

MIKSI RAKKAUS EI RIITÄ?



VIIVI KONTIO

Miksi rakkaus ei riitä?
Miksi toiset suhteet loppuvat ja
toiset kestävät

Viivi Kontio

SISÄLLYSLUETTELO

Johdanto

OSA I – Rakkauden perusta

Luku 1: Mitä rakkaus on?

Luku 2: Mitä on Eros?

Luku 3: Mitä on Agape?

Luku 4: Miksi rakkaus katoaa?

OSA II – Rakkauden peilit

Luku 5: Minä ja oma sydämeni

Luku 6: Menneisyys rakkauden peilinä

Luku 7: Yksinäisyys ja irtipäästäminen

OSA III – Rakkauden illuusiot

Luku 8: Rakkauden käsikirjoitus

Luku 9: Ihannekumppanin illuusio

Luku 10: Eros ja Agape rakkausajattelun historiassa

Luku 11: Eroksen ja Agopen ero

Kirjailijasta

Johdanto

Olin pitkään vakuuttunut siitä, etten koskaan päätyisi parisuhteeseen, jossa kadottaisin itseni. Silti 25-vuotiaana huomasin eläväni juuri sellaisessa suhteessa. Intohimoinen rakkaus oli johdattanut minut siihen. Kun suhde päättyi, uskoin menettäneeni elämäni rakkauden. Olin varma, etten enää koskaan rakastuisi.

Todellisuus osoittautui kuitenkin aivan toisenlaiseksi. Jonkin ajan kuluttua elämääni tuli ihminen, jonka kanssa rakkaus ei alkanut voimakkaalla intohimolla, vaan hiljaa ja vähitellen. Suhde kasvoi rauhassa ystävyyden, tuttuuden ja turvallisuuden kautta. Yllätyin lämmöstä ja levollisuudesta, jota koin hänen kanssaan. Myöhemmin myös intohimo syttyi – mutta vasta rakkauden kasvettua.

Tämä kokemus sai minut kysymään, mitä rakkaus oikeastaan on. Etsin vastausta ensin psykologian ja sosiologian parista, ja myöhemmin teologiasta. Juuri teologian ja filosofian pitkästä rakkaustraditiosta löysin käsitteet, jotka muuttivat tapani ymmärtää omia kokemuksiani. Eros ja Agape olivat ne rakkauden käsitteet, joista tunnistin oman tieni.

Perehdyttyäni niistä kertoviin teorioihin, huomasin niiden pätevän edelleen nykyajassa. Sen sijaan, että antaisin näiden käsitteiden pölyttyä yliopistojen kirjastoissa, joihin harvoilla on pääsy – päätin tuoda ne nykypäivään. Oma tulkintani kahdesta perustavanlaatuisesti erilaisesta rakkaudesta haastaa nykykulttuurin käsityksen siitä, että voimakas intohimo olisi kestävän rakkauden tärkein tunnusmerkki. Agape (vakaa rakkaus) ja Eros (räjähtävä rakkaus) eivät ole saman rakkauden eri vaihteita, vaan kaksi erilaista rakkauden dynamiikkaa, jotka eivät muutu toisikseen.

Juuri tämä havainto muodostaa tämän kirjan keskeisen väitteen. Tässä kirjassa esittelen molemmat rakkauden muodot ja kutsun sinut pohtimaan, millaisen rakkauden varaan haluat rakentaa oman elämäsi. Minulla oli kaksi täysin erilaista kokemusta rakkaudesta. Miksi

ensimmäinen tuntui voimakkaammalta, mutta hajotti minut, kun taas toinen alkoi hiljaa ja kesti? Lähdin etsimään vastausta. Tämä kirja kertoo siitä, mitä löysin.

OSA I – Rakkauden perusta

Luku 1: Mitä rakkaus on?

