



Päivi & Santeri  
Kannisto



# HYVÄN ELÄMÄN OPAS



ELÄMÄNTAIDON HELMIÄ  
ERI PUOLILTA MAAILMAA



Tammi



PÄIVI JA SANTERI KANNISTO

# HYVÄN ELÄMÄN OPAS

---

ELÄMÄNTAIDON HELMIÄ  
ERI PUOLILTA MAAILMAA



TAMMI

HELSINKI



Teos on saanut tukea Suomen tietokirjailijat ry:ltä.

Henkilöiden nimiä ja joitakin yksityiskohtia heidän elämästään on muutettu yksityisyyden suojelemiseksi.  
Käännökset englannista suomeen ovat Päivi ja Santeri Kanniston tekemiä, ellei lähdeluettelossa toisin mainita.

© Päivi Kannisto ja Tammi 2019  
Tammi on osa Werner Söderström Osakeyhtiötä.

ISBN 978-952-04-1315-6

Painettu EU:ssa

*Tämä kirja on omistettu rakkaille isillemme  
Erkki Kannistolle ja Antti Rantaselle.*

## *Sisällys*

### **JOHDANTO** 9

#### **Kohtuullisuutta Soulissa** 15

Epikuros: Miten tulla onnelliseksi? 30

Sodanuhkaa ja diktaattoreita 43

Hyvän elämän ohjeet 49

#### **Oikeudenmukaisuutta Hongkongissa** 54

Buddha: Kuinka vapautua kärsimyksestä? 64

Fengshuita ja kullankiiltoa 79

Hyvän elämän ohjeet 89

#### **Viisautta Kampalassa** 94

Seneca: Pitääkö huolta itsestä vai muista? 104

Ebolaa ja ugandattaria 117

Hyvän elämän ohjeet 124

#### **Rohkeutta Muscatissa** 129

Muhammad: Mitä oppia vieraasta? 142

Sulttaani Qaboos ja kuningas alkoholi 156

Hyvän elämän ohjeet 166

<b>Tahtoa Kapkaupungissa</b>	170
Nietzsche: Mikä meidät orjuuttaa?	177
Väkivaltaa ja maallimuuttohaaveita	196
Hyvän elämän ohjeet	207
<b>Nöyryyttä Tbilisissä</b>	211
Freud: Uskallatko olla epätäydellinen?	222
Rikinkäryä ja kummituksia	238
Hyvän elämän ohjeet	247
<b>Ole hyvä</b>	250
<b>Lukemisto</b>	262
<b>Liite: opetukset filosofioittain</b>	286

# JOHDANTO

*Päivi Kannisto*

*Filosofia opettaa toimimaan,  
ei puhumaan.*

– SENECA

Alussa on kolmijalkainen lammas, jonka vuokraisäntämme Mr Park tuhertaa muistivihkooni. Mr Park on filosofi. Hän yrittää opettaa minulle korealaista viisautta, jonka mukaan yksi = kolme = yksi. Olen ymmälläni, eikä Mr Parkin englannista ole juuri apua. Hän tuhahtaa tuskaisena tietämättömyydelleni ja jatkaa väkertämistä. Ruutupaperille piirtyvät tikku-ukko, kukkaketo, taivas ja sinkoilevia salamoita. Mr Park vilkaisee minua kysyvästi harmaan polkkatukkansa varjosta ja turhautuu. Salvadordalimaiset viikset värisevät, kun hän repäisee taideteoksensa vihosta, ryntää paperin tolloksi ja nakkaa roskakoriin.

Turvaudun tukiopetukseen. Etsin netistä kolmijalkaista lammasta, mutta Mr Parkin piirustustaito osoittautuu vielä heikommaksi kuin hänen englantinsa: kolmijalka onkin varis. Symboli on tunnettu koko Aasiassa. Muinaisessa Kiinassa se kuvasi aurinkoa, Koreassa ensin valtaa ja nykyään taivaan, maan ja ihmisen ykseyttä. Meissä kaikissa on taivaan, maan ja ihmisyyden elementtejä. Näin ollen yksi = kolme = yksi. Ei ole alkua eikä loppua vaan kosmista harmoniaa.

Maistelen ajatusta, mutta jokin ei täsmää. En saa sovittua ykseyden ihannetta kahtia jakautuneeseen maahan.

Vaikka korealaisilla on rajan molemmin puolin yhteinen kieli, kulttuuri, sukulaisia ja historia, he elävät eri todellisuuksissa. Naapurinpelko on juurrutettu eteläkorealaisiin jo peruskoulussa. Kylmän sodan aikana oppilaita kannustettiin osallistumaan kommunisminvastaisiin puhe- ja kirjoituskilpailuihin. Tehtävänä oli kertoa, miten paljon oppilaat inhosivat ja halveksuivat pohjoista.

Vaikka kansainvälisessä politiikassa valtiot ja aatteet kiistelevät – eivät ihmiset – on niillä niskalenkki kansalaisten elämästä. Tunnelma Soulissa on juuri nyt entistä painostavampi, sillä Koreoiden yllä leijuu sodanuhka. Pohjoinen sättii etelää propagandasta ja suuren johtajan Kim Jong-unin halventamisesta, ja etelä puolestaan soimaa pohjoista maamiinoista, jotka ovat haavoittaneet kahta sen sotilasta. Etelä tekee parhaansa ärsyttääkseen arkkivihollistaan. Avuksi on otettu Aasiassa huippusuosittu ja Pohjois-Koreassa kielletty K-pop, jota huudatetaan koväänisillä rajan yli. ”Olemme valinneet soittolistalle monipuolisesti erilaisia hittisävelmiä pitääksemme ohjelman mielenkiintoisena”, eteläkorealainen virkamies kommentoi lehdistölle.

Konflikti on kärjistynyt, ja tositoimien on tarkoitus alkaa kello 17 uutta Pjongjangin aikaa, joka on puoli tuntia Soulia jäljessä. Armonaikaa on jäljellä joitakin tunteja. Täältä Soulista on matkaa rajalle alle viisikymmentä kilometriä. Ajatus ei tunnu miellyttävältä, vaikka ongelma ei ole uusi tai edes sen vakavampi kuin ennen. Nokittelua on jatkunut Korean sodasta 1950-luvun alkupuoliskolta lähtien. Solvauksia on syydetty puolin ja toisin, mutta sanaharkat eivät ole johtaneet uuteen sotaan. Eteläkorealaisia on silti valmisteltu pahimpaan. Soulin metrossa matkustajia opastetaan, kuinka toimia hyökkäyksen sattuessa.

