

Marja Lindqvist

Pirkko Siltala 90 vuotta

Koulutuspsykoanalytikko Pirkko Siltala täyttää 90 vuotta lokakuun 30. päivä. Lämpimät onnittelut Pirkolle!



Psykoteraapia-lehti on julkaissut Pirkko Siltalan 70- ja 80-vuotissyntymäpäivähaastattelut numeroissa 3/2002 ja 2/2013 (Leijala-Marttila 2002; 2013). Näistä haastatteluista ensimmäisessä Mervi Leijala-Marttila keskittyy Pirkko Siltalan elämän ja ammatillisen uran kulkuun, ja jälkimmäinen valottaa hänen psykoanalyttistä ajatteluaan ja kirjoituksiaan.

Nyt onkin aihetta julkaista juttu Pirkko Siltalan 90-vuotispäivän kunniaksi. Asia tuli puheeksi, kun kävin tapaamassa Pirkkoa espoolaisessa hoivakodissa ja vein hänelle Martti Siiralan 100-vuotisjuhlasseminaarin ohjelman. Tässä yhteydessä hän kertoi myös, että hän oli ollut Martti Siiralan analysandi, oppilas ja myöhemmin työtoveri ja työn jatkaja.

Pirkko Siltala on julkaissut yhdeksän kirjaa ja ollut mukana kirjoittamassa ja toimittamassa toistakymmentä kirjaa, lisäksi hän on julkaissut toistasataa artikkeleita. Vuoden 2013 jälkeen hän on julkaissut seuraavat teokset: *Vanhuus – elämä haluaa tulla eleyksi* (2013), *Taakkasiirtymä – trauman siirto yli sukupolvien* (2016) ja *Elämän päättyessä – matka kohti kuolemaa* (2017), joka jäi hänen viimeiseksi kirjakseen.

Tässä jutussa tuon esille Pirkko Siltalan ajattelua näiden kolmen teoksen pohjalta. Väliin laitan joitakin Pirkon omia sanoja tai tunnelmia viime vuosilta.

Taakkasiirtymä

Martti Siirala loi *taakkasiirtymä*-käsitteen 1960-luvulla. Hän kiteytti sen näin: ”Se, mikä ei tule yhdessä jaetuksi, tulee jonkun kannettavaksi – taakkasiirtymäksi.”

Taakkasiirtymäksi kutsutaan vaimennettujen ja työstämättömien traumaattisten kokemusten siirtyvää perintöä sukupolvesta toiseen. Nykyisin samaa ilmiötä kuvataan *ylisukupolvisina traumoina*.

Taakkasiirtymä-ilmio sisältää ajan moniulotteisuuden: ympärillämme on nykyisyys, menneisyys, tulevaisuus. Tämä merkitsee myös mahdollisuutta muutokseen, taakkasiirtymän katkeamiseen – toistosta pois. Yhteinen kokemustieto johtaa ylisukupolvisten traumojen uudelleenjakamiseen ja antaa toivon perspektiivin.

Taakkasiirtymä-kirjansa esseissä Pirkko Siltala pohtii ilmiötä eri näkökulmista ja monesta eri ulottuvuudesta. Ydinajatuksena on esittää yksissä kansissa näkemys siitä, mitä kaikkea taakkasiirtymä pitää sisällään.

Siltala tarkastelee taakkasiirtymää yhteiskunnallisella ja yksilön tasolla, historiassa, kirjallisuudessa ja myyteissä. Keskeisenä on myös psykoterapia eri muodoissaan taakkasiirtymien vastaanottajana ja työstäjänä. Myös myytit, kuten Oidipus ja Kullervo, ovat taakkasiirtymän kantajia ja ilmaisijoita. Samoin kirjallisuus ja sen muisti avaavat uusia näkymiä aiheeseen.

Siltala kuvaa myös saamelaiden kohtaloa, joka kertoo syvällisesti ja moniulotteisesti taakkasiirtymään sisältyvistä yhteisöllisistä ja yksilöllisistä kokemuksista.

Tuodessaan esiin Martti Siiralan ajattelua Pirkko Siltala kirjoittaa siitä, miten *transfer* (taakkasiirtymä) muuntuu *transferenssiksi* (tunteensiirtymäksi) psykoanalyttisessä hoidossa. Juuri transferenssissa tapahtuu eheyttävä muutos.

Näkisin tärkeäksi sen, että nykypsykoterapeutisukupolville avataan Pirkko Siltalan esseiden kautta Martti Siiralan ajattelua, joka oli monella tavoin aikaansa edellä. Taakkasiirtymä on osoittautunut tärkeäksi käsitteeksi monen erityisalan käyttöön.

Vanhuus

Pirkko Siltala on kirjoittanut kirjan *Vanhuus – elämä haluaa tulla eletyksi* (2013). Olen koonnut alle joitakin keskeisiä ajatuksia teoksesta.

Vanheneminen on elinikäinen prosessi. Se alkaa jo elämän alussa. Vanhuus on subjektiivinen kokemus. Jokainen vanhenee itse ja luo vanhuudelle omat merkityksensä. Vanhuus sisältää ja sallii erilaisia vaihtoehtoja ja muunnelmia.

Vanhuksen perustarpeita on tulla kuulluksi ja nähdyksi sekä kuulua laajempaan yhteisöön. Yhteisöllisyys on vanhuuden ytimessä. Se tukee vanhusta hänen tämänhetkisen elämänsä,

tulevaisuutensa ja koko elämänsä hahmottamisessa ja ymmärtämisessä.

