

SADASSA VUODESSA SOVINTOON?

Sovinnon tekeminen

Suomen sisällissota ei ollut vielä huhtikuussa 1918 päättynyt, kun uskonnonopettajana ja sittemmin kirkkoherrana toiminut Paavo Virkkunen kirjasi sotaan liittyvät muistiinpanonsa. Ne julkaistiin samana vuonna. Muistiinpanojen laatimisen aikaan ei ollut tiedossa niitä haavoja, jotka tulisivat sisällissodan edetessä ja sen jälkimainingeissa vielä syntymään. Virkkunen kirjoittaa (Virkkunen, 1918):

Me emme saa jäädä veljesvihan kansaksi, jos mielemme on elää; meistä täytyy kasvaa veljesrakkauden kansa siinä määrässä, kuin se vajavaisissa inhimillisissä oloissa on mahdollista. Toteuttaa tämä kansallinen päämäärä seuraavina aikoina – se on oleva kaikkein vaikein niistä tehtävistä, jotka eloonjäänyttä Suomen kansaa odottavat. Ja se on oleva pitkälinen tehtävä; pelkään, että sen täyttäminen on kysyvä sukupolvien ponnistuksia, niin syvälle on veljessodan haavat tunkeneet kansamme ruumiiseen.

Virkkunen kirjoittaa *tehtävästä* todetessaan, että veljesvihan kansan tulee kasvaa veljesrakkauden kansaksi. Se tarkoittaa aktiivista toimintaa. Muutos kohti sovintoa tai paranemista ei tapahdu itsestään pitkänkään ajan kuluessa. Virkkusen aavistus siitä, että tehtävän täyttäminen vaatisi sukupolvien ponnistuksia, vaikuttaa osuneen oikeaan.

Myös vuorisaaressa mainitaan *rauhantekijät* (Matt. 5:9). Dosentti Niko Huttunen muistutti itsenäisyyspäivän saarnassaan vuonna 2015 siitä, että autuaita eivät ole rauhalliset eivätkä edes ne, jotka pitävät rauhan vaan ne, jotka aktiivisesti rakentavat rauhaa (Huttunen, 2015). Hengellinen rauha ei sulje pois toimintaa kohti konkreettista rauhaa. Ensimmäisen ruotsinkielisen Uuden testamentin marginaalihuomautuksessa sanasta 'rauhalliset' ('rauhantekijät') todetaan Huttusen mukaan, että he ”ovat niitä, jotka rakastavat rauhaa ja mielellään tekevät rauhan kaikkien välille niin kuin Kristus on tehnyt rauhan Jumalan ja meidän välillemme”.

Toipuminen vai taakkasiirtymä?

Kun ihminen joutuu kokemaan sodan tai muun potentiaalisesti traumatisoivan tilanteen, haastaa se hänen kykyään surra ja sopeutua. Kaikki eivät koe samoja tilanteita traumaattisina. Osa selviytyy

vaikeistakin tilanteista liiemmin oireilematta ja toimintakykynsä säilyttäen. Jos yksilöhistoriassa on jo aiempia, läpikäymättömiä traumakokemuksia, on psyykkisen oireilun riski suurempi.

Ihmiset käsittelevät kohtaamiaan menetyksiä, väkivallan uhriksi joutumista, sukupolvelta toiselle kulkeutuneita vihanpidon tai puhumattomuuden perinteitä tai muita vaikeita kokemuksiaan eri tavoin ja eri tahtiin. Kirjallisuus, elokuvat, musiikki tai muut taiteenlajit voivat olla toimivia itsehoidon välineitä. Kirjoittaminen voi palvella oman kokemuksen jäsentämisessä. Nyt sisällissodan muistovuonna on tuotettu ja tuotetaan useita teatteri-, musiikki- ja muita produktioita, jotka käsittelevät sadan vuoden takaisia tapahtumia ja voivat auttaa menneisyyden kipujen käsittelyssä. Tänä vuonna ensiesityksensä saavan, sisällissotaa käsittelevän Sovinto-musikaalin tekijöiden Pekka Simojoen ja Lasse Heikkilän yhteistyötä on pidetty sovinnon eleenä itsessään sen perusteella, että toisella heistä on valkoista ja toisella punaista sukutaustaa.

