on aavistamatonta, ja ovat tottuneet odottamattomaan. Siinä he eroavat eurooppalaisista, jotka kaikin mokomin tahtovat olla turvassa kohtaloa vastaan” (Blixen 2009, 38). Myös seuraava lainaus jatkaa samasta aiheesta: ”Saman mielenlaadun olen tavannut vanhoissa neekerinaisissa, jotka ovat kokeneet monenlaista kovaa, tavallaan sekoittaneet vertansa kohtalon kanssa, ja ovat heti selvillä sen ivasta, kun sen kohtaavat, ikään kuin heitä vastassa olisi sisar” (mts. 51).

Heiskanen-Mäkelä (1979, 93–94) toteaa näiden Blixenin Afrikassa tapaamien ihmisten ja hänen heissä näkemiensä ominaisuuksien vaikuttaneen hänen myöhemmin muistelmissaan ja tarinoissaan esiin tuomaan kohtalon hyväksymisen merkitykseen.

Tarinankertoja Blixen kertoo oppineensa afrikkalaisilta heidän asenteensa, mistä hän kertoo seuraavassa katkelmassa: ”Vähitellen opin käyttäytymään heidän tavallaan ja lakkasin valittamasta ja manaamasta kovaa aikaa, niin kuin epäsuosioon syösty ihminen. Mutta sillä kertaa en ollut vielä elänyt heidän joukossaan kyllin kauan omaksukseni heidän täydellisen levollisuutensa” (Blixen 2009, 65.) Levollisuus ja kohtalon iskujen vastaanottaminen tyynesti oli siis Blixenin kertomuksen mukaan hänen Afrikan alkuasukkailta omaksuma omaksuma taito.

Kertomuksen kikujuilla tuntuu muutenkin olevan Nietzscheä filosofiasta tuttuja piirteitä. Seuraavassa kertoja kuvaa alkuasukkaisen suhdetta moraaliin:

Mutta ennakkoluulottomat kikujut, wakambat ja kavirondat eivät noudata mitään moraalista mittakaavaa. Heistä on selvää, että useimmat ihmiset ovat valmiit tekemään mitä tahansa. Heitä ei voi suututtaa, vaikka tahtoisi. Niinpä voi sanoa huonoksi tai rappeutuneeksi sellaista kikujua, joka ottaa välittämättä siitä, kuinka häntä kulloinkin kohdellaan. (Blixen 2009, 167.)

On vaikea tietää, näkikö kertoja tapaamissaan afrikkalaisissa nietzscheläiseen ihanteeseen liittyviä ominaisuuksia vai keksikö hän ne tarinaan sen estetiikan takia (kts. Heiskanen-Mäkelä 1979). Joka tapauksessa sekä tyyni suhtautuminen elämän vastoinkäymisiin ja niiden hyväksyminen osaksi elämää ovat molemmat Nietzscheä amor fati -periaatteseen liittyviä ominaisuuksia (Solomon 2003, 162).

Heiskanen-Mäkelä kutsuu Eurooppalaisena Afrikassa -teosta Blixenin henkiseksi omaelämäkerraksi, jonka kirjoittaminen auttoi kirjailijaa saavuttamaan korkeamman tietoisuuden asteen oman elämänsä suhteen ja säilyttämään sen. Samalla kirjoittaminen Heiskanen-Mäkelän (1979, 59–60) mukaan paransi Blixenin katkeruuden ja menneisyyden kaipuun sekä sai hänet uskomaan työnsä merkitykseen. Kirjoittamisella näyttää olleen Blixenille eheyttävä vaikutus, auttoihan kirjoittaminen häntä oman elämän reflektoinnin kautta hyväksymään vastoinkäymisensä ja suuntaamaan elämänsä jälleen nykyhetkeen ja tulevaisuuteen.

5.3 Tarinoitunut elämä: Uneksijat

Biografisten teostensa lisäksi Blixen julkaisi novellituotannon, jonka kertomuksista useiden on todettu sisältävän aineksia Blixenin omasta elämästä sekä muotokuvia hänestä itsestään (Heiskanen-Mäkelä 1979, 25). Kaikkien henkilökohtaisimpana hänen novelleistaan on pidetty *Seitsemän salaperäistä tarinaa* - kokoelman ”Uneksijat”-nimistä kertomusta (Brantly 2001, 55). Blixenin on sanottu pitäneen ”Uneksijoita” tärkeimpänä novellinaan ja siinä esiintyvää Pellegrina Leonia tärkeimpänä sijaisminuutenaan (Pelensky 1991, 132; Heiskanen-Mäkelä 1979, 225). Heiskanen-Mäkelä toteaa ”Uneksijoiden” olevan yhtä elämäkerrallinen kuin *Eurooppalaisena Afrikassakin* (Heiskanen-Mäkelä 1979, 234).

Brantly korostaa ”Uneksijoiden” paralleelista suhdetta Blixenin Afrikassa elämiin vuosiin ja vertaa esimerkiksi Pellegrinan äänen katoamista Blixenin kokemaan kahvitilan menettämiseen (Brantly 2002, 55–56). Celia Huntin fiktiivisen autobiografian ajatusta mukaillen kirjoittaja voi käydä elämänsä historiaa läpi fiktiivisten tapahtumien ja henkilöiden avulla (Hunt 2006, 18).

5.2.1 Kirjailijan sivupersoonana Pellegrina Leoni

Pellegrinan merkitystä ja keskeistä asemaa Blixenin novellihenkilönä on käsitelty useassa tutkimuksessa (Aiken 1990; Pelensky 1991). Heiskanen-Mäkelän (1979, 249) mukaan Pellegrina on Blixenille paitsi elämäkerrallinen symboli, myös kuva luomistyölleen omistautuneesta taiteilijasta. Tulkitsen Pellegrinan tarinan keskeiseksi metaforaksi ja siksi pidän perusteltuna esitellä lyhyesti novellin tiivistelmän tässä pro gradu -tutkielmassa.

”Uneksijat”-tarinassa Pellegrina esiintyy ensimmäisen kerran kurtisaanina nimeltä Olalla. Blixen kuvaa Pellegrinaa ”Uneksijoiden” toisen henkilön, Lincoln Forsnerin, suulla seuraavasti:

Sitä naista saan kiittää siitä, että joskus olen tiennyt sellaisten sanojen merkityksen kuin kyyneleet, sydän, kaipaus ja tähdet, ja tiedän sen yhä vielä. Niin, erikoisesti tähdet, Mira. Rakastettuni oli kuin tähti. Hänen ja toisten naisten välillä oli sama ero kuin pilvisellä ja tähtikirkkaalla yötaivaalla. Ehkä sinäkin olet kohdannut elämässäsi sellaisia naisia, Mira, jotka valaisevat omalla valollaan ja loistavat pimeydessä kuin soihtu. (Blixen 1985, 267.)

Pellegrina kuvataan alusta lähtien poikkeusyksilönä, naisena, joka erottuu selvästi muista ihmisistä. Tarinan kertoja jatkaa kuvaustaan seuraavasti: ”Myöhemmin ymmärsin, että se valtavan voiman vaikutelma, jonka sain, ei ollut todellinen. Hän oli heikompi kuin miltä vaikutti.” Hän jatkaa: ”On siis aivan ymmärrettävää, että luulin naisen harvinaisen voiman aiheuttavan sen. En silloin aavistanut, miten täydellisesti hän oli liittoutunut elämän myrskyjen ja tuulien kanssa”. Pellegrinan voima ei siis ollutkaan sisäistä, vain ulkoapäin tulevaa, elämän haasteiden kanssa liittoutumista. Tämän voi ymmärtää myös amor fati -periaatteen ilmentymäksi kertomuksessa. (Mts. 267–268.)

Toinen Pellegrinan henkilöitymistä novellissa on vallankumouksellinen madame Lola. Madame, jota kuvataan esteettiseksi neroksi ja taitavaksi vehkeilijäksi. Tässä kohdassa kertoja on vaihtunut Pilotiksi, joka kertoo miehille menneensä tapaamaan madame Lolaa, joka osoittautui vallankumouksen suunnittelijaksi. Madame sai Pilotin huijattua mukaan taisteluun, jossa hän haavoittuu. Kun Pilot palaa tajuihinsa, on hän Madame Lolan hoidossa ja rakastuu tähän. Kun madame Lola ilmoittaa Pilotin olevan terve ja että tämän pitäisi matkustaa pois Luzernista, tämä tuntee lamautuvansa. Tarina päättyy samaan tapaan kuin Forsnerin ja Olallankin: Pilot ei voi unohtaa naista, vaan yrittää löytää hänet. (Blixen 1985, 280–284.)

Kolmannen kertomuksen ”Uneksijoissa” kertoo paroni Gyldenstierne. Hänet oli lähetetty seitsemän vuotta aikaisemmin Saumurin ratsastuskouluun, jossa hän tutustui Waldemar Nat-og-Dagiin. Waldemar oli ihastunut paikalliseen nuoreen neitoon nimeltä madame Rosalba, jonka luo mies uskoi kohtalon hänet johdattaneen (mts. 286). Paroni Gyldenstierne saa järjestettyä itselleen tapaamisen madame Rosalban kanssa. (Blixen 1985, 285-286.)

