

□ Mitä muutoksia ikääntyminen tuo elämään?

Miksi joku haikailee nuoruuden perään, sen sijaan että sallisi ajan kasvattaa ja muovailta, niin henkisesti kuin fyysisestikin. Miltä ikääntyminen maistuu julkisuuden henkilöistä, jotka ovat kaiken kansan silmätikkuina myös vanhenemisessaan.

Antaako ikä enemmän kuin ottaa?

Helena Hyvärinen
Kuvat Charlotta Boucht

Toimittaja Mirja Pyykkö

on löytänyt keski-ässä uskalluksen tehdä sitä, mitä oikeasti haluaa.

MIRJA PYYKKÖ ei usko, että nainen menettää automaattisesti miehen katseen vanhetessaan. Hän on nähnyt aiheesta niin paljon toisenlaisia esimerkkejä.

– Automaattisesti ei voi olla niinkään, että vanhenevat miehet säilyttäisivät naisen katseen. Katseen säilyttäminen on riskipeliä puolin ja toisin ja monista asioista kiinni. Katsetta ei käännä vain barbimallinen olemus. Olen varma, että liikkui edesmennyt Anne Friedmissä vain, häneen peräänsä katsottiin, mutta aivan toisista syistä kuin mistä olemme tottuneet ajattelemaan, että katseita kerätään.

Mirja Pyyköstä erotiikka ei ikääntyessä kytkeydy ensisi-

jaisesti ulkonäköön.

– Henkinen yhteys **syntyy** helpoimmin samanikäisten, samoja kokemuksia läpikäyneiden ihmisten kanssa. **Ilman tätä** yhteyttä ihminen ei **pysäytä** tapaamista ei jätä **mitään jälkeä** – ei kosketa.

Mirja Pyykkö kokee **oman** vanhenemisensa **kokonaisvaltaisen** asiana, jossa **oleellista** on oma henkinen panos.

– Olen nähnyt **ympäriini** niin paljon ihmisten **sairastuvan**, **invalidisoituvan** **pysyvästi** ja opettelevan **alusta alkaen** kokonaan **uudenlaisen** tavan elää ja **nähdä ihmisensä** ja antaa ympäristön **nähdä itsensä**, etten ole vielä ainakaan **antanut** itselleni oikeutta **kiukusivulle 24**

Voiko miehen katse olla naiselle niin tärkeä, että nainen kadottaa minuutensa menettäessään sen?

Näin käy Milan Kunderan Identiteetissä naiselle, jonka elämä pysähtyy, kun hän oivaltaa, etteivät miehet käänny enää katsoomaan hänen peräänsä.

Amerikkalainen Gail Sheehy huomasi vaihdevuosi-ikäisiä naisia tutkiessaan, että vanheneminen voi olla tragedia, jos elämänsä on rakentanut ulkoisten asioiden ja muiden ihailun varaan.

Narsistinen ihminen onkin usein valmis mihin tahansa uhrauksiin pysyäksesi kiinni nuoruudessa.

Kirjassaan Uuden ajan aikuiset Sheehy mainitsee yhtenä esimerkkinä pakkonomaisesta nuoruudesta kiinnipitämisestä naisten vapautumisen puolesta taistelleen feministijohtaja Gloria Steinemin, joka kävi 55-vuotiaana kovaa taistelua ikääntymistään vastaan.

”Kukaan ei olisi arvannut hänen ikäänsä, ellei hän olisi sitä itse sanonut. Kiihkeän vaivannäön tuloksena hän oli edelleen langanlaiha, kaunisäärinen, litteämahainen ja pehmeäposkinen. Kuitenkin hänen kasvoissaan oli surua. Hän liikkui eleettömästi ikäänkuin hän olisi pelännyt rikkoo pitkään palvelleen kuoren tietämättä, mitä sen alla oli, ja oliko ylipäänsä mitään. Hän polki paikoiltaan ja tiesi sen.”

Steinem oli päättänyt uhmata vanhenemista, mutta tunnusti samalla, että oli jämähtänyt paikoilleen. Hän tunnusti myös, ettei hän ollut oppinut uskomaan omaan arvoonsa ihmisenä, vaikka maailma tunsikin hänet suorakäännä

”Vanheneminen voi olla tragedia, jos elämänsä on rakentanut ulkoisten asioiden ja muiden ihailun varaan.”

– Gail Sheehy

puheisena ja itsevarmana ajattelijana.

Vasta sairastettuaan vakavasti Steinem päätti tutustua itseensä.

”Olen aina kuvitellut, että menetän jotain vanhe-
tessani. Vähitellen aloin tajuta, ettei siinä mitään
menetä, se on toinen maa. Ihminen ei voita mitään
takertumalla siihen, mitä jo on, vaan jatkamalla eteen-
päin kohti uutta ja parempaa.”

Mitä elämä vielä tarjoaa?

Psykiatrian erikoislääkärin Anja Mathurin mukaan vanheneminen ja seksuaalisen vetovoiman vähene-
minen on vaikeinta niille, jotka tarvitsevat huonon
itsetuntonsa vuoksi ihailua psykologiseen tankkauk-
seen. Samalla hän korostaa, ettei eroottisen vetovoi-
man menettäminen ole suinkaan itsestänselvyys.

– Miten muuten olisi seli-
tettävissä 70-vuotiaiden in-
tohimoiset avioliitot? Mat-
hur ihmettelee.

Mathurista itsearvostuksen
pitäisi alkaa löytyä keski-
iässä muista asioista kuin mui-
den ihailuista.

– Ihailusta luopumista vai-
keuttaa nykyajan instant-
kulttuuri. Aikaisemmin elä-
mä oli yhteisöllisempää. Sa-
mat ihmiset tapasivat toisi-
aan päivittäin, ajattelu oli
pitkän tähtäyksen ajattelua,

”Itsearvostuk-
sen pitäisi al-
kaa löytyä kes-
ki-iässä muista
asioista kuin mui-
den ihailusta.”

–Anja Mathur

ja vaikutuksen tekeminen perustui enemmän siihen,
millaiseksi osoittauduit ihmisenä. Nykyään ajattelu
on horisontaalista. Kaikki perustuu hetkeen ja suosi-
on tai menestyksen perustaksi nousee se, minkä vai-
kutuksen teet ihmisiin ensi silmäyksellä.

Miksi minulle kävi näin?

Mathurin mukaan nuoruudesta luopuminen tapahtuu
usein masennuksen kautta.

– Ihminen kokee, ettei hän ole enää minkään arvoien,
ja hän on vihainen, miksi minulle kävi näin. Sitten hän alkaa puntaroida elämäänsä, ja hän voi
todeta surun kautta, että hänelle kävi kuten käy muil-
lekin.

Narsistisen ihmisen on vaikea surra nuoruuden päät-
tymistä, koska hän ei pysty kunnolla rakastamaan, ja
rakkaus ja suru ovat saman asian kääntöpuolia.

Jos ihminen pystyy suremaan ja irrottamaan men-
neestä, hän voi lähteä aukomaan uusia ovia ja katsoa,
mitä elämällä on vielä tarjottavaa.

– Kun ihminen tuntee esimerkiksi tehneensä työnsä
hyvin, hän on saanut kasvatettua lapsensa ja kokee
oppineensa virheistään, hänelle ei ole enää tärkeintä,
mitä muut hänestä ajattelevat, vaan mitä hän itse
ajattelee itsestään. Alkaessaan elää sisäisesti itseriit-
toista vaihetta, hän ei ole enää riippuvainen muiden
ihailusta. Hän kokee suurta vapautumista ja löytää
uusia arvoja ja sisältöä elämäänsä. □