

– Unet ohjaavat ja opastavat, neuvovat, varoittavat ja lohduttavat, sanoo lahtelainen unikurssien pitäjä ja unien tulkitsija **Eija Orpana**.

Äidiltä ja isoäidiltä peritty unien näkemisen lahja ja tulkintakyky vahvistuivat tunnetun unien tulkitsijan, vuonna 2006 henkimaailmaan siirtyneen **Pekka Suomisen** vetämillä unikursseilla, joilla Eija Orpana kävi säännöllisesti 1990-luvun alusta lähtien. Suomisen kuoleman jälkeen Orpana astui tämän viitoittamalle tielle omilla unikursseillaan. Yhteys oppisään ja tämän opastukseen on säilynyt ja toimii koko ajan.

Eija Orpana suhtautuu uniin suurella kunnioituksella ja nöyryydellä. Hän kertoo dramaattisen esimerkin unen tuomasta johdatuksesta, jonka hänen entisen aviomiehensä isäpuoli näki unessa aviomiehen jouduttua vakavaan onnettomuuteen. Myös Eijan äiti näki enneunen onnettomuuteen liittyen. – Appiukko, joka ei koskaan puhunut unistaan ja joka sanoi, ettei hän näe unia eikä muista niitä, oli nähnyt onnettomuutta edeltävänä yönä hyvin selkeän unen, jossa mieheni ajaa traktorilla mustaa asfalttitietä, tie nousee pystyyn ja traktori kaatuu. Uni oli vaivannut appeani niin paljon, että aamulla hän lähti ajamaan 25 kilometrin päähän katsomaan, miten poika traktorillaan laituria siirtää. Juuri kun hän saapui paikalle, sattui tapaturma. Mieheni tullessa traktorin päältä, housunpunti otti vetoakseliin kiinni ja jalkaterä repesi nilkasta irti johtaen säären amputaatioon. Unessa oli hyvin selkeä, suoranainen ohjaus ja johdatus lähteä paikalle. Ellei hän olisi mennyt sinne, kukaan ei olisi ollut auttamassa.

Tietäminen ei riitä, pitää myös ymmärtää

Unet liittyvät usein unennäkijän omaan elämään ja ne varoittavat meitä itseämme, mutta toisinaan unet liittyvät jonkun läheisemme elämään. Tunnepaatos on unessa erilainen, jos uni on tarkoitettu viestiksi itselle tai ystävälle. Tunteen voi-

UNET -

L
A
H
J
A

L U O J A L T A

makkuus voi myös kertoa kuinka lähellä tai kaukana esimerkiksi ahdistusta aiheuttava asia on, ja kun asia lähenee, tunne voimistuu.

– Se maailma, joka minulle aukesi kun aloin ymmärtää uniani, oli huikea. Tuskin istuisin tässä tällä tyyneydellä ja rauhallisuudella ilman unien tuomaa tukea, rohkaisua, lohdutusta, voimaa ja vahvistusta, Eija Orpana tunnustaa. – Unien tulkinnan tärkeä tarkoitus on auttaa ihmistä ymmärtämään itseään ja silloin eläminen täällä tulee kaikin puolin helpommaksi, Eija siteeraa usein puheissaan opettajaansa Pekka Suomista.

Unet ovat yksi osa ihmisen kasvua ja kehitystä. Niistä saatu tieto täytyisi osata soveltaa omaan elämään. Kun tietoisuus ja ymmärrys kasvavat, myös unet muuttuvat ja ihmisenä olemisen mysteeri alkaa kentties vähitellen aueta. Eijan tavoitteena on innostaa unikurssilaisiaan oman elämänsä perkuutyöhön, koska sitä me olemme kaikki täällä tekemässä. Mikä minä olen? Mik-

si olen? Miten kohtelemme itseämme, siten kohtelemme kanssaihmissiämme. Elämän tarkoitus on Eijan mielestä oppia rakkautta, olemaan lempeämpiä itsellemme ja toisillemme.

– Unet ovat oivallinen kenttä selvittellä välejä suhteessa itseemme ja kanssaihmissiin ja ottaa mukaan sijainnäyttelijöitä kuten äiti, anoppi, isä, sisar, veli, jotka kaikki kuvaavat myös meitä itseämme. Kuka meissä tekee päätöksiä? Kuka valvoo meitä? Kuka on ns. omantunnon ääni eli antaa mallin ja normit, jonka mukaan ollaan ja eletään?

