

Toivo maailman kriisien keskellä

Risto Saarinen 8.9. 2026

1

Toivo tunteena

Perustunteet antiikin filosofiassa	Hyvä	Huono
Nykyinen	Ilo	Suru
Tuleva	Toivo	Pelko

2

Toivo tunteena 2

- Antiikin filosofiassa pyrittiin usein mielenrenteytykseen, joko tasapainoon eri tunteiden välillä tai tunteiden poistamiseen
- Liikaa toivomista pidettiin haitallisena (engl wish eri kuin hope)

Tällä ajattelutavalla on nykyäänkin kannatusta, esim Barbara Ehrenreich: myönteisen psykologian ylikorostus tekee ihmisistä levottomia ja tyytymättömiä (kun todellisuus ei vastaa toiveita). Suomessa Sami Pihlström: pöhinä ja hypetys ihmisille haitallisia, pitää pyrkiä elämään vakavasti (Pihlström ei kuitenkaan kritisoi toivoa sinänsä)

3

Toivo hyveenä: Paavali, Tuomas Akvinolainen

- Uuden testamentin toivo on uskon kaltaista lujaa luottamusta, se perustuu Jumalan lupaukseen ja uskollisuuteen (ja on näiden vuoksi erilaista kuin filosofinen toiveajattelu)
- Tuomas: toivoa tarvitaan vaikeiden, mutta silti mahdollisten asioiden saavuttamiseen. Toivo on myönteinen tunne, joka voidaan havaita jopa eläimillä (esimerkki: koira ja jänis).
- Tuomas: lisäksi on teologinen toivo, jossa odotetaan itselle luvattua ikuista hyvää. Toivo on näin osin uskoa (koska se on luottamusta) mutta myös osin rakkautta (koska se tekee hyvää itselle). Kaikille tehtävä hyvä (rakkaus) on itsen rakastamista parempaa.

4

Toivo tänään: psykologia ja muut tieteet

- Psykologiassa toivo on tärkeä ja suosittu tutkimuskohde. Terveystieteissä ajatellaan yleisesti, että toiveikkaalla suhtautumisella on myös hyviä terveysvaikutuksia. Positiivisella ajattelulla ja optimismilla on mitattavia hyviä seurauksia (ja tässä mielessä filosofien kritiikki toivoa kohtaan on virheellistä)
- Toisaalta kriittinen ajattelu korostaa realismia ja ongelmakeskeisyyttä. Suunnitelmia ja rahankäyttöä ei voi rakentaa toiveille. Kovat faktat voivat estää toivomisen, esim ilmastonmuutos ja sotatilanteet
- Elokapina: kun toivo kuolee, toiminta alkaa (kiistanalainen iskulause, joka pyrkii pois turhasta toivosta)

5

Luja toivo: Immanuel Kant

- Filosofi Kant pyrkii teoksessaan Puhtaan järjen kritiikki esittämään, että toivo voi olla järkevää ja lujaa. Hän ei kuitenkaan palaa Uuden testamentin Jumalan lupaukseen, vaan esittää kolme kysymystä, jotka yhdessä koostavat lujaa toivoa järkevästi:
- Mitä voin tietää? (en voi toivoa virheelliseksi tiedettyjä asioita)
- Mitä minun pitää tehdä? (en voi toivoa asioita, joiden eteen en ole valmis omakohtaisesti tekemään hyvää)
- Mitä minun on lupa toivoa? (oikeutettu toivo kohdistuu asioihin, jotka ovat mahdollisesti totta ja joiden eteen teen itse hyvää. Tämä ei vielä tarkoita toivon toteutumista, vaan lupaa toivoa)

6

Kant ja ilmastonmuutos

- Miten selviän ilmastoahdistuksesta, voinko toivoa maailmalle hyvää tulevaisuutta? Kant ehkä ajattelisi näin:
- Hanki tietoa ja ota selvää asioista. Mitä toimenpiteitä tarvitaan, jotta kohtuullinen ilmasto olisi tulevaisuudessa mahdollista? Miten luonnontieteet ja käyttäytymistieteet voivat vaikuttaa tähän?
- Pyri itse elämään ekologisesti kestävällä tavalla. Eräänlainen toimintaterapia: kun itse teet hyvää, et vaivu epätoivoon. Esimerkin voima.
- Oikea tietäminen ja oikea tekeminen elvyttävät toivoa. Vaikka todennäköisyys olisi pienikin, se voi riittää oikeutettuun toivoon.