Paroni alkaa vierailulla ahkerasti Rosalban luona. Lopulta Rosalba kutsuu paronin tapaamiseen tornihuoneeseensa, jossa tämä esittää Rosalballe palavan rakkaudentunnustuksen. (Blixen 1985, 291.) Rosalba haluaa kuitenkin pysyä uskollisena edesmenneelle rakastajalleen. Sama katoaminen, joka esiintyi Olallan ja Madame Lolankin tarinoissa toistuu Madame Rosalban kohtalossa. Miehet alkavat epäillä kertoneensa kaikki kolme samasta naisesta.

Miesten istuessa pöydän ääressä viiniä juomassa astuu sisään mustaan vaippaan verhoutunut rouva palvelijansa seuraamana. Miehet tuskin vilkaisevat heihin, paitsi Pilot, joka jää tuijottamaan naisen perään ja sanoo toisille tämän olleen madame Lola (Pellegrina). Miehet menevät kysymään rouvan henkilöllisyyttä eteispalvelijalta, joka kertoo tämän olevan hovineuvos Heerbrandin rouva Altfordista. Seuraavana aamuna Forsner kuulee hovimestarilta madamen matkustaneen jo pois. (Blixen 1985, 293–295.) Jälleen kerran Pellegrina on siis kadonnut.

Miehet lähtevät seuraamaan pakoon lähtenyttä Pellegrinaa, ja Forsner näkee lopulta lumisateessa eteenpäin ponnistelevan ihmishahmon. Forsner lähtee seuraamaan lumisateesta huolimatta nopeasti eteenpäin rientävää Pellegrinaa ja saavuttaessaan tätä hänelle tulee tarve päästä eroon häntä seuraavasta paroni Gyldenstiernestä. Miesten välille tulee tappelu, ja Forsner jatkaa Pellegrinan seuraamista yksin. (Blixen 1985, 297–299.)

Sekä Forsner että Olalla käyttävät pakoon kaikki voimansa, ja takaa-ajo päättyy lopulta hurjaan syleilyyn (Blixen 1985, 299–300). Olalla ei tunnista Forsneria. Nainen on uupunut ja haluaa levätä hiukan. Forsner istuu hänen rinnallaan ja ihmettelee hänen kykyään olla välittämättä mistään, edes tuskasta ja kivusta (mts. 301.) Nämä kaksi istuvat lepäämässä, kunnes he näkevät tiellä lähestyvät Pilotin ja paroni Gyldenstiernin. Nämä huomaavat kallioluolassa istuvat Forsnerin ja Olallan. (Mts. 303.) Pilot tunnistaa Olallan madame Lolaksi ja paroni madame Rosalbaksi. Tämä kuitenkin kieltää olevansa kumpikaan näistä naisista. Pellegrina pakenee jälleen kerran (mts. 305.) Pellegrina heittäytyy alas jyrkän teeltä miesten ehtimättä estää häntä. Olalla putoaa kallion ulokkeelle, josta miehet nostavat hänet ylös. Olalla nostetaan paikalle saapuneen, Pellegrinan varjona toimineen Marcus Coccozan vaunuihin, joissa heidät kuljetetaan luostariin hoidettaviksi. (Mts. 306.)

Miesten kysyttyä Coccozalta Olallan henkilöllisyyttä kertoo tämä heille naisen olevan Pellegrina Leoni, koko maailman rakastama oopperalaulajatar, jonka oli uskottu kuolleenkolmetoista vuotta aikaisemmin Milanon oopperan palossa. Coccoza kertoo

hänen menettäneen oopperan palossa äänensä järkytyksen ja palovammojen seurauksena, muuta jääneen kuitenkin henkiin. (Blixen 1985, 307.) Marcus kertoo muille miehille Pellegrinan tarinan.

Pellegrina eli Marcus Cocozan valkoisessa huvilassa Milanon lähistöllä oopperan paloon saakka. Palon keskellä Pellegina vain jatkoi laulamistaan, vaikka katon kappaleita putoili hänen päälleen. Lopulta Pellegrina seiso palavalla näyttämöllä. Pellegrina pelastettiin ja hän toipuu vammoistaan Cocozan hoidossa, mutta äänensä hän menetti lopullisesti.

Toipilasaikanaan Pellegrina suri syvästi suosionsa, asemansa ja kunnianosoitusten menettämistä. Lopulta hän kertoo Cocozalle olleensa aina liian itsekäs. (Blixen 1985, 314–318.) Tämän oivalluksen jälkeen Pellegrina päättää olla siitä hetkestä lähtien kuollut, ja seuraa novellin paljon siteerattu kohta: ”Pellegrina on kuollut. Ei kukaan, ei yksikään saa enää koskaan olla Pellegrina. Ei tule kysymykseenkään, että hänet vielä kerran kutsuttaisiin tämän maailman näyttämölle, niin että hänen vielä täytyisi kokea niin kovia kohtaloita kuin ihmisen osaksi tulee tämän maan päällä.” (Blixen 1985, 319.)

Tästä lähtien Pellegrina ei enää ole palvottu oopperalaulajatar, vaan hän jatkaa elämäänsä Ollallana, Madame Lolana ja madame Heerbrandina. Hänen osakseen tulee vaelttaa eteenpäin koskaan taakseen katsomatta. Pellegrina päättää myös ryhtyä tavallisten naisten kaltaiseksi: naiseksi, jolla on tavanomainen nimi ja jolla on monta kaltaistaan maailmassa. Tätä Pellegrina perustelee Marcus Cocozalle sillä, että ihmiset eivät piittaa niin paljon siitä, mitä tavanomaiselle naiselle tapahtuu. (Blixen 1985, 320.) Seuraa toinen teoksen kuuluisista repliikeistä, jossa Pellegrina puhuu Cocozalle:

- Ja jos kävisi niin, että alan pitää liian tärkeänä, mitä tuolle naiselle tapahtuu, tahdon heti päästä pois ja olla taas joku toinen nainen: kaupungin pitsinnyplääjä, pien tyttökoulun opettajatar tai pyhiinvaeltaja, joka on matkalla Jerusalemin pyhälle haudalle rukoillakseen - - - En tahdo olla vain yksi ainoa ihminen, Marcus, tästä lähtien tahdon olla useampi kuin yksi ihminen. En halua sitoa koskaan enää sydäntäni ja koko elämäni vain yhteen ainoaan olentoon ja kärsiä niin kauheasti. Minun on ikävä edes kuvitella sitä. Olen kärsinyt kauheasti. Minun on ikävä edes kuvitella sitä. Olen kärsinyt tarpeeksi. Kukaan ei voi vaatia minulta enää sitä. Kaikki sellainen on mennyttä.” (Blixen 1985, 320.)

Tässä katkelmassa kiteytyy koko Pellegrinan tuleva elämäntapa ja elämänfilosofia: olla välittämättä liikaa siitä, mitä itselle tapahtuu, ja välttää tämä välittäminen muuttamalla aina toiseksi naiseksi. Katkelma pitää sisällään tiiviissä muodossa

novellin pääajatuksen ja samalla sysää tulevat tapahtumat liikkeelle. Pellegrina jatkaa puheluaan Cocozalle sanomalla, ettei kenenkään ihmisen maan päällä pitäisi hänen mielestään olla yksi ainoa ihminen, koska silloin kaikki tuntisivat sydämensä keveämmäksi (Blixen 1985, 321).

Vilkon (1997,102) tulkinnan metodiin kuului huomion kiinnittäminen kertomuksessa toistuvaan teemaan. Pellegrinan muuntautuminen moneksi eri henkilöksi ja kyvyttömyys pysähtyä ovat ”Uneksijat”-tarinassa toistuvia tapahtumia, jotka huomaan ensimmäisen luennan aikana.

Vilkko (1997, 102) opastaa tekemään edellä mainitun havainnon jälkeen kontrolloidun asetelman, jota havainnon merkitystä voidaan arvioida. Tässä vaiheessa oletan Heiskanen-Mäkelän (1979, 234–235) tulkintaan nojaten kertomuksen ominaisuudeksi sen olevan vertauskuvallinen tulkinta Blixenin omasta elämästä ja sen tapahtumista.

Vilkon (1997, 102) metodin seuraavaa vaihetta, systemaattista lähilukua tehdessäni huomaan Pellegrinan monipersoonaisuuden ja muuntumisen olevan selvitysmiskeino. Pellegrina ratkaisee kriisitilanteet muuttamalla toiseksi henkilöksi. Pellegrinan tarina ja hänen tekemänsä ratkaisut kriisiin voittamiseksi ovat Heiskanen-Mäkelän (1979, 235) mukaan yhtäpitäviä Blixenin elämänvaiheiden ja valintojen kanssa. Pellegrina käy siis vertauskuvallisesti läpi Blixenin elämän tapahtumia ja löytää selviytymiskeinoja niihin.

Pellegrina muuttuu yhden naisen sijasta moneksi, päämääränään olla kiinnostumatta liikaa siitä, mitä itselle tapahtuu. (Esim. Blixen 1985, 320.) Tämä on Pellegrinan keino sopeutua. Sopeutuminen taas on yksi elämänhallinnan tunnusmerkeistä (Roos 1987, 66). Pidänkin Pellegrinaa eräänlaisena selviytymiskeinojen ja elämänhallinnan vertauskuvana.

5.2.2 Metaforinen kohtalo

”Uneksijat” on tulkittu kertomukseksi Blixenin omasta elämästä ja kohtalosta. Sirkka Heiskanen-Mäkelä on tulkinnut Pellegrinan Blixenin sijaisminuudeksi, joka käy vertauskuvallisessa muodossa läpi kirjailijan elämänvaiheita (Heiskanen-Mäkelä 1979, 234–235).