Arjessa uhat torjutaan mielestä, ja elämä jatkuu ennallaan.



Ihmiset ulkoiluttavat koiriaan ja rupattelevat kadulla tuttaviansa kanssa. Suurin energia suunnataan ylenpalttiseen työntekoon, syömiseen ja juopotteluun. Silti tyynen julksivun takana kytee. Kaupunki on yhtä aikaa epätoivoinen ja toiveikas, hektinen ja halvaantunut. Ihmiset etsivät elämänsä kiihkeästi jotain, mutta harvalla on käsitystä siitä, mitä se jokin voisi olla. Yritykset rahastavat epätietoisia taikasanalla *healing*. Hämärtyvässä illassa kadulla välkkyy neonvaloja, jotka tarjoavat parantavia terapioida, rauhoittavaa joogaa, hellivää hierontaa, puhdistavia kylpyjä ja rentouttavia unia. Kaikki lupaavat harmoniaa ja hyvää elämää, mutta yhdelläkään ei ole tarjota asiakkailleen muuta kuin perävalotakuu.

Mietin, mitä Mr Park ajattelee kosmisen harmonian ja naapuritoran, ihanteiden ja käytännön välisestä ristiriidasta, mutta hän ei ole juttutuulella. Hän rötköttää verannan sohvalla potemassa elokuun kosteankuumaa ilmaa. Mr Park on ollut viime viikot joko poissaoleva tai tyystin kadoksissa. Hän pakoilee viranomaisia, sillä hänellä on lisenssi vuokrata vain yhtä huonetta, vaikka hänen majoituslaitoksessaan on tarjolla kymmeniä huoneita eri puolilla naapurustoa. Mr Park naamioi toimistonsa ovelasti makuuhuoneeksi raahaamalla sinne sängyn ja pitää nyt ovia säpissä yhdeksästä viiteen, etteivät viranomaiset pääse tekemään tarkastusta työaikanaan. Mietin, mahtavatko passimme olla vielä tallessa, jos maasta joutuisi poistumaan pikaisesti. Matkustusasiakirjamme takavarikoitiin vuokrasopimusta tehdessä. ”Varotoimi”, Mr Park selitti, sillä osa asiakkaista oli lähtenyt maksamatta.

Soulin maailmanlopun tunnelma ja unelmat harmoniasta saavat miettimään elämän suuria kysymyksiä. Mitä hyvä elämä on, ja miten se saavutetaan? Mitkä ovat suurimmat esteet? Voiko olla onnellinen ja pysyvä tyynenä maailman

melskeistä ja vaatimuksista piittaamatta? Entä mistä tietää, onko saavuttanut tavoitteensa? Onko hyvälle elämälle yleispäteviä tunnusmerkkejä tai mittareita?

Näistä elämäntaidon kysymyksistä jo länsimaisen filosofian isä Sokrates oli kiinnostunut antiikin Kreikassa. Häntä ihmetytti, miksi aikalaiset olivat niin huolissaan varallisuudestaan ja maineestaan sen sijaan, että olisivat pitäneet huolta itsestään ja sielunsa hyvinvoinnista. Sokratesta pidetään yhtenä suurimmista elämäntaidon opettajista. Hänelle pelkkä filosofinen pohdinta ei riittänyt, sillä filosofian tuli näkyä arjessa: siinä miten syö, juo, pukeutuu, avioituu, kasvattaa lapsiaan ja kohtelee muita. Sokrates ei koskaan kirjoittanut mitään, vaan hänen suurteoksensa oli hänen oma elämänsä. Hän keskusteli, vitsaili, käveli kaupungilla ja kohotti maljoja ystäviensä kanssa. Kaikki nämä arkiset toimet olivat osa hänen opetuksiaan.

Elämäntaitoa – itsestä huolta pitämistä ja oman elämäntavan kehittämistä – pidettiin antiikissa jokaisen kunniallisen kansalaisen velvollisuutena. Sillä uskottiin myös olevan terapeuttilinen vaikutus. Samalla tavalla kuin lääkärit hoitivat fyysisiä vaivoja, filosofien katsottiin parantavan sielun sairauksia. Tämä kunniakas perinne katkesi antiikista keskiajalle ja uudelle ajalle tultaessa, kun kristinusko ja teoreettinen filosofia valtasivat alaa. Itsestä huolehtimisesta tuli itsekästä kun ihanteena oli uhrautuminen. Kun filosofia sitten linnoitautui yliopistoihin, se muuttui filosofiseksi diskurssiksi, vaikeatajuisiksi käsitteiksi ja teorioiksi vailla käytännön sovelluksia. Vasta 1800- ja 1900-luvuilla filosofit Friedrich Nietzsche, Pierre Hadot ja Michel Foucault palauttivat elämäntaidon arvostuksen.

Nykymaailmassa elämäntaidon merkitys on kasvanut entisestään, sillä uskonnot, perinteet ja moraali eivät enää

sido ihmisiä siinä määrin kuin ennen. Ei ole yhtä Jumalaa, koko kansaa yhdistäviä perinteitä tai ajattelu- ja käyttäytymismalleja. Jos nykyhetki ei tyydytä, elämänsä suuntaa voi muuttaa muokkaamalla omaa ajatteluaan ja tekojaan. Valintansa voi tehdä alati kasvavasta kirjosta oppeja, ismejä ja elämäntaidon malleja.

Koska elämäntaitoa voi harjoittaa hyvin monin eri tavoin, emme esitä asioita tässä kirjassa niin kuin ne ”todella ovat”. Sen sijaan vierailemme kolmella mantereella tutustumassa, miten ihmiset ratkovat hyvän elämän mysteeriä käyttäen johtolankoinaan omaa kulttuuriaan, uskontoaan, yhteiskuntaansa, kokemuksiaan ja tunteitaan.

Varoitus: tämä kirja ei sisällä pelkkää hyvän olon terapiaa. Elämäntaidon opiskelu muuttaa elämän suuntaa, mikä ei ole aina kivutonta.



