

# Sata lausetta hyvinvoinnista

Antti Karisto ja Jussi Simpura

Antti Karisto ja Jussi Simpura

# **Sata lausetta hyvinvoinnista**

Kustantaja Y-Säätiö



Y-Säätiö on yleishyödyllinen ja poliittisesti riippumaton organisaatio, joka on perustettu vuonna 1985. Se tekee työtä asunnottomuuden poistamiseksi ja tarjoaa kohtuuhintaisia vuokra-asuntoja ihmisille, joiden on vaikea löytää asuntoa.

Antti Karisto ja Jussi Simpura  
Kustantaja Y-Säätiö

Kuvat Vilja Tamminen  
Ulkoasu Janne Leivo

Lönnberg paino Oy 2014  
ISBN 978-952-93-4592-2

## Esipuhe

**K**irjoilla on historiansa. Tämän kirjasen juuret juontuvat Sitran hyvinvointiryhmään, joka viitisen vuotta sitten tutkaili, olisiko syntymässä uudenlaista hyvinvointia – hyvinvointiajattelua, hyvinvointipolitiikkaa – vanhan, tutun ja joidenkin mielestä jo hieman tunkkaisenkin pohjoismaisen hyvinvointivaltioajattelun jatkeeksi.

Ryhmän muodosti kirjava joukko yhteiskuntapolitiikan tuntijoita ja tutkijoita: työhyvinvoinnin asiantuntijoita, kulutustutkijoita, nuorisotutkijoita, arvotutkijoita, aivotutkijoita ja vaikka mitä. Tavoitteena oli yhteinen julkaisu, jonkinlainen julkilausuma siitä, mitä hyvinvointi tässä ajassa ja yhteiskunnassa on. Jotta erilaisuudesta syntyisi luovuutta ja parviälly säkenöisi, perustettiin sähköinen alusta, jonne tuli tuottaa tekstiä ja käydä kommentoimassa muiden aivoituksia. Kuvan

hyvinvoinnista odotettiin syntyvän näin, palapelin tavoin.

Yhteistä kannanottoa ei kuitenkaan saatu aikaiseksi, hyvinvointi ei antautunut tällä tavoin kiinni otettavaksi. Tietoa ryhmän jäsenillä kylä oli, mutta ei tarpeeksi aikaa eikä ehkä intoakaan työskennellä yhdessä. Taisi olla myös niin, että ajattelun ainekset olivat osin yhteismitattomia. Sopan niistä olisi saanut keitettyksi, mutta ei mitään kiinteämpää.

Jossakin Sitran hyvinvointiryhmän istunnossa me kaksi supattelimme keskenämme. Näytimme kokouspapereiden marginaaleihin tehtyjä merkintöjä, joissa jokin ryhmässä ilmaistu ajatus oli tiivistetty pariin sanaan. Syntyi oivallus: tuossa voisi olla oikea muoto, juuri noin hyvinvoinnista saattaisi saada jotakin sanotuksi. Puheita pitäisi

puristaa kuin sitruunaa, eristää niistä ydinmehu.

Lyhyt ja silti ilmava ilmaisu voisi olla paikallaan senkin vuoksi, ettei tutkijankaan pidä aina selittää asioita puhki. Hyvä on jättää tilaa lukijalle, antaa hänen jatkaa ajatusta. Sitä paitsi tietty nöyryyden tarpeen, onhan hyvinvointi aika iso asia ”haltuun otettavaksi”. Ehkäpä siitä saa veistellyksi vain pieniä viipaleita. Ei ainakaan pidä heti sulkea muiden suita väittämällä, että juuri tuota ja vain tuota hyvinvointi on – se on tutkittu juttu! Tutkijoiden tulkinnat ovat pikemmin ehdotuksia kuin lopullisia totuuksia.

Hyvinvointi on myös poliittinen käsite. Siihen vedotaan kerkeästi, sillä se antaa pontta omalle argumentoinnille, siitä haetaan vauhtia omia intressejä edistettäessä. Hyvinvoinnista puhutaan ikään kuin yhtenä ja samana, mutta kovin näennäistä tämä yksimielisyys ja -kielisyys on. On monia kilpailuvia hyvinvointidiskursseja,<sup>1</sup> erilaisia tapoja mieltää hyvinvointi ja sen lähteet.

Hallitseva puhetapa on talouspainotteinen:

hyvinvointi on markkinoilta hankittavaa. Sitä syntyy, kun talouselämän pyörät pyörivät esteettä. Sosiaalipoliitikkojen katse taas kohdistuu hyvinvoinnin käänköpuoleen, sosiaalisiin ongelmiin; niitä säätelevä hyvinvointivaltio on se sampo, josta hyvinvointi sikiää. Mutta saako hyvinvoinnista kiinni vain sen käänköpuoleen katsomalla? Vaikka köyhyyden lievittämisessä ja työttömyyden vastaisessa taistelussa kohtuullisesti onnistuttaisiin, eivät ihmiset välttämättä vielä hyvin voi.