Monet niistä, joilla on käsittelemättä jääneitä menneisyyden kipuja, haluaisivat kertoa oman tarinansa ja tulla kuulluksi. Se, että voi kertoa tapahtumien herättämistä tunteista, on helpottavaa, mutta monesti myös vaikeaksi koettua. Oman tarinan kertominen on huojentavaa etenkin, jos kuuntelija tai kuuntelijat validoivat kertojan kokemusta eli vahvistavat hänen tunnekokemuksensa olleen tai olevan olosuhteisiin nähden ymmärrettävä.

Osalle riittää hyvin se, että kuuntelija on joku läheinen, luotettu ihminen. Osa tarvitsee ammatillista tukea, joka voi vaikeimmissa psyykkisen traumatisoitumisen muodoissa olla esimerkiksi traumapsykoterapiaa ja tarvittaessa lääkehoitoa tämän lisänä. Kokemusten jakaminen saman läpikäyneiden kanssa tuo usein huojennusta. Sisällissodan muistovuotta ajatellen ja vertaiskokemusten jakamisen mahdollistamiseksi on seurakunnille valmisteltu muisteluryhmämateriaalia, joka pohjautuu jo aiemmin käyttöön tulleeseen ”Kätketyt kivut” -aineistoon. Kätketyt kivut -muisteluryhmät on suunnattu vuosien 1939-1945 sota-ajan kokeneille. Molemmat materiaalit löytyvät internetosoitteesta *sakasti.fi*.

Seurakunnissa jo pidetyistä sisällissodan muisteluryhmistä osassa on ollut osallistujia sekä valkoisesta että punaisesta sukutaustasta. Ryhmissä on koettu avartavaksi kuulla eri näkökulmia tapahtumissa mukana olleiden jälkeläisiltä suoraan. Toisen kokemukseen on tullut mahdolliseksi eläytyä. Jollekin on avautunut ensimmäinen kerran tilaisuus puhua lapsuudessa kuulemistaan asioista. Se on huojentanut. Ryhmä on tarjonnut mahdollisuuden muistoihin liittyvien vaikeiden tunteiden ilmaisemiseen ja esimerkiksi häpeästä vapautumiseen.

Ei ole tavatonta, että vaikean kokemuksen läpikäynyt kokee tarvetta toistaa kertomustaan yhä uudelleen. Vaikeat tapahtumat ja kokemukset voivat tällöin pikkuhiljaa saada uusia sävyjä ja merkityksiä. Se, mitä on tapahtunut, säilyy edelleen muistoissa, mutta siihen liittyvät raskaat tunnekokemukset hellittävät. Ihminen voi parhaassa tapauksessa päästä vapaaksi menneisyyden taakoista ja kääntää katseensa luottavaisesti tulevaisuuteen. Onnistunut vaikean vaiheen läpikäyminen lisää yksilön resilienssiä eli selviytymiskykyisyyttä tulevaisuudessa.

Sodan tai muun trauman tuottamia, mutta käsittelemättä jääneitä vihan, katkeruuden, häpeän tai surun tunteita sekä tapahtuneeseen liittyviä tulkintoja on mahdollista siirtää tietoisesti tai tiedostamatta sukupolvelta seuraavalle taakkasiirtymänä (Siltala, 2016). Tätä voi tapahtua niin yksilötasolla kuin yhteisöissä. Työstämättä jääneet traumaattiset kokemukset saattavat sukupolvelta toiselle siirtyessään muuttaa muotoaan ja kätkeytyä niin, ettei niiden olemassaoloa ja alkuperäisiä syitä enää välttämättä tunnusteta.

