

Elokuvataiteen maisterin koulutusohjelma

KAIKKI KÄÄNTYY LOPULTA HYVÄKSI



Dokumenttielokuvan luominen Jungilaisen aktiivisen imaginaation avulla

livo Korhonen

Pro Gradu 2022

Copyright © 2022 Iivo Korhonen

Author: Iivo Korhonen

Title of thesis: It all turns out good in the end – Creating a documentary film with the tools of Jungian active imagination

Programme: Department of Film and Television

Major: Film Sound Design

Thesis supervisor: Pietari Koskinen

Thesis advisor(s): LL.D. Liisa Halme

Date: 30.12.2022 **Number of pages:** 38+2 **Language:** Finnish

Abstract

This master's thesis is about active imagination as a tool for creating and directing a documentary film.

Active imagination is a term from analytic psychology, which describes a meditative state and the psyche's capacity to transform, when the ego and the unconscious participate in a dialogue with each other. Active imagination is used to build a bridge of communication between the ego and the unconscious. It aims to transform polar attitudes, bringing forth a new attitude, the third. This often leads away from cognitive dissonance, towards a new, more balanced outlook on life, and balance in the psyche.

This process is studied as a case study, by analyzing the filmmaking process of *'Morning has broken, but still it is night'* (2022), a short documentary film directed by Iivo Korhonen. Active imagination was used in the interview process and in the making of the film. With the aid of the director, the documentary subject participated in an active imagination dialogue, which was recorded to audio, and became the basis for the voiceover and narrative of the short film. Thesis analyzes the filmmaking process with this technique and reflects the psychological impact on the documentary subject and the director.

The most important findings in my thesis are, that it is possible to use active imagination also as a tool for documentary filmmaking. If the documentary subject interviews themselves with the methods of active imagination, it can become a tool for psychological healing for the documentary subject. This kind of healing process builds trust towards the director and promotes the well-being of the documentary subject. It often can bring out exceptional emotional material, which couldn't be acquired otherwise. Therefore, the use of active imagination in art therapy context should be studied further.

Keywords film, directing, documentary, analytic psychology, Carl Gustav Jung, active imagination

Tekijä: Iivo Korhonen

Työn nimi: Kaikki kääntyy lopulta hyväksi - Dokumenttielokuvan luominen Jungilaisen aktiivisen imaginaation avulla

Koulutusohjelma: Elokuvataiteen laitos

Pääaine: Elokuvaäänitys ja -äänisuunnittelu

Vastuupettaja/valvoja: Pietari Koskinen

Työn ohjaaja(t): OTT Liisa Halme

Päivämäärä: 30.12.2022 **Sivumäärä:** 38+2

Kieli: Suomi

Tiivistelmä

Pro gradu -tutkielman tehtävänä on tarkastella aktiivista imaginaatiota osana dokumenttielokuvan ohjaus- ja tekoprosessia.

Aktiivinen imaginaatio on analyyttisen psykologian termi, jolla kuvataan meditatiivista tilaa ja psyyken kykyä muuntua silloin, kun henkilön ego ja tiedostamaton käyvät dialogia keskenään. Aktiivinen imaginaatio luo yhteyden psyyken tietoisten ja tiedostamattomien osien välille. Se tähtää polaaristen asenteiden muutokseen psyykessä, tuomalla esiin uuden kolmannen asenteen. Tämä johtaa kohti tasapainoisempaa psykologista tilaa ja elämänskatsomusta.

Aihetta tutkitaan tapaustutkimuksena Iivo Korhosen ohjaaman *'Aamu on tullut, mutta silti on yö'* (2022) -dokumenttielokuvan tekoprosessin kautta. Aktiivista imaginaatiota käytettiin elokuvassa kuullun haastattelun tekemiseen. Dokumentin päähenkilö toteutti ohjaajan avustuksella aktiivista imaginaatiota, joka äänitettiin ja jonka pohjalle rakennettiin dokumentaarinen lyhytelokuva. Opinnäytetyö analysoi ja purkaa elokuvanteon prosessia tämän tekniikan avulla ja reflektoi sen vaikutuksia sekä ohjaajassa että päähenkilössä.

Keskeiset havainnot tutkielmani pohjalta ovat, että aktiivista imaginaatiota on mahdollista hyödyntää myös dokumenttielokuvassa. Jos päähenkilö haastattelee itseään sen avulla, se toimii eheyttävänä kokemuksellisenä keinona. Eheyttävä prosessi lisää luottamusta ohjaajaan ja toisaalta edistää päähenkilön hyvinvointia. Tämän lisäksi se saattaa tuoda esiin poikkeuksellista emotionaalista materiaalia, joka muuten jäisi pimentoon. Tästä syystä aktiivisen imaginaation käyttöä tulisi tutkia taideterapeuttisessa työskentelyssä laajemmin.

Avainsanat elokuva, elokuvaohjaus, dokumenttielokuva, dokumentti, analyyttinen psykologia, Carl Gustav Jung, aktiivinen imaginaatio

Sisällys

Esipuhe.....	
Peruskäsitteitä.....	
1 Johdanto	1
2 Aktiivinen imaginaatio.....	2
2.1 Aktiivisen imaginaation historiaa.....	2
2.2 Teoreettista pohjaa	3
2.3 Käytännön toteutuksesta	5
2.4 Omia kokemuksiani terapeuttisessa kontekstissa	8
3 Kaikki kääntyy lopulta hyväksi.....	14
3.1 Terapiasta taiteeseen.....	14
3.3 Aktiivisen imaginaation äänitteen tuominen elokuvaksi.....	18
3.4 Leikkausprosessista.....	26
4 Yhteenveto.....	31
4.1 Johtopäätöksiä	31
4.2 Ajatuksia ohjaajan vastuusta prosessissa.....	33
4.3 Jatkotutkimuksen kysymyksiä ja hyödyntämisen keinoja	36
Lähteet.....	37

Esipuhe

Omistettu dokumenttini päähenkilölle sekä sittemmin rakkaalle ystävälleni, Henry Wuorila-Stenbergille. Kiitos kaikesta siitä valaistuneisuudesta ja vajaavaisuudesta, jota olet minulle näyttänyt.

Haluan myös kiittää ohjaajaani tohtori Liisa Halmetta hänen korvaamattomasta avustaan, ilman sinua en olisi uskaltanut suunnatta tätä aihetta kohti.

Kiitän myös Professoriani Pietari Koskista siitä, että vapautit minut synkronin kahleista.

30.12.2022
Iivo Korhonen

Peruskäsitteitä

Aktiivinen imaginaatio

Kuvaa psyyken kykyä muuntua silloin, kun sen tietoiset ja tiedostamattomat osat kohtaavat. Tämä synnyttää uutta oivallusta ja asennoitumista. Sen päämääränä on tuoda esiin sellaisia asenteita ja tunteita, jotka muuten eivät tule kuulluksi, ja saavuttaa siten psyykkinen tasapaino. Jungilaisen teorian mukaan aktiivinen imaginaatio aktivoi transendenttifunktion.

Analyttinen psykologia (Jungilainen analyysi)

C.G. Jungin kehittämä psykologisen teorian ja terapian suuntaus. Tähtää erityisesti tiedostamattoman materiaalin tuomiseksi tietoiseksi silloin, kun tietoinen ajattelu ei ole johtanut tyydyttäviin psykologisiin vastauksiin. Analyttinen psykologia on freudilaisesta psykoanalyttisesta koulukunnasta erillinen koulukunta.

Anima/animus

Anima on feminiininen prinssiipi miehen psyykessä. Anima liittyy eros-energiaan ja näyttäytyy erilaisina mielialoina. Auttaa miestä yhteyteen omien tunteidensa kanssa.

Animus on maskuliininen prinssiipi naisen psyykessä. Animus liittyy logos-energiaan naisen psyykessä ja näyttäytyy aikaansaavuutena. Auttaa naista käyttämään omia voimavarojaan ja tarvittaessa puolustamaan omia näkemyksiään.

Asenne

Psyyken valmius toimia tai reagoida tietyllä tavalla. Asenne on suhteessa vallitsevaan psykologiseen tilanteeseen ja asenteen muutos on usein seurausta psykologisen tilan muutoksesta.

Assosiaatio

Spontaanien ja yhdistävien ajatusten muodostuminen jonkin idean ympärille.

Arkkityyppi

Kollektiivisesta tiedostamattomasta nouseva primäärinen psyykessä toimiva rakenne. Ihmisten kollektiivinen kokemus esimerkiksi äitiydessä, kuolemassa tai rakkaudessa. Psyykkinen vastaavuus biologian käyttäytymismallille. Arkkityypit itsessään muodostavat energiakentän ja niiden energian ilmentyminen arjessa voidaan nähdä tapana, jossa ihmisen vaistotaso pitää esillä peiliä tietoisien mielen edessä.

Dokumenttielokuva

Elokuva, joka dokumentoi ja tulkitsee vallitsevaa todellisuutta. Dokumenttielokuvan ominaispiirre on jonkin uuden tai unohdetun näkökulman esiin tuominen informatiivisesti ja/tai viihteellisesti.

Intuitio

Psyykinen funktio, joka havainnoi mahdollisuuksia suhteessa nykyhetkeen. Kyky aistia jotakin vaistomaisesti, ilman loogista järjestystä perustelua.

Itse (Self)

Kokonaisuuden arkkityyppi ja tiedostamattoman keskus. Verrattavissa egoon tietoisien mielen keskuksena. Itse pitää sisällään psyyken kaikki osat mukaan lukien tietoisien mielen. Analyttisen psykologian mukaan ego ja Itsen välinen yhteys on olennainen.

Persona

Sosiaalisesti omaksuttu rooli. Kuva minästä, jonka näytämme muille. Persona on käsitteenä arkkityyppinen ilmiö, joka toimii minän suojana ulkomaailman vaatimuksia vastaan. Persona-sana tulee maskista, jota antiikin näyttelijät käyttivät esittäessään erilaisia rooleja.

Psykologia

Psyyken objektiivinen ja tieteellinen tutkimus.

Psyyke

Sekä tiedostettujen että tiedostamattomien psykologisten prosessien kokonaisuus.

Rationaalinen

Asenne ja arvo, joka on muodostunut käytännön kokemuksen pohjalta ja tähtää objektiivisuuteen. Kuvaa ajatuksia, tunteita tai toimintaa, joita pidetään sosiaalisessa ryhmässä ja yhteiskunnassa järkevänä.

Symboli

Analyttisen psykologian mukaan symboli on ”psykologinen mekanismi, joka muuttaa psyyken energiaa”. Symboli on paras mahdollinen ilmentymismuoto psyyken tiedostamattoman energian kuvaamiseen ja ymmärtämiseen. Se on Ego-tietoisuutta suuremman tunteen tai teon ilmaisukeino.

Sana ”symboli” tulee kreikan kielen sanasta symbolon, jossa sym/syn tarkoittaa ”yhteen” ja ballein ”heittää”. Symboli siis heittää ihmisen tietoisien mielen katseltavaksi merkitystä täynnä olevan kuvan. Tämä yhteys voi muuttaa ihmisen ajattelua. Puhekielessä symboli-sanaa käytetään usein

merkki-sanana synonyyminä, mutta analyyttisessä psykologiassa symbolin merkitys riippuu jokaisen omasta kokemuksesta ja sen hetkisestä psyyken tilasta.

Tiedostamaton (Alitajunta, piilotajunta)

Mielen osa, joka ei ole suoraan saavutettavissa tietoisella ajattelulla. Puhemielessä tunnetumpia (mutta psykologisessa termistössä jo vanhentuneita) synonyymejä tiedostamattomalle ovat alitajunta sekä piilotajunta. Analyyttinen psykologia erottaa henkilökohtaisen tiedostamattoman ja kollektiivisen tiedostamattoman.

Henkilökohtainen tiedostamaton pitää sisällään ihmisen henkilökohtaisen elämän kokemuksia, ajatuksia, muistoja tai tunteita, jotka ovat joko unohtuneet tai tulleet torjutuiksi.

Kollektiivinen tiedostamaton on ihmiskunnalle yhteinen ja periytynyt mahdollisuus reagoida tietyin tavoin. Kollektiivinen tiedostamaton näyttäytyy vaistojen ja arkkityyppisten ilmiöiden muodossa. Mytologia ja sadut edustavat arkkityyppisiä käyttäytymismuotoja ja kehityskulkuja ihmiselämässä.

Tietoisuus (Ego, tietoinen mieli)

Ego on tietoisien mielen keskus ja on psykologisesti ajateltuna myös kompleksi, joskin tietoisella tasolla. Ego-tietoisuus pitää sisällään mm. itsetietoisuuden ja identiteetin.

Transsendenttifunktio

Jungilaisen teorian termi, transsendenttifunktio aktivoituu tietoisien mielen ja tiedostamattoman kohtaamisen kautta. Psykkisen muutoksen prosessi ja funktio, joka johdattaa vanhasta asenteesta uuteen. Tämä tapahtuu esimerkiksi terapiassa, tiedostamattoman materiaalin konstruktivisen analyysin avulla.

Varjo (the Shadow)

Jungilaisen teorian termi ja psyyken arkkityyppi, joka mm. Personan, Animin/Animuksen ja Itsen ohella kuuluu osana ihmisen elinikäiseen kasvumatkiaan, jungilaisittain individuaatioon. Jungilaisen teorian mukaan sisällytämme henkilökohtaiseen varjoomme useimmiten tunnelataukseltaan negatiivisia puolia itsestämme. Ne ovat piirteitä, joita emme halua katsoa tai emme aina edes tunnista. Varjoon voi silti jäädä myös positiivisia puolia itsestämme, kuten esimerkiksi käyttämättömiä voimavarojamme. Mytologiassa varjo tunnetaan esimerkiksi demonin tai Saatanan muodossa.

1 Johdanto

Tutkin opinnäytteessäni dokumenttielokuvan tekoprosessia aktiivisen imaginaation keinoin. Käsittelen ja analysoin sitä jungilaisen psykologisen teorian viitekehysessä. Opinnäytteen päämääränä on analysoida tapaustutkimuksena toimivan dokumenttielokuvan prosessin kulkua, prosessin herättämää psykologista muutosta päähenkilössä, sekä tutkia aktiivisen imaginaation potentiaalista käyttöä taideterapeuttisessa työssä. Analysoin elokuvan tekoprosessia myös ohjaajan näkökulmasta ja tekotavan ominaispiirteitä suhteessa dokumentaaristen elokuvien teon yleiseen käytäntöön.