Kirjallisuuden alter egoja ja niiden merkitystä on tutkinut muun muassa Markku Envall kirjallisuustieteen kontekstissa. Envallin mukaan kaksoisolentotarina kuvaa useimmiten psyykkisiä ilmiöitä, kuten itsestä vieraantumista, sivupersoonia tai mielen jakautumista (Envall 1988, 34). Envall toteaa myös, ettei kaksoisoletoaiheesta voi yleensä päätellä mitään kirjailijan uskomuksista, vaan kaksoisoleto on osa aineistoa, jonka avulla kirjoittaja kehittää ajatuksiaan kertomuksessa (mts. 36). Jos Pellegrinaa pidetään Blixenin kaksoisoletona ja oletamme kirjailijan käyttäneen hahmoaan ajattelunsa kehittämiseen, tullaan lähelle Huntin (2006, 51) ajatusta kokeellisesta minuudesta ja Hännisen (200, 61- 62) teoriaa reflektoidusta identiteetistä.

Pelenskyn mukaan Blixen on tunnustanut ystävänsä olleensa kuten Pellegrina ja vältelleensä Tanskaan palattuaan sitoutumista omaan persoonaansa ja sen mukanaan tuomaan identiteettiä ja kärsimykseen. Pelenskyn tulkinnan mukaan Pelleginin luominen merkitsi Blixenille hänen oman naisellisen puolensa vapautumista. Pellegrina oli Pelenskyn mukaan naispuolinen Don Juan -hahmo, joka saavutti vapautensa välttämällä tietoisesti yhteyttä toisiin ihmisiin ja joka teki tarinan miehille samoja asioita kuin todelliset miehet olivat tehneet Blixenille hänen elämässään. (Pelensky 1991, 132.)

Pellegrinalle hänen kohtalonsa on väistämätön ja se estää häntä lepäämästä, sitoutumasta tai muistelemasta saati jatkamasta entistä elämäänsä. Samalla kohtalo on mahdollisuus uuteen ja tilaisuus irrottautua vanhasta elämästä ja sen kahleista. Heiskanen-Mäkelän (1979, 246) mukaan Blixenin henkilöt kokevat kohtalonsa välttämättömyytenä, eivät onnettomuutena.

”Uneksijat”-novellissa käsitellään monessa kohdassa tarinakerronnan teemaa. Alussa esiintyvä Mira Jama on kuva tarinankertojasta. Heiskanen-Mäkelän (1979, 225) mukaan kyseessä on Blixenin luoma ironinen omakuva. Mira Jama on elämässä kolhiintunut hahmo, jolta nenä ja korvat on leikattu irti.

Seurueen toinen ja vanhin jäsen oli laajalti kuuluisa henkilö ja suuri tarinankertoja, itse Mira Jama, jonka kauniit tarinat ja runot puoli maailmaa tunki ja joita se rakasti. Hän istui jalat ristissä Saidin tapaan ja selkä käännettynä kuuheen, mutta valoisassa yössä saattoi nähdä, että häneltä joskus kohtalokkaassa tilaisuudessa oli leikattu nenä ja korvat tumman kallon tasolle. (Blixen 1985, 258.)

Aikenin (1990, 52) mukaan Mira Jaman tilanne ja kyvyttömyys kertoa tarinoita kuvaavat implisiittisesti Blixenin omaa tilannetta. Ruumiinjäsentensä lisäksi Mira

Jama on menettänyt myös kykynsä kauhistua (Blixen 1985, 260.) Blixenin tavoin myös Mira Jama on siis kokenut monia menetyksiä.

Blixenin on kirjoittanut tarinakerronnan lisäksi uneksimisesta. Mira Jama kertoo uneksinnan merkityksestä seuraavassa: ”Jumalan armosta minun on suotu joka yö saada unta, ja uneen päästyäni myös uneksia. Unissani osaan vielä pelätä ja kauheita asioita tapahtuu minulle.” (Blixen 1985, 261.) Uneksimisen avulla Mira Jama pystyy jälleen kauhistumaan.

Mira Jama jatkaa puheluaan hieman myöhemmin: ”Mutta minua ihastuttaa aivan erityisesti, että unessa minun ei tarvitse ponnistella vaikuttaakseni näytelmän toimintaan” (Blixen 1985, 261–262). Uni, kuten tarinankerrontakin, antaa etäisyyttä todellisen elämän tapahtumiin.

Kertoessaan tarinankerronnasta ja luodessaan tarinankertojan tarinan sisälle Blixen loi monikerroksisen asetelman. Tilanne on kuin katsoisi itseään yhtäaikaisesti monen peilin kautta. Mira Jama on tarinakertojan metafora tarinan sisällä, kertomuksessa esiintyvä kuvitteellinen kertoja. Luodessaan Mira Jaman Blixen reflektoi omaa tarinankertojan kohtaloaan ja kertoi metaforan keinoin oman totuuskertomuksensa, kuten hän teki luodessaan Pellegrinan.

Bolton (2011) toteaa metaforan käytön avulla tiedostetaan ja kerrotaan, mikä ihmiselle on todella tärkeää siirtämällä yhden asian merkitys toiseen. (Bolton 2011, 36.) Bolton kuvaa kielikuvia ikkunoiksi, joiden läpi voimme kurkistaa omaan menneisyyteemme (Bolton 2008, 78). Mertanen (2009, 233) uskoo metaforan muodostavan yhteyden menneisyyden ja tulevaisuuden välille. Hänen mukaansa metaforien paitsi heijastavan ihmisen elämää myös luonnehtivat sen teemaa (Mertanen 2009, 247).

Blixen loi sekä pellegrinan että Mira Jaman omiksi alter egoikseen. Voisi ajatella näiden kahden sijaisminuuden kertovan olennaisen tulkinnan Blixenin omalle elämälleen ja sen tapahtumille antamista merkityksistä. Sijaisminuus on minuuden vertauskuva ja tulkitsen Blixenin käyttäneen sekä Pellegrinaa että Mira Jamaa omassa elämässä tärkeinä pitämiensä asioiden läpi käymiseen.

6 Pohdinta

Pohdin tässä pro gradu -tutkielmassani kirjallisuusterapian ja erityisesti reflektiivisen kirjoittamisen tarjoamia mahdollisuuksia kuntoutuksen tukemiseen sekä kartoitan, minkälaisia miten ja minkälaisissa reflektiivisen kirjoittamisen keinoja käyttäen ihminen voi tukea omaa elämänhallintaansa. Tarkastelin myös sitä, miten esimerkkitapauksena käyttämäni kirjailija Blixen tuki omaa elämänhallintaansa reflektiivisen kirjoittamisen avulla.

Kirjoittaminen ja oman elämän reflektointi olivat Blixenille tulkintani mukaan nimenomaan keinoja tukea elämänhallintaa. Roos (1987, 66) määrittelee sisäisen elämänhallinnan ihmisen kyvyksi sopeutua ja sisällyttää elämäänsä monenlaisia, dramaattisiakin, tapahtumia, selvitä niistä ja toisaalta mahdollisuudeksi vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. Tulkitsen kirjoittamisen ja oman elämän kertomisen tarinan muodossa olleen keinoja, joiden avulla Blixen saavutti paremman elämänhallinnan. Reflektiivinen kirjoittaminen auttaa tämänkaltaisessa tavoitteessa monella tavalla.

Kirjallisuusterapian kontekstista löytyi monenlaisia kuntoutumista tukevia ja vahvistavia kirjoittamisen keinoja, erityisesti reflektiivisen kirjoittamisen alueelta. Sen avulla voidaan tehdä uusia, vaihtoehtoisia tulkintoja tapahtuneista asioista sekä lähestyä niitä uusista näkökulmista luomalla niistä uusia kertomuksia, narratiiveja. Narratiivisen terapian tavoitteena on muodostaa uusia tarinoita ja saada niiden avulla aikaan muutosta, mikä taas on Linnainmaan (2009, 62) mukaan kaikenlaisen terapeuttisen toiminnan tavoite. Tällöin terapian, hoidon tai kuntoutuksen tavoitteena on auttaa asiakasta uuden, minuutta tukevan tarinan muotoilemisessa.

Reflektiivisen kirjoittamisen kuntouttavia mahdollisuuksia pohtiessani huomasin kirjallisuusterapia-alan harjoittajien olevan melko yksimielisen vakuuttuneita kirjoittamisen hyvinvointia tukevasta ja eheyttävästä vaikutuksesta. Keskustelua aiheuttaa kysymys, voiko yksin toteutettua reflektiivistä kirjoittamista pitää kirjallisuusterapiana.

Tämän tutkielman alussa esitin hypoteesin, että kirjoittamisella oli esimerkkitapaukselleni Blixenille eheyttävä, elämänhallintaa tukeva sekä kuntouttava merkitys. Vastausta etsiessäni sovelsin Vilkon tavallisten ihmisten omaelämäkerrallisten tekstien tarkasteluun luomaa tulkinnan menetelmää kirjailijana toimineen Blixenin teoksiin. Kirjailijan teksti ja henkilökuvat ovat harkittuja ja osa

niistä saattaa olla mukana tarinan estetiikan takia. Blixenin kertomusten on katsottu sisältävän materiaalia hänen omasta elämästään, ja toisaalta Vilkon metodi toimi hyvin kirjailijan tekstien tulkinnan avaimena. Näistä syistä pidän menetelmää käyttökelpoisena omassa tutkielmassani.