Suomen sisällisota ei koskettanut kaikkia suomalaisia samalla tavoin. Joillakin alueilla säästettiin taisteluilta eikä sota välttämättä muutenkaan jättänyt jälkiä kaikkiin ihmisiin tai kansanosiin. Maamme syrjäisimmillä alueilla ei välttämättä edes tiedetty sodan olevan käynnissä. Osa sodan kokeneista on kyennyt vuosien tai vuosikymmenten kuluessa kohtaamaan ja käsittelemään vaikeat kokemuksensa niin, ettei niiden tuottama kärsimys ole periytynyt enää jälkipolvien kannettavaksi. Tarve sovinnon tekemiselle ei siten ole tänä päivänä kaikille yksilöille ja yhteisöille sama. Niiden, jotka kokevat jäljellä olevan jotakin työstettävää omien sisällissotaan kytkeytyvien muistojensa suhteen, tulisi saada siihen halutessaan mahdollisuus ja tuki.

Rauhaa rakentamassa

Presidentti Martti Ahtisaari, joka on toiminut rauhanvälittäjänä eri puolilla maailmaa, on todennut: ”Rauhanprosessi voi kestää, koska se täytyy viedä paikalliselle tasolle saakka: totuus ja sovinto kulkevat käsi kädessä, sitä pitää rohkaista. Todellista rauhaa ei saavuteta ilman niitä.” (Ahtisaari, Iloniemi, Ruokanen, 2016). Rauhaa ei ole mahdollista saavuttaa, elleivät osapuolet sitä halua.

Etenkin sisällissodissa konfliktin osapuolet saattavat tuntea hyvin toisensa, vaikka ovatkin eri puolilla. Ahtisaari on todennut tärkeäksi hyödyntää näitä suhteita rauhanneuvotteluissa. ”Se on hyvin tärkeää: vanhankin ystävyyden luomat yhteydet auttavat pääsemään yhteisymmärrykseen. Namibiassa kävi juuri näin, kun kutsuin osapuolia syömään illallisilla kunnon grilliruokaa.

Henkilöthän tunsivat toisensa, olivat käyneet samaa koulua ja olleet luokkatovereita. Jotkut olivat opiskelleet samoihin aikoihin. He olivat vain joutuneet eri leireihin.”

Rauhanneuvotteluissa Ahtisaari pitää välttämättömänä sitä periaatetta, että mitään ei ole sovittu ennen kuin kaikki on sovittu. ”Se tarkoittaa myös, ettei ole mitään pelättävää. Kaikki voi tulla esiin. Vaikeita asioita käsiteltäessä tämä periaate suojelee neuvottelijoita. Kaikesta voi puhua pelkäämättä.” Lähtökohtana on, että ketään ei syytetä tai rangaista rauhanprosessiin osallistumisesta.

Sovinnonteon vaikutukset Sierra Leonessa

Sierra Leonessa on tutkittu sisällissotaa seuranneen sovintoprosessin vaikutuksia yhteisön sosiaaliseen pääomaan ja yksilöiden henkiseen hyvinvointiin (Cilliers, Dube, Siddiqi, 2015). Maassa käytiin sisällissotaa vuodesta 1991 vuoteen 2002. Sodassa kuoli yli 50 000 ihmistä. Yli puolet väestöstä joutui siirtymään entisiltä asuinsijoiltaan. Kapinan aloitti Revolutionary United Front rebels (RUF). Sodan kaksi muuta osapuolta olivat Sierra Leonen armeija (SLA) sekä Civil Defense Forces (CDF), joka perustettiin paikallisiksi puolustusjoukoiksi sodan loppuvaiheessa. Terroriteot kohdistuivat myös siviileihin. Väkivaltaa harjoittivat toisiaan kohtaan usein samassa yhteisössä asuvat ihmiset, jotka tunsivat toisensa. Väkivaltaisuuksien kuvataan olleen osin seurausta henkilökohtaisista kaunoista, jotka olivat kehittyneet koetun paikallisen vallan väärinkäytön seurauksena. Samankaltaisia ilmiöitä kohdattiin myös Suomessa vuonna 1918.