Kungfutsse  
551–479



Epikuros  
341–271



Seneca  
4 eaa.–65

Muhammad  
571–632



Nietzsche  
1844–1900

Buddha  
563–483



Freud  
1856–1939

563 eaa.

0

1939

Oppaiksi olemme valinneet elämäntaidosta tunnettuja ajattelijoita ja roolimalleja Epikuroosta Freudiin. Elämäntaidon juuret juontavat lännessä antiikin Kreikkaan ja Roomaan, erityisesti epikurolaisuuteen ja stoalaisuuteen. Idässä elämäntaito perustuu alun perin Intiasta kotoisin olevaan buddhalaisuuteen ja Kiinan kungfutselaisuuteen ja taolaisuuteen. Akateemisissa piireissä elämäntaidon historiaa on luonnosteltu vasta

katkelmallisesti, ja näissä hahmotelmissa Euroopan ulkopuoliset suuntaukset on perinteisesti sivuutettu. Me olemme ottaneet totutusta poiketen mukaan myös islamin, jonka merkitys kasvaa nykymaailmassa voimakkaasti ja leviää länteen. Islamin perintö risteää kristinuskon kanssa ja muodostaa sille mielenkiintoisen vertailukohdan. Uudemmalta ajalta elämäntaitoon opastavat Friedrich Nietzsche ja Sigmund Freud, jotka edustavat elämäntaidon psykologista suuntaa. Otoksemme ei ole kaikenkattava. Monia muitakin hyviä oppaita olisi ollut tarjolla, mutta pyrimme valinnoillamme valottamaan elämäntaidon osa-alueita mahdollisimman laaja-alaisesti.

Kaikki kirjamme oppaat vaikuttavat edelleen voimakkaasti ihmisten elämään eri puolilla maailmaa. Heistä ollaan kiinnostuneita paitsi elämäntyönsä myös heidän oman esimerkkinsä vuoksi. He kehittivät itseään ja loivat elämästään mallin muille.

Jokaiselle elämäntaidon opettajalle on omistettu oma alalukunsa, jossa esitellään heidän käsityksiään hyvästä elämästä alkuperäislähteiden ja tutkimusten valossa. Luvut päättyvät käytännön ohjeisiin, jotka syventävät arkea ja auttavat tekemään parempia elämänvalintoja. Viimeisessä luvussa edetään kirjan haasteellisimpaan osuuteen, oman elämäntavan luomiseen, jonka avulla opit viedään käytäntöön. Suositamme kirjan lukemiseen filosofi Michel de Montaignen periaatetta: hän luki ainoastaan soveltaakseen opittua omaan elämäänsä. Näillä sanoilla haastamme sinut tavoittelemaan parempaa elämää ja nauttimaan elämäntaidon mestareiden huikeista oivalluksista.

# KOHTUULLISUUTTA SOULISSA

*Päivi Kannisto*

*Viisas tyytyy vähään.*

– EPIKUROKOS

Kävellessämme Mr Parkin talolta takaisin kämpille meitä tervehtii iloluontoinen, kuusissakymmenissä oleva mies. Hän haluaa esitellä meille kotinsa – ja kuten pian selviää – myös elämänsä ja filosofiansa. Estelemme, mutta mies on sinnikäs. Ei aikaakaan, kun kipitämme hänen perässään kapeaa kujaa ylös pienen kerrostalon pihaan.

”Omistan koko talon. Asun itse yläkerrassa”, Handyksi esittäytynyt mies sanoo ja viittilöi ovelle.

Nousemme raput kolmanteen kerrokseen, riisumme kengät ja kurkistelemme arasti ovesta.

”Sisään, sisään! Älkää turhaan kursailko”, isäntämme huutaa niin, että sylkipisarat lentävät.

Korealaisilla on tapana huutaa toisilleen. Lieneekö syynä kansallinen huonokuuloisuus vai jokin muu geneettinen erityispiirre, mutta se saa jopa hyvät huomenet kuulostamaan sanaharkalta.

Meidät istutetaan 1970-luvun tyyliin sisustettuun olohuoneeseen, joka tuo mieleen lapsuusmuistoja. Ruskean samettisohvan vieressä on teak-puinen kirjahylly, ja ikku-

nasta näkyy iso kampusalue. Ilmastointi laitetaan päälle, sillä onhan ulkona yli 25 astetta ja me poloiset kotoisin pohjoisen perukoilta.

”Täällä ei tarvitse hikoilla”, Handy sanoo ja heittää pikkutakkinsa nojatuolille. ”Saisiko olla mehua? Kahvia? Teetä?”

Isäntä keikkuu edessämme kuin västäräkki ja kiidättää pöytään keksejä, hedelmiä ja mehua. Meidän ei auta taaskaan kieltäytyä. Handy ojentelee tarjoiluastioita eikä luovuta ennen kuin herkut hupenevat.

”Olen kotoisin Pohjois-Koreasta”, Handy sanoo suu täynnä keksiä. ”Vanhempani pakenivat sodan sytyttyä rajan yli, ja minä vartuin ja kävin kouluni täällä Soulissa. Opiskelin maan parhaassa yliopistossa ja valmistuin parhain arvosanoin”, hän kehaisee.

Handy aloitti uransa ison yrityksen palveluksessa, mikä on monien korkeakoulutettujen haave Koreassa. Mutta se ei riittänyt.

”Kun sain kontakteja ja lainan pankista, perustin oman vientiyrityksen. Halusin päättää itse asioista”, Handy kertoo ja ryystää kahvia mukistaan. ”Isoissa yrityksissä on aivan liikaa byrokratiaa ja pomoja. Pitää pokkuroida joka suuntaan.”

Handy on liukasliikkeinen eikä viihdy kauan paikallaan. Kun tarjoilut on suoritettu, hän poukkoaa sohvalta hakemaan myyntikansiotaan. Saan syliini paksun mapin, ja kun käännän pari lehteä, hämmästyn: kansio pursuaa pitsiunelmia. On ruusukuvioita, paljetteja, strasseja ja helmikoristeita.

”Viemme pitsejä alusvaatetehtaille. Asiakkaat ovat Ukrainassa ja Venäjällä”, Handy selittää.

Mallit ovat yltiönaisellisia hörhelöunelmia. Ei ole epäilystäkään, etteivätkö natashat ja tatjanat kävisi niihin kuumina.