Entä mitä tarkoittavat toistuvat unet? – Eräs henkilö muisti unen, jonka näki 6-vuotiaana. Hän muistaa sen edelleen, koska uni toistui aika ajoin 40-vuotiaaksi asti. Kun henkilön uni purettiin kahdenkeskisessä uni-istunnossa, unennäkijä ymmärsi aivan selvästi, miksi sama uni toistui tiettyssä elämäntilanteessa. Kun ihminen oivaltaa itsensä, miksi minusta on tuntunut tältä, kun näin tai näin käy ja ymmärtää sen, toistuvan unen näkeminen loppuu.

– Oppiakseni tuntemaan ja ymmärtämään itseäni omassa ”elämäni talossa”, on uskallettava nousta ullakolle, mutta myös kurkistaa kellarin hämärään. Kaiken mitä sieltä löydän, olen itse sinne luonut ja mukanani tuonut, sanoo unien tulkitsija Eija Orpana (ent. Martikainen) Hamina Bastionin kellariholvissa kesällä 2012.

Pidä unipäiväkirjaa

Jos haluaa oppia ymmärtämään uniaan, Eija suosittelee pitämään unipäiväkirjaa. – Koko tarinaa ei ole pakko kirjoittaa, vaan voi tehdä piirroksen, koska uni on kuva. Voi merkitä ruksilla, että tässä oli talo, tuossa meni tie ja piirtää nuolella mihin suuntaan ajoi autolla. Tuolla oli puita kuten kuusi tai koivu. Lopuksi kirjataan tärkein eli unen tunnelma.

Unikurssilla Eija pitää ”unennäkijän kyselytunnin”, joka aloitetaan heti unen kertomisen jälkeen. Kyseleminen toistetaan kurssilaisille, niin että se tulee rutiiniksi unennäkijälle. Kyselytunti pitää sisällään oleelliset taustatiedot: milloin uni on nähty, mikä on senhetkinen tilanne terveydessä, parisuhteessa, työ- ja talusasioissa. Näillä alueilla ihmisen huolet ja häiriöt yleensä ilmenevät. Sen jälkeen ovat tärkeimpinä muistettavina, millainen tunnelma unessa on ja miten eri asiat unikuvasa sijoittuvat. Jos tunnelmaa ei muista, on tulkinnalta pohja poissa. – Jos ei ymmärrä unesta, miten sitä lähtisi lähestymään ja unen tunnelma oli kuitenkin merkittävä, voi ajatella omalla kohdallaan, mikä tapahtuma voisi synnyttää tämänkaltaisen tunnelman omassa elämässä. Sillä pääsee alkuun, Eija opastaa.

Hyvä keino on kirjoittaa unet tarinana muistiin. Samalla kun kirjoittaa, alitajunta prosessoi unta ja jo kirjoittaessaan saattaa oivaltaa, mitä uni tarkoittaa. Sanavalinnat ja käytetyt kielikuvat avaavat unta. Unikurssien lisäksi Eija on myös pitänyt workshoppeja unien kirjoittamisesta.

Varsinainen unien avain on kuitenkin ”häkkyrä”, kuten Eija nimittää yhdeksään osaan jaettava suorakaiteen muotoista kaaviota eli ns. liikuntailmaisun lakia (grafologiaan perehtyneille tuttu). Se on tärkeä työväline unien tulkinnassa, jotta nähdään millä alueella unen painoarvot ovat eli mihin kohtaan näkökentässä eri symbolit ja tapahtumat sijoittuvat. Esimerkiksi vasemmassa yläkulmassa ovat lapsuuden muistot, sosiaaliset kompleksit ja tiedostetut esteet, ja oikeassa alakulmassa ovat työelämä ja tämän hetken reaali maailma.

– Vaikeus unentulkinnassa on symboliikka, oppiminen kytkemään se oikeaan asiayhteyteen. Arkkityypit ovat pysyviä, mutta symbolien merkitys voi vaihdella

unennäkijän kulttuuritaustan mukaan, Eija kertoo. Hän myös suosittelee lukemaan unipäiväkirjaa jälkeenpäin. Silloin on tiedossa, mitä elämässä on tapahtunut, ja näin oppii yhdistämään näkemiään unia elämänsä tapahtumiin ja oppii havaitsemaan myös omat persoonalliset unisymbolinsa.

Mistä lähteestä unet tulevat?