Tein tulkintaa melko suppeasta aineistosta, kahdesta Blixenin kirjoittamasta teoksesta, edeten yksityisestä yleiseen. Molemmat teokset käsittelevät Blixenille tyypillisiä teemoja ja ovat siksi edustavia. Tällaisia aiheita ovat elämänmuutos ja siihen sopeutuminen, kohtalon toteutuminen henkilön elämässä ja hänen keinonsa kohdata väistämätön kohtalonsa. Elämänhallinta-ajattelun yhdistäminen Blixenin teksteihin tuntui loogiselta. Tämä antoi uuden näkökulman kertomusten sekä Blixenin elämäntarinan tulkintaan

Tulkitsen *Eurooppalaisena Afrikassa* elämäkerralliseksi teokseksi ja ”Uneksijat”-novellin fiktiiviseksi kertomukseksi hieman yleistäen siitä huolimatta, että ensin mainittu sisältää keksittyjä aineksia ja jälkimmäinen kirjailijan elämästä nousevaa materiaalia. Perustelen tätä sillä, että *Eurooppalaisena Afrikassa* on pääosin elämäkerrallinen ja ”Uneksijat” taas sijoittuu novellina kaunokirjalliseen traditioon.

Sovelsin tämän päivän teorioita vuosikymmeniä aiemmin eläneeseen henkilöön ja hänen 1930-luvulla julkaisemiinsa teoksiin. Tässä tutkielmassa käytettyjä teorioita ja tutkimuksia ei toisin sanoen ollut olemassa tekstien ilmestymisaikaan eikä kirjailija voinut olla niistä tietoinen. Blixenin tiedetään kuitenkin arvostaneen elämänsä vaikeuksista selviävää ihmistyyppiä ja toisaalta tukeneen omaa selviytymistään kirjoittamisensa avulla.

Tulkintani mukaan Blixen on hyötynyt ilman ohjausta tapahtuneesta kirjoittamisesta ja se on auttanut häntä itseymmärryksen lisäämisessä. Esimerkiksi Ihanus (1995, 169) sanoo, että kirjoittamiseen tulee liittyä vuorovaikutusuhde, ennen kuin sitä voidaan kutsua kirjallisuusterapiatyöksi. Yksin kirjoittamista kutsutaan terapeutiseksi kirjoittamiseksi (Ihanus 2009b, 23) tai itsehoidoksi (Vilkkumaa 2011). Terapiana tai itsehoitona toteutettuna reflektiivinen kirjoittaminen voivat kumpikin lisätä itseymmärrystä. Kirjoittaminen auttaa saamaan etäisyyttä itsen ja oman elämän tapahtumiin ja siten auttaa ihmistä eheytyemisessä sekä toimii elämänhallinnan tukena. Toisin sanoen kirjoittaminen toimii kuntouttavasti ilman vuorovaikutusuhdettakin.

Tulkitsen reflektiivisen kirjoittamisen keinoksi, jonka avulla Blixen sisällytti elämänsä tapahtumat osaksi omaa elämäkertomustaan ja lisäsi itseymmärrystään. Viimeksi mainitun lisäämiseen pyritään usein erityisesti elämäkertakirjoittamisen avulla. Tällainen kirjoittaminen voi olla joko biografista tai osittain tai kokonaan fiktiivistä. Hunt (2006, 153) uskoo fiktiivisen elämäntarinan kirjoittamisen olevan hyvä keino saavuttaa uudenlainen kosketus omaan sisäiseen maailmaan ja pitää menetelmää käyttökelpoisena reflektion välineenä käytettäväksi niin itsehoidollisesti kuin psykoterapiassakin.

Linnainmaa toteaa Huntin menetelmästä, että se tuo turvallisen etäisyyden oman elämän reflektointiin. Tällainen kirjoitusmuoto myös auttaa kirjoittajaa käsittelemään torjuttuja tunteita. (Linnainmaa 2009, 63.) Tällöin kirjoittaminen on luonteeltaan reflektiivistä ja sen voi ajatella olevan myös hyvä keino elämäntarkinnan tukemiseen. Blixen ei uskoakseni noudattanut mitään tiettyä, strukturoitua menetelmää kirjoittaessaan. Tulkitsen hänen kuitenkin käyttäneen reflektiivistä kirjoittamista omien tunteidensa ja kokemustensa käsittelyyn.

Tulkinnassani kiinnitin pääasiallisesti huomiota kirjoittajan kertomaan tarinaan, lukutapahtuman jäädessä vähemmälle huomiolle. Vilko (1997, 22) sanoo omaelämäkerran syntyvän vasta kerronnan ja luennan yhteispelinä. Hänen tulkinnassaan vastaanoton osuus painottuu enemmän kuin kirjallisuusterapeuttisessa näkökulmassa. Tältä osin en noudattanut Vilkon ohjeita omassa tulkinassani, vaan pidin kirjoittajan kokemusta ja hänen kirjoittamalla saamaansa hyötyä tärkeämpänä seikkana.

Tutkielmassani sivusin käsitettä sisäinen tarina. Hännisen mukaan se syntyy, kun oma yksilöllinen elämäntilanne, ihmisen oma kokemushistoria sekä kulttuurinen tarinavaranto kohtaavat (Hänninen 2000, 50). Sisäinen tarina on siis henkilön tulkinta omasta elämästään. Tulkintani mukaan sisäinen tarina, sen kertominen ja sen muokkaaminen yksilöllisempään muotoon auttavat ihmistä kuntoutumaan.

Blixen on kirjoittanut elämänsä kertomukseksi monella eri tavalla. Vilko luokittelee elämän ja siitä kertomisen kolmeen tasoon: eletty, kerrottu ja tarinoitunut elämä. Hänninen taas löytää sisäisestä tarinasta kolme eri tasoa: alkuperäisen, reflektiivisen ja metareflektiivisen. Sovelsin tätä näitä ajatuksia Blixenistä, hänen elämästään ja kertomuksistaan tehtyihin tulkintoihin. Tätä tehdessäni kiinnitin huomiota erityisesti elämäntarkinnan näkökulmaan. Tulkitsin omaelämäkerrallisen *Eurooppalaisena Afrikassa* -teoksen Vilkon luokituksen mukaan kerrotun elämän

tason kertomukseksi, kun taas ”Uneksijat” novelli on näkemystäni mukaan tarinoituneen tason tarina. Hännisen tulkinnassa vastaavat tasot ovat reflektiivinen ja metareflektiivinen, jotka myös sopivat kuvaamaan Blixenin teosten kerronnan tasoja.

Eurooppalaisena Afrikassa -teoksessa Blixen kävi kirjoittamisen avulla läpi Afrikassa viettämiensä vuosien tapahtumia pääosin biografisen kerronnan avulla. Teoksessa on kuitenkin mukana myös mielikuvituksellisia ja metaforisia aineksia. Luokittelin teoksen kerrotun elämän tason tarinaksi, koska sitä voidaan pitää ensisijaisesti autobiografisena tarinana. Tulkinnassani kertomuksen elämänmetaforaksi nousi kirjailijan omistama maatila, joka tuntui edustavan Blixenin oman elämän ajanjaksoa, jonka hän vietti Afrikassa.

Pellegrina Leonin kuvitteellisesta kohtalosta kertova ”Uneksijat”-novelli kertoo myös Blixenin omasta elämästä, mutta tarinoituneella tasolla. Pellegrina Leonia pidetään Blixenin alter egona. Novelli kertoo metaforisesti Blixenistä itsestään, hänen elämänsä vastoinkäymisistä ja hänen niistä yli päästäkseen muodostamista selviytymiskeinoista. Tulkitsen Pellegrinan hahmon teoksen keskeiseksi metaforaksi ja tämän kuvitteellisen naishahmon tekemät valinnat vertauskuvaksi Blixenin selviytymiskeinoista. Pidänkin Pellegrinaa eräänlaisena elämänhallinnan metaforana. Samalla Pellegrina on Blixenin piirtämä kuva hänen ihailemastaan nietzscheläisestä, elämänsä sellaisenaan hyväksyvästä henkilöstä.

Lukiessani ”Uneksijoita” mielessäni Vilkon (1997, 102) ohje toistuvan teeman tunnistamisesta huomaan, että Pellegrinan muuttuminen toiseksi henkilöksi sekä eläminen useana eri naisena ovat tarinassa toistuvia teemoja. Tällainen moneksi jakautuminen on tulkinnassani Pellegrinan omaksuma selviytymiskeino.

”Uneksijat” on fiktiivinen tarina. Jouduin pohtimaan kysymystä, voidaanko sitä kuitenkin kutsua elämäkerralliseksi kirjoittamiseksi. Useat Blixenin elämään ja tuotantoon perehtyneet tutkijat ovat kiinnittäneet huomiota kertomuksen allegoriseen suhteeseen kirjailijan oman henkilöhistorian kanssa (esim. Heiskanen-Mäkelä 1979, 234-235). Kertomuksessa esiintyvistä henkilöistä sekä Pellegrina Leonia että Mira Jamaa on pidetty Blixenin sijaisminuutuksina eli alter egoina (mts. 225). Olen käsitellyt Blixenin fiktiivistä kertomusta osittain autobiografisena kertomuksena.