Usein pyrkimys hyvinvointiin kaventuu yhden asian liikkeeksi: omasta asiasta innostutaan liikaa ja yksi hyvinvoinnin puoli samaistetaan kokonaisuuteen. Esimerkiksi terveystutkijoiden ja terveydenhuollon toimijoiden suusta pääsee helposti ”terveys ja hyvinvointi” silloinkin, kun kyse on yksin terveydestä.

---

<sup>1</sup> Karisto, Antti: Yksi piano vai kymmenen lehmää? Kirjoituksia arjen ilmiöistä. Helsinki: Gaudeamus 2010, 15–19.

Yhä yleisemmin hyvinvointi on jonkinlaisen kevytterveyden ja siihen liittyvän mielihyvän synonyymi. Itsensä hemmottelua, ihon iloja, kehon kohentelua ja ulkonäköä tarkoitetaan silloin, kun puhutaan hyvinvointituotteista ja -teollisuudesta. Päivätesämme näitä alkusanoja löydämme sanomalehdestä kokosivun talousuutisen: ”Hyvinvointibuumi petasi menestykseen. Unta tarkkaillevia laitteita valmistava Beddit uskoo myynnin kasvavan tänä vuonna satakertaiseksi.”<sup>2</sup> Syntyy sadasensimmäinen lause: Hyvinvointia on syvä uni.

Kirjassamme hyvinvointia koskevia ajatusmuotoja ja puhetapoja on kiteytetty ”lauseiksi” tai hieman yhtä lausetta pitemmiksi ajatelmiksi. Niissä tiivistyy jotakin siitä, mitä tutkijat hyvin-

---

<sup>2</sup> Saari, Juhani: Hyvinvointibuumi petasi menestykseen. Unta tarkkaillevia laitteita valmistava Beddit uskoo myynnin kasvavan tänä vuonna satakertaiseksi. Helsingin Sanomat, 5.9.2014.

voinnista ajattelevat, mitä kansalaiset siitä ajattelevat, mikä näkemys ”hyvinvointipolitiikan” taustalla milloinkin piilee, millaista kulttuurista vaihtelua hyvän elämän tavoittelussa esiintyy. Asia on vakava, mutta lauseet eivät ole rypyytöisiä. Niissä on lempeää huumoria ja vinoa ironiaa, joka kohdistuu joihinkin aikamme ilmiöihin ja ajattelutapoihin. Monet lauseista ovat minämuotoisia, mutta sanomattakin on selvää, että lauseiden minä ei ole kirjoittava minä, emmekä me aina ole samaa mieltä kuin lauseissa sanotaan.

Sata lausetta hyvinvoinnista! Kirjan nimi oli valmiina jo viisi vuotta sitten, Sitran hyvinvointiryhmän istunnossa. Itse kirja syntyi omia aikojaan ja hyvin hitaasti, vaikka innostuimme ideastamme. Sitran ryhmällekkin kauppasimme ajatusta julkaisusta, joka poikkeaisi totutusta. Ryhmä ei moiseen kokeiluun syttynyt, mutta sen jäsenistä kaksi – murroksia ja tulevaisuutta pohtinut Kaisa Kautto-Koivula sekä luovuuden ja muotoilun asiantuntija Jarmo Lehtonen – innostui. Heidän

kanssaan tapasimme muutamaan otteeseen josakin helsinkiläisessä kahvilassa. Suunnitelma oli sellainen, että me kaksi vastaisimme lauseiden rustaamisesta, mutta Kaisa ja Jarmo olisivat mukana miettimässä, miten lauseet pakataan.

Palaveriessamme ajatukset sinkoivat sinne ja tänne. Tehdään siitä kahvilakirja, semmoinen jota voi selailta kahvia juodessa ja kaveria odotellessa! Tai jota voi käyttää kotona pannunalustana. Ei, ei mitään kirjaa, vaan jotakin tätä päivää, lauseet pitää levittää sähköisesti! Tai miksei painettaisi niitä maitopurkin kylkeen tai heijastettaisi raitiovaunupysäkin asfalttiin?

Pikku hiljaa innostus hiipui, ja kohta oli vain mukavia muistoja suunnittelusessioista. Ajattelimme jo, että se oli siinä, mutta olkoon. Tutkijoidenkin elämä on nykyisin niin aikataulutettua, että olipa kerrankin hauskaa tuhlata aikaa ja suunnitella sellaista, joka ei suunnitellussa muodossa toteudu.