Mitä rakkaus oikeastaan on? Lähes jokainen ihminen uskoo tietävänsä vastauksen. Puhumme rakkaudesta päivittäin, kirjoitamme siitä lauluja, katsomme siitä elokuvia ja rakennamme sen varaan yhden elämämme tärkeimmistä päätöksistä. Päätöksen, kenen kanssa jaamme elämämme ja perustamme mahdollisesti perheen. Silti juuri rakkaus on yksi vaikeimmin määriteltävistä käsitteistä. Onko rakkaus tunne, päätös, biologinen reaktio vai jotakin syvempää? Miksi toinen suhde kestää vuosikymmeniä, kun taas toinen päättyy, vaikka alku tuntui täydelliseltä?

Pitkään ajattelin, että rakkaus tarkoittaa ennen kaikkea voimakasta tunnetta. Uskoin, että mitä voimakkaampi vetovoima ja kaipaus kahden ihmisen välillä on, sitä aidommasta rakkaudesta on kyse. Vasta myöhemmin aloin epäillä, oliko tämä käsitys sittenkään oikea. Nuorempana ajattelin, että rakkaus tarkoittaa täydellistä yhteen sulautumista. Minun täytyi rakastaa valtavasti ja tuntea voimakasta kemiaa – ja niin minä tunsinkin. Muistan edelleen, kuinka vahvasti uskoin hänen olevan ”se oikea”.

Olimme kuin yhdessä koko maailmaa vastaan, kaksi ihmistä muodostamassa yhden vahvan taistelulaivan. Jo kolmantena vuotena aloin nähdä säröjä, välillämme ollut yhteys alkoi heiketä. Huomasin hänen katseensa hakeutuvan muihin naisiin, mikä teki minut epävarmaksi ja sai minut kyseenalaistamaan itseni naisena. Vähitellen menetimme kykymme käydä syvällisiä keskusteluja ja yhteys alkoi tuntua pinnalliselta. Minusta tuli epävarma ja itsetuntoni heikkeni. Asetin hänen tunteensa ja tarpeensa jatkuvasti omieni edelle.

Kadotin vähitellen itseni, mutta en ymmärtänyt sitä silloin. Pyytelin anteeksi, vaikka en ollut tehnyt mitään väärin. Käytin enemmän aikaa hänen käytöksensä analysoimiseen, kuin mihinkään itseäni liittyvään. Pienensin itseäni, jotta en olisi liikaa. Peruin omia suunnitelmiani, kun hänen mielialansa muuttui tai hän vaikutti etäiseltä. Yritin kaikkeni tehdäkseeni hänet onnelliseksi. Laihdutin jopa viisitoista kiloa näyttääkseni terveemmältä ja toivottavasti myös viehättävämmältä. Lopulta en enää saanut nukuttuakaan.

Eräänä yönä makasin pimeässä ja katselin tähtitaivasta. Silloin ajattelin: jos jatkan näin, tulen hulluksi. Kyse on joko hänestä tai minusta ja minun täytyy valita itseni, tapahtuipa mitä tahansa. Luulen, että juuri silloin selviytymisvaistoni heräsi. Se kertoi minulle, että minussa oli vielä jotakin tervettä jäljellä. En ollut täysin murtunut. Ymmärsin, että jos jäisin, murtuisin lopullisesti. Se oli käännekohta ja samalla suhteemme lopun alku.

Kun suhde päättyi, vaikka olin tehnyt kaikkeni sen säilyttämiseksi – en uskonut, että rakkaus voisi enää löytää minua. Juuri tämä ajatus piti minut niin kauan tuossa tuhoisassa suhteessa: usko siihen, etten koskaan enää löytäisi rakkautta. Ainakaan vastaavanlaista ‘todellista ja aitoa rakkautta’. Todellinen, vakaa rakkaus itse asiassa odotti minua, ja astui elämäni vuoden päästä. Entä jos kertoisin sinulle, että todellisen rakkauden voi tunnistaa? Kyse on hienovaraisista merkeistä, jotka jäävät useimmiten huomaamatta. Juuri siitä tämä kirja kertoo, ja minä olen elänyt tämän itse todeksi.