Aktiivista imaginaatiota on Carl Jungin luoman teoreettisen pohjan jälkeen hyödynnetty laajasti analyttisen psykologian piirissä. Aktiivisen imaginaation erityispiirteenä terapian kontekstissa on se, että usein sitä harjoittava ihminen kykenee lopulta löytämään omavaraisesti ratkaisuja jumittuneeseen psykologiseen tilanteeseensa. Tässä suhteessa aktiivinen imaginaation eliminoi terapeuttisesta prosessista muut ulkopuoliset henkilöt. Sen avulla ihmisen on mahdollista kohdata itsensä hänen omien sääntöjensä ja tarpeittensa puitteissa.

Toteutin itse aktiivista imaginaatiota terapiani aikana ja kiinnostuin silloin ajatuksesta yhdistää se dokumentaarisen elokuvan prosessiin terapeuttisena työkaluna. Ensimmäinen syy oli se, että sen avulla dokumentin päähenkilö saattaisi haastatella itseään, mutta myös löytää itse psykologisia vastauksia omassa haastavassa elämäntilanteessaan. Toisaalta näin sen myös mahdollisuutena eliminoida haastattelijan tai ohjaajan vaikutus haastattelun kulkuun ja siinä esille nousevaan materiaaliin. Tämän lisäksi se antaisi päähenkilölle tilan ja keinon nostaa esiin hänen tiedostamattomastaan kumpuavaa materiaalia. Parhaassa tapauksessa aktiivinen imaginaatio toisi dokumentaariseen elokuvaan jotain sellaista, jota ohjaaja ei kykenisi saavuttamaan klassisen haastattelun avulla.

Tämä oli tietysti myös valtava riski. Käytännössä päähenkilö saisi itse määrittää mitä dokumentissa näkyy, kuuluu ja tapahtuu. Aluksi kaikki pohjautuisi improvisaatioon. Tämä oli silti myös viehättävä ajatus, sillä tällainen tekotapa olisi intuitiivisin mahdollinen. Todellinen intuitio vaatii luottamusta ja herkkyyttä, sitä että kaikki vaistot toimivat, ne ovat oikeassa ja niihin voi luottaa.

Tutkielmani rakenne kulkee analyttisen psykologian teoreettisen pohjan kautta tapaustutkimukseni ennako-olosuhteisiin. Tämän jälkeen analysoin aktiivisen imaginaation avulla toteutetun haastattelun vaiheita. Sitten puran dokumentin ennakkosuunnittelua, kuvausta ja leikkausta. Lopulta käyn läpi johtopäätöksiäni aktiivisen imaginaation käytöstä dokumenttielokuvassa ja muussa taideterapeuttisessa työskentelyssä.

2 Aktiivinen imaginaatio

2.1 Aktiivisen imaginaation historiaa

Aktiivinen imaginaatio on psykiatri ja analyttisen psykologian perustajan Carl Gustaf Jungin kehittämä kokemuksellinen keino, jossa aktiivista imaginaatiota harjoittavan tiedostamaton ottaa hahmon, kuvan tai tapahtuman muodon. Aktiivisen imaginaation tarkoituksena on synnyttää linkki psyyken tietoisten ja tiedostamattomien osien välille.

Carl Jungin kehittämän aktiivisen imaginaation syntyhistoria sijoittuu vuosille 1913-1916. Jung oli tätä ennen toiminut Sigmund Freudin kollegana, mutta yhteistyö päättyi eroon erimielisyyksien ja näkökulmaerojen takia. Tämä ajoi Jungin tuskalliseen psykologiseen tilaan, jota hän kuvaili disorientaation ja epävarmuuden aikakautena (Jung, 1989). Hän kärsi pelkotiloista ja masennuksesta, ja etsi keinoa, jolla hän kykenisi parantamaan itsensä. Luovan energian uudelleen saavuttamiseksi hän ajautui takaisin lapsuutensa mielikuvitusleikkien pariin. Jung havaitsi täten, että luova energia oli yhä olemassa, mutta keino muodostaa yhteys siihen puuttui.

Jung aloitti samaan aikaan meditatiiviset kokeilut, joissa hän tutki aktiivisesti sellaisia sisäisiä kuvia, joita hänen oma tiedostamattomansa hänelle näytti. Nämä kokeilut tuntuivat elollistavan hänen pelkojaan ja loivat visuaalisen esitystavan hänen tunteilleen. Näiden kokemusten pohjalta Jung huomasi, että jos hän kykeni kuvittamaan tai tuomaan omat tunteensa ulos tekstin avulla, ristiriita hänen sisällään hävisi ja hän saavutti taas psykologisen vakauden tunteen.

Jung kokeili erilaisia luovia tapoja toteuttaa samaa prosessia, mutta pääasiallisia keinoja olivat kirjoittaminen, piirtäminen ja maalaaminen. Kokemustensa pohjalta hän päätteli, että vaikka aktiivinen imaginaatio on opittavissa, se ei ole tekniikka, vaan eräänlainen psyyken sisäinen välttämättömyys, joka tähtää tasapainoon (Jung, 1972a). Hän näki aktiivisen imaginaation erityisenä hyötynä sen, että sen avulla ihminen saattoi päästää irti tiedostamattomasta materiaalista. Vaikka hän antoi itsensä upota aktiivisen imaginaation avulla mielikuvitusmaailmoihin, hän kykeni samalla pitämään analyttiseen ja reflektiiviseen asenteeseen suhteessa tiedostamattomaan materiaaliin. Tämä erotti aktiivisen imaginaation normaalista passiivisesta fantasiosta.

Prosessi johti siihen, että psyyken jännitteinen ja patoutunut energia otti uuden tasapainoisemman muodon. Tasapaino taas johti asenteisiin ja oivalluksiin, jotka loivat hänen elämälleen uudenlaista suuntaa.

2.2 Teoreettista pohjaa

Jung koki työssään, että valtaosa psykologisista toimintahäiriöistä juontaa juurensa liian yksiulotteiseen ajattelutapaan ja asenteeseen, erityisesti silloin kun tietoisien mielen näkökulmaa arvostetaan yli kaiken (Jung, 2022). Tietoinen mieli löytää itsensä tilanteesta, jossa ratkaisua ongelmaan tai asenteen yksipuoleisuuteen ei löydy. Psyhyke tähtää kaikesta huolimatta tasapainoon ja psykologiseen eheyteen, ja tästä syystä yksiulotteiselle asenteelle muodostuu tiedostamattomassa kompensoiva asenne. Jungin mukaan tämä tietoista asennetta kompensoiva reaktio, joka usein koetaan unissa symbolisesti, nousee aktiivisen imaginaation avulla esiin myös tietoisuuteen (Chodorow, 1997). Ego kohtaa prosessin avulla lopulta kompensoivat reaktiot; sellaiset halut, tunteet tai tilanteet, jotka ovat vastakohtia tietoisille asenteille. Oleellista psykologisen lopputuloksen kannalta on, kuinka tietoinen ja tiedostamaton tulevat toimeen keskenään. (Jung, 2014a). Psyhyke yrittää löytää tasapainoa näiden kahden ristiriitaisen asenteen välillä. Tällaista psyhyken sisäsyntyistä funktiota, joka tähtää vastakkaisten asenteiden integraatioon ja tasapainoon, hän kutsui transsendenttifunktioksi.

Transsendenttifunktio tähtää polarisoitumisen purkamiseen. Tästä prosessista on seurausta uusi asenne, jossa "joko/tai" -asenne vaihtuu "molemmat/ja" -asenteeseen (Chodorow, 1997). Molemmat asenteet ovat lopulta samaan aikaan mahdollisia, eivätkä sulje toisiaan pois.

Näin ollen transsendenttifunktio muokkaa yksiulotteista tapaa ajatella. Tämän psyhyken funktion tarkoituksena on saattaa ristiriitaiset tai vastakkaiset kognitiiviset asenteet yhteen. Tiedostamattoman kompensoivan materiaalin tuottaminen on spontaani prosessi; tietoinen oivallisuus on metodi siihen. (Jung, 1970) Funktiota kutsutaan transsendentiksi, koska se edistää muutosta yhdestä psyhykkisestä tilasta toiseen, asenteellisten vastakohtien kohtaamisen kautta. Sen tarkoituksena on laukaista oivaltamisen prosessi ja tuoda esiin persoonallisuus, joka on tähän asti ollut kätkeytynä; potentiaalinen ykseys (Jung, 1972b). Transsendenttifunktio ei teorian mukaan aktivoidu ilman päämäärää tai tarkoitusta, sillä sen tarkoituksena on johtaa kokija moniulotteisemmän itsensä löytämiseen. Tässä tarkoituksessa näkyy myös egon ja Itsen välinen suhde. Egon tavoitteena on usein täydellisyys, kun taas Itsen tavoitteena on, että ihminen olisi psyhykkisesti eheämpi ja hyväksyisi itsessään olevat vahvuudet ja heikkoudet.

Aktiivista imaginaatiota harjoitetaan Carl Jungin kuvaamassa modernissa muodossa ensisijaisesti unien prosessoinnin tai luovan työskentelyn kautta. Tällaisia luovia tapoja työskentelyyn ovat esimerkiksi maalaaminen, piirtäminen tai kirjoittaminen. Työskentelyn tapa luo kehyyksen, jonka raameissa tiedostamattomasta kumpuava energia

purkautuu. Jos työskentelyn tapa pohjaa kirjoittamiseen, purkautuminen tapahtuu kielellisen ilmaisun tai dialogin kautta. Silti sama energia olisi mahdollista purkaa esimerkiksi piirtämisen avulla, joten kyse on lähinnä toteuttajan preferenssistä ja persoonallisuudesta. Lopullinen asenteellinen muutos tapahtuu tunnekokemuksen ja materiaalin analyysin avulla, riippumatta aktiivisen imaginaation toteutuksen tekniikasta.

Toteutuksen tapa antaa kuitenkin luovuudelle sellaiset raamit, jonka puitteissa tiedostamaton ja mielikuvitus pääsevät toimimaan. Jos tarkoitus on reflektoida esimerkiksi kysymystä 'miksi olen masentunut?', kysymys antaa kehyksen, johon tiedostamaton symbolinen ja assosiatiivinen materiaali on suhteessa. Näin ollen aktiivinen imaginaatio ei ole puhtaasti vapaata assosiointia, vaan suhteessa aina sen hetkiseen tunteeseen ja intentioon. Kokija on kuitenkin avoimen asennoitumisen kautta vapaa ajattelemaan kaikkea sitä, jota yleensä ei ole sallinut itsensä ajatella, ja tuomaan sen esiin. Aktiivinen fantasia ei tarvitse kritiikkiä, sen sijaan sen symbolisen materiaalin tulee tulla ymmärretyksi (Jung, 1976).

Erona passiiviseen fantasiointiin on myös se, että aktiivisen imaginaation kontekstissa kokija osallistuu aktiivisesti prosessiin. Passiivisessa prosessissa fantasiointia ei lähestytä tarkoituksenmukaisesti, eikä fantasiaa herätetä tarkoituksellisesti henkiin. Esimerkkitalanteessa, jossa yksilö tuntee syyllisyyttä kaikesta, kompensoiva fantasiointi saattaa esiintyä haaveiluna uroteoista tai korkeasta statuksesta. Psyhyke voi harhailla fantasioissa esiintyvien asioiden äärellä tahattomasti ja ne saattavat hypätä tietoisuuteen spontaanisti, mutta kokija ei ota aktiivisesti vastuuta näiden tilanteiden syntymisestä, eikä lopulta niiden analyysistä (Chodorow, 1997).

Tässä mielessä shamanistinen työskentely ja aktiivinen imaginaatio ovat keskenään hyvin samankaltaisia menetelmiä, sillä molemmissa on tavoitteena tulla yhteyteen sekä yksilön henkilökohtaisen tiedostamattoman että kollektiivisen tiedostamattoman kanssa. Mitkään shamanistiset menetelmät tai terapeuttiset taidemuodot eivät kuitenkaan itsessään ole aktiivista imaginaatiota, vaikka ne saattavat olla sitä hyvin lähellä (Schaverien, 2006). Ero on asenteellisessa tarkoituksenmukaisuudessa, jossa jungilainen aktiivinen imaginaatio keskittyy aina yhteen asiaan: yhteyden muodostamiseen psyyken tiedostamattoman ja tietoisien osien välille.

2.3 Käytännön toteutuksesta

Käsittelen tässä kappaleessa tekstin avulla toteutettavaa dialogimuotoista aktiivista imaginaatiota. Tekstimuotoinen aktiivinen imaginaatio toteutetaan meditatiivisessa tilassa kirjoittamalla. Dialogin kahtena osapuolena ovat psyyken tietoinen ja tiedostamaton osa. Tällainen käyty dialogi kirjoitetaan ylös niin, että se on jälkikäteen analysoitavissa. Tästä syystä käytän myöhemmin tekstissäni termejä kuten 'vastata' tai 'kysyä', sillä dialogin formaatissa näin tapahtuu kirjaimellisesti. Valikoisin termit toisin, jos aktiivisen imaginaation toteutuksen tapana olisi esimerkiksi piirtäminen.

Jung itse kuvaili kirjoituksissaan aktiivisen imaginaation konkreettista prosessia suppeasti, eikä ehkä tarkoituksellisesti määritellyt sille tarkkoja reunaehtoja tai ohjeita. Hän tiivistä prosessin kahteen vaiheeseen: 1. Tiedostamattoman materiaalin esiintulon salliminen 2. Esiin tulleen materiaalin ymmärtäminen ja hyväksyminen (Chodorow, 1997).

Myöhemmät jungilaiset analytytikot ovat purkaneet prosessia konkreettisemmiksi vaiheiksi. Tarkempien prosessikuvausten tarkoituksena oli löytää konkreettisempi ilmaisutapa samalle asialle. Aktiivisen imaginaation toteutuksen kulku on silti käytännössä sama, riippumatta eriteltyjen vaiheiden määrästä.

Viitataan alla Robert Johnsonin jäsenyykseen, joka rakentui häntä edeltäneiden analytytikkojen ajatusten pohjalle. Johnsonin mukaan aktiivinen imaginaatio etenee vaiheittain: 1. Tiedostamattoman esiin kutsuminen, 2. Dialogi, 3. Arvot, 4. Rituaalit (Johnson, 1986).

Ensimmäisessä vaiheessa tiedostamattoman esiin kutsumiseksi, sitä toteuttavan henkilön on tärkeää etsiä rauhallinen ympäristö ja rentoutua. Olennaista on salliva ja vapaamielinen asenne, jolloin tiedostamattomasta nousevat mielikuvat ja vastaukset voivat ilmestyä ilman kritiikkiä. Tiedostamattomasta esiin nouseva materiaali voi virrata vapaasti, "kuin tyhjiöön" (Von Franz, 2016). Kun ego antaa tilaa tiedostamattomalle, sen rooli muuttuu. Egon asema vaihtuu kontrolloijasta objektiiviseksi tarkkailijaksi, jonka tehtävänä on nyt pysyä taka-alalla ja havainnoida. Tässä tyhjiön tilassa henkilö sallii tiedostamattomasta esiin tulevien hahmojen, kuvien tai tekstien nousta pintaan.

