

Mitä on masennuksen fenomenologia?

Lectio praecursoria 29.5.2023

JAAKKO VUORI

Masennuksen fenomenologiaa käsittelevä tutkimukseni sai alkunsa sattumalta. Harhaillessani Jyväskylän yliopiston Mattilanniemen kampuskirjastossa silmiini sattui filosofi Michael Theunissenin teos, jonka nimi suomeksi käännettynä kuuluisi "ajan negatiivinen teologia".¹ Theunissen kehittelee teoksessaan käsitystä ajallisuudesta käyttäen esimerkkeinään muun muassa psyykkisille patologioille ominaista aikakokemusta. Theunissenin kirja puhutteli minua henkilökohtaisella tavalla. Erityisen vaikutuksen teki hänen analyysinsä vakavasta masennuksesta tai melankoliasta.²

Theunissen käy perusteellista keskustelua melankoliaa tutkineiden saksalaistaustaisten filosofien ja psykiatrien, kuten väitöskirjassanikin käsittelemiä Ludwig Binswangerin, Hubertus Tellenbachin ja Wolfgang Blankenburgin kanssa. Theunissenin kirjasta luin myös tutkimusalasta nimeltä "fenomenologinen psykopatologia" (eli psyykkiselle häiriölle ominaisen kokemuksen luonnetta selvittävä filosofinen tutkimus), johon myös väitöskirjani kuuluu.

¹ Luullakseni vuosi oli 2011 tai 2012.

² Lektiossa kuten myös tutkimuksessani käytän sujuvuuden vuoksi sanoja "masennus" ja "melankolia" synonyymeinä, mutta en väitä, että sanottu kattaisi kaiken sen, mitä nykyään nimitetään "masennukseksi". Tutkimuksessani keskityn analysoimaan nimenomaan melankoliaa, joka on masennusta tarkkarajaisempi ilmiö.

Haluaisin johdannoksi väitöstutkimukseni aiheeseen selvittää hieman käsitteiden *fenomenologia*, *fenomenologinen psykopatologia* ja *patologia* merkitystä. Tämä on tärkeää, jotta voidaan ymmärtää, mitä oikeastaan on masennuksen fenomenologia, ja miksi sen selvittäminen on ylipäätään filosofinen kysymys (Theunissenin palaan vielä lektion lopuksi).

Fenomenologinen psykopatologia ja melankolisen maailman konstituutio

Fenomenologia ja fenomenologinen psykopatologia – mitä ne oikeastaan tarkoittavat? Aloitetaan ensin mainitusta ja yritetään sen avulla selvittää jälkimmäisen luonnetta. Mitä siis on fenomenologia filosofian alana?

Kysymykselle on tietysti omistettu kokonaisia teoksia. Moni Edmund Husserlin teos (esimerkiksi suomennetut *Eurooppalaisen filosofian kriisi* ja *Kartesiolaisia mietiskelyjä*) ovat saaneet alaot-sikokseen luonnehdinnan ”johdatus fenomenologiaan”. Filosofia on kuitenkin usein tapana aloittaa jonkin asian luonteen selvittäminen niin, että oiotaan asiaa koskevia väärinkäsityksiä. Tämä lienee helpompi ja nopeampi tapa päästä kiinni aiheeseen kuin aloittaa suoraan klassikoista. Nähdäkseni eräs yleinen fenomenologiaa koskeva väärinkäsitys – ja myös tutkimusaiheeni kannalta keskeinen – on sekoittaa fenomenologia siihen, mitä filosofiassa kutsutaan ”fenomenaaliseksi tietoisuudeksi”.

Mielenfilosofiassa fenomenaalisella tietoisuudella viitataan kokemuksen subjektiiviseen laatuun eli siihen, ”millaista on” kokea tätä tai tuota. Kun tutkitaan fenomenaalista tietoisuutta, selvitetään siis mitä ylipäätään tarkoittaa, että kokemukset ovat *subjektiivisia*. Yleensä esimerkkeinä käytetään aistielämyksiä: Kokijalle ”on jonkinlaista” maistaa sitruunaa, haistaa tuore kahvi ja niin edelleen. Erilaisia läpikäymiäni kokemuksia luonnehtii siis tietty ”tuntu”, joka viittaa ennen muuta niiden ensimmäisen persoonan annettuuden tapaan (ks. esim. Zahavi 2008).

Jos fenomenologia palautetaan siihen, mitä mielenfilosofiassa kutsutaan fenomenaaliseksi tietoisuudeksi, edellyttäisi

masennuksen fenomenologian selvittäminen vastaamista kysymykseen ”millaista on olla masentunut” – ja myös jäisi siihen. Mikäli masennuksen fenomenologia siis palautuisi ainoastaan masennuksen subjektiivisen eli kokemuksellisen luonteen selvittämiseen, olisi tehtävä äkkiä suoritettu.

