

*Kuinka menestyä
hukkaamatta itseään*

JOKO SAA SUORITTAA?

**Laura
Strömberg**



Helsingissä Kustannusosakeyhtiö Otava

© Laura Strömberg ja Kustannusosakeyhtiö Otava 2026

Tekstin- ja tiedonlouhinta kielletty.

ISBN 978-951-1-52600-1

OTAVA
KIRJAPAINO
Keuruu 2026



SISÄLLYS

ESIPUHE	7
OSA ARVOITUSTA	11
YMPÄRISTÖN OHJELMOIMAT	13
Matkalla sikariportaaseen	13
Laumakäyttäytyminen	17
Intohimon liekki	23
Kultainen häkki	26
ARKI PAINEKATTILASSA	31
Ruuhkaa päässä	31
Tiedon virrassa	35
Liian kovaa kyytiä	39
Talouselämän teatteri	41
Pahimman vastustajani tiedän	46
Jatkuva kehittämisen kierre	50
Kehon kurittaja	52

HAVAHTUMINEN	57
Opettaja saapuu	57
Sisäinen hahmomaailma paljastuu	63
Ihminen johtajaroolin alla	76
Näkymätön maailma	83
Henkisyys ei kuulu bisnekseen	87
Keho-mieliyhteys	93
ORAVANPYÖRÄÄN MAHTUVAT MENETELMÄT	101
Samoja asioita kokeneet ihmiset	101
Tila olemiseen ja ajattelemiseen	107
Hallitsija nimeltään puhelin	111
Identiteeteistä irti päästäminen	116
Yin ja yang	126
Meditaation uudelleenmäärittely	129
Hidas lukeminen	137
Puhdistava kirjoittaminen	140
PERILLÄ	145
Jahtaava vai myönteinen suorittaminen	145
Nykytilan rauhoittaminen	149
Mikä on tarpeeksi?	154
Flow	157
Syvien keskustelujen voima	166
Uusi palvelutehtävä mentorina	171
Elämään luottaminen	174
Hellittäminen	176
Todellinen menestys	179

ESIPUHE

Tämä kirja kuvaa muodonmuutostani saavutuksia janoavasta, muilta ihmisiltä huomiota kaipaavasta suorittajasta kohti levollisempaa, itsensä kanssa tasapainossa elävää ihmistä.

Teoksen tärkeimpinä tehtävinä on antaa ääni perinteisillä mittareilla yrityselämässä menestyneelle ihmiselle, joka löysi sisäisen maailmansa. Tätä aihepiiriä ovat käsitelleet laajamittaisesti muun muassa mielen ammattilaiset ja tutkijat, mutta olen jäänyt kaipaamaan kirjallisuutta, joka valottaisi näitä asioita henkilökohtaisemalla tasolla nimenomaan yritysjohtajien näkökulmasta. Olen löytänyt tällaista kirjallisuutta Suomesta vielä hyvin vähän. Johtajat kirjoittavat pääosin johtamisesta tasolla, joka ei mielestäni ylety riittävän syvälle. Oma mielenkiintoni kohdistuu siihen, mitä yrityselämän vaativissa ympäristöissä toimiva ihminen pintansa alla ytimessään kokee. Näytämme työympäristössämme ulos-

päin vain harkitun julkisivun. Tämän kaiken alla meissä jokaisessa tapahtuu jatkuvasti paljon. Nämä asiat me usein piilotamme, jopa itseltämme. Yrity maailma vaatii meiltä kovuutta ja määrätietoisuutta. Ihmisen sisäisen maailman virtaukset eivät pehmeudessaan useinkaan sovi samaan keskusteluun siitä huolimatta, että ne vaikuttavat aivan kaikkeen.

Matkani omaan sisäiseen maailmaani alkoi toimiesani nopeasti kasvavan lemmikkiruokatalon perustaja-toimitusjohtajana. Dagsmark Petfood Oy:n johtaminen ideasta exitiin on ollut ammatillisesti elämäni hienoimpia kokemuksia. Mentaalisesti prosessi oli välillä äärimmäisen kuormittava mutta myös valtavasti onnellisia hetkiä sisältävä. Taival oli minulle syvää henkisen kasvun aikaa. Jouduin herkkänä ihmisenä lukuisiin itselleni erittäin vaikeisiin tilanteisiin. Paine ja stressi pakottivat minut tutustumaan itseäni syvemmällä tasolla ja löytämään syitä siihen, miksi koin asiat kuten ne koin. Aloin löytää sisältäni yhä enemmän avaimia johtamisessa eteen tuleviin lukko-tilanteisiin. Tietoisuuteni kehittyi tasolle, jossa ymmärsin, että tullakseni hyväksi johtajaksi minun on välttämätöntä tutustua syvällisesti siihen ihmiseen, joka asuu rakennetun johtajaroolini alla.