Sierra Leonen sisällissodassa koettujen väkivaltaisuuksien luonne alleviivasi tarvetta sovinnon tekemiseen sodan jälkeen. Konfliktin päätyttyä Sierra Leonen hallitus ja kansainvälinen yhteisö perustivat erityistuomioistuimen, joka tuomitsi seuraavan vuosikymmenen aikana 13 vakavimpiin rikoksiin syyllistynyttä. Hallitus perusti myös kansallisen totuus- ja sovintokomission (Truth and Reconciliation Commission, TRC), joka otti vastaan yli 7000 todistusta. Tämä kattoi kuitenkin vain murto-osan tehdyistä hirmuteoista. TRC ei tavoittanut suurinta osaa maaseudun väestöstä, jota sota oli erityisesti koetellut. Tätä vajetta paikkaamaan perustettiin Fambul Tok, jonka merkitys kriisin kielellä on ”Family Talk”. Fambul Tokin päämääränä oli tavoittaa ne yhteisöt, joiden sodanaikaiset kärsimykset eivät olleet vielä tulleet kuulluiksi.

Käytännössä Fambul Tok -kokoontumisia alettiin järjestää vuodesta 2007 lähtien eli noin viiden vuoden kuluttua sodan päättymisestä. Kussakin Fambul Tokissa järjestettiin enintään kymmenelle kylälle yhteisesti kaksipäiväisiä paikallistason sovintofoorumeita. Kokoontumisia valmisteltiin

huolellisesti kuukausien ajan etukäteen. Uhrit saivat kokoontumisissa kertoa tarinansa ja syylliset pyytää anteeksiantoa sotarikoksiinsa. Päätteeksi pidettiin ”puhdistava” seremonia, jonka tavoitteena oli koota yhteisö vaikeiden todistajalausuntojen jälkeen.

Tutkimusryhmä selvitti Fambul Tok -sovintoprosessin vaikuttavuutta käyttäen verrokkina kyläyhteisöjä, joissa tätä työskentelyä ei toteutettu. Tutkimusjoukkoon kuului 2200 ihmistä 200 kylästä. Sovintoprosessin vaikuttavuutta arvioitiin useilla mittareilla 9 kuukauden ja 31 kuukauden kuluttua kokoontumisesta. Fambul Tokin toteuttajat ja tutkijat toimivat toisistaan riippumattomina.

Tulokset osoittivat Fambul Tokin johtaneen anteeksiannon lisääntymiseen syyllisiä kohtaan. Anteeksianto ei tutkijoiden mukaan merkinnyt kuitenkaan sitä, etteivätkö uhrin olisi edelleen pitäneet taistelijoita vastuullisina teoistaan. Sovintoon pääsy vahvisti sosiaalista pääomaa yhteisössä. Sosiaaliset verkostot vahvistuivat. Ihmiset kykenivät luottamaan enemmän toisiinsa ja alkoivat toimia aktiivisemmin oman yhteisönsä hyväksi. He avustivat yhteisöään enemmän myös aineellisesti. Uskonnolliseen ryhmään kuulumisen ja kokoontumisiin osallistuminen lisääntyivät. Toisaalta Fambul Tok heikensi siihen osallistuneiden psyykkistä terveydentilaa. Traumaperäisen stressihäiriön (PTSD), masennuksen ja ahdistuneisuuden oireita oli todettavissa osalla väestöstä jo ennen Fambul Tokin alkamista, mutta oireilu lisääntyi työskentelyyn osallistuneiden ryhmässä. Myös aiemmissa tutkimuksissa on tullut esille, että kansalliseen sovintoprosessiin (TRC) osallistuminen ei välttämättä paranna yksilön psykologista hyvinvointia vaan saattaa jopa heikentää sitä. Fambul Tokin aiheuttamat muutokset - sekä myönteiset että kielteiset - näyttivät säilyvän seurannassa.

