TERVEEN JÄRJEN KÄSIKIRJA

hulluille ajoille

Markku J. Parviainen

Terveen järjen käsikirja hulluille ajoille.

Jos aikamatkustus on tulevaisuudessa mahdollista, haluaisin lukea tämän kirjan mahdollisimman nuorena, jotta tekisin vanhempana hieman vähemmän typeriä virheitä.

Terveen järjen käsikirja hulluille ajoille.

Elämänopas syntymästä hautaan – ja haudan jälkeen

Markku J Parviainen

© 2025 Markku J Parviainen

Kustantaja: BoD · Books on Demand, Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki, bod@bod.fi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hampuri, Saksa

ISBN: 978-952-80-9785-3

Sisällysluettelo

Varoitus	11
Esipuhe	12
Johdanto	14
Ole oma itsesi	16
Lapsuuden rajat	18
Pyydä apua	20
Unelmat ja haaveet	21
Valitse ystäväsi huolellisesti	23
Egosi on vihollisesi	25
Aika on ystäväsi	27
Hetken onni ja uho	28
Ehkäpä vanhemmatkin tietävät jotain	29
Vältä kusipäitä	30
Älä koskaan luota alkoholistiin tai narkkariin	32
Alkoholin vaarat	34
Ajattele nopeasti ja ymmärrä tilanne	36
Naisetkin ovat ihmisiä (uskoakseni)	38
Ohjeita seurusteluun	40
Keskinäinen kunnioitus	42
Muista tapella	43
Ehdoton raja	44
Nainen (tai mies) ei ole koskaan syy äärimmäisiin ratkaisuihin	45
Avioliitto	47
Kaikki valehtelee (ehkä Jeesus oli poikkeus)	48
Väkivalta ei ole vastaus – paitsi joskus	49
Ajan voima ongelmien ratkaisussa	51
Tavoitteiden merkitys: eilen, tänään ja huomenna	53
Työ vai elämä?	55
Jos joku väittää maan olevan litteä, juokse kauas hänen läheltään.	58

Miten pysyn selväjärkisenä? 60
Olemme vain ihmisiä 61
Vältä ääripäitä 63
Taito esiintyä 65
Älä leiki verojen kanssa 67
Mikään ei ole ilmaista 69
Mitä tapahtuu, kun raha astuu kuvaan? 70
"Luota minuun" – tämä on vanhin ansa 72
Elämän kiertokulku 73
Aika on rajoitettu pääoma 75
Meitä on helppo huijata 77
Muista leikkiä! 79
Ole kaikille ystävällinen 80
Menestyksen vaarat 82
Rikkauksien haluaminen 84
Henkilön asema ei ole synonyymi älykkyydelle 86
Näkyvyys ei ole viisautta 88
Sokea usko 89
Kipu on osa elämää 90
Musashin oppi 91
Kävely – ilmaista terapiaa 94
Kiven salaisuuksien kuuntelu 96
Opi sanomaan “ei" 97
Perhe on tärkein 99
Pidä huolta itsestäsi 101
Muutos on ikuinen osa elämää 103
Nyt ei ole hyvä aika hankkia uusia vihollisia 104
Syvä humala voi auttaa 105
Löydä itsellesi elämää suurempi merkitys 106
Asiantuntijatkin ovat ihmisiä – ja usein väärässä 108
Ole varovainen ravinnon kanssa 109
Olla joku 111
Jeesus tulee – oletko valmis? 112
Tulevaisuuden voittajat lukevat 113

Resurssien puute on usein vahvuus 115
Jos miellytät kaikkia, et ole ehkä rehellinen itsellesi 117
Aloita nyt 119
Ryhmän viisaus ja tyhmyys 121
Naapurin kateus on kuin ikiliikkuja 122
Sinun todellisuutesi on vain todellisuutta sinulle 123
Vapaus. Onko sitä oikeasti olemassa? 124
Kaiken loppu ja tuho 126
Mikä on perintöni? 129
Vanhuus ja uuden aloittaminen 130
Tulevaisuuden ammatit 131
Mitä en enää usko 133
Mihin minä uskon 134
Uskonto ja Jumala 136
Mikä lopulta on tärkeää? 138
Monte Criston kreivi ja mitä se opetti 140
Loppukirjoitus 168
Mitä haluan vielä opettaa lapsilleni? 169