Miksi todellisen ja kestävän rakkauden löytäminen tuntuu nykyään niin vaikealta? Ehkä siksi, että olemme oppineet olemaan valikoivia ja suorituskeskeisiä kaikilla elämän osa-alueilla. Pyrimme opiskelemaan haluamamme tutkinnon, muovaamaan tietynlaisen ulkonäön, saavuttamaan tietyn ammatin ja elämään tietyllä tavalla. Ei siis ole ihme, että ajattelempa samalla tavalla myös rakkaudesta. Jos vain teemme tarpeeksi töitä, löydämme täydellisen kumppanin ja täydellisen rakkauden. Valitettavasti rakkaus ei toimi näin. Olisi helppoa löytää ja säilyttää kestävä rakkaus, jos kaikki riippuisi omasta tahdostamme ja ponnisteluistamme.

Näin ei kuitenkaan ole. Onneksi vastauksia on etsitty jo vuosituhansien ajan. Ihminen on ollut kiinnostunut rakkaudesta vuosituhansien ajan, ja aihetta on tarkasteltu lukemattomista filosofisista, teologisista ja

myöhemmin myös tieteellisistä näkökulmista. Opinnoissani perehdyin tähän filosofiseen ja teologiseen traditioon, ja myös Pro gradu -tutkielmani käsitteli rakkautta teologian kontekstissa. Vähitellen aloin nähdä oman kokemukseni osana paljon vanhempaa kysymystä: rakastammeko siksi, että kaipaamme jotakin itsellemme, vai voiko rakkaus rakentua toisenlaiselle perustalle? Seuraavilla sivuilla haluan näyttää sinulle, mitä löysin.

Kaikki, mikä alkaa hiljaa, ei ole vähemmän.

Se voi olla juuri sitä, mikä kestää.



Jos kohtaat ihmisen, jota kohtaan tunnet rauhaa,
kunnioitusta ja ystävyyttä,
Älä ohita sitä.

Rakkauden ei tarvitse alkaa voimakkaasta
vetovoimasta.
Usein se ei ala.

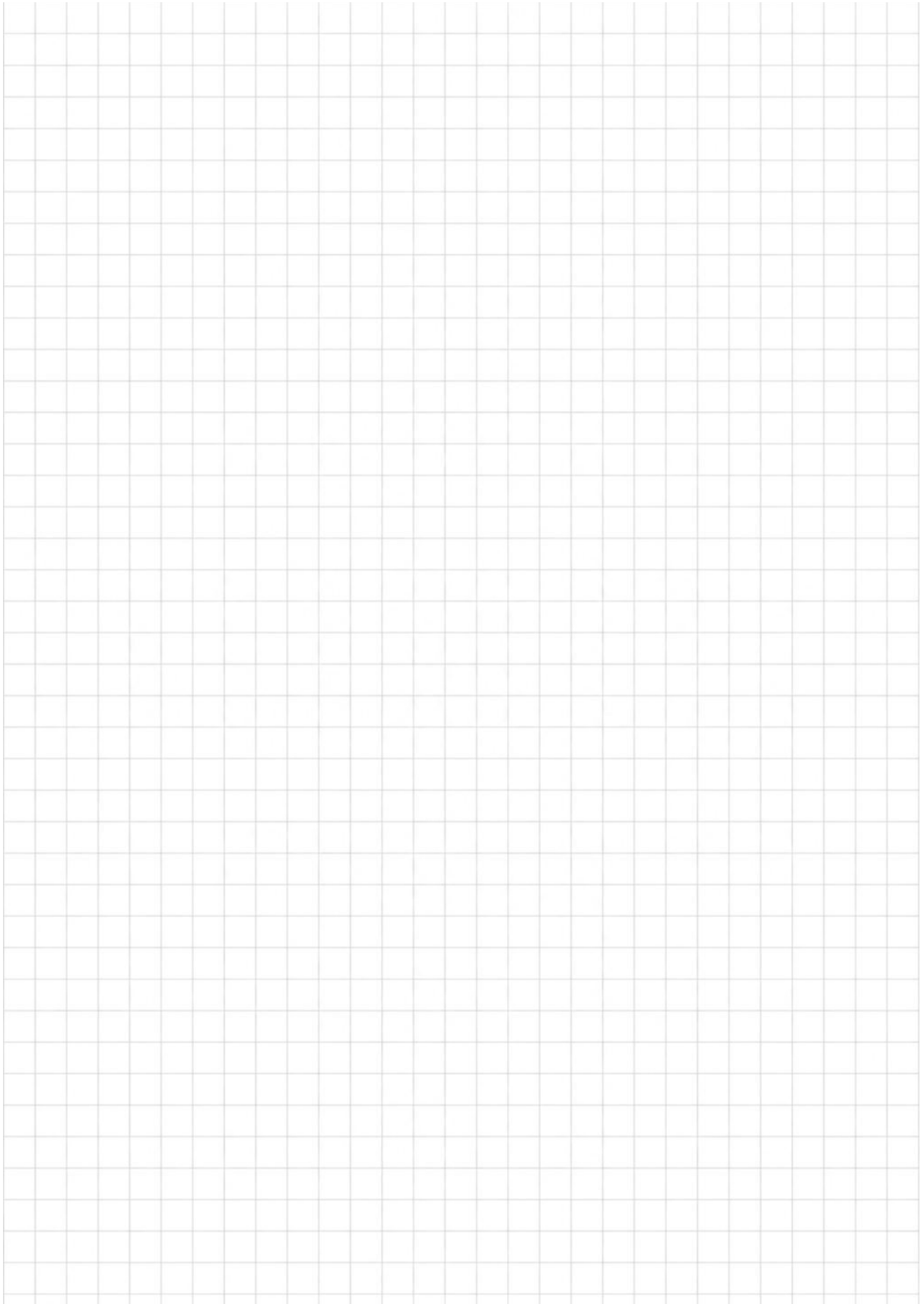
Hyvä suhde ei synny äkillisesti —
se rakentuu vähitellen, tutustumisen ja
luottamuksen kautta.