”Heillä on myös liiveihin mahtavat kuppikoot”, Handy naurahtaa ja näyttää yhtä pitseistä: ”Tämä on erityisen vaativa tekniikka. Vain yksi tehdas maailmassa pystyy tekemään näitä, ja se on täällä Koreassa.”

Minulle pitsinnypläyksen hienoudet ovat hepreaa. Valaisevampia ovat valokuvat liiveissä keikistelevistä malleista. Handy plärrää kansiota ja näyttää meille suosituimpia tuotteita. Hän tökkii sormellaan kurvikkaiden mallien tissejä ja pylyjä, mutta eleessä ei ole mitään seksististä. Handy on naisten hepeneiden ammattilainen.

Handy vaikuttaa niin työlleen omistautuneelta, että hän ei taida haaveilla eläköitymisestä.

”Ei ikinä! En tiedä mitä tekisin kaikella vapaa-ajalla”, Handy puuskahtaa ja tunnustaa hetken mietittyään: ”Tuntisin itseni turhaksi.”

Handylla on urallaan vielä monia tavoitteita. Hänen unelmanaan on tehdä kaupat alusvaatejätti Victoria’s Secretin kanssa.

”Olen seurannut heidän toimintatapojaan ja miettinyt sopivaa lähestymistä. Joskus rukoilen Jumalalta, että onnistuisin”, hän lisää, hetkellisesti nolona avautumisestaan.

Handy pakenee hämmennystään myyntikansioon ja kehottaa minua hypistelemään pitsejä.

”Huomaatko, kuinka silkkisiltä ne tuntuvat. Käytämme vain parhaita materiaaleja”, Handy kertoo ylpeänä ja paljastaa yrityksensä mission: ”Alusvaatteiden ei pidä pelkääntään näyttää hyviltä. Niiden tulee myös tuntua siltä, sillä mukavuus heijastuu kantajassa. Kukaan ei halua kärvis-tellä pistelevissä pitseissä. Se on kuin muurahaispesässä istuisi!”

Handy tuntuu tietävän mistä puhuu. Hän panostaa itsekin pukeutumiseen. Jalassaan hänellä on kamelinväriset

farkut, yläruumista verhoaa vaaleansininen kauluspaita ja housuihin soinnutettu pallokuvioinen kravatti, joka roikkuu kaulasta rennon löysänä. Vartalon hoikkuutta korostaa metallisolkinen vyö, ja kun Handy pyörähtelee huoneessa, hänen ympärillään tuoksuu miellyttävä eau de cologne.

”Vaimo otti välillä itseensä, kun neuvoisin häntä alusvaatteiden pesussa”, Handy naurahtaa ja muistelee: ”Kerran erehdyin opastamaan rintaliivien päälle pukemisessa. Vaimolla oli tapana kiepauttaa ne vyötäröltä ympäri, mikä venyttää liivit pois muodosta. Kun kehotin häntä pukemaan liivit etukautta, hän tulistui. Sain teekannusta päähäni.”

Koti on korealaisnaisten valtakuntaa. Heidän hyvän elämän mallinsa on yksiselitteinen: pitää lisääntyä ja huolehtia kodista ja perheestä.

”Ja näyttää kauniilta”, Handy täydentää. ”Naiset laittautuvat aina ulos mennessään, vaikka pyörähtäisivät vain ruokaostoksilla. Vaimonikin käytti kauneudenhoitoon pari tuntia päivässä.”

Mietin, mahtaako Handy olla eronnut vai onko vaimo kuollut. En uskalla kysyä. Kirjahyllyn reunalla näkyy pitkä ja kapea 1960-luvun vihkikuva, jossa Handy seisoo selkä suorana, tukka suittuna ja pitää kättään edessä istuvan vaimon olkapäällä. Vaimolla on elegantti pallokampa ja huolellisesti laitettut kasvot.

Kaikki naiset tavoittelevat Koreassa kilvan samaa kauneusihannetta. Silmien pitää näyttää isoilta, huulten kirsikoilta, ihon kalmankalpealta, ilmeen tyttömäiseltä ja alistavalta.

”Naisilla on ulkonäöstään kovat paineet, mutta niin on nykyään nuorilla miehilläkin”, Handy huomauttaa.

Tämä näkyy katukuvassa, jossa korealaiset kosmetiikkayritykset myyvät ihanteita jättimäisillä digitaalinytöillä.



Seksikkäillä miesmalleilla on samettinen, puhdas iho, vie-  
non vaaleanpunaiset huulet, tuunatut kulmakarvat ja tyy-  
likkäästi pörrötetty tukka.

”Miesten laittautumista paheksutaan, mutta minusta  
itsestään huolehtimisessa ei ole mitään pahaa. Se tekee  
hyvää myös taloudelle. Parfyymit, ihonhoitotuotteet ja vaat-  
teet käyvät kaupaksi, ja ne ovat kaikki kotimaisia merkki-  
tuotteita.”

Sukupuoliroolit liudentuvat, jopa perinteiden Koreassa.  
Vanhempi väki vastustaa sitä, koska miehet ja naiset on  
perinteisesti kasvatettu eri tavalla.

”Se on kungfutselaisuuden vaikutusta”, Handy selittää.  
”Kungfutsen kerrotaan sanoneen, että seitsemänvuotiaiden  
tyttöjen ja poikien ei ole enää sopivaa istua yhdessä.”

Kungfutse (551–479 eaa.) oli kiinalainen filosofi, jonka  
opetukset levisivät Korean niemimaalle ja tulivat määrittä-  
mään tšekäläistä, ihanteellista elämäntapaa. Kungfutse tun-  
netaan kultaisesta säännöstä, joka kehottaa: ”Älä tee toisille  
mitään sellaista, mitä et haluaisi heidän tekevän sinulle.”  
Sama opetus omaksuttiin sittemmin kristinuskoon. Kung-  
futselaisuudessa kunnioitukseen muita kohtaan liittyy nöy-  
ryys ja vaatimattomuus, mikä ulottuu kaikkeen puheesta  
pukeutumiseen. ”Lipevä kieli ja korea ulkonäkö ovat har-  
voin merkkejä hyvydestä”, Kungfutsen kerrotaan sanoneen.