Fenomenologia filosofisena suuntauksena ei kuitenkaan palaudu jonkinlaiseen löysään kokemuksellisuuden filosofiaan, jossa tyydyttäisiin ainoastaan kuvailemaan, millaista on kokea tätä tai tuota. Toisin sanoen fenomenologia ei ole jonkinlaista filosofista perussuomalaisuutta, jossa toisteltaisiin kyllästymiseen asti fraasia: ”näin asiat koetaan”. Fenomenologit toki esittävät niin kutsuttuja fenomenologisia kuvauksia, mutta ne ovat aina laajemman filosofisen kysymyksen palveluksessa.

Mutta mitä fenomenologiassa sitten tutkitaan, jollei ainoastaan, millaista on kokea tätä tai tuota. Mikä on fenomenologisen tutkimuksen aihe? Entä mitä niin kutsutussa fenomenologiassa psykopatologiassa tutkitaan?

Väitän, että Husserl, Maurice Merleau-Ponty ja myös Martin Heidegger – kaikki mainitut ainakin jossain filosofisen uransa vaiheessa – tutkivat ennen muuta koetun maailman todellistumisen edellytyksiä. Mainitut edellytykset siis mahdollistavat sen, että koettu maailma todellistuu siten kuin se todellistuu.

Fenomenologian perinteen omia käsitteitä käyttäen voidaan sanoa, että fenomenologit tutkivat koetun maailman *konstituutiota*. Suomalainen varhainen fenomenologisen psykopatologian harjoittaja Lauri Rauhala määrittelee konstituution käsitteen seuraavasti:

Konstituutiolla tarkoitetaan sitä strukturaalista kokonaisuutta, jossa koetun maailman käsitetään todellistuvan. Koetun maailman konstituoituminen esimerkiksi neuroottisella tavalla merkitsee strukturaalisten ehtojen sellaista suhdetta ja jäsenyneyyyttä, että sitä vastaa sisällöllisesti neuroottinen koettu maailma. (Rauhala 1974, 83.)

Rauhalan määritelmä on aavistuksen tekninen. Nähdäkseni puhuessaan ”struktuuraisista ehdoista” Rauhala kuitenkin tarkoittaa yksinkertaisesti niitä intentionaalisuuden eli maailmaan

suuntautumisen tapoja ja edellytyksiä, joita klassisessa fenomenologiassa tutkitaan: tietoisuuden ajallisuutta, ruumiillisuutta, intersubjektiivisuutta ja niin edelleen.

Mainitut strukturaaliset ehdot ovat siis juuri edellä mainittuja koetun maailman todellistumisen edellytyksiä. Kun fenomenologiassa tutkitaan konstituutiota, selvitetään siis oikeastaan kysymyksiä: ”Miten on mahdollista, että koettu maailma todellistuu siten kuin se todellistuu?” Tai: ”Miten tehdä ymmärrettäväksi se, että koettu maailma todellistuu niin kuin se todellistuu?”³

Niin kutsuttu fenomenologinen kuvaus eli sen kuvaus, millaista on kokea tätä tai tuota, on aina mainittujen laajempien filosofisten kysymysten palveluksessa. Esimerkeistä käyvät Husserlin yksityiskohtaiset analyysit havaintokokemuksen horisonttirakenteesta ja sen ruumiillisista sekä ajallisista ehdoista havaintomaailman todellistumisen edellytyksenä. Vastaavasti masennuksen (tai melankolian) fenomenologiassa selvitetään, miten on mahdollista, että melankolinen maailma todellistuu siten kuin se todellistuu.

Esimerkiksi väitöskirjassani käsittelemäni Ludwig Binswangerin (1960) mukaan melankoliassa ilmenee erityisesti kokemuksen ajallisen ulottuvuuden vääristyminen. Hänen mukaansa vakavassa masennuksessa koettu menneisyys ”saastuttaa” yksilön suuntautumisen tulevaisuuteensa. Toinen fenomenologisen psykopatologian harjoittaja Thomas Fuchs (2013) puolestaan tutkii melankolialle ominaista ”tunteettomuuden tunnetta” kokemuksen ruumiilliseen ulottuvuuteen viitaten. Fuchsin mukaan vakavassa masennuksessa häiriintyy ennen muuta ihmistenvälinen ruumiillinen resonanssi.