Toivon kirjani tuovan inspiraatiota, tukea ja lohtua ihmisille, jotka jo tunnistavat tai ovat löytämässä itsestään kymppin tytön, suorittajan tai herkkä mutta samaan aikaan äärimmäisen päämäärätietoisin toimijan. Toivon voivani omien kokemusteni kautta avata näkymää

ihmisen syvempiin kerroksiin, kokemuksellisesti, en teoreettisesti. Toivon pystyväni ohjaamaan lukijan katseen ulkomaailman menestyksestä kohti sisäisen maailman poikkeuksellisen mielenkiintoista ympäristöä. Toivon, että lukija löytää kirjan sivuilta itsensä ja tietää tämän teoksen luettuaan, ettei ole pohdintojensa kanssa yksin. Meitä on paljon, mutta kohtaamme liian harvoin. Meillä pitäisi olla enemmän mahdollisuuksia nojata toisiimme ja käydä keskusteluja, joissa toinen ymmärtää jo puolesta sanasta, mistä puhutaan.

Kirjoittaminen on tarjonnut minulle mahdollisuuden elämäni refleктоimiseen, itseni ymmärtämiseen ja kaiken tapahtuneen hyväksymiseen. Se on avannut minulle oman käytökseni juurisyitä tuoden myös samalla selityksiä sille, miksi elämäni on edennyt niin kuin se on edennyt. Vaikka olen tehnyt sisäistä työtä itseni kanssa jo vuosia, on kirjoittaminen tarjonnut vielä yhden väylän katsoa kaikkien verhojeni taakse. Se ei ole antanut jättää mitään koloa käsittelemättä. Se on riisunut minulta loputkin maskit, joiden taakse olen elämäni aikana piiloutunut. Kirjan kirjoitettuani tiedän, että voin siirtyä lopullisesti uuteen tapaan elää. Uskallan jättää vanhat identiteettini taakse ja luottaa tulevaan. Tiedän, ettei minun tarvitse enää saavuttaa mitään. Minun ei tarvitse enää esittää mitään, ei pyrkiä mihinkään eikä vakuuttaa ketään. Mutta oman itseni takia voin tehdä ja tulen tekemään edelleen niitä asioita, joista nautin ja joissa olen hyvä. Haluan yhä edelleen antaa oman panokseni

suomalaiseen yrityselämään. Haluan nähdä yritysten ja niitä johtavien ihmisten kasvavan. Haluan auttaa muita saavuttamaan tavoitteitaan, haluan tehdä heidän matkastaan helpomman kulkemalla mentorina heidän vierekkään. Haluan edelleen ottaa riskejä ja tavoitella suurta. Haluan nähdä visioideni tulevan toteen omin käsin tehdyn työni kautta.

Voin olla kaikkea, mitä haluan, mutta vain mikäli minä itse niin haluan. Tärkein oman henkisen kasvupolkuni oppi on luopuminen sen miettimisestä, mitä muut ihmiset ajattelevat minusta. En enää jaksaa miellyttää ketään, en laita kortta ristiin kelvatakseni muille ihmisille. En enää suorita asioita saadakseni ulkoista suitsutusta tekemiselleni.

Olen siirtynyt elämään sisäisistä lähtökohdistani käsin. Kuuntelen hermostoni viestejä enkä enää hylkää kehoani ja jätä sitä selviytymään itse omista kivuistaan. Pidän huolta itsestäni ja sisälläni asuvista lukuisista hahmoista. Annan kaikkien hahmojeni puhua, en enää vaienna itseni eri puolia. Annan herkkyyteni ja pehmeyteni näkyä, mutta olen vahva silloin, kun sitä tarvitaan. Elän kokonaisena.

Piettolan tilalla Lohjansaaressa 20.10.2025

Laura Strömberg

OSA ARVOITUSTA

Kaikki oli taas hengästyttävän täyttä. Kalenterini natisi liitoksistaan, pääni sisäinen kuhina kasvoi kasvamistaan. Tunnistin vahvasti tarpeen irtiottoon. Irtiottoon, joka edes hetkellisesti raivaisi tilaa kalenteristani ja vapauttaisi paineen tunnetta päässäni. Ehkä keventäisi raskasta tunnetta kehossanikin.

Päätin lähteä ulkosaaristoon hiljaisuuden retriitille pitkäksi viikonlopuksi. Olin jo useamman vuoden ajan ollut kiinnostunut hiljaisuuden retriiteistä, ja nyt koin hetken olevan oikea sellaisen kokemiseen. Olin jo havainnut henkisen väsymiseni heijastuvan työtehooni, joten asialle oli tehtävä jotain. Kerroin asiasta yritykseni avainhenkilöille ja toivoin, ettei minuun oteta yhteyttä retriitin aikana muulloin kuin äärimmäisessä hädässä.