Kungfutselaisuudella on Koreassa edelleen niin vahva  
asema, että sen sanotaan olevan paikallisten DNA:ssa.

”Päihitämme kungfutselaisuudessa jopa Kiinan”, Handy  
sanoo ja nyökkää ikkunasta näkyvälle kampusalueelle.  
”Tuo Sungkyunkwanin yliopistokin on kungfutselainen,  
tietävästi maailman ainoa. Siellä rakennetaan harmonista,  
täydellisten ihmisten yhteiskuntaa – tai niin yliopiston nimi  
ainakin väittää”, Handy naljailee.

Kungfutse oli kuin Sokrates: hän ei kirjoittanut mitään, mutta hänestä tuli elämäntaidon ylittämätön roolimalli. Hän käytti osuvia analogioita ja esitti seuraajilleen kysymyksiä, joihin hän odotti heidän löytävän itse vastaukset. Kungfutsen opit kerättiin yhteen hänen kuoltuaan. Kirja *Keskusteluja* (*The Analects*, noin 475–221 eaa.) rönsyää laajalle politiikasta musiikkiin, ja Kungfutsen käytös ja arkiset tavat ovat hieman yllättäen siinä erityisen huomion kohteena. Kungfutsesta esimerkiksi kerrotaan, että hän ei antanut ohjeita syödessään, jatkanut keskusteluja sängystä käsin tai sortunut ylensyöntiin. Hän oli nöyrä, kiitollinen ja tyytyi vähään. Vaikka hänelle olisi tarjottu huonoa ruokaa, hän uhrasi siitä kunnioittavasti jumalille, ja kun hän puhui alemmilleen, hän oli ystävällinen mutta suora ja ylemmilleen pidättyväinen mutta tarkka. Hallitsijaa kohtaan hän oli varovainen, mutta ei jännittänyt. Anekdootit ovat tärkeitä, sillä kungfutselaisuudessa elämän pieniä yksityiskohtia pidetään merkityksellisempinä kuin suuria teoreettisia kysymyksiä vaikkapa vapaudesta. Hyvä elämä tiivistyy siihen, miten elää päivittäistä elämäänsä.

”Kungfutselaisuus näkyy Koreassa monissa asioissa, erityisesti perhearvoissa. Isän ja pojan suhteita pidetään kaikkein tärkeimpinä. Kun vanhemmat ikääntyvät, vanhimman pojan tulee pitää heistä huolta, eivätkä velvoitteet lopu edes hautajaisiin. Vainajiakin pitää palvoa”, Handy naurahtaa.

Lapset polttavat paperista leikkirahaa ja uhraavat ruokaa, juomaa ja lahjoja pitääkseen edesmenneet tyytyväisinä. Vainajien palvontaan liittyvät uskomukset eivät ole järin mielikuvituksellisia. Tuonpuoleisen uskotaan seuraavan tämänpuoleisen logiikkaa.

”Sielläkin tarvitaan lahjuksia byrokraattien voitelemiseksi ja kovaa työtä oman aseman pönkittämiseksi”, Handy kertoo.

Aivan pyyteettä eivät korealaiset vainajiaan palvo. Jos kuolleet ovat tyytymättömiä, he voivat aiheuttaa eläville vahinkoa, kuten taloudellisia tappioita, eripuraa ja sairauksia. Kuninkaallisilla suvuilla on erityisen suuri vastuu esiisiensä hyvinvoinnista, sillä nämä voivat tuhota kokonaisia valtakuntia. Jos vainajia palvotaan taas asianmukaisesti, elävät saavat heiltä apua, kuten vaurautta ja pitkää ikää.

Perhesuhteiden lisäksi kungfutselaista on tiukka hierarkia, joka näkyy kaikessa, jopa kielessä. Jotta voi edes toivottaa hyvät huomenet, pitää tietää vastapuolen ikä, sosiaalinen asema ja pohtia, kuinka läheisenä suhdetta häneen pitää. Luovutin kieliopinnot kiitokseen ja hyvän päivän toivotukseen. Naapurihuoneessamme asuva samaanirouva yritti sitkeästi opettaa minulle eri vuorokaudenaikeihin soveltuvia tervehdyksiä, mutta ne tuntuivat kaikki turhan monimutkaisilta. Entisenä tamperelaisena minusta on aivan luontevaa viitata niin presidenttiin kuin kissaan demokraattisesti sanalla ”se”. Paikkasin moukkamaisuuttani kumartelemalla yhä syvempään ja hokemalla *kamsa hamidaa* (kiitos).

”Jotkut ovat sitä mieltä, että kungfutselaisuuden pitää kuolla, jotta Korea voisi elää”, Handy sanoo.

Tämä kuulostaa loogiselta, sillä kungfutselaisuus syntyi alun perin politiikkaa, ei arkea ohjaamaan. Se esitti valtaapitäville roolimalleja, joita näiden piti heijastaa yhteiskuntaan.

”Osa kungfutselaisista arvoista ovat hyviä, enkä ole lainkaan varma siitä, ovatko uudet länsimaiset arvot sen parempia. Ainakaan ne eivät ole tehneet ihmisiä onnellisemmiksi”, Handy pohtii.

Korea on muuttunut lyhyessä ajassa huikeasti, kenties enemmän kuin mikään muu maa maailmassa. Vielä 1960-luvulla Korea oli yksi maailman köyhimmistä ja ulkomaanavun varassa. Kansalaiset elivät keskimäärin viisikymppisiksi. Sitten maa ponkasi yhden sukupolven aikana maailman 12. suurimmaksi taloudeksi ja synnytti tunnettuja auto- ja elektroniikkajättejä, kuten Hyundai, Samsung ja LG. Keskimääräinen elinikä venähti vuosikymmenillä.

Korealaiset kiittävät kehityksestä *ppalli ppalli* -kulttuuria, joka tarkoittaa ”nopeammin nopeammin”. Perinteiset perhearvot korvattiin ankaralla työetiikalla. Kun kungfutselaisuus painotti itsensä uhraamista muiden hyväksi, länsimaistunut yhteiskunta kehotti menestymään ja korjaamaan talouskasvun hedelmiä.

”Minulle se sopii yrittäjänä ja työnantajana, mutta tiedän omasta kokemuksesta, että jos perheelle ei riitä aikaa, se kostaatuu. Kohtuus kaikessa.”