Molemmat siis harjoittavat masennuksen fenomenologiaa. He analysoivat patologista kokemusta ottaen lähtökohdakseen jonkin koetun maailman todellistumisen edellytyksen (ajallisuuden tai ruumiillisuuden), joka on psyykkisessä patologiassa

³ Vrt. Husserl 2012, 173: ”Ei ole tarkoitus varmistua objektiivisuudesta vaan ymmärtää se. ... Ainoa todellinen selittäminen on asian tekemistä transsendentaalisesti ymmärrettäväksi.”

vaikuttunut tai muuntunut. Näin he pyrkivät tekemään psyykkiselle patologialle ominaisen kokemuksen ymmärrettäväksi sellaisena kokemuksena kuin se on. He eivät siis ainoastaan kuvaile, millaista on olla masentunut, vaan selvittävät Rauhalan määritelmää mukaillen, ”millaista strukturaalisten ehtojen suhdetta ja jäsenytyneisyyttä vastaa sisällöllisesti melankolinen koettu maailma”. Väitöskirjassani olen pyrkinyt etenemään samalla tavalla: muun muassa Piet Cornelius Kuiperin ja Daphne Merkinin omaelämäkerrallisiin masennuskuvauksiin viitaten tavoitteeni on ollut selvittää melankoliaa ja melankolia-alttiutta ihmistenvälisen suhteiden muunnelmana.⁴

Olen eritellyt käsitteiden fenomenologia ja fenomenologinen psykopatologia merkityksiä. Mutta – nyt tullaan käsitteen *patologia* merkitykseen – onko psyykkiselle patologialle ominainen kokemus todella verrannollinen esimerkiksi havaintokokemukseen fenomenologisen tutkimuksen kohteena?

Husserlin (2021, 54) mukaan havaitun olion ilmenemiseen kuuluu välttämättä epätäydellisyys. Havainnossa annettu maailma on aina ja välttämättä avoin täydennykselle. Havaintokokemuksen fenomenologinen kuvaus ja variaatio paljastaa juuri sen, että ei ole kuviteltavissa havaintokokemusta, jossa kohde näyttäytyisi samanaikaisesti kaikista aspekteistaan käsin. Perspektiivisyys paljastuu siis havaintokokemuksen olemukselliseksi piirteeksi.

Mutta ovatko melankoliakokemuksen rakennetekijät samassa mielessä välttämättömiä (kuten havaintomaailman kohdalla ”ei ole kuviteltavissa, että...”) ? Entä onko melankolia itsessään välttämätön? Ja mitä se edes tarkoittaisi?

On varmasti kuviteltavissa koettu maailma ilman masennusta. Melankolia ei uskoakseni ole – toisin kuin ranskalaisfilosofi Henri Maldiney väittää – ”ihmisenä olemisen alituinen

⁴ Kuiperin ja Merkinin omaelämäkerrallisia sairauskertomuksia käsitelen erityisesti työni toisessa ja viimeisessä luvussa. Melankoliaan ihmistenvälisen suhteiden muunnelmana syvennyn neljännessä ja viidennessä luvussa.

mahdollisuus”.⁵ Pikemminkin se on läpeensä historiallinen ilmiö. Itse asiassa ajatus, että masennus on totuus koetusta maailmasta ylipäättään, on eräs masennuskokemuksen olennainen piirre. Siispä on paikallaan eritellä vielä lyhyesti ”patologian” merkitystä ja patologisen kokemuksen luonnetta filosofisen tutkimuksen kohteena.

Patologisen kokemuksen kriittinen luonne filosofialle

Käsitteeseen fenomenologinen psykopatologia sisältyy sana ”patologia”. ”Patologia” muodostuu kreikan sanoista *pathos* ja *logos*. Ensin mainittu viittaa kärsimykseen. Etymologialtaan ”patologia” merkitsee siis oikeastaan ”oppia (*logos*) kärsimyksestä (*pathos*)”. Mitä on kärsimys?

Väitän, että filosofisessa mielessä kärsimys on jotakin negatiivista eli sellaista, jota emme voi tahtoa olevan. Esimerkiksi fyysisen kivun mutta myös psyykkisen kärsimyksen kokemuksen olemuksellinen piirre on siis eräänlainen evaluaatio: ”näin ei tulisi olla” tai ”emme voi tahtoa tämän vallitsevan” (saks. *dass wir nicht wollen können, dass es ist*) (Theunissen 1991, 31; vrt. Grüny 2004, 33). Toisin sanoen kärsimyksen fenomenologisen kuvauksen on otettava tämä kärsimyskokemuksen olennainen piirre huomioon.

