

# Itsensä kehittäminen

Stoalaisten ja Nietzschen käsitysten erot sekä yhdistämisen mahdollisuudet

Ida Pauliina Laine

Pro gradu -tutkielma

Filosofian, poliittisen historian ja valtio-opin laitos

Filosofia

Turun yliopisto

Elokuu 2024

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkistettu

Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä



## Itsensä kehittäminen: Stoalaisten ja Nietzschen käsitysten erot sekä yhdistämisen mahdollisuudet

1.	Johdanto	3
2.	Ihmiskäsityksistä	7
3.	Henkilökohtaisen kehityksen merkitys	8
3.1.	Moraalinen luonne	10
3.2.	Kehityksen määrittely	11
3.2.1.	Mitä tehdä	14
3.2.2.	Miten tehdä	14
3.2.3.	Mitä olla	15
3.2.4.	Miten olla	15
3.2.5.	Mitä ajatella	16
3.2.6.	Miten ajatella	16
3.2.7.	Mitä tuntea	17
3.2.8.	Miten tuntea	17
3.3.	Stoalaiset	18
3.4.	Nietzsche	20
4.	Tulkinnan rooli filosofioiden vertailussa	22
5.	Stoalaisten ja Nietzschen yhtymäkohdat	24
5.1.	Esimerkki: Seneca ja Nietzsche	25
5.2.	Naturalismi moraalifilosofisena määrittäjänä	29
5.3.	Ihmisen perimmäinen hyve	29
5.4.	Yhteenveto: yhtymäkohdat	31
6.	Stoalaisten ja Nietzschen erot	32
6.1.	Metaetiikka	33
6.2.	Ihmishanteet: millaiseksi pyrkiä tulemaan	37
6.2.1.	Ominaisuudet ja luonteenpiirteet	38
6.2.2.	Tunne-elämä	39
6.2.3.	Yhteenveto: tavoite-eettiset ideaalit	41

6.3.	Ihmisenä kasvaminen: miten kehittää itseään	42
6.3.1.	Kehollisuus ja hyve	42
6.3.2.	Yhteiskuntaan sopeutuminen	44
6.3.3.	Yhteenveto: prosessieettiset ideaalit	45
6.4.	Yhteenveto: erot	46
7.	Filosofioiden yhdistämisen mahdollisuudet	47
8.	Lopuksi	49
	Lähteet	51

## 1. Johdanto

Ihmisyys on siitä ainutlaatuista, että kykenemme arvioimaan ja kyseenalaistamaan ajatteluamme ja käytöstämme. Oletettavasti jo se, että ymmärryksemme asioista laajenee tai kirkastuu ja ajattelumme selkenee, kehittää tapojamme olla ja toimia sekä yksilöinä, yhteisön ja yhteiskunnan jäsenenä että ylipäänsä ihmisinä maailmassa. Filosofian perimmäinen tehtävä on parantaa asioiden laatua maailmassa ajattelun keinoin<sup>1</sup>. Käsittelen tässä tutkielmassa filosofisen keskustelun aiheita mahdollisimman käytännönläheisesti, sillä uskon filosofian voivan kehittää meitä näkyvällä tavalla. Olen kiinnostunut niistä havaittavista ja ruumiillisiksi tulevista vaikutuksista, joita yksittäisen henkilön filosofisella kehityksellä voi olla. Joudun siksi syyllistymään mahdollisesti yleistyksiin yksinkertaistaakseni monimutkaista aihetta, mutta pyrin tekemään tämänkin läpinäkyvästi. On selvää, että aiheen käsittelyyn vaikuttaa myös vertailtavien filosofien kirjoitustyylien suoraviivaisuus tai vastaavasti vaikeatulkintaisuus. Stoalaisten kohdalla niputan heidän ajatuksiaan paljon, koska näiden sanomat muistuttivat toisiaan hyvin paljon.

---

<sup>1</sup> Kuten R. O. Elveton toteaa artikkelissaan "Nietzsche's Stoicism: The Depths are Inside"; ajatuksilla on seurauksia elämälle (Elveton 2004, 193).