Kesken jäänyt jäi kuitenkin kismittämään, ja

päätimme sittenkin viedä hankkeen päätökseen. Muodon suhteen otimme lusikan kauniisti käteen. Alkuperäisen ajatuksen mukainen lausekokoelma saisi riittää, ja vanha kunnon kirja olisi sittenkin sopiva formaatti. Ei kannata kikkailla, etsiä sähköistä muotoa, riittää jos itse lauseissa on sähköä.

Taas seurasi sarja kokoontumisia, nyt kaksin ja kahviloissa edelleen (hyvinvointi pesii kahviloissa!). Maltillisessa aikataulussa pidettyjen palaverien lomassa tehtiin kotitöitä, silloin kun aikaa muilta töiltä jäi. Väännettiin lauseita lisää, käännettiin valmiilta näyttäneitä, poistettiin tekemällä tehtyjä. Yhtä lausetta veistettiin terävämmäksi, toista pyöristettiin. Koko esitykselle alettiin hakea poljentoa ja rytmiä.

Kirjan takana on aina monta muuta kirjaa, niin tässäkin tapauksessa. Hyvinvointitutkimusta emme tätä varten erikseen lukeneet, sillä siitä lienee meihin tarpeeksi tarttunut vuosikymmenien aikana. Sen sijaan muodon vuoksi opiskelimme. ”Runollinen aforismi on korkein viisau-

den muoto”, luimme Nassim Nicholas Talebin sanoneen. Tosin tämä lause alkoi maistua pahalta, kun huomasimme Talebin mainostavan sillä runollisia aforismejaan ja omaa korkeinta viisauttaan.<sup>3</sup> Markku Envallilta löysimme vähemmän mahtipontisia luonnehdintoja lyhyistä lauseista ja metodisia ohjeita siitä, miten niitä kuuluu kirjoittaa.<sup>4</sup> Aforismeja koskevasta kirjallisuudesta oli sekin hyöty, että ymmärsimme olla esiintymättä

---

<sup>3</sup> Taleb, Nassim Nicholas: *The Bed of Procrustes*. New York: Random House 2010.

<sup>4</sup> Envall, Markku: *Miten kirjoitan aforismeja*. Helsinki: Pilke 2011; ks. myös Feiring, Sami, toim.: *Mitä aforismi tarkoittaa?* Turku: Savukeidas 2013.

<sup>5</sup> Sitran hyvinvointiryhmä ei saanut julkaisua aikaiseksi, mutta Timo Hämäläinen sai: hän toimitti Juliet Michaelsonin kanssa teoksen *Well-Being And Beyond. Broadening the Public and Policy Discourse*. Cheltenham: Edward Elgar 2014.

aforistikkoina. Olemme sosiaalitutkijoita, emme sanataiteilijoita.

Kiitos Sitran hyvinvointiryhmälle ja sen vetäjälle Timo Hämäläiselle<sup>5</sup> kimmokkeesta. Kiitos Kaisa Kautto-Koivulalle ja Jarmo Lehtoselle alkuvaiheen intoilusta. Kiitos Vilja Tammiselle, jonka valokuvat luovat lauseillemme levollisen maiseman. Kiitos Janne Leivolle, joka taittoi sanat ja kuvat kokonaisuudeksi. Kiitos Juha Kaakille ja Y-säätiölle, kustantajalle. Ja kiitos kaikille niille tutuille ja tuntemattomille, joiden puheita kuunnellessa ja tekstejä lukiessa lauseemme ovat alkaneet itää.

Helsingissä, 5. 9. 2014

*Antti Karisto ja Jussi Simpura*

**H**yvinvointia ei ole pahoinvoinnin puute eikä pahoinvointia hyvinvoinnin puute. Hyvinvoinnin ja pahoinvoinnin välissä on vointi, se ihan tavallinen elämä.






**O**n kaksi tietä tyytyväisyyteen: se, että saa mahdollisimman paljon, ja se, että haluaa mahdollisimman vähän. Länsiväyläksi ja Itäväyläksi niitä voisi sanoa.


**H**yvinvointi on kuin puutarha. Hitaasti se kehkeytyy, koskaan se ei ole suunnitelmien mukainen, saati valmis. Yllätyksiä tulee aina eikä rikkaruohoista pääse ikinä eroon.

**O**nni yksityistä, hyvinvointi yhteistä.




**A**rkea moititaan  
harmaaksi, vaikka tarkka  
silmä erottaa harmaassa  
kymmeniä lämpimiä  
sävyjä.

**M**itä hyvinvointi on?  
Mitäs sinä sitä mietit,  
katso mainoksia ja kaupan  
hyllyjä.



**U**enäjällä käydessäni kyselin, miten niillä menee.  
”No, normaalisti”, ne sanoivat aina, vaikka minusta  
näytti, että asiat olivat milloin mitenkkin. Niillä on  
notkeat nuo normaaliuden rajat.





