

Miten erottaa parapsyykkiset kokemukset psyykkisestä sairaudesta ja miten auttaa niistä kärsivää

Parapsyykkisillä kokemuksilla tarkoitan hyvin laajaa kokemuspäiriä sisältäen myös kokemukset, joissa ei esiinny mitään ilmiöitä, vaan vain muuntunut tajunnantila, tärkeimpänä niistä tietoisuus että kaikki on muuttunut eikä mikään ole muuttunut, koska kaikki näkyy ja kuuluu niinkuin ennenkin, eikä mitään sisäisiä mielikuvia, visioita, ajatuksia esiinny sen enempää tai vähempää, mutta silti maailma on täydellisesti erilainen, tuore, uusi ja tuntematon.

Nämä kaikki tilat ovat tietysti psyykkisiä eivätkä parapsyykkisiä, joka on vain meidän nimityksemme niille psyyken tiloille, jotka ovat *harvinaisia*, mutta harvinaisuus ei vielä tee niistä sairaita.

Mitä on sairaus?

Aitoja ja sairaita ilmiöitä voi vain toisinaan rajata kokonaan erilleen toisistaan, koska syvimmässä mielessä ei ole olemassa sairasta ja tervettä, vaan vain eri tajunnantiloja ja kokemuksia, lukemattoman monia erilaisia hengissäpysymisen ja elämän läpi selviytymisen strategioita, joiden edustajat kritisoivat toisiaan moraalin (joka on kunkin aateryhmän itselleen kehittämä loukkaamattomuusnormisto, johon ymmärtämättömyys on piilotettu) lyömäasein. Jokainen yhteiskunta luokittelee ne rikollisiksi tai sairaiksi jopa päinvastaisin tavoin. Toiset kokemus- ja toimintatavat ovat tehokkaampia; *tarkoituksenmukaisempia* kuin toiset. Tarkoituksenmukaisuus ei kuitenkaan ole terveyden tae. Paatuneet psykopaatit pystyvät toimimaan äärimmäisen tehokkaasti ja saavuttamaan tarkoituksensa. Toisena äärimmäisyytenä ovat hienostuneet henkisesti herkät ihmiset, jotka eivät haurautensa vuoksi pysty toimimaan yhteiskunnan vaatimusten mukaisesti saaden näin psyykkisen sairauden diagnoosin.

Tämä kulttuuritaustan huomioonottava tarkastelutapa on liian vaikea käytännön tilanteissa. Niinpä tarkoitan sairaudella tässä *pinnallisempaa* käsitettä; suunnilleen sitä miten sen useimmat ymmärtävät: ihminen on psyykkisesti sairas, kun hän voi psyykkisesti huonosti, tunsimmepa tuon huonon olon syyn tahi emme. Psykosomaatikoksi, eli psyykkisiä vaikeuksiaan ruumiillisten oireiden kautta ilmaisevaksi, katsotaan myös klassisen terveydenhuollon piirissä liian usein sellainen, jonka ruumiillisen tuntuksille ei millään tutkimuksella *löydy* ruumiillista syytä, joka ei tietysti vielä tarkoita, ettei sellaista silti voisi *olla*.

Tavallisin rajatietosairaus

Tavallisin 'para-sairaus' on para-noia; 'vinoutunut ajattelu', *vainoharhaisuus*. Sangen moni joko enemmän tai vähemmän vainoharhaisen luonteen omaava ihminen kuvittelee omaavansa *telepaattisia* kykyjä, joilla hän näkee joko pahojen ihmisten tai -vallankin jos hänen käsitejärjestelmänsä on rajatiedon piiristä noukittu - *pahojen henkivaltojen* ilkeitä aikeita. Koska vallankin hiukan älykkäämpien ihmisten vainoharhaisuutta on vaikea huomata, on tällaisen henkilön helppo menestyä

rajatietopiireissä, ja kerätä 'selvänäöllään' jopa innokkaiden oppilaiden piirin ympärilleen. Itse olen nähnyt toistuvasti mielisairaalahoitoon joutuneen potilaan pystyvän sairaalareissujensa välillä hurjilla 'para'näyillään saamaan viattomien hupsujen piirin ympärilleen, vaikka tämän potilaan sanojen välistä kuului musta viha, jota hänen sanoihinsa sokeutuneet eivät kuitenkaan pystyneet kuulemaan. - On syytä analysoida erityisen tarkasti telepaattisia ja ennaltanäkökykyjä omistavien ihmisten kokemusten luonne, ja varoa vallankin kaikennäköisten epämääräisten näky- ja unisymbolien väitetyjä todisteita.