Vanhuudessa kehittyvä laajeneva tietoisuus: elämäkerralliset muistot tulvahtavat mieleen, ja vanhus tutkiskelee itseään ja elämäänsä. Hän pyrkii hyväksymään elämän sellaisena kuin se oli, rikkaana ja puutteellisenä.

Vanhuus kehittyä ajallisesta jatkuvuuden tunteesta. Vanhus tarvitsee tutkimusmatkoillaan vierelleen kanssakulkijan ja kuuntelijan. Vuorovaikutus voimistaa ja sävyttää muistelemista.

Eräässä lehtihaastattelussa (Mustavuori 2018) ollessaan 85-vuotias Pirkko Siltala kertoi, että hän oli alkanut vuotta aikaisemmin tuntea itsensä vanhaksi. ”Muisti huononee, väsyttää eivätkä ruumiinliikkeet ole enää niin joustavia. Haluan silti jatkaa elämää mahdollisimman rikkaasti ja monipuolisesti.” Eräässä yhteydessä pari vuotta sitten hän totesi minulle: ei vanhuus olekaan sellaista, mistä olen kirjoittanut, vaan siinä on myös paljon kurjaa ja ikävää puolta. Tämä tapahtui sen jälkeen, kun vakavammat fyysiset ongelmat olivat alkaneet vaivata häntä. Pirkko huomasi kirjoittaneensa vanhuuden alkuvaiheista, mutta ihmisen eläessä pidempään vanhuus saa uusia sävyjä.

Vanhuus on myös menetysten ja muutosten aikaa. Ne koskevat omaa ruumiillista ja psyykkistä minuutta. Läheiset ihmiset sairastuvat ja kuolevat. Pirkko on kokenut puolitoista vuotta sitten puolisonsa Veikon kuoleman. Pitkän avioliiton päätyminen toisen kuolemaan on ollut Pirkolle suuri suru ja menetys, ja se on vaikuttanut hänen elämänsä.

Vanhuus on hyvin yksilöllinen kokemus, ja kukin vanhenee omalla ainutlaatuisella tavallaan. Vanhuus on siirtymävaihe elämän ja kuoleman välissä. Siinä jokaisella on oma aikansa. Elämän tie on myös kuoleman tie.

Kuoleminen ja kuolema

Pirkko Siltala viimeiseksi on jäänyt kirja *Elämän päättyessä – matka kohti kuolemaa* (2017).

Seuraavassa tuon esille joitakin keskeisiä kohtia tästä teoksesta.

Ihmisen elämä alkaa ja loppuu. Syntymä ja kuolema rajaavat olemassaoloamme, kuolema sisältyy elämäämme. Kuolema on peruuttamaton, valmistautuminen siihen kestää läpi elämän.

Ihminen muodostaa suhteen kuolemaansa monin tavoin, jotka vaihtelevat ja muuttuvat hänen elämänsä aikana, hänen elämäkokemustensa, elämäntilanteidensa ja persoonallisuutensa mukaan. ”Puhuessani kuolemasta ja kuolemasta tarkoitan kuolemalla tapahtumaa, jossa oleminen sisältää olotilan ja valmistautumisen kuolemaan”, kirjoittaa Pirkko Siltala.

Kuolema on moniselitteinen. Ihminen lähestyy sitä eri suunnista useita reittejä pitkin. Kuolema pakenee ymmärrystämme. Se ei ole täysin järjen eikä tietoisuutemme tavoitettavissa.

Ihmiselle on tärkeää avautua kuoleman todellisuuteen, sen vääjäämättömyyteen. Se herättää ahdistusta, mutta sen avulla voi löytyä tyntymys: oikeus ja mahdollisuus kuolla.

Kuoleman kokemus on sidottu siihen elämään, jonka ihminen on elänyt. Kuoleminen ja kuolema ovat inhimillisistä kokemuksista henkilökohtaisimmat.

Tietoisuus kuolemasta on edellytys elämän ymmärtämiselle ja portti tulevaan, kuoleman jälkeen, josta jokaisella on omat mielikuvansa.

Pirkko Siltala kirjoittaa: ”Oma ammatillinen työni psykoanalyttikkona on luonnollisesti vaikuttanut siihen, mitä kuolemasta ajattelen.”

Alkukesästä 2022 kun käyn Pirkkoa tapauksissa, jaksaa hän olla kiinnostunut Therapeian asioista, kuten alkavista koulutuksista. Toisaalta hän tuo usein esiin sen, miten kokee eläneensä elämänsä valmiiksi ja olevansa valmis kuolemaan.

Kirjallisuus

Leijala-Marttila, Mervi (2002). Koulutuspsykoanalyttikko Pirkko Siltala 70 vuotta. *Psykoterapia*, 21(3), 224–230.

Leijala-Marttila, Mervi (2013). Pirkko Siltala 80 vuotta. Elämä haluaa tulla eletyksi. *Psykoterapia*, 32(2), 143–149.

Mustavuori, Jaana-Mirjam (2018). Psykoanalyttikko Pirkko Siltala: ”Kuoleman jälkeen tulee hiljaisuus”. *Eeva*, 85(5).

Siltala, Pirkko (2013). *Vanhuus – elämä haluaa tulla eletyksi*. Helsinki: Kirjapaja

Siltala, Pirkko (2016). *Taakkasiirtymä – trauman siirto yli sukupolvien*. Helsinki: Therapeia-säätiö.

Siltala, Pirkko (2017). *Elämän päättyessä – matka kohti kuolemaa*. Helsinki: Kirjapaja.