Michael Theunissen esittää lektion alussa mainitsemassani teoksessa niin kutsutun negatiivistisen menetelmän psyykkisen patologian tutkimuksen lähtökohdaksi. Theunissenin ajattelussa negatiivisuuteen kuuluu sisällöllinen ja menetelmällinen puoli. Hän ensinnäkin tutkii erilaisia kärsimyskokemuksia. Toiseksi Theunissen ymmärtää negatiivisuuden menetelmällisenä periaatteena: hän ottaa negatiiviset ilmiöt tutkimuksensa lähtökohdaksi. Theunissenin (1991, 55) mukaan hänen tavoitteensa on ”johtaa negatiivisesta positiivinen”. Hänen ajattelussaan nämä kaksi puolta kuitenkin limittyvät: Theunissen tutkii erilaisia olemukseltaan negatiivisia ilmiöitä, kuten esimerkiksi

⁵ Siteerattu Thoman (2019, 291) mukaan.

psykkistä patologiaa sekä muita elämän epäonnistumisen muotoja, johtaakseen niistä sen, mitä onnistunut elämä voisi pitää sisällään. Hän toisin sanoen perustelee elämän epäonnistuneiden muotojen avulla, mitä onnistuminen – joka tässä yhteydessä tarkoittaa ainoastaan elämää, joka *ei olisi* ”sietämättömän tuskan lähde” – voisi tarkoittaa.⁶

Stefano Micali (2013) on soveltanut Theunissenin esittelemää negativistista menetelmää. Micalin mukaan negativistisen menetelmän filosofinen anti on, että lähettäessä liikkeelle psyykkiselle patologialle ominaisesta kokemuksesta voidaan välttää normaaliuden asettaminen fenomenologisen tutkimuksen kyseenalaistamattomaksi ja itsestään selväksi lähtökohdaksi.

Nähdäkseni esimerkiksi Sigmund Freud ja Maurice Merleau-Ponty noudattavat samankaltaista menetelmää tutkimuksissaan (mainituista ajattelijoista Freud ei tietenkään ole varsinaisessa mielessä filosofi tai fenomenologi). Uskoakseni Freudin tutkielman ”Murhe ja melankolia” tavoite on selvittää melankoliaa tutkimalla, mitä ylipäättään on subjekti tai itseys. Freud ei siis ainoastaan tutki, millaista melankolia on. Ottaen patologian lähtökohdaksi hän tutkii myös sitä, millainen on terveen itseyden rakenne. Terveuden hän määrittää niin ikään negatiivisesti: terve tai normaali itseys onnistuu siinä, missä melankolinen itseys epäonnistuu (vrt. Ogden 2002; Freud 2005).

Merleau-Ponty (2012, 105–148; vrt. Heinämaa 2009) puolestaan tutkii kuuluisan Schneiderin tapauksen avulla, mitä oikeastaan on havainto ja suuntautuminen maailmaan. Hän siis ottaa patologisen tapauksen esimerkikseen, jonka avulla kritisoi empirismiin ja rationalismiin sisältyviä ennakkoluuloja havainnosta ja yksilön suhteesta todellisuuteen. Schneiderin tapauksen seikkaperäinen tutkimus kuitenkin paljastaa Merleau-Pontyille, että jopa kaikkein perustavimmat koetun maailman todellistumisen edellytykset ovat kontingenteja eli satunnaisia.⁷

⁶ Mielisairaalamuistoja tutkineen Saara Jäntin (2022, 356) mukaan psyykkisestä häiriöstä kärsivälle ”oma minuus voi olla ’sietämättömän tuskan lähde’”.

⁷ Tämä on Anthony V. Fernandezin (2015, 294) nähdäkseni uskottava

Mainitut ajattelijat siis noudattavat eräänlaista negativistista menetelmää. Niin Theunissen, Freud kuin Merleau-Pontykin selvittävät, mitä normaalius tai terveys ovat ottaen patologian lähtökohdaksi (todettakoon, että tässä yhteydessä normaalius ja terveys viittaavat yksinomaan yksilön kykyyn suhtautua maailmaan ja toisiin ihmisiin). Heidän tutkimustensa tuloksena voi pitää normaaliuden ja terveyden olemuksellisen haurauden tai kyseenalaisuuden paljastamista. Näin ymmärrettynä patologisella kokemuksella on siis myös kriittinen ja normatiivinen rooli filosofiselle tutkimukselle.