Pellegrinan kuvitteellisen elämän tapahtumat ja menetykset muistuttavat Blixenin omassa elämässä sattuneita asioita ja tulkitsen Blixenin käyttäneen Pellegrinaa metaforisena minuutena. Heiskanen-Mäkelä (1979, 234) on esittänyt ajatuksen, että

Blixen lisäsi itseymmärrystään luomalla metaforisen hahmon, vertauskuvallisen minuuden, joka kävi läpi kirjailijan elämäntapahtumia metaforisessa muodossa. Tämä vastaa Huntin ajatusta oman elämän tapahtumien käsittelystä fiktionaalisen autobiografian avulla (Hunt 2006, 12).

Sekä *Eurooppalaisena Afrikassa* -teos että ”Uneksijat”-novelli kertovat muutoksesta. Hänninen (2000,73) on tarkastellut elämänmuutoksia tarinallisesta näkökulmasta lähtökohtanaan ajatus, että ihminen luo tarinan avulla merkityksen omassa elämässään tapahtuneelle muutokselle tavalla, joka ottaa aineksia niin kulttuurisista merkitysjärjestelmistä kuin ihmisen omista kokemuksista ja henkilökohtaisesta elämänhistoriastakin. Oma tulkintani on yhtäpitävä Hännisen ajatuksen kanssa. Uskon Blixenin nimenomaan luoneen kirjoittamalla merkitystä elämässään tapahtuneelle muutokselle. Tarinan muodostumiseen ja tulkintaan vaikuttavat siis sekä kulttuurinen ympäristö että ihmisen oma elämä. Tarinaa ei luoda eikä tulkita tyhjiössä, mutta kokemukset ovat jokaisen omia ja yksilökohtaisia.

Tulkitsen Blixenin saavuttaneen kirjoittamisen avulla paremman ymmärryksen omaa elämäänsä ja siinä tapahtuneita kohtaan. Hännisen mukaan muutoksesta kertovien tarinoiden tutkiminen on kiinnostavaa, koska se antaa mahdollisuuden tarkastella ihmisen elämän merkityksellistämisen prosessia. Reflektiivistä kirjoittamista voi pitää hyvänä keinona merkitysten muodostamiseen.

Hänninen (2000) toteaa tarinamuodon olevan erityisen otollinen tapa käsitellä elämänmuutoksia. Hän uskoo, että muutosten kertominen tarinana on keino antaa niille mieli. Hänninen toteaa myös tarinoiden toimivan hallinnan välineinä elämänmuutoksissa. Tällöin tarina on keino, jolla muutos liitetään osaksi oman elämän jatkumoa. Silloin, kun elämänmuutoksesta tulee uhka identiteetille, voi ihminen Hännisen mukaan saattaa itsearvostuksena ja minuutensa tilanteen yli näkemällä itsensä tarinan henkilönä. (Hänninen 2000, 95.) Linnainmaa (2009, 63) kertoo, että fiktioksi kirjoitettu elämäntarina antaa etäisyyttä omaan elämään ja auttaa siten reflektoimaan sen tapahtumia.

Bolton sanoo kirjoittamisen voivan paljastaa sisimmästämme asioita, joita emme tiede tai muistaneet siellä olevan. Hän uskoo tällaisen kirjoittamisen olevan syvästi parantavaa ja terapeutista. (Bolton 2008, 16.) Hän kertoo autobiografisen kirjoittamisen olevan yksi parhaista keinoista kehittää itsetuntoa ja oman elämän kontrollia. Tällä keinolla ihminen voi nähdä elämänsä retrospektiivisestä näkökulmasta sekä paljastaa ja huomata omia vahvuuksia ja heikkouksia. (Mts. 185.)

Itsetunnon vahvistaminen ja omien ominaisuuksien näkeminen uudessa valossa ovat tärkeitä seikkoja pyrittäessä parantamaan elämänhallintaa (Raitasalo 1995, 69–70).

Blixen keksi teksteihinsä henkilöitä niin itseään kuin muitakin hänen elämäänsä liittyneitä henkilöitä kuvaamaan. Kirjoittaja voi keksiä henkilöitä, joita voidaan kutsua reflektoiduiksi identiteeteiksi (Hänninen 2000, 61) tai kokeellisiksi minuuksiksi (Hunt & Sampson 2006, 105–108). Tällaiset henkilöt auttavat niin kirjoittajaa kuin lukijaakin tekemään uusia oivalluksia itsestään ja johtavat siten syventyneeseen itsetuntemukseen. Tällaisen kirjoittamisen tavoitteena on löytää vastauksia perustavanlaatuisiin, omaa minuutta ja olemassaoloa koskeviin kysymyksiin. Luodessaan mielikuvituksensa avulla kertomuksen ja sen henkilöt ihminen pääsee Huntin mukaan uudenaikaiseen kosketukseen oman sisäisen maailmansa kanssa. (Hunt 2006, 153.) Näin nämä asiat nousevat käsittelyyn ja tämä taas tukee ihmisen eheytymisprosessia.

Jos tulkitsemme Blixenin tarinaa pitäen mielessä Huntin ajatuksen fikionalisoiduista minuuksista ja toisaalta Boltonin ja Ihanuksen näkemyksen metaforan etäännyttävästä ja eheyttävästä vaikutuksesta, voidaan tällaisten henkilöiden luomisen ajatella auttavan kirjoittajansa pääsemään läheisempään kosketukseen omien kokemustensa kanssa. Boltonin mukaan kirjoittamisella on aina jonkinasteinen hoitava vaikutus. Tämän ajatuksen pohjalta voidaan ajatella Pellegrinan tarinan tukeneen kirjoittajaa niiden asioiden läpikäymisessä, joita hän käsitteli henkilöhahmonsa avulla.

Uskon kirjailijan luomien kertomusten henkilöiden ja tapahtumien olevan harkitumpia kuin tottumattomampien kirjoittajien. *Eurooppalaisena Afrikassa* -teos tai ”Uneksijat”-novelli eivät sisällä kaikkia Blixenin elämän tapahtumia tai niihin liittyneitä henkilöitä, kuten eivät muidenkaan ihmisten elämästään kirjoittamat kertomukset. Kertoessaan itsestään ja elämästään ihminen valikoi tarinansa elementit. Toisaalta osa tapahtumista jää pois kertomuksesta, koska ne unohdetaan (Bolton 2008, 107). Kaikki eletty ei mahdu mukaan tarinaan, eikä tällaista kertomusta voi pitää täydellisenä totuutena. Tämä ei kuitenkaan vie narratiiviselta lähestymistavalta tai ihmisten omista elämästään muodostamilta tarinoilta niiden kuntouttavaa ja eheyttävää vaikutusta.

Tulkintani mukaan Blixen käytti kirjoittamista ja erityisesti omasta elämästä kirjoittamista tukeakseen omaa elämänhallintaansa ja käsitelläkseen vastoinkäymisiään. Samalla hän teki niistä paremmin kestäviä muuntamalla ne tarinan muotoon. Raitasalon (1995) mukaan sisäiseen elämänhallintaan liittyy tapahtumasarja, jonka avulla ihminen pyrkii lieventämään muun muassa menetysten ja uhkien aiheuttamaa ahdistusta tunteiden, havaintojen ja mielikuvien avulla (Raitasalo 1995, 61). Ahdistusta lievittävien ja siten elämänhallintaa tukevien mielikuvien muodostamisessa kirjoittaminen ja erityisesti refleksiivinen, omaa elämää peilaava, kirjoittaminen voi olla hyvänä apuna.

Blixenin on katsottu käsitelleen Afrikan vuosiin sijoittuneita traumaattisia menetyksiään niin *Eurooppalaisena Afrikassa* -teoksessaan kuin ”Uneksijat”-novellissaankin (Heiskanen-Mäkelä 1979, 235). Kirjoittamalla tarinaansa yhä uudelleen kirjoittaja käy läpi elämänsä tapahtumia, vaikka hän ei välttämättä ole tietoisesti suunnitellut kirjoittavansa hoitaakseen itseään. Blixen tosin tuntui uskovan tarinankerronnan hoitavaan vaikutukseen lausueksaan: kaikki surut voidaan kestää jos ne voidaan liittää osaksi tarinaa. Tätä Blixenin toteamusta ovat teoksissaan siteeranneet niin Arendt (2007, 270) kuin Hänninenkin (2000, 70).

8 Johtopäätökset

Valitsin pro gradu -tutkielmani aiheeksi melko tyypillisen yhteiskuntapolitiikan tutkimusaiheen eli elämänhallinnan, mutta sovelsin sitä epätyypillisesti kirjailijan luomaan kirjalliseen tekstiin. Lähdin etsimään vastausta tutkielman alussa esittämiini kysymyksiin mielessäni Roosin (1987) teoria elämänhallinnasta ja Vilkon (1997, 52) ajatus omaelämäkerran kirjoittamisesta tämän ominaisuuden tukemisen välineenä.

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni koski kirjallisuusterapian ja reflektiivisen kirjoittamisen kuntouttavia mahdollisuuksia. Vastausta etsin kirjallisuusterapian kontekstista. Reflektiivinen kirjoittaminen auttaa ihmistä toipumaan elämässään syntyneistä traumoista ja tukee kuntoutumista. Kirjoittamalla henkilö lisää itseymmärrystään ja luo elämästään ymmärrettävämmän kokonaisuuden. Tällöin voidaan sanoa sen onnistuessaan lisäävän ihmisen elämänhallintaa, onhan se nimenomaan kykyä selvittää vastoinkäymistä. Reflektiivinen kirjoittaminen on tulkintani mukaan yksi elämänhallinnan tukemisen keinoista.

