

Petri Tamminen

Ninka Reittu

# Ajatuksen vahtimestari



Helsingissä Kustannusosakeyhtiö Otava

## Lukijalle

**M**urehtiminen on murehtijan omastakin mielestä joskus liiallista. Ja pelkääminen pelkääjän mielestä. Ja häpeily häpeäjän.

Mutta ovat ne neuvot silti surkeita, joita murehtijalle ja pelkääjälle ja häpeäjälle aina lausutaan:

”Älä mieti niin paljon.”

”Älä yliajattele.”

Neuvot oikaisevat. Ne yrittävät hypätä suoraan lopputulokseen, murehtimattomuuteen. Oikaisuyritys johtuu siitä, että murehtiminen turhauttaa neuvojaa. Mutta turhauttaa se murehtijaakin! Eikä hän silti lakkaa vatvomasta murheitaan. Eikä pelkääjä pelkojaan. Eikä häpeäjä häpeitään. Liiallisen murehtimisen idea on juuri siinä, että murehditaan aina vain, oli mikä oli, ja aamuyöllä herätessä murehditaan vielä lisää.

Onneksi on olemassa parempi neuvo:

”Mieti vielä enemmän – mutta eri kohdasta.”

Sillä jos osaa miettiä liikaa, osaa miettiä myös sitä miettimistään.

Liikamurehtijan ja liikapelkääjän ja liikahäpeäjän ajattelukone on tehokas. Se on vuosikausien myllytyksellä tehokkaaksi viritetty. Tuon tehon voi suunnata hiukan toiseen kohtaan. Siihen kohtaan, jossa on tallessa oman vaikutusvallan muisto, murheiden ja pelkojen ja häpeän alle hautautunut.

Tämän kirjan on tarkoitus olla kumppani, jonka kanssa tuota vaikutusvaltaansa voi ajatella ja jonka kanssa voi kysyä: Onko kaikella sillä, mitä ajattelen, sittenkään oikeutta vaatia minulta niin paljon ajatteluaikaa?



Kuvitellaan että mielesi on suuri ravintolasali,  
johon saapuu joka päivä satoja vieraita.  
Noin suureen joukkoon osuu ikäviäkin asiakkaita,  
tunnettuja riidanhaastajia, joita et jaksaisi palvella.  
Siellä ne nyt kuitenkin riehuvat.  
Pitäisikö sinun palkata ovelle vahti?