Antiikin stoalaisfilosofit<sup>2</sup> ja eksistentialistiksi mielletty Friedrich Nietzsche lukeutuvat niihin filosofeihin, jotka suorastaan vaativat filosofialta käytännöllisyyttä (ks. esim. Elveton 2004, 193). Sen sovellettavuus on heille vaade filosofian alaa kohtaan. Sekä stoalaiset että Nietzsche halveksivat ajattelua ajattelun itsensä vuoksi<sup>3</sup>. Heille olisi merkki epäonnistumisesta, jos filosofian tehtävä eli ajattelun kehittäminen ei tulisi sitä harjoittavan toiminnassa jollain havaittavalla tavalla.

Filosofian harjoittamisen tulisi siis johtaa henkilökohtaiseen kasvuun. Se ihmisenä kasvaminen jota käsittelen tässä tutkielmassa on siis jonkinlaista yksilössä tapahtuvaa muutosta parempaan suuntaan. Yksi isoimmista tähän aiheeseen liittyvistä kysymyksistä onkin se miten määrittelimme ja havaitsemme mikä on parempaa. On yleistä, että ihminen muuttuu omasta mielestään parempaan suuntaan, mutta muutos ei ole tervetullut hänen lähipiirissään tai se ei ole jostain yhteiskunnallisesta näkökulmasta suotuisaa. Muutoksen määrittäminen myönteiseksi tai kielteiseksi riippuu ihmiskäsitysten lisäksi hyvän ja pahan, toivottavan ja ei-toivottavan määritelmistä.

Stoalaiset ja Nietzsche yhtyvät filosofioissaan korostamaan yksilön oikeutta määritellä omat vastauksensa monissa näissä normatiivisen etiikan kysymyksissä. Ihminen nähdään oman tilanteensa parhaana asiantuntijana ja elämänsä auktoriteettina. (Elveton 2004, 193.) Kuitenkin molemmat filosofiat myös keskittyvät kuvailemaan laajasti sitä olemusta mikä ihmisestä huokuu

<sup>2</sup> Käsittelen tutkielmassani kolmea stoalaiseen koulukuntaan lukeutuvaa filosofia: Senecaa, Epiktetosta sekä Marcus Aureliusta. Heistä Seneca ja Aurelius olivat roomalaisia, Epiktetos kreikkalainen. En vertaile heitä toisiinsa, vaan pyrin käyttämään esimerkkeinä heidän sellaisia ajatuksiaan, jotka voidaan yleistää liittyvän stoalaisuuteen koulukuntana. Tarkoitukseni ei siis ole eritellä stoalaisfilosofien erityispiirteitä, vaan perustella heidän kirjoituksiaan apuna käyttäen, mitä kyseinen ajatus kertoo stoalaisesta ajattelutavasta laajemmin.

<sup>3</sup> Esimerkkejä on lukuisia. Tästä kertoo mm. Nietzschen kritiikki Descartesin filosofiaa kohtaan (*BGE* §54, §191) sekä stoalaisten tapa korostaa ajattelun ja käytännön erottamattomuutta (esim. Aurelius 4.24; Epiktetos 143). Huomio viittaustekniikasta: Nietzschen töiden kohdalla käytän kirjainlyhenteitä teosten englanninkielisistä nimistä selkeyden vuoksi, sillä kaikkia teoksia ei ole suomennettu. Englanninkielisistä käännöksistä peräisin olevien lyhenteiden käyttö on myös Nietzscheä koskevassa tutkimuksessa vakiintunut käytäntö. Olen kuitenkin pyrkinyt käyttämään suomenkielisiä käännöksiä mahdollisimman paljon, ja lähdeluettelossa on mainittuna käyttämäni käännökset. Jos olen suomentanut jonkin käyttämäni katkelman itse, mainitsen siitä erikseen kunkin käännöksen kohdalla alaviitteessä. On huomioitava, että joidenkin Nietzschen teosten kohdalla viittaen vakiintuneen käytännön mukaisesti kappalenumeroihin, kun taas toisten teosten kohdalla käytän sivunumeroita selkeyden vuoksi. Yksi näistä teoksista on *Näin puhui Zarathustra*. Myöskään stoalaisfilosofien teoksiin viitatessani en käytä vuosilukuja, mutten edes teosten nimiä, sillä kunkin heistä kohdalla olen valinnut käyttää vain yhtä teosta johon viittaen. Lähdeluettelosta ilmenee tarkemmin teosten nimet sekä käyttämäni käännökset. Stoalaisten osalta jokaisen teoksen kohdalle on standardisoitu erilainen viittaustyyli. Aureliuksen kohdalla tämä tyyli on hyvin selkeä, joten noudatan sitä, mutta Senecan ja Epiktetoksen kohdalla käytän sivunumeroita selkeyden vuoksi. Jokaisen käyttämäni alkuperäisteoksen kohdalla tulee selväksi, onko kyseessä viittaus kappale- vai sivunumeroon.

ja mitä se kertoo hänen ihmislaatunsa hyvyydestä, ottaen näin ulkoapäin tarkastelevan ja pragmaattisen tavan lähestyä yksilön henkilökohtaisen moraalin filosofiaa. Heidän tapansa määritellä hyvä ja paha taas poikkeaa toisistaan ajoittain suuresti.