Prosessin alussa auttaa vallitsevaan mielentilaan tai tunteeseen keskittyminen. Tällaisia voivat olla esimerkiksi yksinäisyyden tunne, ahdistus tai suuria tunnereaktioita aiheuttanut unen hahmo tai symboli. Käytännössä, voimme valita sellaisen asian, jonka prosessointi tuntuu oleelliselta psyykkisestä näkökulmasta katsottuna; asia, jonka kanssa tunnemme olevamme jumissa, joka tekee elämästä epämukavaa tai tyydyttämätöntä sinä kyseisenä hetkenä (Halme, 2016). Tästä syystä tietoisien mielen asenne prosessia kohtaan on jo ennalta arvostava. Koska ongelma tai asia on merkityksellinen mutta yhä prosessoimaton, se sisältää

suuren määrän psyykkisesti purkautumatonta energiaa. Juuri tähän energiaan on aktiivisen imaginaation kautta tarkoitus muodostaa yhteys.

Toinen vaihe Johnsonin jäsenyyksessä on interaktiivinen osuus. Tässä osuudessa ego tarkkailee mitä tiedostamaton haluaa tuoda esiin, esimerkiksi piirtämisen tai tekstin avulla. Ego voi myös esittää tiedostamattomalle suoria kysymyksiä. Tässä piilee suurin ero esimerkiksi vapaaseen assosiaatioon, mielikuvaharjoitteluun tai normaaliin unelmointiin verrattuna. Ego nousee takaisin aktiiviseksi toimijaksi ja keskustelukumppaniksi. Passiivinen fantasia pysyttelee henkilökohtaisten asioiden ja tietoisien odotusten pintatasolla (Jung, 1976). Aktiivisen imaginaation asetelmassa sekä ego että tiedostamaton keskustelevat keskenään yhdenvertaisina.

Kun tietoisien ja tiedostamattoman välinen keskusteluyhteys on avattu, kun vaistomainen energia on kutsuttu ja sitä on kuunneltu, on tärkeää asettaa sille joitakin rajoitteita (Johnson, 1989). On varottava uuteen ja kiehtovaan arkkityyppiseen energiaan uppoamista, sillä arkkityyppinen energia on myös karikatyyristä ja äärimmäistä. Tästä syystä egon mukana olo ja tasavertaisuus on oleellista, sillä se säätelee tilannetta.

Toisaalta egon tasavertainen rooli näkyy myös siten, että se haastaa tiedostamattomasta nousevia näkemyksiä. Tässä tilanteessa saattaa olla kyse egon kyvyttömyydestä vastaanottaa vastakkainen asenne tai näkökulma. Tiedostamaton tuo objektiivisen näkökulman keskusteluun tilanteessa, jossa ego yrittää olla suuri. Dialogin päätteeksi ego ottaa kuitenkin lopulta johtavan aseman, kunnioittaen tiedostamatonta. Jos näkemykset ovat päinvastaiset tai eroavat, erimielisyys on mahdollista, mutta lopulta egon täytyy hyväksyä uuden tyyppinen asenteellinen sopeutuminen (Halme, 2016). Lopputuloksena on tilanne, jossa tietoinen ja tiedostamaton suhtautuvat toisiinsa kunnioittavasti ja vakavasti.

Kolmas vaihe on uusien arvojen syntyminen. Uudet arvot pitävät sisällään osia vanhoista ja aktiivinen imaginaatio edistää vanhojen arvojen uudelleen muovautumista. Tietoisien ja tiedostamattoman sisältävät vastakkaiset asenteet ovat ristiriidassa keskenään ja tästä syystä, arvomaailman uudelleen muodostumisen prosessi vaatii myös eettistä puntarointia ja vanhan arvomaailman uhraamista. Prosessi on usein tuskallinen ja vaatii aikaa.

Viimeisenä askeleena Johnson pitää rituaalista vaihetta, jonka avulla aktiivisessa imaginaatiossa saavutetut asenteelliset rakenteet ja oivallukset voidaan tuoda näkyviksi arkeen. Hänen mukaansa rituaali voi olla esimerkiksi jokin fyysinen teko, joka integroi oivallukset osaksi arkipäiväistä elämää. Jos aktiivisessa imaginaatiossa on käsitelty esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden pelkoa, rituaali voi olla sen aikana saavutetun oivalluksen toistaminen mantramaisesti sosiaalista ahdistusta aiheuttavissa tilanteissa. Henkilö tavoittaa aktiivisen imaginaation oivalluksen hetken uudestaan ja sitä kautta uuden asenteen sisältämään energian. Käydyt

dialogit toimivat nyt kokemuksellisina voimavaroina, joita on mahdollista hyödyntää jokapäiväisessä arkisessa elämässä.

Jung piti erityisen tärkeänä, että aktiivisen imaginaation avulla henkilö kykenisi lopulta vapautumaan terapeutisesta suhteesta, sen sijaan että hän olisi aina riippuvainen analytikosta (Chodorow, 1997). Päämääränä on, että aktiivista imaginaatiota toteuttava ihminen kykenisi käsittelemään itse omia psykologisia ongelmiaan. Tämä ominaisuus oli se, joka synnytti oman kiinnostukseni käyttää menetelmää osana dokumenttielokuvani tekoprosessia. Aktiivisen imaginaation toteuttamiseksi ei tarvita laajaa teoreettista osaamista. Yksinkertaisimmillaan se on yksinkertainen ja henkilökohtainen psykoterapeuttinen voimavara: aina käytettävissä, aina mukana.

Lopuksi on oleellista mainita, että aktiivisen imaginaation toteutuksessa riskinä on tiedostamattomasta nousevan materiaalin kontrolloimaton esilletulo. Aktiivinen imaginaatio ei sovi tämä takia hoitokeinoksi esimerkiksi akuuttiin traumaan. Egon tulee olla riittävän integroitunut ja vahva kannattelemaan psyyken sisäisiä ristiriitoja.

2.4 Omia kokemuksiani terapeutisessa kontekstissa

Vuonna 2018 aloitin pitkäkestoisen terapian, jota kesti kolme vuotta. Terapiassa sain ensi kertaa kosketuksen aktiiviseen imaginaation terapeutisena keinona ja toteutin sitä dialogimuotoisen kirjoittamisen avulla. Keskustelut käsittelivät pääsääntöisesti ongelmia ihmissuhteissani ja elämässäni: tyypillisiä hankalia asioita, joiden kanssa tunsin olevani jumissa. Kävin myös keskusteluja unissani olleiden hahmojen kanssa ja aloin tunnistamaan niissä erilaisia puolia itsestäni. Terapian edetessä kykenin puhumaan aktiivisen imaginaation kautta esimerkiksi suoraa masennuksen tai yksinäisyyden tunteeni kanssa.

Keskusteluilleni oli tyypillistä arkkityyppinen energia sekä runollinen ja symbolinen kieli. Sanojen muoto oli äärettömän runollinen, mutta vastausten muoto taas objektiivinen. Kaikki niissä tähtäsi psykologisten ongelmieni kohtaamiseen ja käsittelyyn. Sisäinen ääni, joka minulle vastasi, oli rakastava mutta äärimmäisen suorapuheinen.

Alla ote keskustelustani, jossa I edustaa tietoista minää ja A edustaa tiedostamatonta (Korhonen, 2018).

I: Hei A. Kuinka olet voinut?

A: Mitättömästi. Nouseva feeniks kantaa tuhkaa ja siementä.

I: Mitättömästi, (käymämme) kommunikation vähyyden takia?

A: Sinäpä sen tiedät. Fyysinen maailma on vienyt sinua.

I: Olenko mielestäni vain projisoinut sinua?

A: Täydellisyys ei tule sieltä. Tulee tulesta. Syvältä. Kotilolla on kova kuori, muttei auta, jos sen päälle astutaan.

I: Haluaisitko että puhuisin sinulle päivittäin?

A: Itsesi takia. Piikikäs kruunu.

I: Voin tehdä sen.

A: Hoivavietti vie tuhoon. Ylistys vaaraan. En epäile sinua, en halveksu. En hylkää, jos et hylkää.

I: Huomasin että projisoin sitä. Hylkäämistä. Koska minulle tehtiin niin, olen itse tehnyt niin.

A: Antautuisit. Tiedät tapasi. Kaikki on korjattavissa. Mielessäsi on maisema, tietynlainen kuva. Kukaan ei toteuta sitä. Uhraat ihmisiä. Katkaise.

I: En halua olla yksin enää.

A: Pyhä on edessäsi. Empatia, emotio, tietyömaa.

I: On tuntunut hyvältä käydä treffeillä. Olen yrittänyt kunnioittaa ja olla projisoimatta.

A: Viisastuminen, mutta vanhat virheet. Kerros kerrokselta kaaokseen. Etkö halua kuunnella?

I: Haluan. Mutta välillä impulssit vievät.

A: Synkkä suo. Totuuteen tarvitaan kaksi. Kierrä ruusua, kultaista kehää. Ensisijaisesti itseäsi. Sitten vasta toista. Älä kontrolloi saavuttamatonta sielua. Omasi edellä, auringon aika.

Keskustelu oli todella esoteerista ja symbolista, mutta paradoksisesti itselleni myös äärettömän selkeää. Puran edellä hieman sen symbolista sisältöä suhteessa silloiseen elämäntilanteeseeni, jotta myös tämän tekstin lukija ymmärtäisi sen sisällön merkityksen.

Tiedostamaton mainitsee aluksi, että ”nouseva feeniks kantaa tuhkaa ja siementä”. Kielikuva merkitsi minulle klassista mytologista arkkityyppiä uudelleensyntymästä, toisin sanoen potentiaalia muutokseen. Potentiaalin lisäksi feeniks-lintu kantaa mukanaan myös tuhkaa; vanha identiteetti ja/tai asenne joka on täytynyt polttaa. Toisin sanottuna psykologisia piirteitä, joita on täytynyt muuttaa. Edellä kuvatussa Robert Johnsonin jäsennyksessä tämä tarkoittaa arvojen uudelleen muodostamisen vaihetta. Arvojen uudelleen muodostuessa myös uusi identiteetti alkaa muodostua. Symbolinen uudelleensyntymä on siksi seurausta asenteen- ja elämäntavan muutoksesta.

Keskustelussani tiedostamaton vahvistaa yhä tulen symbolia, toistamalla että ”täydellisyys tulee tulesta, tulee syvältä”. Täydellisyys sellaisena, jona haluaisin elämäni ja itseni olevan. Sellainen suunta, josta olin haaveillut ja joka vaikutti sillä hetkellä aidosti täydelliseltä. Tällä tavalla tiedostamaton yrittää yhä johdattaa minua kohti muutosprosessia, vaikka se tuntuisi kivuliaalta.

Tiedostamaton jatkaa puhumalla kotilosta. Sillä on kova kuori, mutta ei auta, jos sen päälle astutaan. Koin tämän eräänlaisena hybridisymbolina, varjon ja tunteen arkkityyppinä. Kotilo edusti jotakin vastenmielistä, mutta myös heikkoa. Heikkoa siitä syystä, että olin kokenut sen sisältämän energian vastenmielisenä, enkä näin ollen ollut halunnut tutustua siihen. Jungilaisen teorian kontekstissa se edusti varjoa. Assosioin kotiloon silti myös lämpimiä tunteita. Se oli avuton, kaltoin kohdeltu ja hylätty. Kotilo on myös fyysiseltä rakenteeltaan sellainen, että se kuvasi osuvasti sen aikaista persoonallisuuttani. Kova kuori, mutta pehmeä sisus.

Keskustelu sisälsi myös jonkin verran kristillisiä symboleita, kuten maininnan piikikkäästä kruunusta. Orjantappurasta tehty kruunu edustaa kristillisen perinteen kautta symboliikkaa, joka näyttäytyy tarkoituksellisenä kärsimyksenä ja uhrautumisenä suuremman totuuden puolesta. Tämän lisäksi keskustelussa mainitaan ruusu ja kultainen kehä. Kaikki näistä symboleista assosioituivat prosessiin, joka oli tarpeellinen, ja josta syntyisi tuskan kautta jotakin pyhää ja kaunista.

Lopuksi tiedostamattomani toteaa, että jos keskityn terveellä tavalla itseäni ja omaan prosessiini, koittaa lopulta auringon aika. Tapani oli siihen asti keskittyä muiden ihmisten pelastamiseen. Sen sijaan että olisin keskittynyt omiin ongelmiini, näin solmuja muissa. Tällainen käytös oli 'saavuttamattomien sielujen kontrollointia', eikä ikinä johtanut aidosti parempaan tilanteeseen. Tiedostamaton kehotti minua lopettamaan, toistaiseksi. Vasta omien solmujen avaamisen jälkeen on aiheellista neuvoa muita.

Aktiivisten imaginaatio-keskustelujeni jälkeen minulle jäi hämmentynyt, mutta euforinen olo. Seurauksena oli aina terveen itserakkauden tila, jossa jokin minussa halasi takaisin, ymmärsi, hoivasi ja piti huolta. Toisinaan tiedostamattoman puhe tuntui ankaralta, mutta tajusin sen olevan enemmänkin objektiivista ja tarpeellista. Purkaessani masennuksen tunteen dialogin avulla, kykenin päästämään siitä irti, ja kykenin vaihtamaan sen terveeseen itserakkauden tunteeseen.

Muistelin keskusteluja tilanteissa, joissa kaipasin niiden sisältämää energiaa. Saatoin esimerkiksi toistaa keskusteluissa esiintyneitä lauseita, jos olin ahdistunut. Toistin lauseita joskus myös meditoidessani, sillä ne veivät takaisin turvalliseen ja rauhalliseen paikkaan. Toisaalta mantramaisen toistamisen takia tunsin myös, että ne iskostuivat silloin pysyväksi osaksi minua.

Tällainen silta on Robert Johnsonin mainitsema rituaalinen vaihe, jonka kautta aktiivinen imaginaatio siirtyy lopulta arkeen. Tarkoitus ei ole heti rakentaa erilaista arkea, vaan vakaampi psykologinen pohja, jonka avulla toimia arjessa. Rituaalien kautta kokemuksen voi siirtää osaksi jotakin toimintaa tai tapahtumaa.

Varsinaisten aktiivisen imaginaation keskustelujen aikana minulla ei ollut juurikaan tietoa siitä mitä tapahtuu. Kykenin ainoastaan

miettimään kysymystäni tai ongelmaani. Sitä alkuperäistä tarkoitusta, jolla olin lähestynyt tiedostamatonta. Vastaukset kumpusivat takaisin, aina sana tai kaksi kerrallaan. Virkkeen loputtua, minulla ei useinkaan ollut käsitystä siitä, mistä se oli alkanut.