**R**ulutan, voin siis hyvin. Tai sanotaan nyt, että ainakin olen olemassa.



**T**aas tuli talouskriisi. Pahimmissa skenaarioissa pelätään, että taannumme kymmenen vuoden takaiselle tasolle. Miten ne kutsuivatkaan niitä vuosia? Puhuivatko ne nousukaudesta?



”Eiks oo mango?”, parkuu lapsi jälkiruokaan päästyä. Tyypillinen suomalainen hyvinvointivaje.

**U**ielä vaan puhutaan vanhustenhuollosta, vaikka kukaan ei tunnustaudu vanhukseksi. Ja huoltoako hyvinvoinnista huolehtiminen muka on? Onko ihminen kone, joka pitää öljytä ja panna ajokieltoon, jos kunto-katsastuksessa havaitaan ruostetta?





**R**aapinkokokoinen mies pauhasi paikallisjunassa; ”Miiks mun pitäisi elättää noita saatanan mutakuonoja? Menivät duuniin eikä vetelehtis keskellä päivää! Kohtaa pitää tilata vartiointimiehet kotinurkille, et saa olla rauhassa. Ootsä samaa mieltä, mitä? Vittu, ne vie meiltä työpaikatkin, ihan vihaks pistää!” Me muut istuimme hiiren hiljaa ja kuvittelimme, että vaikeneminen on viisauden merkki.

**L**ama-ajan joululahjasuosikit ovat hyvinvointituotteita. Sellaisia kuin piikkimatto.





**R**umma juttu tuo hyvinvointi. Kun mikään ei sitä uhkaa, sitä ei ole milloinkaan tarpeeksi. Mutta kun menee huonosti, kaikki pienikin tuntuu hyvältä. Esimerkiksi se, että saa perunaa eikä sitä tarvitse syödä pommisuojassa.



**O**nnellisuus on hyvinvoinnin kukka, kirjoitti Georg Henrik von Wright. Mietin, millainen kukka onnellisuus on. Onko se yksi-, kaksi- vai monivuotinen? Vai onko se kuin agave, joka kukkii vain kerran ja kuolee kohta kukittuaan?



**J**okainen on oman onnensa seppä! Ehkä on, mutta pajassa vain ei ole paikkaa kaikille.

**R**anskan kielessä onni on bonheur, hyvä tunti. Suomalaisessa lähiökapakassa happy hour kestää kaksikin tuntia, mutta sitten palataan päiväjärjestykseen.





”Onnen pipanoita”. Onpa oivaltava kirjan nimi. Pipanoista onni koostuu, hyvinvointikin murusista.

**O**vat vihdoinkin viimein havahtuneet huomaamaan, ettei bruttokansantuote kerro kaikkea. Laskevat nyt onnellisen elinajan odotetta ja brutto-onnellisuuslukuja. Inhimillistä, liian inhimillistä, sanoisi Friedrich Nietzsche.





**Miksi onnellisuuttakin halutaan mitata bruttomääräisenä?**  
Koulussa opetettiin, että bruttopainossa on mukana taara eli pakkaus, kun taas nettopaino tarkoittaa tavaran painoa. Eikö siis pitäisi mitata netto-onnellisuutta?

**Ei, ei!** Brutto-onnellisuutta meidän on mitattava!  
Tarpeentyydytys tulee tavaroista, tunne-elämykset tuotteista. Kyllä onnenkin paino riippuu pakkauksesta, kaikki kauppiaat tämän tietävät.

**R**anarian saarilla kohtasin onnen. ”Hyvä fiilis!” karjahtelivat krapulaiset turistit hotellin aamupalalla. ”Don’t worry, be happy!”, luki niillä T-paidoissa.

**R**yllä me säpsähdimme, kun vertailu kertoi, että meillä suomalaisilla menee parhaiten. Onneksi löytyi heti mittausvirhe laskelmissa.





”No, ei tehdä tästä nyt numeroo”, toppuuttelee suomalainen, kun onni potkaisee. ”Kell’ onni on, se onnen kätkeköön”, ohjeistaa runoilija. Sellainenko elämämme parhaimmillaan on: suuri onnenkätkentäjuttu?

**L**uin lehdestä, että suomalaiset ovat likipitään onnellisimpia, tutkimus on sen osoittanut. Muistin osallistuneeni tuohon tutkimukseen. Taisin vastata olevani ”melko onnellinen”, vaikka totta puhuen tunsin itseni ”melko onnettomaksi”. Hyvä, että vähän vedätin, muuten olisi Suomi-kuva sumentunut ja markkinat reagoineet.





**R**un ihmisillä on ongelmia, tavallinen arki tuntuu tavoiteltavalta. Mutta kohta kun pääsee tolpileen, pikkuelämä tuntuu pitkästyttävältä. Kurkotetaan kuuseen ja kapsahdetaan katajaan. Sitä se on hyvinvointipyrkimysten dynamiikka.