Vertailen stoalaisia ja Nietzscheä, koska näissä yksilön henkilökohtaista itseä kohdistuvaa etiikkaa koskevissa aiheissa heidän käsityksensä monella tapaa merkittävästi sekä muistuttavat toisiaan että eroavat toisistaan. Tällaiset samankaltaisuudet ja erot kutsuvat käsittelemään syvällisiä ja perustavanlaatuisia filosofisia kysymyksiä arvoista ja hyveistä. Nietzsche, vaikka onkin ottanut vaikutteita stoalaisesta ajattelusta myös omaan filosofiaansa, on myös esittänyt useaan otteeseen rankkaa ja perustavanlaatuista kritiikkiä sitä kohtaan. Stoalaisten ja Nietzschen vertailusta ovat olleet kiinnostuneita myös lukuisat nykyajan filosofit (Armstrong 2013, Brobjer 2003, Elveton 2004, Mollison 2019, Nussbaum 1994 (1), Ure 2009). Tämän tutkielman tarkoitus on syventyä näiden aihepiirien moraalifilosofisiin puoliin. Olen koonnut alkuperäisteoksista sekä moderneista filosofisista artikkeleista yksilön henkilökohtaiseen moraaliin liittyviä teemoja, kuten hyvän elämän ja hyvän ihmisyyden kysymyksiin nivoutuvia aiheita. Lähestymistapani näihin suuriin kysymyksiin on tarkastella niitä mahdollisimman pienessä mittakaavassa yksilön tasolla.

Tarkastelen stoalaisten ja Nietzschen näkemyksiä henkilökohtaisen kasvun ja itsensä kehittämisen ensisijaisesta tärkeydestä. Tarkoitukseni ei ole antaa kaikenkattavaa kuvaa tästä filosofisesta aiheesta, vaan pyrin rajaamaan aihepiiriä näiden kahden filosofian tarkastelulle tarkoituksenmukaisella tavalla. Vaikka näkökulmani on ajattelun historiaa tutkiva, ihmisenä kasvaminen on aiheena ajaton ja psykologiaan sidottu. Se on säilyttänyt siksi merkityksensä ajan kuluessa. Elämänfilosofian suuret kysymykset ihmisen suhteesta itseensä ja elämäänsä säilyvät riippumatta yhteiskunnan kehityksestä. Kysymykset kuten millainen minun tulisi olla ja mitä minun kuuluisi tehdä elämälläni ovat filosofian ikuisuus-kysymyksiä. Ne eivät ole muuttuneet siitä ajanlaskun alun ajastakaan, jolloin stoalaisfilosofit kirjoittivat hyvin pitkälti itsereflektioon ja elämän välttämättömiin tosiasioihin pohjautuvaa filosofiaansa. Syvennyn siihen, kuinka sekä stoalaiset että Nietzsche osuivat omalla tavallaan elämän tarkoituksen kysymyksen ytimeen osoittaessaan kaiken eettisen toiminnan lähtökohtien löytyvän yksilön henkilökohtaisen kehityksen ideaalista.

Itsensä kehittäminen on hyvin laaja aihe johon sisältyvät henkiset, fyysiset sekä sosiaaliset elämän osa-alueet. Henkilökohtaisen kasvun ideaalin ytimessä on ajatus siitä, että

otamme vastuun ensisijaisesti itsestämme, olemuksestamme ja toiminnastamme parhaan tietomme ja kykymme mukaan. Tämän mahdollistamiseksi on luotava ensin käsitys siitä, mikä on tavoiteltavaa, millainen on hyvä ihminen, ja mihin suuntaan tätä kehitystä olisi tarkoituksenmukaista viedä. Kysymykseen henkilökohtaisen kasvun tärkeydestä moraalifilosofiassa sisältyy myös merkittäviä metaeettisiä kysymyksiä.