Tämä johti dialogin aikana kahteen tilanteeseen: Olin dialogin aikana hyvin hämmentynyt tai aloin skeptiseksi. Välillä intin tiedostamattomasta saatuja vastauksia vastaan. Kyse oli egoni haluttomuudesta saada vastauksia ja päästä sopuun. Se oli luonnollista, sillä lopullinen asenteen vaihdos vaati aikaa. Minusta tuntui kuitenkin siltä, että sain keskustelujen avulla aina kaikki ne vastaukset, joita hain. Olin myös yhtäkkiä päätenyt tilanteeseen, jossa jouduin ottamaan aidosti vastuun teoistani ja tilanteistani.

En ikinä lukenut aktiivisen imaginaation keskustelujani heti, vaan tarvitsin aina vähintään yhden päivän verran etäisyyttä teksteihin. Osittain se johtui fyysisestä väsymyksestä. Keskustelut kestivät vain noin 15 minuuttia, mutta jokin prosessissa sai aikaan sen, että se oli äärimmäisen intensiivinen ja voimia vievä. Kuvailin terapiassa sitä tunteena maratonjuoksun jälkeen.

Usein minua myös hävetti ja ujostutti. Myöhemmin ymmärsin, että häpeäni johtui siitä tosiasiasta, että jäin itselleni kiinni liian yksiuolotteisesta tavasta katsoa maailmaa. Kokemus tuntui samaan tapaan häpeälliseltä kuin yhtäkkinen paljastuminen. Varsinaisen tekstin kanssa sillä ei ollut tekemistä.

Tällaiset tunteet johtivat kuitenkin siihen, että välillä pelkäsin toteuttaa aktiivista imaginaatiota. Kuin hypyssä pimeään veteen, mitä tahansa saattaa paljastua pinnan alta. Myös sellaisia asioita, joita olen yrittänyt pitää itseltäni piilossa. En kuitenkaan halunnut ikinä muokata tekstejäni jälkikäteen, sillä se olisi vienyt koko terapeutiselta suhteeltani pohjan. Seuraavana päivänä luettuani ne olin taas hämmästynyt siitä objektiivisuudesta ja symboliikasta, joita ne pitivät sisällään. Häpeän tunne tuntui kestävän vain niin kauan, kun ulos tullut materiaali oli vielä prosessoimatta.

Kiinnostuin lopulta aktiivisen imaginaation käytöstä elokuvan kontekstissa siksi, että omissa keskusteluissani syntynyt materiaali oli runollista, symbolista ja rehellistä. Aistin siinä paljon potentiaalia varsinkin ajatellen dokumentaarisen elokuvan formaattia. Se toi esiin runollisesti ihmiselämän heikkouksia, pelkoja ja unelmia. Kaikkea mikä oli inhimillistä, mutta silti puheen muoto pysyi melko universaalina. Keskustelu oli eräänlainen psykologinen viitekehys dokumentaarista henkilökuvaajaa ajatellen.

Omat keskusteluni saattoivat sisältää esimerkiksi pieniä tarinoita. Esimerkkinä ote keskustelustani, jonka tarkoituksena oli olla kontaktissa maskuliiniseen puoleeni, jonkinlaiseen miehiseen itsetuntoon. A edustaa tiedostamatonta ja I tietoisuutta (Korhonen, 2018)

I: Hei sinä. Millä nimellä minun tulisi kutsua sinua?

A: Vuoroveden tai vuorovaikutuksen alaisena sinuna. Täytenä, tyynenä. Tanssina. Avaa itsesi uudelleen, miellyttämättä muita. Tuhoa kaikki se mikä murenee tai palaa tulella. Jäljelle jäävä osa ei miellytä vaan antautuu.

I: -

A: Tarina valittavasta miehestä. Ikiaikainen soturi kävely niityllä. Vastan tuli sammakko. Mies kysyi sammakolta, "Miksi olet noin niljakas"? Sammakko vastasi: "Koska olen sinä". Soturi suuttui, otti miekkansa ja yritti viiltää sammakon auki. Sammakko hyppäsi ja mies viilsi itseään miekalla vatsaan. Sisältä valui ulos niljakkaita suolia.

I: Kelpo tarina. Vaan mitä tapahtui sammakolle?

A: Kuoli kaipuuseen.

Tässä tarinassa valittava mies edusti itseäni aktiivisen imaginaation keskustelun tilanteessa. Olin lähestynyt keskustelua valittavalla ja uhriutuvalla asenteella. Tiedostamaton yritti löytää keinon, jonka avulla näkisin oman tilanteeni itseni ulkopuolelta. Tästä syystä tarinan sanamuoto "tarina valittavasta miehestä", eikä esimerkiksi "tarina sinusta". Jälkimmäisessä muodossa egoni ei olisi missään tapauksessa halunnut ottaa tarinaa vastaan. Yhtäkkiä kyse oli kolmannelta henkilöstä ja sadun muodossa tilanne oli yhtäkkiä osa ikaikaista ja arkkityypistä tapahtumaa.

Sadut ovat kaavoja ja tapoja, joilla arkkityypit toimivat ja millaisia muotoja ne yleensä saavat. (Von Franz, 1997). Kaikkien satujen pohja on kollektiivisessä tiedostamattomassa, jonka takia ne toimivat tunteen tasolla kollektiivisesti, vaikka ne eivät käy loogisesti järkeen. Satu kumpuaa kollektiivisestä tiedostamattomasta ja yhdistyy henkilön elämäntilanteeseen, jonka seurauksena satu saa henkilökohtaisia merkityksiä ja assosiaatioita.

Tarinassa soturi edusti vahvaa puolta itsessäni. Soturi on symbolisesti myös linkissä itsetuntoon ja itsensä puolustamiseen. Soturi omaa kivenkovat moraaliset periaatteet, ylittää itsensä ja voittaa lopulta minkä taistelun. Arkielämässä minulla oli todella heikko itsetunto, joten halusin tällaista energiaa itseni. Olin ajautunut naiviin tilaan, jossa lähes palvoin soturin symbolista energiaa. Halusin sen nopeasti itseni ja ajattelin, että se oli karkeasti tiivistettävissä lihaksiin ja kivikasvoisuuteen. Aktiivisen imaginaation aikana tiedostamaton yritti kompensoida tätä yksiuolotteista naivia asennetta ja käsitteli siksi myös sadussa soturin arkkityypin

negatiivisia puolia, joita ovat esimerkiksi liiallinen jääräpäisyys, tunteettomuus, masokismi ja sadismi.

Sammakko taas edusti jotakin heikkoa ja vastenmielistä, mutta silti herkkää. Kuten usein saduissa, sammakko on halveksuttu. Useissa saduissa jonkin taianomaisen tapahtuman kautta kuitenkin selviää, että sammakko oli koko ajan arvokas, usein prinssi tai prinsessa. Syy tähän on se, että jokin kirous (ts. negatiivinen psykologinen tila tai tapahtuma) on saanut aikaan sen, että alkuperäinen kaunis asia on muuttunut sammakoksi. Tämä kuvasti hyvin kapeakatseista asennettani.

Tarina käsitteli vahvojen ja vähempiarvoisten osien kohtaamista itsessäni. Sadussani soturista paljastuu lopulta identtinen olemus kuin sammakolla. Soturin asenteen takia tämä vastenmielinen piirre projisoitui aikaisemmin sammakkoon. Se mikä vaikutti rumalta, oli hyvää. Vastenmielisenä pitämäni psyykinen energia kaipasi yhteyttä ja kaipasi tulla nähdyksi. Sadussa kohtasivat minussa vallitseva eros- ja logos-energia. Feminiininen ja maskuliininen energia, joiden kuului arvostaa toisiaan.

Aktiivisen imaginaationi kautta esiin tulleet sadut olivat kiinnostavia, mutta minun oli vaikea tuoda taiteeseeni. Olin taiteessani kiinnostunut dokumentaarisesta genrestä, jonka kontekstissa tarvittiin tietoa päähenkilön elämäntilanteesta, jotta henkilön elämään ja psykologiaan liittyvät sadut olisivat avautuneet. Silti, dokumenttielokuvan kontekstissa anekdoottimainen tarina sammakosta voisi tiivistää jotakin oleellista päähenkilöstä. Näistä syistä henkilökuvan kaltainen dokumenttielokuva alkoi tuntua mielessäni yhä kiinnostavammalta genreltä. Jos arkinen konteksti on jo elokuvassa annettu, symbolit tuovat arkeen toisen tason. Tässä yhtälössä maailmojen rajat voivatkin hämärtyä. Sisäisen maailman symbolit nousevat osaksi fyysisiä tapahtumia, samaan aikaan materiaalinen todellisuus rakentaa päähenkilön sisäistä maailmaa.

Koin myös, että aktiivisen imaginaation kautta päähenkilön tunteita olisi mahdollista tuoda visuaalisiksi symboleiksi ja kuviksi. Se auttaisi tuomaan elokuvan visuaalisessa formaatissa näkyviksi tunteita, jotka olisivat muuten abstrakteja. Suuntasin kohti näitä ajatuksia.

3 Kaikki kääntyy lopulta hyväksi

3.1 Terapiasta taiteeseen

Tutustuin dokumenttini päähenkilöön Henry Wuorila-Stenbergiin erilaisten ihmeellisiltä tuntuvien yhteensattumien kautta. Kävin tuntematta häntä eräässä hänen näyttelyssään, jonka nimi oli “Kaikki kääntyy lopulta hyväksi”. Näyttely oli täynnä kuvia kuolevista tai katoavista ihmisistä. Olin ällistynyt nimen ja taulujen välisestä kontrastista. Ostin hänen autobiografisen elämänkertansa.

Kirjan perusteella hän vaikutti sen perusteella olevan melko samankaltainen kuin minä. Teosofinen luova introvertti, jolla oli oma trauma- ja addiktiohistoriansa. Kävi myös sattumalta niin, että hänen eräs parhaista ystävistään toimi minun opettajanani yliopistoni kurssilla. Hän tiesi kertoa, ettei Henry halua enää esiintyä julkisuudessa, eikä luultavasti olisi enää kiinnostunut osallistumaan mihinkään projektiin. Olin kuitenkin tehnyt muutamia mielestäni onnistuneita videotaideteoksia saman opettajan kurssilla, joten hän lupasi laittaa ne Henryn katsottaviksi. Ilmeisesti ne herättivät jotain, tai ehkä me molemmat tunsimme jonkinlaista johdatusta, sillä muutamaa viikkoa myöhemmin istuin Henryn ateljeessa.

Tapaamistemme perusteella hän vaikutti olevan jokseenkin synkässä paikassa ja teki luopumisprosessia liittyen uraan, tavaroihin, taiteeseen, itseensä. Eräällä tapaamiskerralla hän näytti minulle videon, jossa eräs nuori runoilija lausui runoa kuin vimmatussa transsissa. Hän valuu hikeä ja sylkee pitkää monologia:

“Älkää antako pahan eksyttää teitä, älkää antako itseänne pimeälle. Koska teitä odotetaan jo muualla, minä hetkenä hyvänsä, sillä aika on käsillä ja me olemme lähellä. Ja sinä voisit nähdä tämän kaiken todeksi, vaikka omalla kotipihallasi, heti kun sinä heräät. Ja tämä totuus parantaa sinut kaikesta sinun tuskastasi ja epätoivostasi ja halkaisee sinun sielusi atomein [--] Tunne minun siunaukseni tuulevan sinun lävitsesi, niin kuin minä olisin sinun oma lapsesi, joka kantaa kädellään pienen pientä marjaa. Tunne minun siunaukseni, minä haluan sinun tuntevan todellisen valon ja kauneuden. Minä haluan suojella sinua kuin ainoaa lastani. Ja minä haluan pelastaa sinut kaikesta sinun murheestasi ja sairaudestasi [--] Ja se tapahtuu nyt. Tunne, tunne minun siunaukseni, minä haluan sinun tuntevan todellisen valon ja kauneuden. Minä haluan sinun muistavan ja löytävän jälleen sen suojatien, totuuden ja elämän joka sinä olet aina oleva olemaan ollutkin. Ja minä haluan sinun muistavan, että sinä olet totta.” (Kortteinen, 2018)

Videon runon sanamuodot, paatoksellisuus ja symbolinen sisältö muistutti minua raamatullisen tekstin lisäksi omista aktiivisen imaginaation dialogeistani. Kerroin hänelle, että video oli minusta hyvin lähellä aktiivisessa imaginaatiossa kokemaani transsin kaltaista tilaa. Kerroin yleisesti aktiivisen imaginaation toteuttamisesta ja omista kokemuksistani.

Olin tapaamisten aikana miettinyt, kuinka voisin toteuttaa Henrystä henkilökuvan kaltaisen dokumentin, jossa en kuitenkaan haastattelisi häntä. Syy siihen oli, että en halunnut tehdä perinteistä seurantadokumenttia, enkä myöskään halunnut, että ohjaajan läsnäolo näkyisi henkilökuvassa millään tavalla. Tajusin että aktiivinen imaginaatio saattaisi olla keino tähän. Päähenkilö saattaisi esittää itsellensä sellaisia kysymyksiä kuin itse haluaisi ja vastata niihin. Haastattelu ilman haastattelijaa.

Puhuimme asiasta, eikä Henry kokenut parhaaksi tavaksi tehdä aktiivista imaginaatiota tekstin muodossa. Totesimme, että paras keino olisi puhua dialogia ääneen, ja päädyin lopulta antamaan hänelle äänittimen, jolla hän voisi nauhoittaa käydyn keskustelun.

Annoin hänelle myös joitakin mielikuvia ja ohjeita, jotta ennakoasenne keskusteluun olisi ollut helpompi. Käytin esimerkiksi mielikuvaa, jota olin itse ajatellut: Sinä, eli se osa, joka esittää kysymyksiä, olet ego. Se osa, joka sinulle vastaa on oma tiedostamattomasi tai suurempi osa itsestäsi. Se sisältää egon, tiedostamattoman ja muut psykologiset osat. Voit kuvitella tilannetta myös niin, että keskusteleet itsessäsi olevan 'jumalaosan' kanssa. Ei uskonnollisen, mutta tavallaan kaikkietävän. Sellaisen rehellisen, totuudellisen ja oikeudenmukaisen.