Fambul Tok -sovintoprosessin vaikuttavuutta selvittänyt tutkimusryhmä päätteli, ettei yksilöiden kokema psyykinen toipuminen ole ehto sovinnon tuottamalle sosiaalisten siteiden uudistumiselle. Sen sijaan katsottiin, että sosiaalinen pääoma saattaa sovintotyöskentelyssä kasvaa yksilöiden psykologisen hyvinvoinnin kustannuksella. Tähän todettiin olevan tärkeä kiinnittää huomiota tulevaisuudessa vastaavissa sovintoprosesseissa lisäämällä interventioihin riittävän pitkäaikaista tukea (counseling).

Yksilön kokemukset

Tutkijat, jotka selvittivät sovintotyöskentelyn vaikuttavuutta Sierra Leonessa, totesivat sotatapahtumien läpikäymisen voivan aktivoida vaikeita ja kivuliaita muistoja niin, että se voi johtaa uudelleen traumatisoitumiseen. Myös toisten sodan kokeneiden kertomusten kuunteleminen

on osalle traumatisoivaa. Tämä on otettava lukuun myös sovintoprojekteissa työskentelevien osalta. Esimerkiksi Etelä-Afrikan TRC-ohjelman toteutukseen osallistuneilla työntekijöillä todettiin posttraumaattisen stressin oireita. Sijaistraumatisoitumisen riski voi suurentua työtilanteiden pitkittyessä.

Nykysuomessa sijaistraumatisoitumisen ja myötätuntouupumisen riski on aihetta huomioida käytännössä muun muassa turvapaikanhakijoiden ja heitä auttavien kohdalla. Maahamme tulleiden joukossa on sisällissotaa paenneita. Turvapaikanhakijoiden psyykkisestä tukemisesta ja hoitamisesta huolehtiville on pyritty järjestämään täydennyskoulutusta, jotta apua tarvitsevien ihmisten ongelmien erityispiirteet ja toisaalta auttajien omassa kokemusmaailmassaan kohtaamat karikat tulisivat riittävästi huomioitua, mieluiten ennakoiden.

Vaikka vaikeita tapahtumia kokeneet ihmiset usein kaipaavat mahdollisuutta kertoa kokemuksistaan, he saattavat epäillä kuulijan tai itsensä kestävyyskykyä ja voivat siksi arkailta puhumista. Luottamus omaan ja kuulijan kestävyyskykyyn saattaa joskus kasvaa vasta pitkän ajan kuluessa. Traumapsykoterapiassa on käytäntönä varmistaa, että autettavalla on riittävästi selviytymiskeinoja toisaalta arjessa selviytymiseen ja toisaalta työskentelyssä aktivoituvien tunteiden kohtaamiseen ja säätelyyn ennen kuin varsinaisia traumatapahtumia aletaan käsitellä. Vaikean trauman kokeneelle opetetaan erilaisia vakauttamiskeinoja (esim. turvapaikkamielikuva tai rauhallinen hengittäminen), joita hän voi tarpeen mukaan käyttää niin terapiaistunnoilla kuin niiden välillä arkielämän tilanteissa. Myös sielunhoidossa on tärkeää suojata autettavaa traumaattisten kokemustensa liian nopealta tai yksityiskohtaiselta avaamiselta tilanteessa, jossa hänellä ei ole riittäviä selviytymiskeinoja. Autettavaa tulisi tarpeen mukaan tukea hakeutumaan terveydenhuoltoon hoidon tarpeen arvioon.

Toisen kansanryhmän surun tunnustaminen

Psykoanalyttikko Rauno Juntumaa pohtii kirjassaan *Miksi vihaamme?* surun merkitystä yhteisöjen väliselle vihanpidolle ja konflikteille (Juntumaa, 2018). Hänen mukaansa surun ja sen läpityöskentelyn estyminen luovat maaperää uusille konflikteille ja sodille, jotka puolestaan tuottavat uutta surua. Sodan vaaraa pitäisi näin ollen yllä kyvyttömyys surra.