**Y**ksin oot sinä ihminen,  
yksiössäsi yksin.



**Miten** suuria ovat siedettävät hyvinvointierot?  
Helppo kysymys! Erot ovat liian suuria, jos muut  
voivat minua paremmin, ja liian pieniä, jos minä voin  
muita paremmin.



**U**ai monikulttuurisuutta! Ihme hurskastelua vaatia arvostamaan muita kulttuureja, kun ei enää arvosteta omaa. Monot jalassa monokulttuurisuuteen, vasta kainalossa maahanmuuttajia vastaan.

**M**illaisia ovat hyvinvointivaatteet? Mieleen tulevat villasukat, mittatilauspuvut ja pakkopaita, onhan hyvinvointi jotakin, jota koetaan, mitataan ja johon joskus pakotetaan.





**Minä, sinä, hän, me, te he.**  
Näin opetettiin ennen vanhaan koulussa.  
Nyt ovat persoonapronominit pelkistyneet:  
minä, minä, minä,  
ne, ne, ne.



**I**ntiassa ajattelin, että tällaista meilläkin olisi, elleimme olisi kovalla työllä maattamme rakentaneet. Jos minulta kysytään, miten köyhyydestä päästään, vastaan: työllä, työllä ja työllä. Siinä mitkään kehitysavut auta!

**T**yöstä hyvinvointi syntyy, työ tekee vapaaksi. Mistäs minä sen luinkaan? Ai niin, Auschwitzin pääportilta.

**T**urha vaahdota tuloeroista. Mitä iloa siitä olisi, jos köyhillä olisi vähän enemmän rahaa. Eivät ne kuitenkaan osaisi sitä kuluttaa, niiltä kun puuttuu tyyliä.



**R**ikkaan hieno elämä on itse ansaittua, köyhän kurjuus itse aiheutettua.









**Älä** nyt jaks! Onhan mummolla eläke, ostaa sillä palveluja. Omassa kodissahan vanhan on hyvä asua. Sitä paitsi siellä laukkaa kotiapuakin kaiken päivää. Ei se meitä kaipaa, lähdetään me vaan laskettelemaan. Sillä on kaikki hyvin, niinhän se itse sanoi, kun jouluna soitin, vai milloin se oli.



**M**uija motkotti mummosta niin pitkään, että menin sitä vilkaisemaan. Oikeassa olin, sillä mitään hätää ollut, ihan niin kuin ennenkin se höpötti siunausta ja tuputti kermakahvia. Sanoin, etten nyt ehdi paljon puhua, kun alkaa formuloiden aika-ajot. Mutta ensi kerralla lupasin mennä ajan kanssa. Otan silloin puheeksi ennakkoperinnön.

**L**ääkäripäivillä kerrottiin, että kohta on useimpiin vanhuuden vaivoihin tieteelliseen näyttöön perustuva hoitosuositus. Jäin miettimään vanhuksia, joita vaivaa yksinäisyys. Määrätäänkö heille seurustelua 10 vai 20 minuuttia päivässä? Ainakin yliannostusta osataan varmasti välttää.





”Mitä on yhteisvastuu?” opettaja kysyi. Pitkä hiljaisuus, sitten luokan priimus arveli: ”Eiks enne ollu joku sennimine keräys?”

”Ei kunta kaikkeen veny, vastuuta pitää siirtää yhteisöille”, kuulin kunnanjohtajan sanovan. Mietin, minne ihmeeseen vastuuta siirretään silloin, kun sitä siirretään yhteisöille.



**R**aha-automaateissa eli pajatsoissa luki ennen: "Kansanterveydelle". Nyt on kansanterveydestä itsestään tullut raha-automaatti, jossa voisi lukea: "Neitsytsaarille". Naura, pajatso!



**L**ähiömarketissa huomasin, että lemmikkieläintuotteiden hylly oli pitempi kuin lastentarvikkeiden. Mutta voiko hyvinvointia mitata metrimitalla?

**K**oska en tiennyt, mitä hyvinvointi on, avasin internetin ja kirjoitin sanan Googleen. Sain 2,33 miljoonaa osumaa. Niistä ensimmäinen kuului: ”Jokainen meistä ansaitsee parasta mahdollista elämää, ota yhteyttä”.

**L**uin lehdestä, että hyvinvointiteollisuus tarjoaa töitä useammalle kuin muu teollisuus yhteensä. Selvästikin olemme siirtyneet myöhempien aikojen hyvinvointiyhteiskuntaan.





**T**avaroiden tuottama hyvinvointi on  
kuin häkää. Jos ei väritöntä, niin  
ainakin hajutonta ja aika mautonta.  
Mutta ah, miten huumaavaa!