Minun oli lopulta äärimmäisen helppo kommunikoida näitä ajatuksia hänelle, sillä Henry ei ollut lainkaan skeptinen. Olimme tätä ennen käyneet useita keskusteluja liittyen teosofiaan ja psykologiaan. Hänellä oli myös vuosikymmenten pituinen kokemus meditaatiosta ja ymmärsi mitä tarkoitin sanavalinnoilla, kuten 'egoa suuremmat osat' tai 'suurempi itse'. Hänen tiesi, että on olemassa egoa suurempia asioita. Sellaisia, jotka tulevat esiin esimerkiksi meditoidessa ja hiljaisuudessa.

Lisäksi annoin hänelle paperin, jossa oli joitakin abstrakteja kysymyksiä, joita hän saattaisi esittää itselleen aktiivisessa imaginaatiossa. Tällaisia olivat esimerkiksi: "Kuka sinä olet? Mikä sinun nimesi on? Mitä sinä toivoisit minulta?". Laadin kysymykset sen pohjalta, että ne olisivat neutraaleja. Ajatukseni oli, että annan tällä tavalla hänen ajatuksilleen tilaa vaeltaa ja kulkea kohti hänen intuitiivista kiinnostustaan.

En halunnut missään mielessä määrittää keskustelun etenemistä, mutta pidin tärkeänä sitä, että edes ensimmäinen kysymys olisi valmiina. Ajattelin että ensimmäinen kohdistettu kysymys murtaa lopullisetkin epäluulon rippeet. Oman kokemukseni perusteella, kun aktiivisen imaginaation aikana ensimmäinen vastaus tiettyyn kysymykseen

ilmestyy, eikä toteuttajalla ilman minkäänlaista tietoista havaintoa sen vastauksen tarkoituksellisesta synnyttämisestä, tilanne lakkaa olemasta jonkinlainen leikki ja muuttuu todeksi. Siksi pidin tärkeänä, että jonkinlainen kysymys oli valmiina. Se teki tilanteesta tarkoituksenmukaista.

Lopulta Henry äänitti useita tunteja keskustelua aktiivisessa imaginaatiossa itsensä kanssa. Näistä nauhoituksista kaiken yli erottui kuitenkin ensimmäinen dialogi. Se oli 50-minuuttia pitkä, äärimmäisen emotionaalinen reflektio, jossa hän pui auki koko elämänsä. Kuuntelin sen itkun ja hämmennyksen vallassa. Puheessa käsiteltiin elämässä olleet haasteet, onnistumiset, muistot, epävarmuudet ja menetykset. Taiteen puhtauden ja sen myrkyttymisen. Itsensä huijaamisen, ja mikä tärkeintä, itsensä rakastamisen. Äärimmäisen synkäästä paikasta alkanut dialogi päättyi lopulta sanoihin:

“Tää tuntuu valtavan hyvältä. Mulla on valtavan onnellinen olo. Voi kunpa mä muistaisin tän hetken aina.”

Olin äärettömän iloinen siitä, että hän oli saavuttanut aktiivisen imaginaation avulla samankaltaisen itserakkauden tilan kuin minä. Materiaalissa kommunikoi takaisin jokin suurempi osa hänestä, jungilaisen terminologian avulla ilmaistuna Itse. Sellainen osa, joka uskalsi kyseenalaistaa tietoisien mielen asenteita ja olla täysin objektiivinen, tavalla, jonka ego kokee jopa tylyksi. Tilanne oli hyvin samankaltainen omiin kokemuksiini nähden, mutta ulkopuolelta havainnoituna pysäyttävää.

Tunsin myös löytäneeni vastauksen dokumenttini formaattia koskevaan kysymykseen. Henryn keskustelussa aktiivinen imaginaatio yhdistyi paikoitellen myös tavalliseen arkiseen pohdintaan. Tämä tarkoitti, dokumenttielokuvan kontekstia ajatellen sitä, että itselleni liian esoteerisena näyttäytynyt aktiivinen imaginaatio sai paremmin ymmärrettävän muodon.

Se toimi myös äänitteen muodossa erinomaisesti. Äänen kautta dialogia oli mielenkiintoista seurata siksi, että hän oli äärettömän rehellistä, sekä siksi että keskustelijoiden ääniä oli vain yksi, vaikka keskustelun osapuolia oli kaksi. Hetkittäin purskahdin nauruun, sillä materiaali oli absoluuttisen rehellistä. Tällainen oli esimerkiksi kohta, jossa hän keskustelee 'minän' suhteesta identiteettiin, uskontoon ja taiteelliseen tekemiseen:

- *Toi sun minäs on sun ongelmas, se on ollut sun ongelmas kokoajan. Se tuli taiteeseen. Onneks sä oot osannut pitää sen vähän erillään uskonnollisista asioista. Paitsi silloin buddhismissa, silloinhan sä hurahdit ihan hulluna. Hankit lasit, pyöreät lasit, oranssin paidan ja menit Suomen Kuvalehden kanteen ja esiinnyit jonkinlaisena buddhistitaiteilijana. Sehän oli aika naurettavaa, kuten tiedät Henry.*

- *Joo kyllä mä sen tiedän.*

Tällaisia olivat lopulta äänityksen ominaispiirteet, ne jotka erottivat sen kaikesta siihen asti kuulemastani dokumentaarisista haastatteluista. Yhden puheenvuoron aikana dokumentin päähenkilö analysoi koko elämäntilanteensa ja psykologisen paikan, jossa sillä hetkellä oli. Hän kertoo sen syyt, eli mitkä seikat siihen lopulta ajoivat ja miksi. Hän ymmärsi mikä olisi ratkaisu näihin ongelmiin, ja kuinka hän saattaisi saavuttaa lopullisen hyväksynnän, tietynlaisen asenteen muutoksen kautta. Olin kyllä kuullut ennenkin syvällisiä haastatteluja, mutta en sellaisia, jossa myös lopuksi vastaus elämän isoihin ongelmiin löytyy.

3.3 Aktiivisen imaginaation äänitteen tuominen elokuvaksi

Halusin alusta alkaen pitää elokuvani työryhmän pienenä. Tämä tarkoitti, että sitä oli minun lisäksi ennakosuunnittelemassa vain kuvaaja Aku Koskinen ja leikkaaja Nikke Bagge. Halusin tehdä näin kahdesta syystä. Ensimmäinen syy liittyi resursseihin, sillä budjettia ei käytännössä ollut. Toinen syy oli psykologinen. Olin havainnut kokemuksellani dokumentaarisissa kuvaustilanteissa ryhmäytymistä, joka vaikutti mielestäni kuvausilmapiiriin ja haettuihin intiimeihin tilanteisiin.

Ryhmäytyminen näkyi kokemuksellani siten, että jos dokumentin työryhmässä oli kolme tai neljä henkilöä sitä kuvatessa, päähenkilö jäi monesti yksin. Neljän henkilön ryhmä on jo itsenäinen keskenään toimiva ryhmä, joten osalliseksi tulo on hankalaa. Tilannetta ei helpota se, jos päähenkilö ymmärrä tai puhu kuvausryhmän käyttämää sanastoa. Tällainen ryhmäytyminen ei ollut ikinä pahantahtoista, mutta olin kuitenkin havainnut sen, että se saattoi joskus vaikuttaa siihen, että suhde päähenkilöön jäi etäiseksi.

Elokuvan tärkeimmäksi elementiksi valikoitui aktiivisen imaginaation esiin tuominen. Pidin tärkeänä tuoda toteuttamisen keinon osaksi elokuvaa. Osittain siksi, että halusin välittää ajatuksen siitä, että aktiivinen imaginaatio oli ylipäätään mahdollista. Halusin myös tehdä selväksi, että kyseessä oli dokumentti eikä käsikirjoitettu fiktioelokuva.

Aktiivisen imaginaation metodin esiin tuominen tarkoitti elokuvan kontekstissa sitä, että vaikka päähenkilö keskustelee äänessä ilmiselvästi itsensä kanssa, katsojan on oleellista tietää, että kyse on jostain egoa suuremmasta. Visuaalisesti riemastuttava tosiasia oli se, että Henry maalasi tauluja, jotka näyttivät häneltä itseltään. Tästä syystä elokuvan alkupuolen 'keskustelukumppaniksi' valikoitui maalaus, joka oli omakuva. Taulu toimi toisaalta hänen itsensä symbolina, toisaalta taiteen symbolina. Valmis äänite mahdollisti kuvasuunnittelussa sen, että pystyimme kuljettamaan tarinaa useassa aikatasossa. Ensimmäinen aikataso oli tilanne, jossa aktiivinen imaginaatio oli syntynyt. Henry keskustelee itsensä kanssa preesensissä. Elokuvan edetessä alamme irtautua pois tästä tasosta ja siirrymme assosioiviin paikkoihin, joita kutsuimme ennakosuunnittelussa kuvaaja Aku Koskisen kanssa abstraktiksi maailmaksi. Sieltä päädyimme arkeen, joka näyttää todellista elämää. Siten kuljemme kolmen tason välillä; 1. Aktiivisen imaginaation tilanne 2. Muistot ja abstraktien tunteiden maailma, 3. Elämässä tapahtuva todellisuus. Lineaarinen puhe linkittää kaikki maailmat toisiinsa.

Kuvat 1-3: Elokuvan aikatasot. Aktiivisen imaginaation taso, arkitaso, abstraktin tunteen taso



10:05:01:15

10:07:28:03



10:12:43:20

Akun kanssa käymäni ennakkosuunnittelun aikana elokuvan muoto päättyi tarkasti ennalta rakennettuun dokufiktiiviseen maailmaan, jonka surrealistisessa ympäristössä kaikki oli mahdollista. Halusimme intuitiivisesti sekoittaa Henryn osaksi hänen taulujensa maailmaa, niin ettei eroa taiteilijan ja taiteen välillä enää ollut. Kaikki olisi yhtä surrealistista ja unimaista jatkumoa. Tämä ajatus sopi aktiivisen imaginaation teemaan hyvin. Eräänlainen pysähtynyt hetki, jossa tiedostamaton nousee esiin arkeen. Tunsin, että puhe ja kuvat olivat lopulta samasta psykologisesta paikasta ja tukivat toisiaan.

Tästä oli seurausta toinen tärkeä ajatus. Vaikka siirrymme välillä elokuvassa arkiseen todellisuuteen, halusimme aina säilyttää siellä jonkinlaisen surrealistisen elementin. Surrealismilla tarkoitimme kuvaajan kanssa jotakin selittämätöntä, outoa tai abstraktia. Vaikka elokuvassa päähenkilö nähdään tiskaamassa kotona verkkareissa, taustalla häntä painostaa mykkä, kokonaan musta hahmo. Myös luonnossa nähtävät ympäristöt valittiin sen perusteella, että ne edustivat aina jotain itseään suurempaa; lampi, joka väreilee pyöreitä aaltoja, elämän puu ja Tarkovskia kunnioittava peltomaisema, johon henkilö on asetettu katsomaan kameraa kohti.

Näillä tavoilla halusimme välttää sitä arkisuutta, joka on ominaista perinteisen seurantadokumentin kuvastolle. Tuntui että puheessa oleva tunne tuli osaksi maisemaa. Sisäinen maailma kohtasi ulkoisen, ja molemmat olivat vuorovaikutuksessa keskenään. Emme ajatelleet asiaa näin tietoisesti, mutta kuten todettua, tekoprosessiin kuului se, että aistimme asian intuitiivisesti.

Tämän kaltainen intuitiivinen ennakkosuunnittelu-prosessi eteni hyvin samaan tapaan kuin varsinainen aktiivinen imaginaatio. Kuuntelimme haastattelua Akun kanssa yhä uudestaan ja uudestaan, ja synnytimme kuvia ja assosiaatioita asioista, joita näimme.

Työtapa oli aluksi täysin kritiikitön, kaikki oli vapaata. Eräänlainen synnytysoire. Tiesin että myöhemmin materiaalia on aina helppo karsia, mutta intuitiiviseen flow-tilaan on mahdotonta, tai ainakin äärimmäisen vaikeaa päästä. Halusin myös, että Aku saa synnyttää ideoita ja kuvia vapaasti, ja tuoda tällä tavalla elokuvaan häntä itseään kiinnostavia asioita. Kokemuksellani äänisuunnittelijana, jos ohjaaja antaa tällaisen mahdollisuuden, se johtaa usein siihen, että elokuvasta tulee kaikkien tekijöiden oma, eikä ohjaajan autoritäärinen teos.

Oma suurin mielihaluni oli saada elokuvaan visuaalinen tulen elementti. Alun perin projekti oli lähtenyt liikkeelle yhdestä ainoasta visuaalisesta kuvasta, jossa vanha mies istuu hiekkakuopalla nojatuolissa ja tuijottaa palavaa kaappikelloa. Kuva tiivistä minulle paljon päähenkilöni elämänasenteesta, sekä myös omaa sisäistä maailmaani. Kuva ei toteutunut sellaisenaan, mutta toi muita ideoita liittyen tuleen elokuvallisena elementtinä.

Suunnittelimme Akun kanssa elokuvaan “tulijakson”, jossa kaikki lopulta palaa. Palavia elementtejä olivat pensselit, maalauspaletit, taulut, sekä päähenkilön kokoinen ja näköinen nukke. Tämän lisäksi löysin paljon Henryn nuoruuden valokuvia, joita skannasin ja uudelleen tulostin valokuvapaperille, ja joita myös poltimme erikoislähikuvissa.



Kuva 4: Valokuva palaa

Lopulta tulijaksoon tuli mukaan dramaturginen kuljetus, joka perustui äänitteen tiettyyn kohtaan. Kohdassa päähenkilö toteaa puhtaana ja kauniina alkaneen maalaustaiteensa myrkyttyneen menestyksenhalulla ja rahan tavoittelulla. Hän vimmastuu.