Lopuksi

Olen eritellyt lektiiossani fenomenologian, fenomenologisen psykopatologian ja patologian merkityksiä. Erittelemäni kaksi eri tapaa lähestyä psyykkiselle häiriölle tai tässä tapauksessa melankolialle ominaista kokemusta ovat läsnä myös väitöstutkimuksessani: Olen tutkimuksessani yhtäältä selvittänyt, miten masennuskokemus tai melankolia-alttius tulee ymmärrettäväksi sellaisena kokemuksena, joka se on. Toisaalta olen kuitenkin myös selvittänyt, mitä on terve tai normaali subjekti ottaen epäonnistuneen elämän muodot lähtökohdakseni. Eräänä tutkimukseni lopputuloksena pitäisinkin huomiota, että erityisesti jälkimmäinen tapa tutkia patologista kokemusta voi lopulta edellyttää erinäisten klassisen fenomenologian käsitteellistysten uudelleenarviointia ja täydentämistä soveltaen esimerkiksi kehityspsykologiasta, psykoanalyysistä tai jopa saksalaisesta idealismista löytyviä resursseja.⁸

Jyväskylän yliopisto

Kirjallisuus

Binswanger, Ludwig (1960). *Melancholie und Manie*. Pfullingen: Neske.

tulkinta asiasta. Myös väitöstutkimukselleni tärkeä saksalaisfilosofi Bernhard Waldenfels (2016) esittää samanlaisen tulkinnan.

⁸ Perustelen näkemystäni tarkemmin väitöskirjani johtopäätöksissä.

- Fernandez, Anthony V. (2015). "Contaminating the Transcendental: Toward a Phenomenological Naturalism", *The Journal of Speculative Philosophy* 29 (3), 291–301.
- Freud, Sigmund (2005/1917). "Murhe ja melankolia". Teoksessa *Murhe ja melankolia sekä muita kirjoituksia*. Suom. M. Lång. Tampere: Vastapaino, 158–174.
- Fuchs, Thomas (2013). "Depression, Intercorporeality, and Interaffectivity", *Journal of Consciousness Studies* 20 (7–8), 219–238.
- Grüny, Christian (2004). *Zerstörte Erfahrung. Eine phänomenologie des Schmerzes*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Heinämaa, Sara (2009). "Sairaus ja sen ymmärtäminen: ruuminvammojen ja mielenhäiriöiden tutkimus Merleau-Pontyn havainnon fenomenologiassa", *Tiede & Edistys*, 34 (3), 195–203. <https://doi.org/10.51809/te.104968>
- Husserl, Edmund (2012/1954). *Eurooppalaisen tieteen kriisi ja transsendentaalinen fenomenologia*. Suom. M. Lehtinen. Helsinki: Gaudeamus.
- Husserl, Edmund (2021/1950). *Kartesiolaisia mietiskelyjä*. Suom. Markku Lehtinen. Helsinki: Gaudeamus.
- Jäntti, Saara (2022). "Kotona, sairaalassa – kodin ja mielisairaalan jännitteisiä suhteita mielisairaalamuistoissa". Teoksessa S. Jäntti, K. Heimonen, S. Kuuva, K. Maanmieli ja A. Rissanen (toim.), *Kokemuksia mielisairaalaista: Muistoihin käivertuneet tilat*. Helsinki: SKS, 332–388. <https://oa.finlit.fi/site/books/e/10.21435/skst.1483/>
- Merleau-Ponty, Maurice (2012/1945). *Phenomenology of Perception*. Käänt. D. A. Landes. Lontoo: Routledge.
- Micali, Stefano (2013). "Negative oder differentielle Anthropologie? Eine Auseinandersetzung mit den anthropologischen Untersuchungen Theunissens aus methodologischer Sicht". Teoksessa T. Breyer, G. Etzelmüller, T. Fuchs, G. Schwarzkopf (toim.), *Interdisziplinäre Anthropologie*. Heidelberg: Winter, 255–286.
- Ogden, Thomas H. (2002). "A New Reading of the Origins of Object-Relations Theory", *International Journal of Psycho-Analysis* 83 (4), 767–782.
- Rauhala, Lauri (1974). *Psyykinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa*. Helsinki: Weilin & Göös.
- Theunissen, Michael (1991). *Negative Theologie der Zeit*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

- Thoma, Samuel (2019). "Into the Open: On Henri Maldiney's Philosophy of Psychosis", *Philosophy, Psychiatry, & Psychology* 26 (4), 281–293. <https://doi.org/10.1353/ppp.2019.0044>
- Vuori, Jaakko (2023). *Melancholic Experiences: A Genetic-phenomenological Study of the Typus Melancholicus*. JYU dissertations, 637. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9551-5>
- Waldenfels, Bernhard (2016). *Das leibliche Selbst*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Zahavi, Dan (2008). *Subjectivity and Selfhood: Investigating the First-Person Perspective*. Cambridge (MA): MIT Press.