Kansanryhmä voi Juntumaan mukaan toimia egoistisen uhriutumisen periaatteella. Silloin oman yhteisön kokemia kärsimyksiä pidetään esillä, mutta vastapuolen kokemia kärsimystä ei tunnusteta eikä ymmärretä. Uhriutunut ryhmä voi kaivata tunnustusta ja oikeutusta omalle kärsimykselleen

oman arvontuntonsa vahvistumiseksi. Kollektiivisella muistamisella voidaan tuottaa professori Juha Siltalan mukaan niin perinteistä sankarihistoriaa kuin vaihtoehtoista uhriushistoriaa, jossa erilaiset syrjittyjen ryhmät kilpailevat julkisesta tunnustuksesta kärsimyksilleen (Siltala, 2014).

Juntumaa viittaa psykiatrian emeritusprofessori, psykoanalyttikko Vamik Volkanin päätelmiin todetessaan, että vihollisen tai vastapuolen kärsimyksen ja surun tunnustaminen on aivan olennainen osa kansanryhmän surutyötä. Jos sitä ei lainkaan tapahdu, tunne vihollisuudesta sekä kostonkierre ovat alttiita jatkumaan. Toisen osapuolen surun symbolinen tunnustaminen voi vähentää vihamielisyyttä ja edesauttaa ystävällisten suhteiden vahvistumista. Sillä, että arkkipiispamme, presidenttimme ja pääministerimme sekä kaikkien eduskuntapuolueiden edustajat sytyttivät kaatuneiden muistopäivänä 20.5.2018 Turun tuomiokirkossa muistokynttilät kaikille sisällissodan uhreille ja että kukkalaitteet laskettiin sekä punaisten että valkoisten muistomerkillä, tunnustettiin symbolisesti sisällissodan molempien osapuolten suru. Tämä saattoi edistää yhteistäkin suremista.

Surusta eteenpäin

Yhteisön ja yksilön reaktioissa menetykseen on sekä yhtäläisyyksiä että eroavaisuuksia. Juntumaan mukaan yhteisön reaktio on epävakaampi, dramaattisempi ja huonommin hallinnassa. Yhteisö voi kuitenkin joissain tilanteissa yksilöä nopeammin korvata menetetyn asian yhteisellä toiminnalla esimerkiksi muistomerkkejä rakentamalla. Valkoisten ja punaisten surutyö pääsi tässä suhteessa käynnistymään ja etenemään eri tahdissa muistomerkkien pystyttämisen oltua ensimmäisinä sodanjälkeisinä vuosikymmeninä hyväksytyä vain voittaneelle osapuolelle. Merkittävä sovinnon askel otettiin kaatuneiden muistopäivänä 2018 Vihdissä. Siellä paljastettiin sisällissodan uhrien yhteinen muistomerkki. Tähän *Sovinnon ja toivon muistomerkiksi* nimettyyn teokseen on kuvattu kättelevät kädet.

Kansanryhmät ja kansakunnat eivät Juntumaan mukaan useinkaan pysty sellaiseen surutyöhön ja asioiden läpityöskentelyyn kuin yksilötasolla on mahdollista. Siksi ne voivat jäädä yksilöä herkemmin pysyviin vastakkainasettelun ja vihamielisyyden asetelmiin. Kansanryhmä tai kansakunta saattaa tällöin korostaa oikeuttaan kostoniskuihin. Juntumaa toteaa joskus voivan riittää jopa, että yksi karismaattinen henkilö pitää vanhaa nöyryytystä esillä ja onnistuu esittämään siihen liittyvän riittävän uskottavan tuntuksen tarinan. Viha ja sen ympärille kudottu tarina voivat siirtyä yhteisön jäsenten mieleen samaan tapaan kuin keskushermostoon siirtynyt krooninen kipukokemus, jonka alkuperäinen kivunlähde on kadonnut.