Tarkastelin tutkielmassani myös keinoja, joiden avulla ihminen voi tukea elämänhallintaansa reflektiivistä kirjoittamista käyttäen. Henkilö voi reflektoida elämäänsä kirjoittamalla vapaan kirjoittamisen, muistelutekstien, päiväkirjan, elämäntarinan tai fiktion muodossa. Kahden viimeksi mainitun välinen raja on epätarkka, ja niitä onkin usein vaikea erottaa toisistaan. Biografinen teksti voi sisältää fiktiivisiä aineksia ja toisaalta kuvitteellisessa kertomuksessa voi olla tapahtumia ja materiaalia kirjoittajan omasta elämästä. Kirjoittajan on mahdollista myös tietoisesti luoda fiktiivistä autobiografiaa kirjallisuusterapeuttisessa mielessä ja saada siten etäisyyttä omaan elämäänsä. Tämä auttaa kuntoutumisessa ja elämänhallinnan tukemisessa.

Reflektiivistä kirjoittamista voidaan toteuttaa esimerkiksi noudattamalla Boltonin peilimallia, Huntin fiktionaalisen autobiografian prosessia tai Moskowitzin self as source -menetelmää. Tällaista strukturoitua mallia tai yksin kirjoittaen toteutettu reflektiivinen kirjoittaminen auttaa ihmistä näkemään oman elämän ja siitä tehdyt tulkinnat uudesta näkökulmasta.

Narratiivinen lähestymistapa tuottaa ihmiselle myös uusia oivalluksia ja siten syvempää ymmärrystä niin itseä, oman elämän tapahtumia kuin ympäristöäkin kohtaan. Luodessaan uusia tulkintoja ihminen tulee samalla työstäneeksi traumojaan. Reflektiivinen, oman elämän tapahtumia materiaalina käyttävä ja niitä uudelleen

arvioiva kirjoittaminen toimii keinona elämänhallinnan tukemiseen samoin kuin muutkin narratiivisen lähestymistavan keinot. Periaatteena tällaisissa hoitokeinoissa on auttaa asiakasta uuden, minuutta hyödyttävän tarinan muodostamisessa.

Kirjailijan yksin ilman ohjausta ja hoidollista tai kuntouttavaa intentiota suorittamaa kirjoittamista ei voi varsinaisesti kutsua kirjallisuusterapiatyöksi. Kirjoittaja voi kuitenkin hyötyä tällaisesta kirjoittamisesta, jolla on itsehoidollinen merkitys.

Se, että elämäkerta sisältää keksittyjä tapahtumia ja henkilöitä, ei pienennä sen arvoa, ja sen kirjoittaminen voi olla hyvinkin valaisevaa. Fiktiivisen kertomuksen henkilöistä ikään kuin tulee osa kirjoittajaansa, jolla on mahdollisuus keksiä henkilönsä elämään tapahtumia, ilman, että joutuu ottamaan niistä vastuuta. Fiktion kirjoittaminen auttaa kirjoittajaansa näkemään asioita ulkopäin ja antaa mahdollisuuden tehdä turvallisia kokeiluja. Kun todellisuuden elämän tapahtumat eivät ole muutettavissa jälkikäteen, voi kirjallisen tekstin tapahtumia muokata uudelleen mielensä mukaan.

Kirjallisuusterapialla ja reflektiivisellä kirjoittamisella on paljon käyttömahdollisuuksia kuntoutumisen tukemisessa. Kirjallisuusterapiaa ei ainakaan toistaiseksi tunnusteta viralliseksi hoitomuodoksi siten, että sen saamiseksi voisi esimerkiksi hakea lääkäriltä lähetteen. Kirjallisuusterapeuttisen menetelmien avulla voidaan kuitenkin lisätä henkilön itseymmärrystä ja vahvistaa hänen itsetuntoaan. Kirjallisuusterapeuttista lähestymistapaa voidaan käyttää myös muiden hoitomuotojen tukena. Kirjallisuusterapiaan perehtyneet ja sitä työssään soveltavat psykoterapeutit käyttävätkin menetelmää osana asiakastyötään muiden menetelmien ohella.

Toinen tutkielmani alussa esittämäni kysymys koski Blixenin kerronnassaan käyttämiä keinoja oman elämänhallintansa tukemiseksi. Blixen muokkasi uudelleen tarinaansa kertomalla sen sekä kerrotun että tarinoituneen elämän tasolla. Hän palasi kertomuksissaan oman elämänsä tapahtumiin yhä uudelleen muokaten niitä ja käyttäen niitä kertomusten elementteinä. Tämä oli hänelle keino sopeutua ja kestää oman elämän kärsimyksiä sekä vastoinkäymisiä muuntamalla ne tarinaksi.

Tarkastellessani Blixenin elämää alkuperäisen tason tapahtumana kiinnitin huomiota erityisesti hänen elämänfilosofiaansa. Hän omaksui Nietzschen ajatuksia ja uskoi kohtalon rakastamiseen ja elämän hyväksymiseen sellaisenaan, kaikkine vastoinkäymisineen. Tämä muistuttaa Roosin esittämää ajatusta sisäisestä

elämänhallinnasta, johon liittyy olennaisesti kyky sisällyttää elämään vastoinkäymisiä ja selvitä niistä.

Blixenin elämäkatsomuksen huomasi sisältäneen samantyyppisiä elementtejä kuin elämänhallinta-ajattelu. Nietzschen ajatteluun perehtynyt kirjailija kunnioitti ihmisen kykyä selvitä vastoinkäymistä ja ottaa rohkeasti vastaan kaikki ne tapahtumat, joita hän elämässään kohtaa. Tämä kunnioitus amor fati -periaatetta kohtaan toistuu Blixenin luomissa henkilöihahmoissa.

Eurooppalaisena Afrikassa on tulkinnassani kerrotun elämän tason kertomus.

Tulkitsin maatilaa kertomuksen elämänmetaforaksi ja katson sen edustavan sekä kirjailijan henkistä että fyysistä kotia. Uskon Blixenin käsitelleen Afrikan vuosiin sisältyneitä menetyksiään tämän tarinan avulla. Tällöin tarina toimii kuntoutumisen tukena narratiivisen terapian periaatteen mukaisesti. Teos voidaan nähdä myös kertomuksena kirjailijaksi syntyisestä. Kirjailijan osan Blixen uskoi kohtalokseen nemesis-ajattelun mukaisesti.

Blixen loi elämästään kertomuksia, mutta samalla hän loi tulkintaansa elämästään niiden avulla. Tarinoituneen tason kertomukseksi tulkitsemani ”Uneksijat”-novelli kertoo metaforisesti Blixenistä itsestään, hänen elämänsä vastoinkäymistä ja hänen niistä yli päästäkseen muodostamista selviytymiskeinoista. Tulkitsen Pellegrinan hahmon teoksen keskeiseksi metaforaksi ja tämän kuvitteellisen naishahmon tekemät valinnat vertauskuvaksi Blixenin selviytymiskeinoista. Pidänkin Pellegrinaa eräänlaisena elämänhallinnan metaforana. Samalla Pellegrina on Blixenin piirtämä kuva hänen ihailemastaan nietzscheläisestä, elämänsä sellaisenaan hyväksyvästä henkilöstä.

”Uneksijat”-novelli kertoo elämänmuutoksen jälkeisestä sopeutumisesta uuteen tilanteeseen ja keinoista, joilla tähän päämäärään pyritään. Pellegrinan tarinaa voidaan lukea niin kuvitteellisen henkilön vaiheista kertovana kuin allegorisena, Blixenin kohtalosta vertauskuvan muodossa kertovana novellina. Kummassakin tapauksessa tärkeää on sopeutuminen uuteen elämään ja ne tavat, joilla elämää jatketaan ja löydetään siihen uusia tavoitteita sekä tulkintoja.

Blixen loi tarinoihinsa metaforia niin elämästään kuin siihen liittyneistä henkilöistäkin. Metaforilla on tärkeä merkitys oman itseymmärryksen lisääjinä. Niiden avulla henkilö voi ikään kuin katsoa elämänsä vielä etäämpää ja saavuttaa siten välimatkan, jonka avulla oman elämän kipeitäkin tapahtumia on turvallisempaa

tarkastella. Metaforan muotoja kertomuksessa voivat olla vertauskuvan muodossa esitetyt tapahtumat, asiat ja henkilöt. Kirjoittajan luoma kirjallinen sijaisminuus on yksi metaforan muodoista. Metaforan käyttöä pidän yhtenä niistä keinoista, joiden avulla Blixen tuki elämänhallintaansa. Vertauskuvan käytön avulla saavutettu syvempi ymmärrys vahvistaa ihmistä ja auttaa häntä näkemään elämänsä kokonaisuutena, suunnittelemaan tulevaisuutta sekä selviämään vastoinkäymisistä. Juuri tämän tulkitsen hyväksi elämänhallintakyvyksi.