**L**öysin televisiosta hyvinvointikanavan, jossa esiteltiin mielenhierontaa ja mainostettiin ikääntymistä ehkäiseviä ihovoiteita. Välitä itsestäsi, pysy kanavalla, muistutettiin mainostauolla.

**O**n myös näkymätöntä hyvinvointia, ja näkymättömiä ovat monet sen tuotantolaitoksetkin. Ei niitä tahdo löytää tehdäkseen tehdaskäynnin. Eikä ole tehtaanmyymälöitä, mistä hyvinvointia ostaa.

**T**erveysten merkityksen huomaa vasta silloin, kun se pettää. Onko muunkin hyvinvoinnin kanssa samoin?

**H**yvinvointi on moniulotteinen asia, monien seikkojen summa. Tai ei se summa ole, vaan tulo. Jos esimerkiksi terveys menee nolville, ei muustakaan hyvinvoinnista jää paljon jäljelle. Samoin käy, jos tulot jäävät nolnaan. Sellaista on hyvinvoinnin matematiikka ankarimmillaan.



**O**lla työmarkkinoiden  
käytettävissä.  
**T**ulla hyväksikäytetyksi.  
**P**äästä pahasta.  
**A**amen.



**T**erveys on täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila, määrittelee Maailman terveysjärjestö. Kovin on komeasti sanottu, mutta löytyykö mistään tuollaisia terveitä ihmisiä?

**E**i terveydestä pidä tehdä mittapuuta hyvinvoinnille. Jos kaikki epäterveellinen onnistuttaisiin elämästä karsimaan, lopputulema olisi tämä: itse elämä on epäterveellistä ja hyvinvoinnille vaarallista.





**R**aikki hyvinvointi ei käy kalliiksi. Esimerkiksi kunnioituksen osoittaminen toiselle ei paljon maksa. Miksi ihmeessä siitäkin vallitsee niukkuus? Vähän rispektii!





**S**e on tutkittu juttu: kuorolaulu lisää hyvinvointia.  
Olisipa minullakin ääntä, olisipa korvaa!

**H**yvinvointi on kulttuuria,  
siis viljelemistä, latinaksi.  
Kylvetään sivistyksen  
siemeniä, koulitaan hyvän  
ymmärryksen taimia.

**H**yvinvointia on haju,  
vastasyntyneen pääläen  
tuoksu.





**H**uolestuttaa tuo köyhien maiden halu hyvinvointiin. Ei maapallo sellaista kestä.

**E**kologinen jalanjälkeni mitattiin ja osoittauduin isokenkäiseksi. Millainen mahtaa olla hyvinvointi-jalanjälkeni?





**K**uluttaa voi vain jotakin, joka kuluu. Kun hyvinvointia haetaan kuluttamalla, kuluvatko muutkin kuin luonnonvarat?

**M**ikä nostaa hyvinvoinnin hyöty-suhdetta? Miten ottaa enemmän irti olevista oloista, elää paremmin pienemmillä päästöillä?



**R**uka keksisi hyvinvoinnin, joka kukoistaa, vaikka talous ja kulutus eivät kasvaisikaan?

**M**itä enemmän on ponnisteltu hyvinvoinnin ja terveyden ryhmäerojen kaventamiseksi, sitä suuremmiksi erot ovat kasvaneet. Pääsisikö eroista eroon lopettamalla niistä puhumisen?

**L**uonnonvarattomuus – huomispäivän köyhyyttä.





**S**ekin on hyvinvointia, että on hyvät välit toisten kanssa. Vaikka joskus hyvillä väleillä taidetaan tarkoittaa pikemmin välimatkaa kuin välittämistä.

**L**ehteilin hyvinvointikirjoja. Naisten hyvinvointikirjassa oli omat lukunsa elävästä ravinnosta ja kasvojen kohotuksesta, miesten kirjassa katumaastureista ja jääkiekon maailmanmestaruudesta.

**L**ehdet ylistävät sinkkuelämän ihanuutta. Minä yksinäinen tapailin vanhan laulun sanoja: "On iltaisin varsinkin ikävää, kun itsensä viereen saa köllähtää".



**N**orjalaisköyhät olisivat Suomessa sentään pienituloisia. Suomalaisköyhät olisivat Namibiassa hyvin toimeentulevia. Mutta rikkaat ovat rikkaita kaikkialla.

**O**nko totta, että suomalaiset ovat hieman isopäisempiä kuin muun maailman asukkaat? Totta on, sanoi asiantuntija, mutta toinen huomautti heti, että sillä ei ole mitään tekemistä älykkyyden, saati viisauden kanssa. Onkohan kansantuotteen ja hyvinvoinnin suhde vähän samanlainen kuin isopäisyyden ja viisauden?