Kohtuullisuus on ikiaikainen mutta epämuodikas hyve. Se ei ole trendikäs nyt, eikä se ollut sitä myöskään antiikissa. Sokrates sanoi aikanaan, että enemmistö ihmisistä sekoittaa kohtuuden tylsyyteen ja keskinkertaisuuteen. Hoppukulttuuri on paljon viileämpää. Se suosii ihmistyyppiä, joka arvostaa huippusuorituksia ja menestystä enemmän kuin ihmissuhteita, sielukkuutta tai hauskanpitoa.

”Olen malliesimerkki”, Handy hymähtää. ”Saan tyydytystä siitä, että pystyn tekemään asioita enemmän, nopeammin ja paremmin kuin muut. Se ei ole erityisen korealaista, sillä kun joku voittaa, joku toinen häviää ja menettää kasvonsa.”

Kun pomoina on Handyn kaltaisia suorittajia, työpaikat muistuttavat rangaistuslaitoksia. Sorvin äärestä ei uskalleta poistua ennen esimiestä, joten päivät venyvät yhä pidemmiksi.

”Eihän se tervettä ole, enkä minä sitä ole työntekijöiltä vaatinut”, Handy puolustelee. ”Kun hommat on pulkassa, saa lähteä kotiin. Yleinen kulttuuri vain suosii työpaikalla notkumista.”

Ongelmaa yritettiin ratkoa Soulissa lyhentämällä päivää tunnin siestalla, mutta se ei auttanut. Työntekijät vain ilmaantuivat paikalle tuntia aikaisemmin tai viipyivät tunnin myöhempään.

”Joihinkin firmoihin asennettiin jopa kameroita valvomaan, ettei kukaan unohdu töihin liian pitkäksi aikaa, ja rikkureita uhkailtiin sakoilla ja vankeudella”, Handy kertoo.

Ei ihme, että korealaisen hoppeluyhteiskunnan bestselleriksi on noussut leppoistamista käsittelevä kirja. Myyntimenestys on nimeltään *The Things You Can See Only When You Slow Down* (2012), ja sen on kirjoittanut buddhalaismunkki Haemin Sunim kiireisen luostarielämän näkökulmasta. Resepti on yksinkertainen: vaikka maailma pyörisi ympärillä kuinka vinhasti, meidän ei itse tarvitse pyöriä. Paineet ja kiire ovat valinta. Meillä on lupa sallia itsellemme hetki rauhaa ja hiljaisuutta, sillä vain näin voi löytää elämän tarkoituksen.

”Hyvä idea, mutta ei se toimi”, Handy vastustaa. ”Leppoistaminen johtaa palkkapussin kevenemiseen. Monen pitää tehdä kahta tai kolmea työtä pärjätäkseen.”

Kun talous kasvaa, pahoinvointi lisääntyy. Korealaiset hoitavat ahdistustaan suomalaiseseen tapaan viinalla. Känniläiset ovat kaduilla tuttu näky, ja on mailla muutakin yhteistä: molemmissa tehdään itsemurhia.

”Se on melkein muotia”, Handy hymähtää. ”Itsemurhan tehneissä on paljon julkkiksia: pop-tähtiä, näyttelijöitä, urheilijoita ja tunnettuja yritysjohtajia.”

Hallitus on yrittänyt auttaa toivonsa menettäneitä eri tavoin. Pääkaupungin kaduille on pystytetty niin kutsut-

tuja sielunautomaatteja, joista voi hakea uskonvahvistusta elämän mielekkyyteen. Automaatista valitaan numero, ja luukusta tipahtaa kolikko vastaan karkki, ehdotuksia rattoisiksi elokuvailloiksi tai karttoja virkistäviin kävelyihin.

”Yksi elokuvailta tuskin korjaa kenenkään elämää”, Handy kritisoi. ”Ihmiset voivat huonosti ja jotain pitäisi tehdä, mutta mitä?”

Ei taida olla sattumaa, että jokapäiväinen korealainen tervehdys, *anyoung haseyo*, tarkoittaa kirjaimellisesti käännettynä ”Onko sinulla rauha?” tai ”Oletko rauhassa?”. Eri asia on, saako tervehdykseen rehellistä vastausta. Tunteita peitellään, sillä avun pyytämistä pidetään häpeällisenä.

”Mieluummin kärvistellään tai tehdään kaikessa hiljaisuudessa omat ratkaisut”, Handy sanoo. ”Joko olette kuulleet *hanista*?”

Jos korealainen mentaliteetti pitäisi määritellä yhdellä sanalla, se olisi *han*. Han tarkoittaa pohjatonta ahdistusta ja kärsimystä, johon sekoittuu katkeruutta ikiaikaisista vääryyksistä. Pahaa oloa padotaan ja ruokitaan, kunnes se puristuu ulos turkkalaisittain eläimellisenä huutona, rujoina, nykivinä liikkeinä, räkänä ja kyyneleinä. Nämä purkaukset sattuvat aina väärään aikaan, väärässä paikassa ja useimmiten juovuksissa. Vaikka hania on toisinaan verrattu venäjän kielen *toskaan*, sanoissa on erilainen vivahde. Venäläisten kärsimystä määrittävät melankolia, kaipaus ja sietämätön tunne siitä, että ei ole toivoa saati energiaa tehdä mitään. Siihen voi liittyä myös pitkästymistä, jonka kääntöpuolena on huumaava onni ja intohimo. Tunteet syrjäyttävät logiikan.

”Slaavilainen mentaliteetti on aika erilainen”, Handy huomauttaa. ”Se synnyttää suuria kysymyksiä elämästä ja kuolemasta niin kuin venäläisklassikoissa. Han taas on raakaa väkivaltaa, joko itseä tai muita kohtaan.”

Tämä kaiken tuhoava kärsimys on yksi korealaisen kulttuurin tärkeimmistä tunnuspiirteistä. Jos sitä ei ymmärrä, ei ymmärrä Koreaa.

”Kaipa elämään kuuluu aina kärsimystä”, Handy pohtii ja tunnustaa: ”Oli minullakin huonot hetkeni. Kun Aasian talouskriisi iski, vienti romahti ja firmalla meni huonosti. Päälle päätteeksi vaimo alkoi epäillä toista naista. Hän ei uskonut, että istuin kaiket illat töissä talouspäällikön kanssa. Yritimme saada tilejä täsmäämään.”