7

Kant ja ilmastonmuutos 2

- Huomaa että Kant ei ajattele näin: toivo ensin, ja sitten toivo ikään kuin voimana vetää sinua eteenpäin
- Vaan näin: voimasi on oikea tietäminen ja oikea tekeminen, ne yhdessä voivat elvyttää lujaa toivomista
- Sopiiko tällainen ajattelu myös sotatilanteeseen? Vaikea kysymys. Toiminta, kuten auttaminen, voi lievittää ahdistusta. Sotauutiset eivät kuitenkaan ole "tietoa" siten kuin ilmastoasioista tietäminen, niihin liittyy paljon ahdistavia tunteita.
- Sotaan osallistuvalla kantilainen käsitys: 1. oikea tieto sotatilanteesta, 2. mahdollisimman oikea toiminta, ja 3. näille rakentuva toivon mahdollisuus

8

Arkitoivo

- <https://www.youtube.com/watch?v=psvh3t6cNZ0>
- Kantin ja Paavalin luja toivo katsoo kauas, perimmäiseen hyvään
- Arjessa ihminen tarvitsee myös hetkellistä toivon tunnetta, joka kantaa tämän päivän ajan. Toimintaterapian "kaukonäön" lisäksi siis on hyvä ajatella lähinäön tunneterapiaa.
- Toivon ja pelon vuorottelu tunnetasolla. Joskus hyvä opetella sulkemaan molemmat pois ja "elää hetkessä", toivomatta ja pelkäämättä (Luuk. 6:34-35)

9

Arkitoivo 2

- Tunteiden voima hyvän palveluksessa. Toisten auttaminen ja yhdessä tekeminen tuottavat iloa ja myös tulevaisuuteen suuntautuvaa myönteistä tunnetta. Harrastukset ja omien juttujen tekeminen ovat tärkeitä omakohtaisen toivon lähteitä.
- Toivon ja toiveiden omakohtaisuus. Tuomas ja muutkin opettavat, että toivominen on syvästi omakohtaista (kun taas rakkaus palvelee toisia). Kysymys on tällöin myös siitä, toteutammeko muiden toiveita vai omiamme. Toisten toiveiden toteuttaminen voi olla rakkaudellista, mutta oma viisaus lienee siinäkin, että toiveet eivät ehkä ole jaettuja. Tunnetasolla omat toiveeni lopulta liikuttavat minua.

10

Maailman kriisien keskellä 1

- Toivo on siis yleistä asennetta tulevaisuuteen. Perimmäisiä asioita koskevana sen olisi hyvä olla jollain lailla lujaa toivoa, Jumalan lupaukseen tai yleiseen järkevyyteen ja moraaliin perustuvaa
- Arkitoivo on tätä päivää koskeva tunne, johon voimme jossain määrin itse vaikuttaa. Pienet ilot, ihmissuhteet, harrastukset tärkeitä. Joskus on hyvä myös opetella sulkemaan tunnetiloja pois itsestä.
- Rakkaus on toivoa "suurempi", koska rakkaus ottaa toiset huomioon. Toivo on enemmän itseä koskevaa. Toisaalta juuri siksi se antaa mahdollisuuden huolehtia (myös) itsestä eikä vain toisista.

11

Maailman kriisien keskellä 2

- Luja toivo: hevonen ja kärryt. Ei ole niin, että toivo hevosena vetää toiminnan kärryjä. Vaan toiminta on hevonen, joka saa toivon kärryt liikkeelle.
- Kriisien keskellä toiminnallisuus (usein) parempi vaihtoehto kuin odottaminen ja pohdiskelu.
- Yksilötasolla: hakeudu muiden ihmisten pariin, tee pieniä arkisia asioita, koeta löytää niistä polku jotain isompaa muutosta kohti
- Globaalilla tasolla: minun toimintani voi olla merkityksellistä, pienet asiat vievät kohti suurempia. Kantin Mitä saan toivoa: toivo on oikeutettua silloin kun pyrin itse tietämiseen ja toimintaan.

12