Retriitin ensimmäisenä iltana kokoonnuimme yhteiselle iltapalalle esittelykierrosta varten. Tottumuksesta oletin, että esittelykierroksella kaikki kertovat nimensä,

paikkakunnan, ammatin ja edustamansa yrityksen nimen. Olin hämmentyneen yllättynyt, kun retriitti-ohjaajamme pyysi meitä esittelemään itsemme vain kertomalla etunimemme.

Hei, olen Laura.

Lyhyestä virsi kaunis. Sisäinen kokemus mullistava.

Sain esitellä itseni muille vain ihmisenä, täysin irrallaan kaikesta siitä, mitä normaalisti arjessa olin. Toimitusjohtaja-Laura loisti poissaolollaan, eikä kukaan ollut kiinnostunut siitä, mitä minä tein työkseeni. Jokainen oli tullut retriitille oman itsensä vuoksi, päästäkseen kosketuksiin oman sisäisen maailmansa kanssa.

Työminäni oli jäänyt lauttarantaan. Tumma, syksyinen meri oli välissä eikä työn ote enää yltänyt minuun.

Kokemus oli minulle täysin poikkeuksellinen. Ymmärsin salamannopeasti löytäneeni jonkin uuden polun alkuun. Tämän näkymättömän arvoituksen äärelle vievät ovet alkoivat avautumaan elämässäni yksi kerrallaan.

YMPÄRISTÖN OHJELMOIMAT

Matkalla sikariportaaseen

Vuosittainen vappuhulina on jälleen valloittanut kaupungin ytimen. Lauma nuoria valuu viileässä kevät-tuulella kohti puistoja, tunnelma on kepeä ja pirskahteleva. Suurin osa lukukauden tenteistä on hoidettu kunnialla, kesätyöt kolkuttelevat jo ovella. Tulevaisuus luo nuorten välille vahvan yhteenkuuluvuuden tunteen. Kauppakorkeakoulussa saadut opit ovat kuljettamassa heitä kohti menestyksestä elämää, opinnot valmistavat johonkin tavoittelemisen arvoiseen. Siihen johonkin, joka aikanaan tulisi vielä palkitsemaan heidät ruhtinaallisesti.

Kaksi vuotta sitten kauppakorkeakoulun ovien avauduttua avautui opiskelijoille samalla ovi juhlahuoneiston

porstuaan. Tilaan, jossa tulevaisuuden johtajia ja vastuunkantajia kasvatetaan. Porstuasta aukeaa aikanan ovi varsinaiseen juhlahuoneistoon. Tilaan, jossa elämä tapahtuu, tilaan, johon kiteytyy valtavan paljon odotuksia, unelmia ja haaveita.

Nuoret istuvat nurmikolle kuohuviinipullojen poksahtellessa auki. Kuplivissa tunnelmissa he jäävät odottamaan puistoon vielä saapuvia opiskelijatovereitaan. Pian saapuvat ystävät löytävät laumansa helposti haalarien värin perusteella. Kauppatieteilijöiden haalarin väri ei ole vihreä, eikä se ole myöskään tummanvihreä. Kauppatieteilijöiden haalarin väri on dollarinvihreä.



Statuspelin pelaaminen alkaa jo varhain. Pelin ydinluonteeseen kuuluu jatkuvan etenemisen ja parantamisen elämäntyö. Enemmän on enemmän.

Työelämän pelikentällä pätevät tietyt säännöt ja roolikäsitykset. Pelikenttä on ollut olemassa jo pitkään, ja vuosien saatossa sen ympärille on rakentunut yhteiset toimintatavat määrittelevä kehys. Yksilöt operoivat tämän kollektiivisesti hyväksytyn kehyksen asettamien raamien sisällä. Astuessani pelikentälle minusta tuli yksi pelinappula muiden joukossa. Jokaisella pelinappulalla on oma määritelty roolinsa. Voisin vaikuttaa omilla ponnisteluillani ja suorituksillani asemani kehittymiseen.

Ihmiset asemoituvat suhteessa toisiinsa erilaisten positioiden, sopimussuhteiden ja organisaatorakenteiden kautta. Pelikentästä muodostuu oma erillinen ympäristönsä, aivan kuin työelämän oma universumi osana kosmista maailmankaikkeutta. Tällä universumilla on selvät rajat, ja selvää on myös, ketkä universumiin kuuluvat ja ketkä eivät.