Jos menetyksiä ja muutoksia kertyy ajan kuluessa lisää, voi suruprosessi monimutkaistua ja estyä. Esimerkiksi sisällissodan tuottamaan suruun on voinut sekä yksilöiden että kansakunnan tasolla kietoutua talvi- ja jatkosodan menetyksien lisäksi monia muita surunaiheita. Sureminen, läpityöskentely tarkoittaa Juntumaan mukaan sitä, että tapahtunutta ajatellaan monelta eikä vain yhdeltä kannalta. Tämä voi nostattaa tietoisuuteen monia vaikeita tunteita ja kipua, jota pyrimme luontaisesti väistämään. Siksi olisi helpointa olla ajattelematta tapahtunutta. Juntumaa toteaa läpityöskentelyn olevan osaltaan psyykkistä kipua vastaan kehitettyjen puolustusmekanismien purkamista ja näin ollen työtä.

Jos puolustusmekanismeja ja tunteita kyetään kohtaamaan uudessa tarkasteluyhteydessä, voi Juntumaan mukaan kehittyä sellaista säätelyä, joka mahdollistaa asioiden käsittelemisen mustavalkoisen ja impulsiivisen toiminnan sijaan. Menneet kokemukset voivat tällöin saada uudenlaisia merkityksiä samoin kuin niiden suhde omaan minäkokemukseen. Sen sijaan, että omassa mielenmaailmassa hallitsisi yksi ja ainoa oma tulkinta totuutena, on mahdollista ajatella muitakin tulkintoja.

Erilaiset kuvakulmat

Etenkin vaikeimpien traumaattisten kokemusten äärellä ihmismieli voi taltioida tapahtuman muistiin vääristyneesti tai katkelmallisesti. Liian kivuliaiden muistojen pääsy tietoisuuteen voi tulla torjutuksi. Saman tapahtuman kokeneet voivat näin ollen muistaa ja kertoa tapahtuneesta eri tavoin ilman, että kyse välttämättä olisi valehtelemisestä tai tietoisesta asioiden vääristelystä. Kertomusten jakaminen toisten kanssa voi täydentää tai eheyttää omaan mieleen tallentunutta mielikuvaa. Toisaalta yksilöiden mielikuvat eivät ole milloinkaan täysin identtisiä eikä niiden tarvitsekaan olla.

Tiettyjen tapahtumien voidaan osoittaa tapahtuneen tiettyyn aikaan ja tiettyssä ympäristössä, mutta yksilöt ja yhteisöt tulkitsevat näitä tapahtumia eri aikakausina eri tavoin, omista lähtökohdistaan ja kokemusmaailmoistaan käsin. Muistelijan identiteetin me-taso nousee esiin Juha Siltalan mukaan kriiseissä, kun taas turvallisina aikoina yksilön muista erottavat piirteet nousevat identiteetin kannalta keskeisemmiksi (Siltala, 2014).

Dosentti Jari Ehrnrooth pohti toukokuussa 2018 eräässä tv-keskustelussa sitä, missä määrin sisällissodan kokemukset ovat heijastuneet maamme keskustelukulttuuriin ilmentyen kahtia jakautuneisuuden ja konfliktin pelkona. Hänen arvionsa mukaan sisällissodan

historiantutkimuksessa ei ole enää tabuja, mutta kansakunnan tasolla olisi nähtävissä eräänlaista pakkokonsensusta.

Kuluvana sisällissodan muistovuonna on järjestetty lukuisia luentoja, keskustelutilaisuuksia, esityksiä ja näyttelyitä, joista osassa on haluttu nostaa esille yhtä aikaa sekä valkoista että punaista näkökulmaa. Ei tule unohtaa myöskään niiden kokemusta, jotka eivät olleet kummallakaan puolella. Tapahtumia eri näkökulmista katsovat ja eri mieltä olevat, mutta toisiinsa ja toistensa mielipiteisiin kunnioittavasti suhtautuvat keskustelijat mallintavat toisille sitä, miten asioista voidaan olla turvallisesti eri mieltä. Tämä voi parhaimmillaan lisätä kuulijan kykyä hyväksyä erilaisten näkemysten olemassa oloa ja kenties myös sellaisia omia ajatuksiaan, jotka ovat keskenään ristiriidassa. Sen sijaan, että asiat olisivat aina mustavalkoisesti joko – tai, ne voivat olla tai liikkua jatkumolla. Joissakin tilanteissa eri näkökulmat voivat olla tosia yhtä aikaa.