Eija kertoo huomanneensa omista unistaan, että kun joitain asioita halutaan tuoda hänen tietoisuuteensa eikä ymmärryksen häivääkään ole syttynyt, näkee uuden unen vähän erilaisella symboliikalla. Jossain vaiheessa näkee jälleen unen, jossa on taas jotakin uutta. Kun ymmärrys on lisääntynyt, tajuaa, että samaa asiaa tuodaan unessa esiin erilaisella kuva-aineistolla.

Eija käyttää usein puheessaan ilmaisuja ”asia tuodaan minulle”, ”minulle annetaan kuvia” tai ”minulle näytettiin unessa”. Kuka tai mikä näyttää? – Uni on teatteria. Unennäkijä on itse käsikirjoittaja, ohjaaja, lavastaja ja puvustaja. Unet tulevat samasta lähteestä, mistä meidän ajatuksemme, oivalluksemme valvetilassa.

Mistä lähteestä traktorionnettomuuteen liittyvät unet tulivat? Tulivatko ne unennäkijöiden omasta alitajunnasta vai olivatko ne viesti joltakin korkeammalta, ulkopuoliselta taholta, käsky lähteä paikalle? – Mielenkiintoinen kysymys pohdittavaksi. En osaa sanoa, mistä esimerkiksi appeni uni tuli, mutta sen tiedän, että unet ohjaavat ja opastavat, neuvovat, varoittavat ja lohduttavat. Siksi suhtaudun suurella kunnioituksella unennäön lahjaan.

Eija sanoo enneunien kertovan usein hankalista, kenties ikävistäkin asioista etukäteen. Unen avulla ihmistä vahvistetaan ja valmistetaan. Jos hankala asia lopulta tapahtuu, tietoisuus siitä, että asian aavisti ja tiesi, saa iskun tuntumaan vaimeammalta. On kuitenkin muistettava, ettei unien tarkoitus ole estää ja poistaa hankalia asioita, jotka kenties olemme ottaneet elämän kokemuksiksi tänne tullessamme.

Hyviäkin asioita voidaan näyttää etukäteen. Unessa saatetaan näyttää jopa oikea veikkausrivi tai lottonumerot, ja raha tulee tällöin henkilölle todelliseen tarpeeseen ja hän saa avun elämäänsä. Myös suuria keksintöjä on tehty unien antaman ohjeistuksen mukaan ja näin viety ihmiskunnan ja tekniikan kehitystä eteenpäin.

Onko meillä kaikilla tieto ja viisaus sisimmässämme, mutta päivätajunta ei sitä muista? Olemmeko kaikki yhteydessä toisiimme, suureen tietoon ja viisauteen ja esimerkiksi unen kautta tieto tulee esiin enneunina, varoituksina? – Unen aikana monet häiriötekijät ovat poissa, samoin

Pekka Suominen



Pekka Suominen Copyright Foto-Jatta

Eija Orpana jatkaa Pekka Suominen unentulkintaperinteitä. Suominen oli unientulkinnassa itseoppinut esikuvanaan C. G. Jung.

Pekka Suominen piti säännöllisesti unikursseja parissakymmenessä Suomen kansalaisopistossa ja muissa kouluissa, myös Euroopassa. Muina opetusaiheina hänellä olivat muun muassa grafologia eli käsialatutkimus, parapsykologia, telepatia ja arkkityypit.

Grafologiaa Suominen tutki ja opiskeli 16-vuotiaasta lähtien. Grafologia ja unien tulkinta liittyvät läheisesti toisiinsa. 1980-luvulta alkaen hän tulkitsi unia joskus myös suorissa radio- ja televisiolähetyksissä. Hän purki elämänsä aikana yli 15 000 unta.

Hän tutki myös kriittisellä asenteella paljon kansanparantajia, ennustajia sekä parapsykologisia ilmiöitä.

psykyen puolustusmekanismeista yleisin eli torjunta laskee mahdollistaen pääsyn sekä niin sanottuun omaan passiiviseen tietovarastoomme kuin kollektiiviseen ”tietopankkiinkin”. Kollektiivinen tietoisuus on jo monelle tuttu käsite. Tiedon saantiin unen kautta vaikuttaa, kuinka motivoitunut ihminen on ja miten merkittävä on tiedon tarve. Ihmisen ymmärrys on kuin merestä nouseva saareke. Kalliota pinnan alla on enemmän ja se on yhteydessä johonkin toiseen kallioon, joka nousee saarekkeena pinnalle jossain kauempana, Eija Orpana vastaa.

Teksti ja Eija Orpanan kuva
Sirpa Papinaho