Keskeisiä ympäristössä väreileviä voimia ovat tehokuus, taloudellisuus, tavoitteet, suoritukset ja saavutukset. Nämä näkymättömät voimat heijastuvat läpitunkevasti ympäristön vaikutuspiirissä oleviin ihmisiin, ja yksilöt pyrkivät kehittymään suhteessa näihin tekijöihin. Tiesin alusta asti, että jos pystyn vastaamaan ympäristön odotuksiin tai jopa ylittämään ne, tulee minun arvoni pelissä nousemaan.

Tyypillinen pelikentällä pelaava yksilö on luonnostaan kunnianhimoinen, eteenpäin pyrkivä ja saavutuksistaan nauttiva. Hän on kentällä omassa elementissään, hän viihtyy siellä. Tavoitteellinen kulttuuri ja jatkuvasti edessä siintävät yhä korkeammalle vievät tavoitteet alkavat osoittaa elämälle suuntaa. Ympäristön voimien vaikutuksesta minulle alkoi muodostua alitajuntainen tarve todistaa oman olemassaoloni arvo tekemisen kautta. Syntyi tarve varmistaa hyväksytyksi ja arvostetuksi tuleminen loputtomalla ponnistelulla ja suorittamisella.

Pelikentällä roolit ovat näkyviä ja nousevat vahvasti esiin. Rooleilla on yhteisesti sovitut nimet, ja ne määrittävät ihmisen aseman kentällä. Roolin alla olevaa

ihmisyyden tasoa harvoin tarkastellaan, sitä ei pidetä menestymisen näkökulmasta olennaisena asiana. Ihmisen sisällä asuva henkilökohtainen minä jää taka-alalle, kun ulospäin näkyvä rooli dominoi. Oma minuus sekoittuu rooliin vähitellen, se liukenee kuin kuiva-aine nesteeseen. Vuosien varrella hiukkasten ja nesteen välinen raja hälvenee kokonaan. Minuus ei enää erotu roolista. Yhteys itseän alkaa hapertua ja oman ytimen ääni hiljenee. Asiat etenevät näkymättömästi pinnan alla, eikä ihminen vielä tiedosta tapahtuvaa.

Jälkikäteen olen nähnyt kaiken paljon kirkkaammin. Tuntui kuin olisin asettunut istumaan junaan, jonka raiteet olivat valmiiksi edessäni ja reitti oli etukäteen suunniteltu. Monet sukulaisistanikin olivat aikaisemmin matkustaneet näitä raiteita pitkin. Tunsin välillä vetoa sivuraiteille, mutta koin, ettei niille ollut mahdollista kääntyä. Huomasin, että osa kanssamatkustajista ei pysynyt junan kyydissä vaan he joko tippuivat pois vauhdissa tai jäivät pois asemalla. Matkustajien vaihtuvuudella ei lopulta ollut kovinkaan paljon vaikutusta kokonaisuuteen, sillä pois pudonneiden tilalle tuli aina uusia matkustajia. Tärkeintä oli, että itse pysyin junan kyydissä. Elämäni rytmi ja energia alkoivat rakentua junan vauhdin mukaiseksi.

Laumakäyttäytyminen

Ahkerat, työtä pyyteettömästi tekevät muurahaiset eivät pysähdy kyseenalaistamaan elämäntyyliään. Muurahainen kantaa, rakentaa, tottelee. Puurtaa ja ponnistelee tehtävänsä täyttämiseksi, yhteiseksi hyväksi. Jokainen päivä täyttyy tekemisestä, jokainen hetki on mahdollisuus olla hyödyksi. Työ on arvo itsessään. Työn pitää edetä, kuten suunniteltu on. Muurahaispesässä yksilö ei erotu, se hukkuu suurempaan järjestelmään. Elämä muurahaispesässä kytkeytyy suomalaiseen työn eetokseen. Lepokin pitää ansaita.



Työuransa alussa pelikentälle saapuva ihminen hahmottaa itsensä aluksi vielä selkeästi yksilönä. Vuosien varrella hän kytkeytyy yhä vahvemmin osaksi muista ihmisistä muodostunutta verkostoa ja kokee lopulta olevansa erottamaton osa laumaa.

Lauman jäsenet kietoutuvat yhteen työelämän eri tilanteissa: kokouksissa, seminaareissa, koulutuksissa, lounastapaamisissa ja kahvihuoneissa. Tämä on heidän päivittäinen areenansa ja toimintaympäristönsä, tänne he kukin rooleineen solahtavat luontevasti. Uudet tulijat otetaan kannustaen vastaan, heitä autetaan pääsemään osaksi laumaa. Lähtijöille pidetään läksiäiset ja kohottavilla kiitoskorteilla lausutaan kiitokset menneistä vuosista. Uudet areenat ottavat lähtijät vastaan