1990-luvulla, asuessani Yhdysvalloissa West Warwickissa, Rhode Islandilla, ystäväni sai minut suostuteltua viikonlopun mittaiseen itsensäkehittämisseminaariin. On pakko myöntää: en ollut koskaan aiemmin tuntenut itseäni niin hölmöksi.

Tanssimme, kävelimme tulisten hiilien yli, toistimme affirmaatioita ja yritimme vakuuttaa itsemme tulevista rikkauksista. Koko ajan minusta tuntui, että olin keskellä komediaa ja taistelin, etten purskahtaisi nauruun.

Yhdessä harjoituksessa piti kertoa vieressä istuvalle tuntemattomalle ihmiselle oma suurin pelkonsa. En enää muista, mitä itse sanoin, mutta yhden osallistujan pelko jäi mieleeni pysyvästi: hän pelkäsi menettävänsä kaiken rahansa ja joutuvansa rutiköyhäksi.

Minusta se kuulosti absurdilta.

Minä olin ollut jo köyhä – olin menettänyt kaiken kahdesti. Rahaa tuskin riitti ruokaan tai vaatteisiin, vuokrasta puhumattakaan. Tästä näkökulmasta hänen pelkonsa vaikutti suorastaan naurettavalta.

En silti yrittänyt vakuuttaa häntä siitä, ettei köyhyys ole maailmanloppu.

Vasta myöhemmin aloin ymmärtää yhteiskuntiemme välisiä syviä eroja. Amerikkalainen unelma tuntui olevan rikastuminen ja maine, kun taas pohjoismaalainen unelma koostui hyvästä koulutuksesta, vakaasta työpaikasta ja perhe-elämästä. Kaikki tuttua, turvallista – ja helvetin tylsää.

Tästä näkökulmasta me pohjoismaalaiset taidamme vaikuttaa harmaalta ja tylsältä porukalta, koska useimmat meistä eivät jahtaa julkisuutta tai valtavaa rikkautta.

Mutta ehkäpä juuri siinä onkin meidän onnellisuutemme salaisuus? Tavoitteemme ovat maltillisia – tai ehkä ainoa todellinen tavoitteemme on selvitä loputtoman talviyön synkkyydestä.

Ja siihen tarkoitukseen pieni juominen on aina avuksi.

– Markku J. Parviainen

Tämä kirja kokoaa yhteen suorasukaisia ajatuksia elämästä, ihmisistä ja selviytymisestä suomalaisesta näkökulmasta. Se sisältää kokemuksia köyhyydestä, perheestä, ystävyydestä ja elämän myrskyistä - rehellisesti, huumorilla ja ilman turhaa silottelua.

Teos ei tarjoa valmiita vastauksia, vaan kutsuu lukijan pysähtymään, miettimään ja ehkä näkemään oman elämänsä uudessa valossa. Tämä on kirja hiljaisille ajattelijoille, elämää kokeneille - ja kaikille, jotka haluavat lukea suoraan sydämestä kirjoitettuja sanoja.

Markku J Parviainen on suomalainen kirjailija ja ajattelija, jonka teokset yhdistävät pohjoismaisen hiljaisuuden, elämänkokemukset ja suorasanaisen pohdinnan. Hän on elänyt monia elämiä - ollut kamppailu-urheilija, valmentaja, yrittäjä ja matkailija - mutta ennen kaikkea havainnoija.

Kirjoissaan Markku tarkastelee elämää rehellisesti ja lempeän ironisesti, pohtien ihmisyyden suuria ja pieniä kysymyksiä ilman turhaa kiiltokuvaa. Tämä kirja kutsuu pysähtymään, ajattelemaan ja näkemään maailman uudella tavalla.

9 789528 097853