Handy nousee sohvalta ylös ja katselee ikkunasta. Aihe on edelleen kipeä, vaikka aikaa on kulunut alun parikymmentä vuotta.

”Hullua kyllä, luulin että meillä pyyhki hyvin, ja niin luulivat muutkin. Olimme kaunis ja sopuisa pari, meillä oli kaksi potraa poikaa ja uskoin, että saisin yrityksen ennen pitkää jaloilleen. Olin niin illuusioni lumoissa, etten tajunnut, mitä ympärillä tapahtui.”

Miten onkin niin, että asioiden arvon ymmärtää vasta kun ne menettää? Tarvitaan kriisi, kuten avioero, läheisen sairastuminen tai kuolema, jotta oivaltaa, mikä elämässä on tärkeää. Ovatko onnen aiheet liian lähellä ja niin itsestään selviä, että niitä ei osata arvostaa?

Handy hautasi surunsa yli vuosikymmeneksi ja lääkitsi masennustaan sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla. Hän puri hammasta ja puski entistä enemmän töitä, mutta kun äiti kuoli, padot murtuivat. Handy suri avioeroaan, lapsiaan, äitiään ja epäonnistumisiaan, kaikkia yhtä aikaa.

”Repsahdin. Kun muut lähtivät firman illanistujaisista kotiin, minä jatkoin juomista. Remusin baareissa, nukuin pankkiautomaateissa ja kailotin karaokessa kolme päivää putkeen. Sitten migreeni pakotti palaamaan kotiin”, Handy kuvailee. ”Suljin pimennysverhot, makasin sängyssä ja tuijo-

tin kattoa. Ehdin tylsistyä viikon ennen kuin kroppaa alkoi kolottaa. Se oli kai pelastukseni. Oli pakko mennä ulos.”

Handy alkoi etsiä romahduksen jälkeen elämän tarkoitusta samalla tarmolla kuin oli ennen paiskinut töitä. Hän aloitti kristinuskosta, joka tuli lapsuudenkodin perintönä.

”Vanhempani olivat hartaita katolilaisia, ja vaikka olin itse eronnut kirkosta, aloin käydä messuissa ja ripittäydyn viikoittain”, Handy muistelee.

Siinä missä muu Aasia on idän uskontojen valta-alue, korealaisista kolmannes on amerikkalaisten lähetyssaarnaajien käännättämiä kristittyjä.

”Minulle kirkko jäi lopulta etäiseksi”, Handy sanoo. ”Syytän itseäni. Olisi pitänyt uskoa eikä järkeillä”, hän jatkaa ja ironisoi itseään: ”Avarakatseinen kun olen, etsin elämän tarkoitusta kaikkialta. Menin jopa tapaamaan samaania, vaikka tunsin äidin syyttävät silmät selässäni. Äidistä vieraat uskonnot olivat paholaisen vokottelua.”

Osa Korean lukuisista samaaneista on ihmeparantajia, toiset ennustajia, jotka tanssivat ja pitävät yhteyttä henkimaailmaan.

”Sen verran konservatiivinen olin, etten valinnut voodooa. Samaani ei kuristanut kanaa hengiltä eikä hyppinyt ilkosillaan partaterien päällä”, Handy sanoo ja nauraa päälle niin, että sylki pärskyy iloisesti.

Olen saanut itsekkin tuntumaa tähän jumalten uskontoon, sillä naapurihuoneessamme asuva rouva on qi-energiahoitoihin erikoistunut parantaja. Hän otti minua eräänä päivänä kädestä ja kauhistui sen kylmyyttä. Rouva alkoi värisyttää käsiäni. Menin ensin kananlihalle, ja sitten aloin hiota. Hikipisaroita kihosi ylähuulen päälle, otsaan, ja lopulta vatsa ja selkäkin kostuivat. Hoitoa terästettiin muutamalla reippaalla läimäyksellä alaselkään.



”No auttoiko?” Handy kysyy kiinnostuneena.

Hetkellisesti. Ensitapaamisen jälkeen samaanirouva on tunnustellut käsiäni joka kerta kohdatessamme ja huokailut aina yhtä syvään. Kylmät käteni viestivät hänelle todennäköisesti kroonisesta energiaturvasta, joka kukaties johtaa sielun pakastumiseen. Samaanit nimittäin uskovat, että ruumis kielii sielun terveydestä.

”Omat kokemukseni ovat samansuuntaisia”, Handy sanoo. ”Luulen, että suurin apu tulee siitä, kun joku kuuntelee ja kiinnittää sinuun huomiota. On samantekevää, meneekö ihmeperantajan vai kallonkutistajan pakeille. Meilläpäin vain on hyväksyttävämpää konsultoida samaania.”

Handy löysi lopulta avun toisaalta. Hän näki televisiossa mainoksen uudelta roolipelistä ja varasi siltä istumalta ajan seuraavaan tilaisuuteen.

”Ilmoittauduin valehautajaisiin”, Handy paljastaa ja joutuu selittämään meille, mistä oikein on kysymys: ”Tilaisuuksiin mennään kuolemaan, mutta vain harjoituksen vuoksi. Ensin kirjoitetaan viimeinen viesti rakkaille, sitten viikatemies tulee ja sulkeudutaan käärinliinoissa ruumisarkkuun omaa elämää mietiskelemään.”

Valehautajaiset ovat melkoinen hitti Soulissa. Niihin osallistuu monenlaisia ihmisiä itsemurhaa hautoneista menestyviin liikemiehiin, jotka yritykset ovat lähettäneet innovoimaan.

”Arkku auttaa näkemään asiat uudessa valossa paljon paremmin kuin brainstorming”, Handy selittää.

Suurin osa osallistujista lienee kuitenkin Korean hoppukulttuurissa loppuunpalaneita. Kilpailu ja stressi ovat liikaa, ja jonain aamuna ei huvita lähteä töihin suorittamaan. Ahdistaa ja olo tuntuu tyhjältä. Jos samaa jatkuu pitkään, elämänhallinta ja -ilo katoavat. Jokainen päivä on liikaa.

”Ruumis suorittaa, mutta sielu on turta. Lopulta ei ole suurtakaan eroa sillä, makaako mullan alla vai päällä”, Handy kertoo omasta kokemuksestaan.