**U**enäjällä ei ole kestävyysvajetta, ei ainakaan vanhusten vuoksi. Miehet elävän keskimäärin kuusikymppiseksi, eivät kuormita vanhustenhoitoa eivätkä ehdi saada eläkettä. Pitäisikö ottaa opiksi?

**U**äittivät, että sana ”terveyskeskus” keksittiin entisessä Itä-Saksassa. Mistä nyt tuulee, kun terveyskeskuksia kutsutaan hyvinvointikeskuksiksi?





Ne sanoivat seminaarissa, että nyt pitäisi tehdä tutkimus syrjäytyneiden omista selviytymisstrategioista. Hyvä niin, ajattelin, vaikka eivät syrjäytyneet mitään strategeja ole. Parhaimmillaan pikkuisen taktikoivat.

**H**yvä yhteiskunta on kuin Samuel Beckettin näytelmähenkilö Godot: vielä se ei ole tullut, mutta huomenna se tulee.

”Hyvinvointiyhteiskunta on samassa suhteessa hyvinvointivaltioon kuin tosi kommunismi reaaliosialismiin”, esitelmöitsijä lohkaisi. Tuo on totta, minä mietin: edellisiä ei koskaan tule eikä jälkimmäisistä ole paljoa jäljellä.



**E**nnen hyvinvointi kiihdytti pitkin moottoritietä. Nyt ei nelikaistainen riitä, vaan vauhdissa pysyminen vaatii laajakaistaa.

**H**yvinvointivaltiossa yhdistyvät hyvinvointi ja valtio, mutta kummalla puoliskolla sanapaino on? Vai onko koko sanalla enää painoa?

**H**yvinvointivaltio ja markkinat ovat kuin paita ja perse. Tai kuin nahistelevat sisarukset, sanoakseni saman siistimmin. Eivät ne tule toimeen toistensa kanssa, mutta vielä vähemmän ilman toisiaan.



**E**sitelmöitsijä löi utopistin leiman edellisen puhujan otsaan. Sanoi, että nyt kannattaa keskittyä konkreettisiin ongelmiin. On hölmöä tavoitella sellaista, mikä ei ole tavoiteltavissa. Molempien puheissa on perää, minä mietin. Hyvää yhteiskuntaa ei koskaan tule, ei tule tasa-arvoa eikä oikeudenmukaisuutta. Mutta pitää niitä silti tavoitella, sillä mistäpä ihminen energiaa saa, ellei ihanteista.

**T**uleeko hyvinvointivaltiosta vielä samanlainen naurun aihe kuin reaalisosialismista? Ehkä 2030-luvulla viimeiset kunnalliset terveyskeskukset on museoitu, laatusuosituksista on tehty nostalgisia julisteita ja koululaiset sekoittavat ylioppilasaineissaan Stakesin Stasiin. Tai mistä sen tietää, mille silloin nauretaan. Ehkä innovaatiopuheille ja ideaparkeille.

**M**itä hyvinvointivaltio tekee? Suojelee, auttaa ja avustaa; säätelee, valvoo ja kurittaa.



**R**äskivät kutsua asunnottomia ja pidätettyjä asiakkiksi.  
Oli omaksuttu asiakaslähtöisyys.

**R**un kevyt linja levisi hyvinvointipalveluja  
tuottaviin organisaatioihin, alkoi esiintyä  
organisaatioanoreksiaa ja -bulimiaa.  
Keventämiseksi kutsutusta amputaatiosta  
seurasi aavesärkyä.

**A**ina vain raskaammaksi kävi elämä silloin, kun  
palvelurakenteita kevennettiin.



**M**itä enemmän, sen paremmin! Tuo ei ole yksin kapitalistinen keksintö, sillä jo Stalin muotoili hyvinvointilain, jossa määrä muuttui laaduksi.

**S**talinilla oli monia muitakin ajatuksia hyvinvoinnista. Synkkien aikojen alkaessa hän julisti: ”Elämästä on tullut parempaa, elämästä on tullut iloisempaa!”. Hän tiesi, kuinka ”kuolema ratkaisee kaikki ongelmat” ja että ”yhden ihmisen kuolema on tragedia, mutta miljoonan ihmisen kuolema on tilasto”.

**P**uoluekokous päätti, että viiden vuoden kuluttua siirrytään kommunismiin ja kaikki kansalaiset ovat onnellisia. Kaksikymmentä vuotta vankeutta niille, jotka eivät suostu olemaan.

**E**nglannin kielessä on kolme sanaa – welfare, well-being ja wellness – jotka kaikki käännetään hyvinvoinniksi. Siitä se alkaa, sotku, saivartelu ja sekaannus.

**Y**ksi hyvinvointitutkimuksen julkilausumaton taustateoria on ”tyhmän yleisön teoria”. Sitä käytetään kummasteltaessa vaikkapa sitä, että 90 prosenttia pitää asuinympäristöään viihtyisänä, vaikka ei niiden todellakaan pitäisi.