Anteeksianto ja sovinto

Anteeksianto on muodostunut osaksi sovinnontekoa kansojen tai kansanryhmien välisissä rauhanprosesseissa. Anteeksi antaminen ei poista vääryyden tekijöiden vastuuta teoistaan. Yksittäiset ihmiset etenevät kohti anteeksiantoa hyvin erilaisia polkuja. Uhrin on saatava ennen anteeksi antamista purkaa turvallisesti muistikuvansa, ajatuksensa ja nekin tunteensa, jotka tuntuvat sietämättömiltä, pelottavilta tai hävettäviltä. Tähän tarvitaan rinnalla kulkijoita, jotka kuuntelevat, kestävät ja validoivat. Aikaakin tarvitaan. Anteeksianto edistää psyykkistä ja fyysistä terveyttä ja voi jopa pidentää elinikää. Siten on kannattavaa antaa anteeksi myös tilanteessa, jossa anteeksipyyntöä ei edes esitetä. Rikkoutuneiden suhteiden ei ole aina anteeksiannonkaan myötä mahdollista palata entiselleen, mutta vihan ja katkeruuden tunteet lakkaavat pitämästä otteestaan.

Anteeksiantamiseen löytyy vaihteittaisia malleja terveydenhuollonkin tietolähteistä. Olettamana ainakin osassa malleista näyttää olevan se, että ihminen kykenee vaiheita tai neuvoja seuraten etenemään kohti anteeksiantoa. Joskus haavoittuminen ja siitä seurannut viha tai katkeruus saattavat olla niin syvälle ulottuvia, etteivät loukatun voimavarat, keinot tai edes halu riitä niistä vapautumiseen. Kirkon viesti on tässä kohtaa ylivoimainen: meillä on Kristus, joka on jo tehnyt rauhan Jumalan ja meidän välille. Hänelle ei ole yllätys, että saatamme olla kyvyttömiä tai haluttomia pyytämään tai antamaan anteeksi. Sekin on sovittu. Sille, joka uskoo Kristuksen tekemän rauhan omalle kohdalleen, avautuu uusia näkymiä anteeksiannon mahdollisuuteen myös ihmisten välillä. Evankeliumin viestiin saavat turvata niin sovintoa omaan elämäänsä etsivät kuin he, joiden tehtävänä on johdatella toisia sovinnon poluille.

Mari-Kaarina Hiltunen, psykiatrian erikoislääkäri, psykoterapeutti

Lähteet:

Ahtisaari, Martti; Iloniemi, Jaakko; Ruokanen, Tapani (2016): *Miten tästä eteenpäin*. Docendo.

Cilliers, Jacobus; Dube, Oeindrila; Siddiqi, Bilal (2015): *Can the Wounds of War be Healed? Experimental Evidence on Reconciliation in Sierra Leone*.
<http://odube.net/papers/Reconciliation.pdf>

Huttunen, Niko (2015): *Rauhantekijöille on taas kysyntää*.
<https://www.kotimaa24.fi/blogit/rauhantekijoille-on-taas-kysyntaa/>

Juntumaa, Rauno (2018): *Miksi vihaamme? Yksilön ja yhteisön tunteen anatomiaa*. Kirjapaja.

Siltala, Juha (2014): *Kollektiivinen muisti – kuka on se, joka muistaa?* Duodecim 2014; 130:2449–58.

Siltala, Pirkko (2016): *Taakkasiirtymä - Trauman siirto yli sukupolvien*. Therapie-säätiö.

Virkkunen, Paavo (1918): *Uutta Suomea rakentamaan!* WSOY.