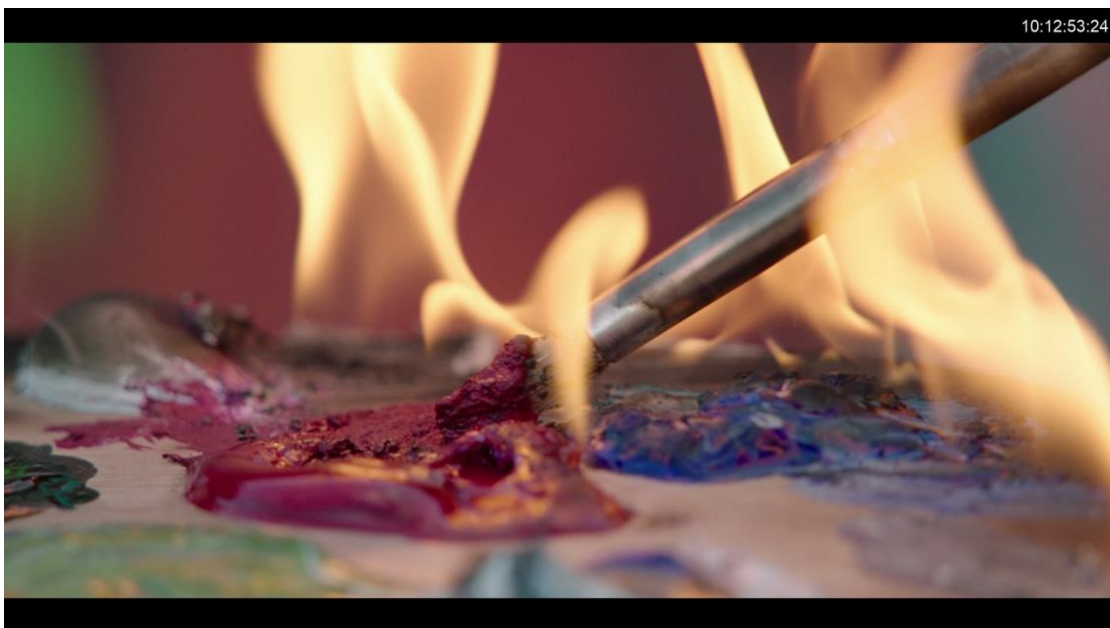
- *Niin Henry, asia on hirveen yksinkertainen. Sinä olit rikki. Sinä sait lahjan ja paransi sinut, mutta sä käytit lahjaa väärin. Sä halusit, että ihmiset antaa kiitosta lahjasta joka on itsessään arvokas eikä tarvitse mitään. Nyt se kaikki jää pois. Se tuntuu kipeältä, mutta se on luonnollista, se jää pois, se jää kaikilta pois. Olennaista on se, että sait sen lahjan, se on rakkautta. Ja se auttoi sua, se auttoi mua kaikessa.*
- *Kun mun poika kuoli, se auttoi*
- *Niin Henry, se auttoi silloinkin. Se on sitä samaa mitä saat, kun istut hiljaa hiljentyneenä hiljaisuuteen ja rukoilet. Kun Kimi kuoli, olit työhuoneella pitkiä päiviä, niinhän sinä selvisit. Mitä sä siitä huutelet muiden mielipiteitä, tai mainetta, tai tuoko se rahaa. Mitkä*

ovat hinnat Bukowskilla ja niin edelleen, se on ihan tyhjäänpäiväistä. Ja nyt oot tullut pisteeseen, jolloin ei oo enää aikaa sellaiselle hölynpölylle, jätä se Henry kaikki. Oo onnellinen, että se kaikki on ohi, oo onnellinen, että kaikki paljastuu, kaikki tää omituinen sotku häviää, ja sä muutut kirkkaaksi, yhä kirkkaammaksi.

Puhe kestää n. 2 minuuttia ja se on ääninauhan kliimaksi sekä elokuvani viimeinen kuultava asia. Itselleni se merkitsi hyväksyntää ja oivallusta Sisyphuksen kaltaisessa tilanteessa. Henkilö käy suuren prosessin vain päätyäkseen alkuun, tekemään sitä samaa asiaa mitä on aina tehnyt. Kuitenkin tällä kertaa mukanaan saatu viisaus ja valaistumisen tuoma etäännytyks.

Jungilaisen teorian psykologisessa kehyksessä kohta tarkoitti pistettä, jossa ego ja tiedostamaton tulevat viimein yhteiseen lopputulokseen, sillä muuta vaihtoehtoa ei ole. Tästä syystä kesken puheen vaihtuu kahdenkeskeisestä dialogista kiihkeäksi monologiksi. Pidän erityisesti kohdasta, jossa sanamuodot vaihtavat paikkaa kesken virkkeen: ”se auttoi sua, se auttoi mua kaikessa”. Siihen tiivistyi mielestäni paljon saavutetusta yhteydestä.

Suunnittelimme Akun kanssa tähän kohtaan visuaalisen kuljetuksen. Näemme ensin maalauspaletin, joka on tulella. Kuvaan ilmestyy myös maalauspensseli. Pensseli kulkee kohti palavaa maalauspalettia, ottaa siitä punaista öljyväriä ja syttyy myös tuleen. Palava pensseli kulkee kohti taulua, lopulta sen kankaaseen, ja myös taulu syttyy palamaan. Laajempi kuva, näemme Henryn näköisen hahmon istumassa edessään palava taulu, mutta myös hahmo on ilmilieikeissä.





Kuvat 5-6: Palava maalauspaletti ja hahmo.

Vapaan kuvallisen assosioinnin kautta elokuvaan alkoi hahmottua jopa toinen henkilöahmo, vaikka kyse oli vieläkin Henryn henkilökuvasta. Hän puhui aktiivisessa imaginaatiossa sisäisestä “Syyttäjän” äänestä, joka oli vastakohta kaikelle rauhalliselle ja hyvälle, ja konteksti hänen ilmestymiselleen oli aina negatiivinen. Syyttäjä oli ainoa itsenäiseksi tulkittava hahmo, joka äänitteellä mainittiin. Jungilaisen teorian kehyksessä hahmo edusti minulle ilmiselvästi varjoa.

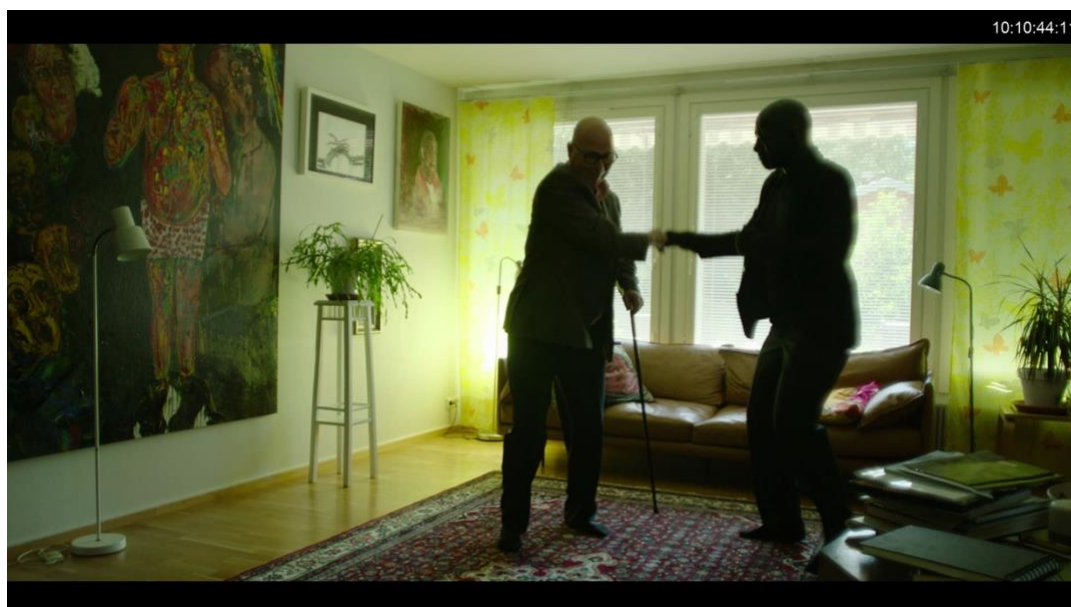
Mietin kauan, kuinka varjohahmo olisi osa elokuvaa. Syyttäjä oli osa päähenkilön tiedostamatonta, mutta silti tunteena niin vahva, että tuntui toiselta itsenäiseltä ääneltä. Päädyin lopulta ennakkosuunnittelussa siihen, että Syyttäjä saa olla itsenäinen, fyysisesti erillinen hahmo. Tämä sopi myös varjon psykologiseen kehykseen, sillä varjon taipumuksena on aina projisoitua. Taipumuksena on olla näkemättä varjossa esiintyviä ’negatiivisia’ piirteitä osana itseä, joten piirteet näyttäytyvät vain muiden kautta ja herättävät voimakkaita tunnereaktioita. Projisoinnin vuoksi piirteet näyttäytyvät erillisinä, kunnes ne integroidaan. Jung sanoo prosessista: Varjon kohtaaminen on moraalinen ongelma, joka koettelee koko ego-persoonallisuutta, sillä kukaan ei voi tulla tietoiseksi omasta varjostaan, ilman huomattavaa moraalista analyysiä. Tullakseen siitä tietoiseksi, ihmisen täytyy tunnustaa se, että hänen persoonallisuutensa synkät puolet ovat läsnä ja ne ovat totta (Jung, 1979). Tästä syystä hän piti varjon integrointia eräänä haastavimmista psykologisista tehtävistä.

Syyttäjän ulkomuodon tuli aluksi muistuttaa eläintä, mutta löysin mustan nahkaisen maskin, jossa oli syyllistävä, poissaoleva katse. Tajusin myöhemmin, että maski myös näyttää lähes identtisesti elokuvan päähenkilöltä.



Kuva 7: Henry ja Syyttäjä kotona

Kirjoitin elokuvaan kohtauksia, jossa Syyttäjä ja päähenkilö ovat tekemisissä, mutta heillä ole kontakta. Ajatus tuli psykologisesta kohtaamattomuudesta, haluttomuudesta olla missään tekemisissä varjon kanssa. Syyttäjä seuraa silti häntä piinallisesti kuin mykkä niskaan hengittävä vihamies, joka ei jätä rauhaan. Lopun kannalta oli oleellista, että päähenkilö oppii, jos ei rakastamaan, niin tulemaan toimeen Syyttäjän kanssa. On mahdotonta päästä varjosta eroon, mutta on mahdollista elää sen kanssa sovussa. Kirjoitin elokuvaan kohtauksen, jossa Syyttäjä alkaa auttaa päähenkilöä pukemalla häntä hienoon pukuun, sekä kohtauksen, jossa he pyörittävät toisiaan tanssissa. Kumpikin vievät toisiaan vuorotellen.



Kuva 8: Henry ja Syyttäjä tanssivat

Lopulta analysoin Syyttäjän hahmon prosessia vastaavasti. Päähenkilön tiedostamattomasta nousi aktiivisen imaginaation avulla esille voimakas arkkityyppi. Oma tiedostamattomani tunnisti sen, ja työskenteli sen eteen, miltä tämä arkkityyppi näyttää ja mitä kaikkea sen tulisi edustaa katsojalle. Päädyin intuitiivisesti päämäärään, että päähenkilön täytyy elokuvan aikana yrittää tulla sopuun varjon kanssa, vain siten hän saattaa rikkaa ahdistuksen. Abstrakti tunne sai elokuvassa hahmon muodon. Erillinen fyysinen hahmo teki tunteesta oikean, se oli sen myötä todellinen näkyvä asia. Sen kautta, että tunne oli nyt oikea fyysinen hahmo, sain itse keinon näyttää elokuvani kontekstissa visuaalisesti ja fyysisesti, kuinka päähenkilön tulisi suhtautua varjoonsa, jotta jonkinlainen tasapaino voisi olla saavutettavissa.

Päädyin lopulta itse esittämään Syyttäjää. Elokuvan viimeisessä kohdassa Henry ja Syyttäjän hahmo halaavat toisiaan, mutta Syyttäjä olin tilanteessa fyysisesti minä. Jälkeenpäin tajusin myös tämän olevan melko symbolinen teko, myös minun ja Henryn ihmissuhteessa.

Hyvin vähän tästäkään ideoinnista tapahtui järjestelmällisesti tiedostamalla. Asiat ikään kuin johtivat toisiinsa, ja päätepisteessä seisoessani tajusin, että kaikki oli edennyt juuri siten kuin oli tarkoitus, täydellisesti. Tunsin jatkuvia flow-tiloja prosessissa. Olen varma siitä, että molemminpuolinen avoimuus ja ymmärrys minun ja Henryn välillä sai aikaan sen, että ymmärsimme toisiamme niin hyvin. Tästä syystä tiesimme molemmat, mitä esimerkiksi abstrakti termi "Syyttäjä" tarkoittaa, ilman varsinaista kommunikaatiota aiheesta.

Dokumentaristin tehtävänä on mielestäni usein tulkita päähenkilön tunteita ja muuttaa ne audiovisuaaliseen muotoon. Pitkäkestoinen pohjatyö, toisin sanoen avoimuus ja yhdessä vietetty aika, antaa lähtökohdat sille, että elokuvan tekemisen prosessin aikana ohjaaja saattaa luottaa siihen, että tulkitsee päähenkilön abstrakteja tunteita oikein. Koska tällainen ymmärrys vallitsi välillämme, minun oli moraalisesti helpompaa kuvittaa kuvaajan kanssa hänen puhettaan elokuvaksi.

Aktiivisen imaginaation erityispiirre on äärimmäinen emotionaalinen rehellisyys, tästä syystä tunsin erityistä velvollisuudentuntoa olla lisäämättä elokuvaan omia johtopäätöksiäni, siinä mitä tulee tunteisiin tai tapahtumiin. Kaikki oli jo todettu ääninauhalla, minun työni oli tuoda se äänitteestä audiovisuaaliseksi. Kaikki visuaalinen, jonka keksimme, oli ainakin mielessämme kunnianosoitusta alkuperäiselle äänitykselle.

3.4 Leikkausprosessista

Lopullinen kuvattu materiaali oli yhdistelmä tarkasti koreografisoituja kuvia ja kameraoperointeja yhdistettynä tiettyihin ääniraidan lauseisiin tai kohtiin, mutta myös kollaasi assosiatiivisia kuvia, joiden tarkkaa paikkaa ei ollut määriteltä. Tähän assosiatiiviseen kategoriaan kuuluivat valikoidut taulut, taulun pintojen tekstuurit, sekä abstraktit luontokuvat. Tarkan koreografisoinnin ja assosiatiivisen materiaalin yhdistelmä johti leikkausprosessissa siihen, että eräänlainen vahva lineaarinen viitekehys kuvien etenemiseen oli jo valmiina, mutta siitä oli myös mahdollista myös joustaa.

Havaitsimme kuitenkin elokuvan leikkaajan Nikke Baggen kanssa heti, että puhetta oli yhä lyhytelokuvan formaattiin liian paljon. Karsittukin versio kesti 20 minuuttia, ja näin pitkän ääniraidan käyttö oli haasteellista siksi, että käytännössä koko elokuvan puheraita tulisi olemaan voiceoveria. Puheen seuraaminen kuvan ulkopuolella on jo minuuttien jälkeen hankalaa, erityisesti silloin, jos kuva ja ääni kertovat eri asioita.

Kuvan ja äänen yhdistämisessä tapahtui myös joitakin käänteisiä ja vaikeasti ennakoitavia asioita. Välillä taas tuntui hyvältä, että ääni kertoo tarkalleen sen mistä kuvassa on kyse. Kun näemme Syyttäjän maalaamassa, tuntui hyvältä, että puhe selitti, kuinka ego alkoi johdattaa maalausprosessia.