**S**itä saa, mitä tilaa. Jos hyvinvointitutkija kysyy ”mitä kuuluu”, totta kai vastaus on ”kiitos hyvää”. On meidät sentään sen verran kohteliaiksi kasvatettu.





**E**nnen oli keppi, nyt on kannustin.

**O**nko se sosiaalipornoa, jos hyvinvointi paljastaa hajontansa ja levittää eronsa esille?

**R**ehittelivät teoriaa onnellisuuden politiikasta, mutta sitä testanneissa tutkimuksissa onni oikutteli ja kieltäytyi korreloitumasta.

**M**istä puhe, siitä puute. Hyvinvoinnistakin puhutaan eniten huonoina aikoina.



**E**lämönhallinnasta kuulee puhuttavan varsinkin silloin, kun kaikki on karannut käsistä.

**R**un hyvinvoinnille tärkeät lähipalvelut sijoitetaan oikein logistisesti, ne sijoitetaan kauas kaikesta. Jonnekin moottoriteiden solmukohtiin.



**O**nko tietoa, kysyttiin ennen porttikongissa. Ei silloin eletty tietoyhteiskunnassa, mutta kaikki kyllä tiesivät, mistä lähteestä hyvinvointia ammennetaan.



**N**yky-yhteiskunnassa ei kenenkään tarvitse olla yksin!  
Luotettavia Facebook-ystäviä saa 0,99 €/kpl.

**S**innikkäästi kuin Sisyfos me kieritämme kiveä ylös  
vuoren rinnettä hyvinvointia hamutessamme. Jos tämä  
haiskahtaa hullun hommalta, pitää muistaa, että  
sitähän Sisyfos olikin: hiukan hullu eli vähän  
onnellinen.



**M**yötämäki ahdistaa, vastamäki  
yhdistää. Tätä on hyvinvoinnin  
topografia näillä arktisilla  
alueilla.

**Antti Karisto** on Helsingin yliopiston sosiaaligerontologian professori. Hän aloitti hyvinvointi- ja terveystutkijana, siirtyi sitten sosiaalipolitiikan, kaupunkitutkimuksen ja sosiaalityön kautta nykyiseen leipälajiinsa, vanhenemisen tutkimukseen. Kariston julkaisu-uettelossa (ks. <http://blogs.helsinki.fi/akaristo/>) on nelisensataa nimikettä: omia ja toimitettuja kirjoja, artikkeleita, tutkimusraportteja, lehtijuttuja, joitakin tavallisesta tiedeproosasta poikkeavia kokeilevia kirjoituksiakin.

**Jussi Simpura** työskenteli kesään 2014 saakka tutkimusprofessorina Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksessa (THL), työkenttäänään ”laitoksen toimintaympäristön muutosten seuranta ja ennakointi sekä strategiatyö”. Eläkkeelle siirryttyäänkin hän on mukana erilaisissa asiantuntijatehtävissä ja jatkaa abiturienttina saamansa ammatinvalinnanohjauksen mukaisesti numeroiden ja yhteiskunnan suhteiden pohtimista. Simpuran työkenttään ovat kuuluneet myös hyvinvoinnin mittaaminen ja tilastointi sekä aiemmin myös alkoholitutkimus. Näistä hän on julkaissut satoja kirjoituksia ja ollut mukana useissa kirjahankkeissa.



Hyvinvoinnista puhutaan paljon, mutta sillä ymmärretään milloin mitäkin. Komeaan käsitteeseen vedotaan kerkeästi, sen avulla yritetään oikeuttaa joskus kyseenalaisiakin pyrkimyksiä.

Tässä kirjasessa hyvinvointia koskevia puhetapoja on kiteytetty "lauseiksi" tai hieman yhtä lausetta pitemmiksi ajatelmiksi. Niissä tiivistyy jotakin siitä, mitä tutkijat hyvinvoinnista ajattelevat, mitä kansalaiset siitä ajattelevat, minkälaisia näkemyksiä hyvinvointipolitiikan taustalla milloinkin piilee ja millaista kulttuurista vaihtelua hyvän elämän tavoittelussa esiintyy.

Lauseissa on lempeää huumoria ja vinoa ironiaa, joka kohdistuu joihinkin aikamme ilmiöihin ja ajattelutapoihin. Taustalla on kuitenkin kirjoittajien vakava huoli muun muassa siitä, että hyvinvoinnin monitahoisuus uhkaa unohtua.

ISBN 978-952-93-4592-2



9 789529 345922

Y-Säätiö  
[www.ysaatio.fi](http://www.ysaatio.fi)  
Kuvat Vilja Tamminen

ISBN 978-952-93-4592-2