Pimeään lootaan ahtautuminen elämänilon palauttamiseksi voi tuntua oudolta ja vähintäänkin epämiellyttävältä. Saako arkussa hengitettyä? Mitä jos paikat puuttuvat, mahtuuko siellä kääntämään kylkeä? Entä saako viikatemieheltä luvan käydä vessassa, jos pissahätä yllättää?

”Ruumiintoinninnot ovat viimeinen asia, joka arkussa tulee mieleen”, Handy nauraa. ”Siellä aika pysähtyy ja asiat menettävät merkityksensä. Murehtiminen, pelko, hosuminen ja päteminen tuntuvat pimeyden ja tyhjyyden keskellä jonninjoutavilta hömpötyksiltä. Kun asioiden antaa olla, ahdistus hälvenee. Eihän niille kuitenkaan voi kuolleena mitään”, Handy selittää.

Yritän kuvitella, miltä arkussa makaavista tuntuu. On pilkkopimeää ja hiirenhiljaista. Mikään ulkopuolinen ei häiritse, raajat painavat ja veri virtaa lämpimänä raajoissa. Ehkä pulssi kiihtyy alkuun jännityksestä.

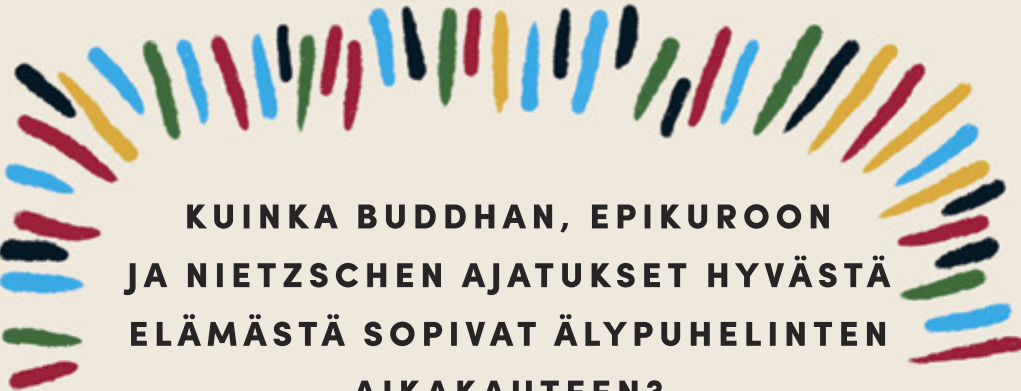
”Se on enemmän henkinen kuin ruumiillinen kokemus”, Handy korjaa. ”Arkussa menettää kontrollin omasta elämästä. Mieleen tulvii torjuttuja ajatuksia, joita on kantanut sisällään kärsimyksenä, syyllisyytenä ja häpeänä. Elämä lipuu silmien ohi kuin maisema junan ikkunassa.”

Handyn kuvaus muistuttaa korealaisesta klassikkoelokuvasta *Peppermint Candy* (2000). Tarina alkaa päähenkilön itsemurhasta, minkä jälkeen katsoja viedään todistamaan teon syyt. Kertomalla tarinan nurinperin elokuva esittää joukon arvoituksia. Mihin rakkaus, toivo, nauru ja ilo katosivat elämästä? Oliko niitä koskaan ollutkaan? Samat kysymykset pyörivät epäilemättä arkussa makaavien mielessä. Ehkä ne ahdistavat aluksi, mutta lopulta suurimmalla osalla

on arkussa hyvä olla itsensä ja ajatustensa kanssa. Kenties valeruumiit pohtivat, oliko mikään ollutkaan pielessä. Elämä alkaa tuntua siedettävältä, paremmalta, kauniimmalta ja ehkä jopa onnellisemmalta.

”Siellä oli yllättävän mukavaa – paljon mukavampaa kuin kotona sängyssä vanhan viinan käryissä. Kukaan ei ollut repimässä minnekään tai vaatimassa mitään”, Handy sanoo ja nauraa. ”Tuntui niin mukavalta, että torkahdin. Sitten tuli äkkiherätys, kun arkusta komennettiin ylös vikkelaasti, ettei huono energia seuraisi mukana.”

Valehautajaisten idean toi Koreaan saattohoitoon erikoistunut tutkija Kim Ki Ho, mutta aivan tyhjästä konsepti ei syntynyt. Jo antiikin Kreikassa Epikuros kehotti seuraajiaan kuvittelemaan, että oli heidän elämänsä viimeinen päivä, sillä näin eli intensiivisemmin ja keskittyi olennaiseen. Toisinaan näitä elämän auringonlaskun kokeita näyteltiin myös todeksi. Pacuvius-nimisen raharikkaan kerrotaan järjestäneen itselleen hautajaisseremonioita joka ilta. Näytelmät päättyivät sängyssä nautittavaan juhla-ateriaan, jota säesti vieraiden ja palvelijoiden kuoro: ”Hän on elämänsä elänyt,” kuoro lausui muistutukseksi olemassaolon tilapäisyydestä. Kaikissa näytelmissä oli sama tavoite: järkyttää ihmiset pois mukavuusalueiltaan pohdiskelemaan hyvää elämää. Koska ihmiset ovat luonnostaan laiskoja ja tapojensa orjia, tarvitaan erilaisia sokkeja herättelemään uusiin näkökulmiin. Mutta kuka valehautajaisten isä Epikuros oli, ja mitä hän opetti?



**KUINKA BUDDHAN, EPIKUROON  
JA NIETZSCHEN AJATUKSET HYVÄSTÄ  
ELÄMÄSTÄ SOPIVAT ÄLYPUHELINTEN  
AIKAKAUTEEN?**

**Hyvän elämän opas** etsii vastauksia elämän tärkeimpiin kysymyksiin eri puolilta maapalloa. Vierailemme korealaisissa valehautajaisissa, otamme rikkikylvyn Tbilisissä ja parsimme kokoon levottomuuksien repimää arkea Kapkaupungissa. Odottamattomat kohtaamiset synnyttävät pohdintoja, jotka peilautuvat elämänfilosofian klassikoihin.

Teos haastaa lukijan kyseenalaistamaan omat arvonsa ja tapansa sekä auttaa tekemään parempia valintoja arjessa.