Kuva 9: Syyttäjä maalaa, Henry seuraa.

Välillä taas pelkkä kuva ilmaisi täydellisesti kaiken vaaditun, jolloin kuvan ‘auki puhuminen’ tuntui katsojakokemuksen kannalta epämiellyttävältä ja tulkinnan kykyä aliarvioivana. Esimerkkinä tästä oli kohta, jossa Henry tajuaa hiljaisuudessa piilevän kauneuden. Hän toteaa:

“Nyt mä tiedän. Mä kutsun sua (keskustelukumppania) hiljaisuudeksi. Se on musta kauneinta. Koska aina kun kaaos, joku valtava pyörä mun päässä lakkaa pyörimästä, kun hiljaisuus tulee, niin tulee rauha.”

Kuvassa hän tuijottaa järven rauhallisesti aaltoilevaa pintaa. Assosioiva kuva kertoi jokseenkin samaa asiaa hiljaisesta ja kauniista pysähtyneestä hetkestä, mutta eri keinoin. Eräs katsoja kommentoi sitä niin, että hänestä puhe pilasi kuvan, koska kuva selitettiin auki. Hän halusi tulkita tilannetta itse.



Kuva 10: Henry järvellä, abstraktia luontomaailmaa.

Tämä suora kommentti muutti suhdettamme radikaalisti leikattavaan materiaaliin. Poistimme sen seurauksena suuren määrän auki selittävää puhetta elokuvan ääniraidasta. Kutsuimme metodia “machtetella leikkaamiseksi”. Tällainen metodi oli ainoastaan mahdollinen siksi, että leikkasimme elokuvaa aina viikon jaksoissa kerrallaan. Tämä tarkoitti, että näiden jaksosten välissä pidimme myös viikkojen taukoja. Näiden taukojen avulla saimme etäisyyttä materiaaliin, ja se taas johti objektiivisempaan näkökulmaan. Objektiivisyys taas auttoi siinä ilmiössä, jota kutsuisin materiaaliin rakastumiseksi.

Materiaaliin rakastumista on, että jokin osa kuvatussa materiaalissa tuntuu niin tärkeältä, ettei sitä ole mahdollista jättää pois. Tällainen kuva toimii usein itsenäisesti ja se on kiinnostava itsenäisesti, mutta elokuvan kontekstissa se ei enää tunnu oleelliselta. Se ei istu, sille ei löydy paikkaa, tai se ei anna mitään tarinaan. Tyypillisesti tällaista kutsutaan elokuvanteossa termillä 'darling(s)'. Kuitenkin tämän ristiriidan seurauksena elokuvaan päätyy asioita, jotka eivät yksinkertaisesti toimi, mutta joiden hylkääminen tuntui liian radikaalilta. Tekijöiden perspektiivi on tässä suhteessa liian läheinen, sillä tietämätön katsoja ei luultavasti kaipaa tätä materiaalia. Ajallinen etäisyys suhteessa leikkaukseen vaiheisiin toi meille mukanaan asenteen, jossa kuvia oli mahdollista karsia neutraalilla asenteella, jos ne eivät palvelleet elokuvaa kokonaisuutena.

Lopulta jätimme alkuperäisestä dialogiäänestä elokuvan alkupuolelle vain ydinlauseita, jotka toimivat seuraavien kuvien lukuohjeina tai emotionaalisen kontekstin luojina. Puheesta seuraava kuva taas antoi sille lisää painoarvoa, tai jatkoi ja laajensi puheessa kerrottua, ilman että päähenkilö selitti asiaa auki. Kyse oli kuvan ja äänen vuorovaikutuksesta ja dynamiikasta, myös informatiivisesti.

Tällä uudella perspektiivillä leikkaus alkoi sujua. Olimme tuskastelleet kauan sen ajatuksen kanssa, että mahdollisimman suuri osa puheesta tulisi säilyttää elokuvassa, koska se oli kiinnostavaa ja halusimme tehdä oikeutta alkuperäiselle dialogille minimoimalla sen editoinnin. Tosiasiassa, alkuperäinen haastattelu oli kiinnostavampi pelkän kuunnelman muodossa, mutta audiovisuaalisena yhdistelmänä se oli aivan liian runsas.

Oivalsimme leikkauksessa myös sen, että symboliikka elokuvassa ei toimi hyvin ilman tekoja. Symbolinen asia toimii elokuvan kontekstissa vain, jos se on osa päähenkilön toimintoja. Esimerkiksi surullisen naaman jälkeen kuva kuihtuneesta kukasta on irrallinen ja kliseinen. Mutta jos surullinen päähenkilö haistaa kuihtunutta kukkaa, ja sen lehdet putoavat, tilanne on eri. Symboli toimii, koska se on osa elokuvan maailman tapahtumia. Symboli assosioituu siten osaksi päähenkilön persoonallisuutta ja katsoja kykenee antamaan kukalle, toisin sanoen symbolille, kätettyjä piirteitä. Tässä tilanteessa symboli tuntuu ilmaisevan jotain suurempaa kuin itseään ja tuo tietoon asioita päähenkilöstä, joita emme vielä tieneet. Tätä ei tapahdu ilman henkilön linkittämistä symboliin fyysisen teon avulla. Symboli saattaa toimia näennäisesti, mutta kuten todettu pelkkä yksittäinen kuva kuolleesta kukasta toimisi, mutta se jää silti ohueksi ja päälle liimatuksi.



Kuvat 11 ja 12: Symbolit tekojen kautta. Monopolin pelaaminen Syyttäjän kanssa ja Buddha -pelinappula.

Olimme kamppailleet leikkauksessa pitkään myös puheen lineaarisuuden kanssa, sillä halusimme säilyttää siinä alkuperäisen järjestyksen. Alkuperäisessä ääniraidassa asiat tuntuivat siinä soljuvan eri teemojen välillä sulavasti, joten emme halunneet rikkoa sitä. Kuitenkin, 'macheteleikkauksen' ansiosta, elokuvassa oli yhtäkkiä pitkiä hiljaisia taukoja, eikä se ollut enää läpipuhuttu. Siksi alkuperäisen ääniraidan lineaarisuudella oli prosessissa yhä vähemmän merkitystä. Aloin tässä suhteessa hahmottaa

ohjaajana katsojakokemusta yhä tarkemmin, erityisesti siinä mitä tulee informaation säännöstelyyn assosiativisissa kuvissa. Jos tarkoitus on välittää eri tasossa kulkevalla puhella ja assosioivilla kuvilla tarinaa yhtä aikaa, tulos on helposti hämmentävä tai sekava. Katsojan on vaikea keskittyä molempiin. Huomasimme sen, että jos päähenkilö sanoo jotain oleellista, on suotavaa, että katsoja saa hetken aikaa katsoa rauhassa puheeseen liittyvää hiljaista assosioivaa kuvaa. Parhaassa tapauksessa tällainen assosioiva ruokkii tai tuo jonkinlaisen uuden kulman juuri sanottuun. Vähitellen assosioivan kuvan katsomisen aikana äsken puhuttu informaatio alkaa unohtua mielestä, erityisesti jos kuva on tuonut mukanaan uutta informaatiota. Assosioiva kuva alkaa selittyä katsojan mielessä auki. Jos katsoja nyt saa puheen kautta uutta informaatiota, niin se tuntuu lähinnä virkistävältä abstraktiin kuvaan nähden. Tällainen informaation ja assosiaation dynaaminen vaihtelu alkoi tuntua hyvältä.

Toinen leikkauksen sudenkuoppa liittyi liian emotionaalisen materiaalin vierastamiseen. Leikkaaja käytti loppuvaiheessa voimalausetta “älä pelkää kauneutta”. Se oli tärkeä ajatus sekä minulle että hänelle. Oli liian helppoa rakentaa tarinaa vain rikkomalla sen rakentama tunne lopulta jonkinlaisella ironialla. Vaatii joskus enemmän rohkeutta luottaa puhtaasti viattomaan, naiviin ja leikkisään tunteeseen. Silloin tekijän täytyy osalta uskaltaa liikuttua ja olla puhtaasti empaattinen. Tällainen rohkeus tiivistyi siihen, että uskalsimme sanoa ääneen “tämä on kaunista”.



Kuva 13. Viimeinen kuva. Kaikki kääntyy lopulta hyväksi.

4 Yhteenveto

4.1 Johtopäätöksiä

Esitin tekoprosessin jälkeen muutamia kysymyksiä sen päähenkilölle, saadakseni myös vahvistuksen siitä, että olin tulkinnut prosessia myös hänen näkökulmastaan oikein.

- *I: Millaista aktiivisen imaginaation tekeminen oli sinulle kokemuksena?*
- *H: Hieno kokemus, rukoilemista sen syvimmissä mielessä. Unohdin koko arkiminän, vastaava tapahtui kuin meditaatiossa, eli ego hävisi. Tilanne ei ollut enää arkinen, vaan jotain muuta.*
- *I: Miltä tekoprosessi tuntui?*
- *H: Koko prosessissa aukesi jotain, en tiedä mitä. Kollegat ovat sanoneet, että sä oo koskaan ollut noin auki, se tapahtui siinä. Tekovaihe oli se antoisin osuus, elokuvasta en osaa sanoa mitään, koska olen itse siinä. Tekoprosessi oli minulle se arvokkain osa.*
- *I: Miksi?*
- *H: Koska kaikki ne hetket, joita siinä oli, ne ei välity kuvina. Kun seistiin pellolla ja auringonlaskussa sumussa, niin niissä oli jotain maagista. Elokuvassa ne ovat vaan kuvia, mutta kokemuksina minulle valtavan tärkeitä.*
- *I: Olen samaa mieltä. Siis sillä tavalla, että elokuva on sitä katsojaa varten, joka ei tiedä mitään. Mutta tekemisen prosessi on ollut meille arvokas. Millä tavalla prosessi erosi aikaisemmista haastatteluista tai dokumentaarista jutuista, jossa olet ollut?*
- *H: Siinä oli intiimi kontakti ja läheisyyden tunne. Osittain siksi koska meitä oli vain 3 ihmistä (ohjaaja, kuvaaja, päähenkilö). Mutta mulla oli iso luottamus. Se luottamus tuli sinusta.*

Nämä kommentit vahvistavat käsitystäni siitä, että prosessi oli ollut jollain tavalla eheyttävä. Dokumentaarisen elokuvan tekeminen ei ole ikinä itsessään parantavaa, mutta aktiivisen imaginaation kokemus, sosiaalinen interaktio ja luottamuksellinen ilmapiiri oli tehnyt siitä sellaisen. Erona perinteiseen dokumentaariseen prosessiin oli se, että uskoisin että aktiivinen

imaginaatio oli tuonut mukanaan varhaisessa vaiheessa käsityksen siitä, että muutos kohti parempaa on mahdollista tehdä.

Vaikka tarkoituksenani ei ole linkittää terapeutin ja ohjaajan työtä toisiinsa, näen näiden prosessien kuluissa välillä yhtymäpinnan. Siksi käytän seuraavassa analogiaa dokumentaarisen prosessin ja terapian välillä. Ensinnäkin terapia voi edetä joko perinteiseen tapaan, esittämällä kysymyksiä, joihin terapian edetessä vastataan ja etsitään vastauksia. Tällainen dialogi pitää sisällään idean siitä, että prosessia ohjaava terapeutti osaa kysyä oikeita kysymyksiä ja tehdä oikeanlaisia tulkintoja oikeissa tilanteissa. Tämä on yhtymäpinta dokumentaariseen haastatteluun, jossa ohjaaja haluaa esittää elokuvan henkilöille oikeita kysymyksiä oikeissa kohdissa ja sitä kautta saada laajemman käsityksen hänen ajattelustaan. Nämä kysymykset liittyvät useimmiten päähenkilön tunteisiin, ongelmiin ja elämäntilanteeseen.

Keskittymällä aktiivisen imaginaation asenteeseen ja metodiin, minun oli mahdollista antaa dokumentin päähenkilön käsitellä hänelle itselle kaikista tärkeimpiä ja vaikeampia aiheita. Antamalla keinon käsitellä tunteita, en keskittynyt niiden sisältöön, vaan siihen että hänellä oli siihen keino. Uskon että tämä lisäsi luottamusta ja tunnetta siitä, että halusin hänelle hyvää. Näkökulmani oli täysin neutraali, en ottanut kantaa mihinkään mitä hän kertoi. En edes siinä määrin että olisin esittänyt haastattelun pohjalta jatkokysymyksiä. Halusin ainoastaan, että hän saa välineen.

Uskon että aktiivinen imaginaatio on näistä syistä potentiaalisesti eheyttävä ja erityinen väline dokumentaarisen elokuvan tekoon ja haastatteluihin. Sen toteuttaminen on mahdollista oppia hyvin nopeasti, käytännössä ilman minkäänlaista tietoa. Ohjaajaan prosessi vaatii äärimmäisen suurta luottamusta, mutta jos tämä luottamus on aikaansaatu, se saattaa tuoda esiin sellaisia tunteita, reflektiota ja oivalluksia, joita ei olisi millään muulla tavalla mahdollista saavuttaa. Se vie ihmisen hänen omaan tiedostamattomaansa, syviin tunteisiin ja tuo esiin oleellisia vastauksia ja keinoja elää onnellisempaa, kokonaisvaltaisempaa elämää.

4.2 Ajatuksia ohjaajan vastuusta prosessissa

Käsittelen alla pitkää seuranta sisällävää dokumentaarista prosessia, jossa päähenkilön psykologinen tilanne määrittää paljon elokuvan tarinan sisällöstä, sillä oma elokuvani oli lopulta tällainen. Analysoin ohjaajan ja päähenkilön välistä ihmissuhdetta ja luottamuksellisen tilan syntyä ja keinoja tällaisen tilan rakentamiseksi. Pitkällä seurannalla tarkoitan tässä kontekstissa dokumentoitavan ja dokumentaristin välisiä suhteita, jotka ovat luonteeltaan pitkäkestoisia, esimerkiksi puolesta vuodesta ylöspäin ja sisältävät useita kymmeniä tapaamiskertoja päähenkilön kanssa. Varsinainen tekninen kuvausjakso voi kestää vain viikon, mutta turvallisen ilmapiirin ja tunnekontaktin luominen ennen varsinaista kuvausta voi kestää kuukausia tai vuosia.

Vaikka terapeutin suhde ja suhde dokumentaristiseen ohjaajaan ovat funktioltaan ja luonteeltaan erilaisia, eikä dokumentaristin tulisi ikinä toimia korvikkeena oikealle terapialle, ajatus, jonka dokumentaristi haluaa välittää päähenkilölleen, on usein saman kaltainen kuin terapeutin suhteessa. Sinun tunteesi ja tarinasi ovat minulle tärkeitä, koko elämäsi on merkityksellinen ja minä haluan tietää siitä lisää. Minun kysymyksiini vastaamalla myös sinä tutustut paremmin itseesi.