Mikä mittariksi?

Parapsyykkisen kokemuksen tavanomaiset analyttiset tarkistusmenetelmät kuuluvat tietysti ensin asiaan. Löytyykö järjelle tositteita kokemuksen aitoudesta? Jos ei löydy, voi kokemus olla joko aito tai täysin harhainen. Mikäli tositteita löytyy (joka tarkoittaa *paljon* selkeämpiä tositteita kuin niiden hämärien vertauskuvien ylitulkintaa, mihin rajatietoihmiset korkeamman kokemusten kaipuussaan useimmiten tyytyvät), ei se vielä osoita etteikö kokemus voisi silti olla pääosiltaan sairas. Sillä mitä hyödyttää kokea ehkä aitoja parapsyykkisiä ilmiöitä, jos sen hintana - tai syynä - on matka hulluuteen, ehkä peruuttamattomasti? Kokemistapojen kasvu merkitsee ihmisen suojakuoren heikkenemistä, ja vain lapsitilan turvallisuuden pimennossa eläneet voivat kuvitella, etteivät he tarvitse mitään suojaa todellisuutta vastaan, ja ovat valmiit mihin tahansa riskinottoihin mm. hallusinogenejää kokeilemalla.

Ilmiöiden aiheuttama *ahdistuksen ja kärsimyksen* määrä kokijalleen *ei* ole hyvä kokemuksen aitouden osoittaja. Ahdistuksen voi olla ihminen joka on panssaroinut itsensä niin hyvin, että hänessä ei liiku juuri mikään, ei edes ahdistus, vaan hän elää kuin kivi elämänsä läpi, omien jäykistyneiden käsitystensä muurin vankina itse sitä tajuamatta. Ahdistunut voi olla joko hullu tai viisas, toinen todellisuutta vastustaessaan, ja toinen... samasta syystä! Kyllä todellisuuden tajuamisessa on tarpeeksi purtavaa viisaallekin, ja kummatkin haraavat minänsä liukenemista vastaan, kun ovat vain ihmisiä.

Kokemusten aitoutta ja terveyttä ei voi mitata myöskään kokijan *ihmissuhteisiin pystyvyyden* määrällä, sillä se on *ulkoinen*, eritoten länsimaiden arvostama *seurallisuusmittari*. Sairaita kokemuksia omaava ihminen voi olla hyvin miellyttävä ympäristölleen, ja kerätä suurenkin määrän samalla tavalla sairaita ympärilleen, muodostaa uskonlahkoja ja poliittisia liikkeitä. Aito näkijä voi toisaalta olla kovinkin epämiellyttävä epäseurallisen persoonallisuutensa vuoksi, sillä persoonallisuuden ominaisuudet, jotka voivat olla hyviä ja huonoja, eivät kerro vielä mitään ihmisen sisäisestä aitoudesta; henkisestä terveydestä. *Psyykinen terveys ei ole sama kuin henkinen terveys*. Persoonallisuus on käyttöväline, linkki ulkomaailman ja yksilöllisyyden välillä, ja se voi olla hyvinkin haavoilla, osittain tuhoutunutkin sen kertomatta vielä kantajansa henkisestä kirkkaudesta.

Jääkö siis mitään *luotettavaa* mittaria aitojen ja epäaitojen ilmiöiden erotteluun?

Ei jää. Kietoutuvathan nuo kummatkin ilmiöt sitäpaitsi vielä erottamattomasti toisiinsa.

Subjektiiiset mittarit

Vain *tietyyn* todellisuuden lajiin uskovat, olipa tuo todellisuus vaikka rajatietotodellisuutta henkitasoinen ja inkarnaatiokäsityksinen, voivat luokitella toisten kokemuksia terveiksi ja sairaiksi, mutta tämä luokittelu on siten äärimmäisen subjektiiivista ollen luonteeltaan vain *samankaltaisuusmittari*; "*koska uskot ja koet kuten minäkin olet siis terve!*" Vapaudeksi luultu kokemuspäiri saattaaakin olla vankila aivan samoin kun tuon kärsivänkin. Siitä saatu tyydytys ja yhteys samanhenkisiin ei ole vielä mikään todiste siitä, että se on vapautta ja terveyttä! Tuttuja rajatietokäsitteitä tutulla tavalla käyttävä ei ole kielenkäyttönsä kautta todistanut vielä muuta kuin oman klikkiuskonsa. "Usko ei ole muuta kuin pyyde, joka syntyy kun muut psykkiset avut puuttuvat".