Ota aikaa.
Katso, mitä alkaa syntyä.

Harjoitus — Miten minä tunnistan rakkauden?

- ☐ Tarvitsen voimakkaan tunteen alussa, jotta kiinnostun
- ☐ Jos kipinä puuttuu, ajattelen ettei kyse ole rakkaudesta
- ☐ Olen ohittanut ihmisen, joka tuntui turvalliselta mutta ei “herättänyt mitään”
- ☐ Olen ollut suhteessa, jossa tunteet olivat voimakkaita mutta epävakaita
- ☐ Olen ajatellut, että rakkauden kuuluu tuntua joltakin tietyltä
- ☐ Minun on vaikea kiinnostua ihmisestä, joka on rauhallinen ja tasainen
 - ☐ Olen huomannut kaipaavani jotain, vaikka kaikki näyttää ulospäin hyvältä
 - ☐ Olen joskus jälkikäteen ajatellut: “ehkä siinä olisi voinut olla jotain”

Muistiinpanoja



Miksi rakkaus ei riitä?

Harvoin rakkaudesta puhutaan näin.

Miksi rakkaus ei riitä? on kirja rakkaudesta, mutta samalla se on työkirja oman rakkausajattelun tutkimiseen. Siinä yhdistyvät rakkauden filosofia ja teologia, käytännön harjoitukset, reflektio sekä tila lukijan omille havainnoille ja muistiinpanoille.

Kirjan ytimessä on kahden erilaisen rakkauden muodon, Eroksen ja Agapen, tarkastelu. Se haastaa pohtimaan, miksi voimakkaalta tuntuva rakkaus ei aina kestä ja miksi kaikkein kestävin rakkaus ei välttämättä ala suurimmasta tunteesta. Samalla lukija pääsee tutkimaan omia käsityksiään rakkaudesta, parisuhteista, kaipauksesta, ihannekumppanista ja siitä, mitä hän itse rakkaudelta odottaa.

Kirjaa ei ole tarkoitettu vain luettavaksi läpi. Jokaisen kokonaisuuden yhteydessä lukija pysähtyy harjoitusten ja reflektiokysymysten äärelle.

VIIVI KONTIO



9 789528 921929

Kannen kuvitus: Sanja Kunttu