Kuntouttava aspekti on usein enemmän tai vähemmän mukana kirjoitusprosessissa, jopa silloin, kun se ei ole tarkoituksellista eikä tunnustettua. Reflektoitu minätarina kertoo matkasta kohti tuota maalia. Blixenin teoksissa on paitsi elementtejä hänen elämästään myös muunnelmia siitä ja sen tapahtumista. Tapahtumat saavat uusia, rinnakkaisia ja metaforisia tulkintoja sekä ilmenemismuotoja, kun niitä kerrotaan yhä uudelleen ja erilaisista perspektiiveistä.

Tutkielmani tulosten perusteella kirjoittamisella ja oman elämän tapahtumien kertomisella tarinan muodossa oli Blixenille kuntouttava ja elämänhallintaa tukeva merkitys. Tähän ajatukseen nojaten pidän reflektiivistä kirjoittamista käyttökelpoisena keinona elämänmuutoksia tai traumoja kokeneiden henkilöiden kuntoutusprosessissa.

Tarkastelin tässä tutkielmassani kirjallisuusterapian mahdollisuuksia elämänhallinnan tukemisessa. Suomessa on tehty väitöstutkimuksia kirjallisuusterapian käytöstä lasten kuntoutuksessa (Suvilehto 2009) ja skitsofreniaa sairastavien hoidossa (Kähmi 2015). Suvilehdon tutkimuksen perusteella lapset pystyvät kirjallisuusterapian avulla työstämään omaan kehitysvaiheeseensa ja elämäntilanteeseensa liittyviä asioita. Kähmin mukaan kirjallisuusterapia avaa skitsofreenikoille uusia ilmaisukanavia omien tunteiden kertomiseen.

Kirjallisuusterapiaa on yhteiskuntapolitiikan tutkimuksessa käsitelty melko vähän. Isossa-Britanniassa Paul Montgomery ja Kathryn Maunders (2015) ovat julkaisseet artikkelin ”The effectiveness of creative bibliotherapy for internalizing, externalizing, and prosocial behaviors in children: A systematic review”. Heidän mukaansa kirjallisuusterapian käytöllä voi olla vaikutusta lasten käytökseen, mutta se jää melko vähäiseksi. Sosiaalityön alalla kirjallisuusterapian käyttömahdollisuuksia on tarkastellut esimerkiksi yhdysvaltalainen sosiaalityön professori John T. Pardeck (1998) teoksessa *Using Books in Clinical Social Work Practice. A Guide to Bibliotherapy*.

Kasvatustieteen ja erityisesti erityisopetuksen tutkimuksessa kirjallisuusterapiaa ja sen käyttöä on tutkittu enemmän kuin sosiaalitieteissä. Esimerkiksi Yhdysvalloissa Elaine Harper (2010) on tehnyt väitöstutkimuksen tunne- ja käytöshäiriöisten oppilaiden tukemisesta kirjallisuusterapian keinoin. Hän havaitsi näiden keinojen käytön korreloivan oppilaiden tunnetaitojen kehittymisen kanssa.

Kirjallisuusterapian tutkimuksen voisi kytkeä yhteiskuntapolitiikkaan tarkastelemalla lähestymistavan käyttömahdollisuuksia vammaistutkimuksen yhteydessä.

Mielenkiintoista olisi esimerkiksi tutkia kirjallisuusterapeuttisten menetelmien käyttöä autismikirjon henkilöiden tukemisessa ja itseymmärryksen lisäämisessä. Tätäkin aihetta on sivuttu aiemmin kasvatustieteen alalla. Nancy D Turner (2013) on kirjoittanut artikkelin ”Bibliotherapy and Autism Spectrum Disorder: Making Inclusion Work”. Artikkelissa tarkastellaan lastenkirjallisuuden käyttöä ymmärryksen lisääjänä tilanteessa, jossa autismikirjon oppilaat on sijoitettu samaan luokkaan muiden lasten kanssa. Turnerin mukaan lastenkirjat toimivat inkluusiota tukien ja antoivat lapsille mahdollisuuden nähdä asioita uudesta perspektiivistä (Turner 2013, 7).

Narratiivisuutta on tutkittu enemmän, esimerkkinä sosiaalitieteiden kontekstista Tuija Erosen (2012) lastenkotikokemuksen ilmenemistä osana elämäntarinaa koskeva väitöstutkimus. Narratiivisuudella, kirjallisuusterapialla ja tässä pro gradu - tutkielmassani tarkastelemalla reflektiivisellä kirjoittamisella on paljon tarjottavaa kuntoutuksen ja elämänhallinnan tukemisessa. Toivon, että niitä tulevaisuudessa hyödynnetään niin hoidollisessa käytössä kuin akateemisen tutkimuksen aiheinakin.

Vilkkumaan (2011) ajatus kirjallisuusterapiareseptien kirjoittamisesta saattaa toteutua tulevaisuudessa. Tällaiset menetelmät ovat käyttökelpoisia silloin, kun ihmisellä on tarve käydä läpi menneisyytensä tapahtumia ja päästä Huntin ajatusta mukailien lähempään kosketukseen sisäisen minuutensa kanssa. Juuri näin tulkitsen Blixenille tapahtuneen kirjoittamisen avulla. Hän ei varmankaan tietoisesti ajatellut harjoittavansa kirjallisuusterapiaa tai terapeuttista kirjoittamista. Itsehoidollisen aspektin olemassaolon hän sen sijaan on havainnut todetessaan surujen muuttuvan kestettäväksi, kun ne muutetaan kertomuksen muotoon.

Kirjoittaessaan Blixen kokosi itseään katastrofien jälkeisen rikkoutumisen jäljiltä pyrkimyksenä eheytyminen ja minuuden uudelleen koostuminen.

Kirjallisuusterapeuttisessa ajattelutavassa ja narratiivisessa näkökulmassa uskotaan reflektion olevan keino vastata ihmisen omaa minuuttaan koskevaan ontologiseen

kysymykseen. Blixen on ottanut asiaan kantaa paljon dramaattisemmalla otteella. Thurman (1985, 306) kertoo kirjailijan todenneen: ”Koko maailmankaikkeudessa ainoastaan tarinalla on valta vastata tuohon yhteisen sydämen huutoon...’Kuka minä olen?’”

Lähteet:

- Aiken, Susan Hardy (1990) *Isak Dinesen and the Engendering of Narrative*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Arendt, Hannah (2007) *Reflections on Literature and Culture*. Kalifornia: Stanford University Press.
- Asplud Ingemark, Camilla (2013) Key themes in the study of the therapeutic uses of storytelling. Teoksessa Asplud Ingemark, Camilla (toim.) *Therapeutic Uses of Storytelling; An Interdisciplinary Approach to Narration as Therapy*. Lund: Nordic Academic Press, 7-17.
- Blixen, Karen (1956) "Uneksijat". Teoksessa Seitsemän salaperäistä tarinaa. Suom. E. Palsbo. Porvoo: WSOY, 257-329.
- Blixen, Karen (2009) *Eurooppalaisena Afrikassa*. Suom. W. Anttila. Hämeenlinna: Karisto.
- Bolton, Gillie (2001) *Reflective Practice; Writing and professional development*. London: Paul Chapman Publishing.
- Bolton, Gillie (2006) *Writing Works. A Resource Handbook for Therapeutic Writing Workshops and Activities*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Bolton Gillie (2008) *The Therapeutic Potential of Creative Writing; Writing Myself*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Bolton, Gillie (2009) *Terapeuttinen kirjoittaminen palliatiivisessa hoidossa ja syövän hoidossa*. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) *Sanat että hoitaisimme, terapeuttinen kirjoittaminen*. Helsinki: Duodecim, 136-159.
- Bolton, Gillie (2011) *Write Yourself; Creative Writing and Personal Development*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Brantly, Susan C. (2002) *Understanding Isak Dinesen*. Columbia: University of South Carolina Press.
- Bruner, Jerome (1986) *Actual Minds, Possible Worlds*. Massachusetts: Harvard University Press.
- Bruner, Jerome (1987) *Life as Narrative*. *Social Research* 54:1, 11-32.
- Bruner, Jerome (1991) *The Narrative Construction of Reality*. *Critical Inquiry* 18:1, 1-21.
- De Fina, Anna & Georgakopoulou Alexandra (2015) Introduction. Teoksessa de Fina, Anna & Georgakopoulou Alexanda (toim.) *The Handbook of Narrative Analysis*. Blackwell handbooks in linguistics. Chichester: Wiley, 1-17.
- Envall, Markku (1988) *Toinen minä. Tutkielmia kaksoisolennon aiheesta kirjallisuudessa*. Helsinki: WSOY.