Meidän täytyy niin ollen luopua objektiivisen mittarin hausta ja tyytyä *suhteellisiin* 'fiilinkimittareihin', ja ne ovatkin usein riittävät.

Auta säilyttämään sokeus!

Vaikka edellä mainitsinkin kärsimyksen suhteellisuudesta mittarina, se on silti melko sovelias mittari käytännön tilanteissa. Useimmiten kärsimys samaistetaan sairauteen, mutta parailmiöiden suhteen on varottava tällaista samaistusta. Kärsimys voi olla ihmisen kasvukipuja hänen ollessaan laajempaan todellisuuteen astumisen kynnyksellä, mutta vaikka näin olisikin, on liika kärsimys pahasta. Kaikella on aikansa.

Niinpä *riippumatta* siitä, onko kärsimys terveempään vai sairaampaan suuntaan kehittymisen merkki, on meidän *jarrutettava* kärsivän ihmisen kehitystä. Meidän on autettava häntä *olemaan näkemättä*, autettava häntä pysymään vielä tavallisten, tavanomaisten ja turvallisten laajalle levinneiden yleisten käsitysten piirissä, vaikka me itse ne joukkoharhoiksi luokittelisimmekin. Kärsivä ihminen on palautettava hänen *omille, ulkoisille* juurilleen, ei meidän kokemaamme maailmaan. Kyllä ihminen taas omalle kehitystielleen hakeutuu sitten kun hän taas sen jaksaa tehdä.

Vaikka tuntisimme olevamme kuinka oikeassa, ja riippumatta siitä kuinka oikeassa *itse asiassa* olemme - (**jota ei tiedä kukaan**, sillä suurikin näkökykymme ja tiemme oikeellisuutta ylistävä ryhmä tai oma tuntemuksemme totuudesta ei todista vielä mitään) - on rikos mennä kertomaan omasta tiestämme toiselle, jolla on toinen tie. Ihminen, jolle todellisuuden loputtomat puolet eivät ole auenneet niin väkevästi, että hän ei ole tajunnut noihin mittaamattomiin voimiin sisältyvää todellista vaaraa, voi turvallisuudentunteensa suojista kuvitella hänen oman näkemyksensä olevan toiselle aina vain hyväksi.

Rajaaminen, neutralointi

Aivan kuten terve ja epäterve, psyykkinen ja parapsyykkinen eivät ole selvästi erotettavissa toisistaan, ei auttajan tarvitse tietysti hyljätä omaa näkemystään pyrkiessään palauttamaan kärsivän ihmisen omille juurilleen. Auttajan on *suhteellistettava* oma näkemyksensä. Mitä paremmin itse tajuaa (ja se tajuaminen on mahdollista vain elämäkokemuksen kautta), että minkä tahansa asian voi selittää ja nähdä loputtoman monilla tavoilla, sitä paremmin osaa pitää ovea avoinna henkiseen maailmaan; ei liian avoinna, ei liian suljettuna. Hänen ei tarvitse kieltää omia eikä kärsijänkään kokemuksia, vaan *neutraloitava* ne, sidottava ne arkielämään.

Hätäinen ihminen on monasti sellaisessa kaaostilassa, että hän ei itse osaa *rajata* keskustelua, joka vyöryy kaikkiin mahdollisiin suuntiin, ja keskustelun lopulla on niin auttajalla kuin autettavallakin yhtä sekava olo. Silloin on syytä valita avunhakijan esiin vyöryttämästä aineistosta yksi seikka johon rajoitutaan, mutta silloin sitäkin tarkemmin. Jos avunhakija ei itse osaa sitä, valitsee auttaja sen. Kun tyynen rauhallisesti tarkastellaan sitä lisäkysymyksiä, jota ovat *avoimia* (eli toinen ymmärtää *miksi* kysymys esitetään, muuten se vain nostaa ahdistustaso), alkaa tarkasteltava seikka usein selkeytyä ja sen yhteydet muuhun elämään käyvät ilmi - ja sen mahdollisesti sisältämä parapsyykkinen aines myös.

Tyypillinen neutraloitava kohde on esim. unet. Mitä selkeämmin ahdistavilta unilta voidaan poistaa parapsyykkinen ulottuvuus ja osoittaa niiden olevan yhteydessä edellisen päivän arkielämän pulmiin, sitä vähemmän ne ahdistavat. Tämän osoittamiseen tarvitaan kyllä omakohtaista elävää kokemusta unien kanssa työskentelystä, joka on hankittavissa ilman mitään psykiatrisia unienselitysmalleja (Sovelian muoto vallankin rajatietoihmisille tämän kokemuksen hankkimiseen ovat Montague Ullmanin uniryhmät).