Tutustumisen alkuvaiheessa ohjaajan ja päähenkilön keskinäiseen interaktioon sisältyy myös huomattava määrä non-verbaalista kommunikaatiota ja motiivien tarkastelua, sillä dokumenttiohjaajan on mahdotonta sanallistaa *lopullisia* tarkoituksiaan ääneen päähenkilölle; "Haluaisin että voit tässä prosessissa aluksi yhtä huonosti kuin nytkin. Sitten oivallat jotain suurta, jonka jälkeen kuljet positiiviseen. Tallennamme tämän prosessin, jolloin ihmiset saattavat ehkä samastua sinuun ja saamme hyvän audiovisuaalisen draaman. Ja minä pääsen ehkä elokuvafestivaaleille." Suora rehellisyys koskien tekoprosessia kuulostaa banaalilta, vaikkakin prosessi toimituksellisesti näin. Ohjaajan on hienovaraisempaa ja edullisempaa jättää asia abstraktiksi ja sanoa esimerkiksi, "olen kiinnostunut sinusta".

Tutustuminen johtaa kokemuksellani joko epäluulojen kautta eroon, tai yhä syvempään luottamussuhteeseen. Näen että omassa roolissani ohjaajana keino tällaiseen luottamussuhteeseen on äärimmäinen avoimuus omalta puoleltani. Jotta haastateltava tai päähenkilö uskaltaisi jakaa itsestään asioita, minun täytyy tehdä siihen aloite. Minun täytyy kertoa omista murheistani, traumaistani ja elämänasenteistani, jotta olisimme samalla lähtöviivalla. Viimeistään silloin kun varsinainen dokumentaarinen taltiointi alkaa, se johon liittyvät äänittimet, kamerat ja kalusto, viimeistään silloin haluan että meillä molemmilla on tunne siitä, että olen kertonut oman osani. Silloin on vastavuoroisesti elokuvan päähenkilön vuoro jakaa itsestään asioita.

En halua, että dokumentaarinen prosessi päättyisi ikinä sellaiseen tilanteeseen, että minulla on auktoriteettia tai valtaa yli toisen. Tosiasiallisesti sitä tietysti on, joskus myös tarpeellisista syistä. Jonkun täytyy päättää tietyistä asioista: mitä päähenkilö tekee kuvissa, millainen musiikki tilanteita säestää ja niin edelleen. Mutta nämä elementit tulevat mukaan myöhemmin, kun elokuvasta tulee yhdistelmä teknistä ja taiteellista. Alussa, kun paperilla on vain idea, koen äärimmäisen tärkeäksi sen, ettei valtaa ole. Pirjo Honkasalo toteaa kirjassaan *Armoton Kauneus*:

“Dokumenttielokuva vaatii todella paljon nöyryyttä. Ihmiset eivät ole ääliöitä. He lukevat sinua - sinä et vain lue heitä, vaan he lukevat sinua. Eikä koskaan saa mitään, mitä ei ansaitse.” (Honkasalo, 2014)

Päähenkilön täytyy myös luottaa siihen, ettei häntä aseteta naurunalaiseksi prosessin aikana. Ohjaajan täytyy pystyä antamaan tunne lähes täydellisestä vastuuvapaudesta. Mitä tahansa päähenkilö sanokaan, ohjaaja ei tuomitse häntä siitä.

Aktiivisen imaginaation kontekstissa on myös mahdoton paradoksi lähestyä metodia skeptisen tunteen kautta, sillä toteuttamisprosessi vaatii itsessään täydellistä antautumista ja rentoutumista. Tämän takia ohjaajan tulee välittää ajatus siitä, että kaikki aktiivisessa imaginaatiossa syntyvä materiaali on luottamuksellista ja toistaiseksi kahdenkeskeistä.

Elokuvan päähenkilön kanssa aistin, että hän oli hieman pelokas tai häpeissään siitä, mitä nauhalle oli tallentunut. Ei yksittäisestä kohdasta tai lauseesta, vaan itsensä jakamisesta ylipäätään. Tunnistin kuitenkin myös samanlaista häpeää, jota olin itsekin kokenut omassa aktiivisessa imaginaatiossani. Omien kokemusteni jälkeen olin usein hieman häpeissäni siitä, mitä olin kirjoittanut. Odotin aina seuraavaan päivään lukiessani materiaalin uudestaan. Lukiessani sen pidin sitä useimmiten upeana ja tunteikkaana, ja häpeäni haihtui. Kuitenkin, kun vein keskustelun terapiaan, sama häpeän kokemus toistui.

Arvioisin nykyisellä kokemuksellani, että tällainen häpeän tunne on osittain seurausta siitä, että ego haluaa ottaa uudestaan otetta vahvasti tiedostamattoman kautta tapahtuneen kokemuksen jälkeen. Kuten unen näkemisen aikana, tapahtumien hetkellä kaikki tuntuu yhtä aidolta kuin mikä tahansa muukin. Heräämisen jälkeen ego tuomitsee unen nopeasti, ja kaikki syvästi symbolinen materiaali näyttäytyy hulluna ja merkityksettömänä. Samaan tapaan aktiivisen imaginaation jälkeen egon ja tiedostamattoman välinen sopimus luisuu nopeasti egon ylikompensointiin.

Omassa terapiassani, vasta kun terapeutini hämmästeli materiaalia, uskalsin todeta sen olevan 'hyvää' tai 'kuulemisen arvoista'. Dokumentaarisen elokuvan kontekstissa sama kaltainen kiinnostus

päähenkilön aktiivisen imaginaation materiaalia kohtaan luo uskon siihen, että siinä esiin tulleilla asioilla on arvoa, eikä materiaali ole outoa tai hullua.

Päähenkilön aktiivisen imaginaation suhteen tein intuitiivisen ratkaisun. En ole täysin varma vielääkään, oliko se valintani hyvä vai huono. En kuunnellut ääninauhalle tallentunutta materiaalia useihin viikkoihin, vaan annoin sen olla. Positiivinen ratkaisu tämä saattoi olla siksi, että päähenkilön häpeä materiaalin suhteen poistui ajan kanssa. Elämä jatkui ja keskustelu oli vain yksi äänitetty keskustelu. Tärkeintä oli, millainen tunne kokemuksesta jäi hänelle. Väärä ratkaisu tämä saattoi olla siksi, että se antoi tilaa epävarmuuksille sekä epäluuloisuudelle. Salaanko päähenkilöltä kenties jotain? Olenko sittenkin kuunnellut materiaalia, mutta en uskalla sanoa, ettei sillä ole mitään arvoa, tai että se on liian käsittämätöntä.

Saattaa olla, että koin materiaalin kuuntelun itsekin tabuksi, niin henkilökohtaiseksi, ettei minullakaan ollut lupaa kuunnella sitä. Harkitsin myös useita kuukausia, onko minulla moraalinen oikeus esittää sitä julkisesti, tai tehdä sillä mitään. Tämä ei pitänyt käytännössä paikkaansa, sillä olimme molemmat hyvin perillä siitä, että haluaisin tallentaa aktiivisen imaginaation keskustelun. Se oli koko sen toteuttamisen lähtökohta. Tilanne oli silti vahvasti moraalinen. Epäröin myös siksi, että se herätti suuria tunteita. Sillä vaikka keskustelu oli intiimiä, mutta se oli myös raadollista, poikkeuksellista, avointa, rehellistä ja hyväksyvää. Se välitti Henrystä hyvin inhimillisen ja herkän kuvan. Lopulta kykenin näkemään kaiken tämän hyvänä asiana, ehkä liiallinen varovaisuus oli myös tarpeellista.

Jos tällainen luottamuksellinen ihmissuhde ja tila toimia onnistutaan rakentamaan, aktiivinen imaginaatio on potentiaalisesti eheyttävä ja psykologisen prosessin kannalta omavarainen metodi myös dokumentaarisen elokuvan tekoprosessissa. Parhaimmillaan oman elokuvan tekemiseni aikana suhteeni päähenkilöön muodostui sellaiseksi, että tiesimme jatkuvasti intuitiivisesti mitä tarkoitimme. Asioita ei tarvinnut enää selittää auki. Tuntui että tunsin hänet niin hyvin, että saatoin dokumenttielokuvan formaatissa kuvittaa, soveltaa ja tulkita hänen sisäistä maailmansa niin, että valinnat tuntuivat aina moraalisesti oikealta. Välitin hänen tunteitaan audiovisuaaliseen formaattiin, mutta en keksinyt mitään tyhjästä. En sortunut dramatisoimaan tai lisäämään asioita sen takia, ettäokuva olisi katsojalle mielenkiintoisempi. Asiat kumpusivat hänen sisäisestä maailmastaan.

4.3 Jatkotutkimuksen kysymyksiä ja hyödyntämisen keinoja

Halusin tutkia aktiivisen imaginaation käyttöä alavalintani takia dokumenttielokuvan kontekstissa, mutta näen potentiaalisia käytön mahdollisuuksia muillakin taiteen aloilla. Jatkotutkimuksen kannalta oleellista olisi tutkia aktiivisen imaginaation potentiaalia laajemmassa taiteellisessa työskentelyssä sekä taideterapiassa.

Aktiivinen imaginaatio nostaa tiedostamattomasta kumpuavan dialogin kautta esiin erilaisia arkkityyppejä. Arkkityypit taas ovat tarinankerronnan ja taiteen peruselementtejä; viha vastaan rakkaus, kuolema vastaan elämä. Tällaiset arkkityypit tuovat mukanaan symboleja, jotka taas ovat visuaalisia tunteiden ja tekojen ilmentymiä ja taiteen peruskivi. Arkkityypit ja symboliset elementit ovat pääosin kulttuurillisesti kollektiivisia, toisin sanoen ne ilmaisevat asioita laajamittaisesti ja kulttuurikontekstiin sidottuna universaalisti. Näin ollen aktiivinen imaginaatio mahdollistaa luovan taiteellisen työskentelyn monessa eri formaatissa.

Taiteen saralla näen mahdollisuuksia kirjalliseen ja kuvalliseen ilmaisuun, esimerkiksi surrealismin saralla. Uskon, että aktiivinen imaginaatio toimisi myös tilanteessa, jossa taiteilija luo taidetta tiedostamatta miksi. Jos hän haluaa vastauksen tähän kysymykseen, taiteen (ts. tiedostamattoman) kanssa kommunikointi aktiivisen imaginaation avulla, toisi hänet lähemmäs syytä.

Erityisen kiinnostavaa olisi yhdistää aktiivinen imaginaatio taideterapeuttiseen työskentelyyn. Aktiivinen imaginaation toteutus ei vaadi osaltaan pitkäaikaista tuntemusta psykologiasta tai sen teoriasta, joten aktiivisen imaginaation käytännön toteutus on opetettavissa ja opittavissa erittäin lyhyessä ajassa. Olennaisinta on, että aktiivista imaginaatiota lähestytään sen vaatimalla nöyryydellä ja luottamuksella, toisin sanoen prosessissa toteuttajan oma asenne aktiivista imaginaatiota kohtaan on tärkein.

Taiteellisen työskentelyn suhteen sen mahdollisuudet ovat käytännössä rajattomat. Se mahdollistaa pohjamateriaalin luomisen kaikkeen visuaaliseen taiteeseen tai tekstin synnyttämisen proosaan tai runouteen. Erityisesti se soveltuu käytettäväksi silloin, jos taiteilija haluaa taiteen tekemisen prosessin olevan psykologinen ja parantava. Varsinaisia reunaehtoja ei ole, vaan aktiivinen imaginaatio toimii kunkin henkilön omana psykologisena työkaluna, jonka avulla henkilö kykenee terapeuttiseen omavaraisuuteen.

Lähteet

- [1] annikinrunofestivaali / Kortteinen, J. (17.6.2011). Janne Kortteinen 2011 Annikin Runofestivaaleilla [Videotiedosto]. Haettu 29.12.2022 osoitteesta <https://www.youtube.com/watch?v=NJf4TzZi3Ko>
- [2] Chodorow J. 1997. "Jung on Active Imagination" Routledge, London
- [3] Halme, L. 2016. "C.G Jung's Active Imagination – a method or an attitude" - C. G. Jung Instituttet, København
- [4] Johnson R.A. 1986. "Inner Work: Using Dreams and Active Imagination for Personal Growth" Harper & Row, San Francisco
- [5] Korhonen. I. (2018) Otteita aktiivisen imaginaationi keskusteluista, Helsinki
- [6] Schaverien, J. 2005 "Art, dreams and active imagination: A post-Jungian approach to transference and the image" The Journal of analytical psychology, Wiley, NJ
- [7] Von Franz, M-L. 1997 "Archetypal Patterns in Fairy Tales" Inner City Books, Canada
- [8] Von Franz, M-L. 2016 "Confrontation with the Collective Unconscious" Psychological Perspectives, Volume 59, Issue 3: Active Imagination and Mysticism, Sivut 295-318, C. G. Jung Institute of Los Angeles, LA
- [9] Jung C.G. 1970. " "Psychology and Religion: West and East - Collected Works, Volume 11" Princeton, NJ
- [10] Jung C.G. 1972a. "The technique of differentiation between the ego and the figures of the unconscious, Collected Works, Volume 7" Princeton, NJ (Alkuperäisjulkaisu 1928)
- [11] Jung C.G. 1972b. "Two Essays on Analytical Psychology, Collected Works, Volume 7" Princeton, NJ (Alkuperäisjulkaisu 1916)
- [12] Jung C.G. 1976. "Psychological types: Collected Works, Volume 6" - Princeton, NJ

- [13] Jung C.G. 1977. "The Tavistock Lectures, The Symbolic Life, Collected Works Volume 18" Princeton, NJ
- [14] Jung C.G. 1979 "Aion: Researches into the Phenomenology of the Self, Collected Works, Volume 9, Part 2" Princeton, NJ (Alkuperäisjulkaisu 1951)
- [15] Jung C.G. 1989. "Memories, Dreams, Reflections," - New York, Vintage Books, 49th Printing (Alkuperäisjulkaisu 1961)
- [16] Jung C.G. 2014a. "The Structure and Dynamics of the Psyche - Collected Works, Volume 8" Princeton, NJ (Alkuperäisjulkaisu 1960)
- [17] Jung C.G. 2014b "The Meaning of Psychology for Modern Man (Civilization in Transition) - Collected Works, Volume 10" Princeton, NJ (Alkuperäisjulkaisu 1964)
- [18] Jung C.G. 2022. "Consciousness and the Unconscious: Lectures Delivered at ETH Zurich Volume 2" Princeton, NJ (Alkuperäisjulkaisu 1934)