- Eronen, Tuija (2012) Lastenkoti osana elämäntarinaa - narratiivinen tutkimus lastenkodissa asuneiden kertomuksista. Väitöstutkimus. Tampere: Tampere university press.
- Frank, Arthur W. (1995) *The Wounded Storyteller; Body, Illness and Ethics*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Goldberg, Natalie (2004) *Luihin ja ytimiin*. Kirja kirjoittajalle. Helsinki: kansanvalistusseura.
- Goldberg, Natalie (2006) *Lukeva mieli: tekstin arkkitehtuuria etsimässä* Helsinki: kansanvalistusseura.
- Harper, Elaine (2010) *Bibliotherapy intervention exposure and level of emotional awareness among students with emotional and behavioral disorders*. Väitöstutkimus. Saatavilla muodossa: https://etd.ohiolink.edu/rws_etd/document/get/csu1274995826/inline. Haettu 17.4.2016.
- Harva, Urpo (1995) *Suuria ajattelijoita. Suppea filosofian historia*. Helsinki: Otava
- Heikkinen, Hannu L. T. (2005) *Tarinan mahti; narratiivisuuden teemoja ja muunnelmia*, *Tiedepolitiikka* 4/00, 47 -5.
- Heikkonen, Kirsi & Välikangas Heinituuli (2011) *Elämänhallinta yksilön kokemuksena. Pulinapaja-projektin merkitys nuorten elämänhallinnan kokemukselle*. Pro gradu -tutkielma . Oulu: Oulun yliopisto.
- Hunt, Celia (2006) *Therapeutic Dimensions of Autobiography and Creative Writing*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hunt Celia (2009) *Kun luemme itseämme. Kuviteltu lukija kirjoittamisprosessissa*. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) *Sanat että hoitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 99-109.
- Hunt, Celia & Sampson, Fiona (2005) *The Self on the Page. Theory and Practice of Creative Writing in Personal Development*. London: Jessica Kingsey Publishers.
- Hunt, Celia & Sampson, Fiona (2006) *Writing; Self and Reflexivity*. Houndmills: Palgrave MacMillan.
- Hyvärinen, Matti (2006) *Kerronnallinen tutkimus*. Saatavilla muodossa: http://www.hyvarinen.info/material/Hyvarinen-Kerronnallinen_tutkimus.pdf. Haettu 20.4.2014.
- Hyvärinen, Matti (2004) *Eletty ja kerrottu kertomus*. *Sosiologia* 4, 297-309.
- Hänninen, Vilma (2000) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopisto.

- Hänninen, Vilma & Valkonen, Jukka (2002) *Tarinat, sairaudet ja kuntoutuminen*. Teoksessa Hänninen, Vilma & Valkonen, Jukka (toim.) *Kunnon tarinoita*. Tarinallinen näkökulma kuntoutukseen. Helsinki: Kuntoutussäätiö, 3-20.
- Ihanus, Juhani (1987) *Kauneus ja kuvotus*. Helsinki: Gaudeamus.
- Ihanus, Juhani (1995) *Toinen: kirjoituksia psyykestä, halusta ja taiteesta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Ihanus, Juhani (1999) *Minäkertomukset*. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) *Kulttuuri ja psykologia*. Helsinki: Yliopistopaino, 241-259.
- Ihanus, Juhani (2009a) *Lukijalle*. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) *Sanat että hoitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 7-9.
- Ihanus, Juhani (2009b) *Sanat että hoitaisimme*. Kirjallisuusterapia ja kertomukset. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) *Sanat että hoitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 13-48.
- Ihanus, Juhani (2010) *Vapauttava kieli. Kirjallisuuden ja taiteen toiseudesta*. Helsinki: BTJ.
- Juntunen, Tapio (2014) *Kohti varautumisen ja selviytymisen kulttuuria? Kriittisiä näkökulmia resilienssiin*. Helsinki: Suomen pelastusalan keskusjärjestö.
- Karjalainen, Anna Liisa (2012) *Elettyä ymmärtämässä. Omaelämäkerrallinen teksti ja kirjoittaminen sosiaalialan ammattikorkeakouluopinnoissa*. Väitöskirja. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa (2000) *Tunne itsesi suomalainen*. Juva: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa (2008) *Temperamentti, stressi ja elämänhallinta*. Helsinki: WSOY.
- Kinnunen, Aarne (1960) *F. Nietzsche*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Kristeva, Julia (2001) *Life is a Narrative*. Toronto: University of Toronto Press.
- Kähmi, Karoliina (2015) ”Kirjoittaminen on tie minuun, minusta sinuun”.
- Ryhmämuotoinen ja metaforien merkitys psykoosia sairastavien kirjallisuusterapiassa. Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Laukka-Sinisalo, Hilikka (1994) *Tarina kahdesta sammakosta eli kuinka löydät itsestäsi selviytyjän*. Keuruu: Otava.
- Lejeune Philippe (1989) *On autobiography*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Linnainmaa, Terhikki (2005) *Mitä kirjallisuusterapia on?* Teoksessa Mäki, Silja & Linnainmaa, Terhikki (toim.) *Hoitavat sanat*. Opas kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Duodecim, 11-25.

- Linnainmaa, Terhikki (2009) Reflektiivisyys ja refleksiivisyys kirjallisuusterapiassa. Teoksessa Juhani Ihanus (toim.) *Sanat että hoitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 49–69.
- Mazza, Nicholas (1999) *Poetry Therapy. Interface of the Arts and Psychology*. Boca Raton: CRC Press.
- McCarthy Hynes, Aileen & Hynes-Berry, Mary (1994) *Biblio/Poetry Therapy. The Interactive Process: A Handbook*.
- Mertanen, Heli (2009) Poeettinen ja metaforinen kieli terapiatyössä. Teoksessa Juhani Ihanus (toim.) *Sanat että hoitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 233–253.
- Montgomery, Paul & Maunders Kathryn (2015) The effectiveness of creative bibliotherapy for internalizing, externalizing, and prosocial behaviors in children: A systematic review. *Child and Youth Services Review* 55, 37-47.
- Moskowitz, Cheryl (2005) The Self as Source. Creative Writing Generated from Personal Reflection. Teoksessa Hunt, Celia (toim.) *The Self on the Page. Theory and Practice of Creative Writing in Personal Development*. London: Jessica Kingsey Publishers, 35–46.
- Mäki, Silja & Linnainmaa, Terhikki (toim.) (2005) *Hoitavat sanat*. Opas kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Duodecim.
- Pardeck John D (1998) *Using Books in Clinical Social Work Practice. A Guide to Bibliotherapy*. USA: Routhledge
- Pelensky, Olga Anastasia (1991) *Isak Dinesen; The Life and Imagination of a Seducer*. Athens: Ohio University Press.
- Polkinghorne, Donald E. (2013) Narrative Identity and Psychotherapy. Teoksessa Asplud Ingemark Camilla (toim.) *Therapeutic uses of Storytelling Sweden*: Nordic Academis Press, 21–41.
- Raitasalo, Raimo (1995) *Elämänhallinta sosiaalipolitiikan tavoitteena*. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia. Helsinki: Kelan omatarvepaino.
- Raitasalo, Raimo (toim.) (1996) *Elämänhallintaa etsimässä*. Kansaneläkelaitos. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 13. Helsinki: Kelan omatarvepaino.
- Roos, J.P. (1987) *Suomalainen elämä: Tutkimus tavallisten suomalaisten elämäkerroista*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Roos, J:P (1998) Mitä on elämänpolitiikka? Teoksessa Roos, J.P. & Hoikkala, Tommi (toim.) *Elämänpolitiikka*. Tampere: Gaudeamus, 20 -33.

- Roos, J.P. & Hoikkala, Tommi (1998) Esipuhe teoksessa Roos, J.P. & Hoikkala, Tommi (toim.) *Elämänpolitiikka*. Tampere: Gaudeamus, 7-19.
- Schutte, Ofelia (1984) *Beyond nihilism: Nietzsche without masks*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Solomon, Robert C. (2003) *Living with Nietzsche: what the great "immoralist" had to teach us*. Oxford : Oxford University Press.
- Stambaugh, Sara (1988) *The Witch and the Goddess in the Stories of Isak Dinesen; A Feminist Reading*. London: Ann Arbor.
- Suvilehto, Pirjo (2008) *Lasten luova kirjoittaminen psyykkisen tulpan avaajana; tapaustutkimus pohjoissuomalaisen sairaalakoulun ja päätalo-instituutin 8-13-vuotiaiden lasten kirjoituksista*. Väitöskirja. Oulu: Oulun yliopisto.
- Taylor Charles, *Sources of the self: the making of the modern identity*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Thurman, Judith (1986) *Karen Blixen. Tarinankertojan elämä*. Juva: WSOY.
- Turner, Nancy D (2013) *Bibliotherapy and Autism Spectrum Disorder: Making Inclusion Work*. Number 1 Electronic journal for inclusive education 2013/1, 1-20.
- Saatavilla muodossa:
<http://corescholar.libraries.wright.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1160&context=eji>
 e. Haettu 24.4.2016.
- Vilkko Anni (1997) *Omaelämäkerta kohtaamispaikkana. Naisen elämän kerronta ja luenta*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Vilkko Anni (1998) *Kodiksi kutsuttu paikka. Tapausanalyysi naisen ja miehen omaelämäkeroista*. Teoksessa Hyvärinen, Matti & Peltonen, Eeva & Vilkko Anni (toim.) *Liikkuvat erot, sukupuoli elämäkertatutkimuksessa*. Tampere: Vastapaino.
- Vilkkumaa, Ilpo (2011) *Kirjallisuusterapia kuntoutuksen välineenä. Tätäkin voisi tutkia*. Kuntoutusportti. Saatavilla muodossa:
http://www.kuntoutusportti.fi/portal/fi/ajankohtaista/tatakin_voisi_tutkia?bid=552.
 Haettu 10.04.2014.
- White, Michael (2008) *Karttoja narratiiviseen työskentelyyn*. Ilola: Kuva ja mieli.
- Kuntoutusselonteko 2002 (2002) Valtioneuvoston selonteko eduskunnalle. Julkaisuja 2002:6. Sosiaali- ja terveysministeriö.