Kaikkeen muuhunkin, jonka avunhakija tulkitsee yksipuolisesti parapsyykkiseksi kokemuksiksi, on haettava arkielämän yhteyksiä. Hänen näkemänsä pelottavat enteet ja vihjeet, henkimaailman äänet ja näyt voidaan sitoa arkielämään. Jos hänelle on tärkeää uskoa kokemustensa olevan nimenomaan parapsyykkisiä, voidaan aina jättää se mahdollisuus auki toteamalla, että saattaahan se sisältää myös sellaisia elementtejä, mutta tutkitaan asiaa lähemmin. On syytä erittäin tarkasti kysyä kummankin ääriajat: kysyä mikä kokemuksissa todistaa avunhakijan käsityksen puolesta, mikä vastaan. On tärkeää, että hän *itse* yrittää keksiä mahdollisimman monta sekä käsitystään puoltavaa että kieltävää seikkaa. Pienen alkukankeuden jälkeen useimmat ihmiset pystyvät tuottamaan lukuisia kummankin äärilaidan selityksiä. Näiden kahden äärilaidan haarukointi monin kysymyksiin selkeyttää tilannetta monesti aivan *itsestään*.

Vaarallinen vapaus

Yhteenvetona ja peukalosääntönä voi henkisessä hädässä olevan auttajaa siis kehottaa turvaamaan autettavansa *sokeus*!

Hädässä oleva tarvitsee *hänelle* tavanomaista viitekehystä ympärilleen. Tuohon kehykseen tulee sisältyä niitä aineksia joiden piirissä hän on kasvanut, mutta mahdollisimman terveessä muodossa. Esimerkiksi jonkin kiihkolahkon sairaassa

ilmapiirissä kasvanut on saattanut lähteä hakemaan itselleen pelastusta vastakkaisista käsityksistä pyrkiessään irti ympäristönsä ahdistavuudesta. Tyypillinen tällainen tilanne voi syntyä jonkin Raamattuun uskovan ahtaan ryhmän piiristä itämaisiin uskontoihin heittäytyvän ihmisen tuskasta hänen joutuessaan entistä tuntemattomammalle maaperälle. Persoonallisuuteen kaivertuneita jälkiä ei voi pyyhkäistä olemattomiin, ja niin tällainen ihminen voi joutua vain entistä pahempaan tilaan hänen tarttuessaan käsityksiin, jotka ovat hänelle liian vieraita, vaikka ne tarjottaisiinkin hänelle ystävällisesti ja rauhallisesti. - Entä jos ihmisen viitekehyksenä on ollut aina rajatietokulttuuri? Hänet on paradoksaalisesti saatettava pois kaiken uuden ja ahdistavan kokemisesta takaisin kaikessa ahtaudessaan vain näennäisesti avariin vakiojutusteluihin henkivalloista ja värähtelyistä.

Tämä saattomatka on äärimmäisen hienovarainen. Saatamme toisen vain hänen oman kulttuurinsa; menneisyyden vankilansa *rajalle*; juuri siihen kohtaan, missä hän taas tuntee tutun maan jalkojensa alla. Se on parhain paikka ihmiselle, joka kärsii sekä menneisyytensä ahtaudesta että uuden pelottavuudesta. Hänet on pyrittävä ohjaamaan takaisin niiden käsitysten piiriin, jonka keskellä hän oli kasvanut, mutta sellaisten ihmisten luo, jotka ovat henkisesti korkeammalla tasolla, vaikka tuollaiseen ahtaaseen piiriin kuuluisivatkin, sillä ahtaimmissakin piireissä on niitä joilla ainakin jotakuinkin on sydän ja järki paikallaan.

Parhaimpia tällaisia ihmisiä ovat ne, jotka ovat oman taistelunsa käyneet, irtautuneet hengessään oman ahtaan uskonnollisen viiteryhmänsä kehyksistä, ja jättäneet taakseen myös sen vaiheen, jolloin he kielsivät omat juurensa kokonaan - juuri siinä hän kärsivä ihmismekin nyt on. Sellainen ihminen, joka on uskostaan irtautunut, heilahtanut toiseen äärilaitaan, ja palannut takaisin oman uskonsa rajapinnalle ymmärtäen, ettei hänen persoonansa *koskaan* vapaudu menneisyyden otteesta, vaikka hänen henkensä olisikin vapaa, voi toimia ideologisena oppaana, rajapintaihmisenä, porttina ja kanavana niille, jotka haluavat omasta ahtaasta uskostaan irti. Omat siipensä kerran polttanut opas voi omaan kokemukseensa pohjautuen ymmärtää, kuinka varovasti on edettävä, ja kuinka ei koskaan voi jättää menneisyyttään kokonaan taakseen. Tällainen ihminen ei toisaalta tuomitse joitain tiettyjä uskonmuotoja kokonaan, eikä toisaalta vesitä kaikkia uskoja samanarvoisiksi, vaan näkee niissä eri tavoin ja eri määrin hyvää ja pahaa, hedelmällistä ja vahingollista, ja luotsaa ohjattavaansa pahimpien karikkojen ohi hyvin *hyvin* varovasti.

Yhteys psykiatriaan

Vaikka psykiatrian, tuon monen rajatietoihmisen peräti halveksiman ammatin, piirissä onkin paljon aivan samoja inhimillisiä esteitä ja ymmärtämättömiä ja kylmiä ihmisiä, on siellä kuitenkin niin paljon hyvääkin, että senkin tarjoama apu on muistettava silloin kun auttajan omat eväät eivät tunnu riittävän. Kun autettavamme tuska on suuri, on tarkkaan harkittava kuinka uhkarohkeasti lähtee parantelemaan ihmistä, jonka sisällä riehuvista voimista meillä on vain kalpea aavistus. Ei psykiatria mainostaa tarvitse, vaan todeta vain, että miksi ei kävisi, katsoisi ja testaisi josko sieltä löytyisi lämpöä ja ymmärrystä, vaikka se ammattiauttamista onkin. Ei ammattiauttaja automaattisesti miksikään pahaksi tai sokeaksi ihmiseksi muutu.

Niin vastenmielistä kuin ajatuskin *psykykenlääkkeistä* rajatietoihmisille yleensä onkin, ovat ne kaikessa materiaalisuudessaan harkitusti käytettynä monasti parhain apu pois akuutista tuskatilasta, oli pa sen aiheuttanut vaikka kuinka "ylevä" kokemus.

Rajatiedon kriisipalveluun osallistuvien olisi hyvä vierailla vaikkapa jossain psykiatrisen avohoidon toimipaikassa yhteisen neuvonpidon muodossa. Psykiatrian piirissä toimiville on tällainen kontakti yhtä outo kuin toisellekin osapuolelle, joten kontaktinotossa tarvitaan *äärimmäistä* diplomatiaa. Tyynen rauhallinen, neutraali ja vastapuolta *tippaakaan* kritisoiaton näkemys on ehdoton edellytys tällaisen vierailun onnistumiseen.

Tällainen kontaktinotto voi parhaimmillaan lisätä ymmärrystä psykiatrisen hoidon arkipäivän todellisuuteen ja niin löytyvät myös soveliaimmat kanavat, niin ihmiset kuin organisaatiot, joiden kautta voi lähettää apua etsiviä psykiatrisen hoidon piiriin. Jos järjestätte apua tarvitsevalle mielenterveyskontaktin, miksi ette menisi mukaan tapaamiseen - tietysti vain jos myös avun hakijan mielestä se on hyvä idea, ja mielenterveysammattilaisella ei ole sitä mitään vastaan (toisilla on, toisilla ei). Jos tämä idea *asiallisesti* esitetään; niin että psykiatriankin edustajat ymmärtävät, että *päätehtävänänne on ihmisen auttaminen voimaan paremmin, eikä aivopestä häntä rajatiedon asioilla*, saattaa olla mahdollista että psykiatrian ammattilaisissakin viriää mielenkiinto kuulla näistä rajatiedon piirissä kulkevien ihmisten vaikeuksista enemmän, jolloin parhaassa tapauksessa yhteys johtaa kummankin osapuolen tietämyksen kasvuun ja ennakkoluulojen vähentymiseen toista osapuolta kohtaan.

Avunhakija, joka on kääntynyt rajatiedon kriisipalvelun puoleen, on tehnyt sen tietysti siksi, ettei luota psykiatriaan. Mutta jos hän tapaa auttajia, jotka pystyvät katsomaan ideologia- ja ammattiryhmien aitojen yli neutraalisti, voidaan apua hakeva vähitellen rauhoittaa ja saada ehkä ymmärtämään, ettei häntä yritetä lähettää "vihollisen" puolelle, jos häntä suositellaan myös tavanomaisen hoidon piiriin, vaan että hän on edelleen vapaa kulkemaan rajatietopiireissäänkin, ja että rajatiedon kriisiryhmä osaa arvostaa apua, *minkä ryhmän piiristä tahansa se tuleeekin*.

Markku Siivola
1992