Filosofista keskustelua hyvästä ihmisyydestä ja hyvästä elämästä ei voida käydä ilman, että puhutaan myös ihmiskäsityksistä. Olisi absurdia pitää ihmiselle hyvänä jotakin ihmiselle luonnotonta, mahdotonta tai sopimatonta. Taustalla vaikuttaa taipumuksemme ajatella naturalistisesti moraalikysymyksissä, eli olettaen luonnollisuuden hyvyydeksi.

Ihmiskäsityksemme siis vaikuttavat automaattisesti myös ideaamme hyvästä ihmisestä. Aloitan tämän aiheen käsittelystä seuraavassa eli toisessa kappaleessa. Kolmannessa kappaleessa käsittelen henkilökohtaisen kehityksen aihepiiriä. Neljännessä kappaleessa keskustelen tekstuaalisen tulkinnan roolista näiden filosofien vertailussa. Esittelen sitten viidennessä kappaleessa stoalaisuuden ja Nietzschen filosofian samankaltaisuuksia, jotka ovat tämän tutkielman kannalta olennaisia. Siirryn sen jälkeen kuudennessä kappaleessa tutkielman pääasialliseen analyttiseen osuuteen vertailemaan stoalaisten ja Nietzschen ajattelun tärkeimpiä eroja liittyen ihmisenä kasvamiseen. Seitsemännessä kappaleessa käyn läpi tutkielmassa käsiteltyjä teemoja ja pyrin antamaan tutkimuskysymykseeni mahdollisimman kattavan vastauksen.

Haluan etsiä vastauksia kysymykseen siitä, ovatko stoalaisten ja Nietzschen filosofioiden väliset ristiriidat ylitsepääsemättömiä vai jollain keinolla yhteensovittavissa. Olen kiinnostunut filosofian sovellettavuudesta sekä siitä, voiko näitä kahta tarkastelemaani filosofista suuntausta seurata samanaikaisesti noudattaen silti elämässään yhdenmukaisuutta ja koherenssia. Kun etsitään vastauksia sellaisiin kysymyksiin kuten mistä hyvä elämä rakentuu ja mihin ihmisen tulisi elämässään pyrkiä, on vastausyritysten sisäisten dilemموjen tarkasteleminen, avaaminen ja analyysi kaikkein hedelmällisintä. Ongelmat joihin törmätään yritettäessä vastata elämänfilosofiin kysymyksiin paljastavat kyseisten aiheiden luonteen ytimen.

En pyri arvottamaan käsittelemiäni ajattelutapoja enkä valitsemaan kummankaan filosofian väliltä. Kyse ei ole kummankaan suuntauksen paremmuudesta vaan niiden tekstuaalisesta, tulkinnallisesta ja filosofisesta analyysistä. Haluan sen avulla antaa

syvällisemmän käsityksen tutkimistani filosofisista ongelmista. Käytän kuitenkin filosofian terapeuttisuutta käsitteenä, jonka tarkoitus on viitata näiden kahden käsittelemäni filosofisen suuntauksen käytännön sovellettavuuteen. Terapeuttisuus on tapa kuvailla niitä konkreettisia tapoja, joilla filosofia voi viedä yksilön kehitystä toivottuun parempaan suuntaan. Esittelen filosofian terapeuttisuutta vaihtoehtoisena näkökulmana tässä henkilökohtaisen kehityksen merkitystä koskevassa keskustelussa lopuksi seitsemännessä kappaleessa, jossa kokeilen integroida molempia filosofisia ajattelusuuntauksia toisiinsa.

## 2. Ihmiskäsityksistä

Tämän kappaleen tarkoitus on avata ihmiskäsitysten vaikutusta näkemyksille hyvästä ihmisyydestä sekä hyvästä elämästä siinä missä tämän tutkielman kannalta on olennaista. Teen tämän yleisellä tasolla, sillä eri ihmiskäsityksiin tutustuminen ei ole aiheeni kannalta olennaista. On kuitenkin syytä tiedostaa, että ihmiskäsitykset ja teoriat ihmisluonnosta ovat merkittävä osa filosofiaa ja sen historiaa. Tässä tutkielmassa keskityn stoalaisten ja Nietzschen ihmiskäsityksiin ja niiden vaikutuksiin heidän moraalifilosofioilleen.

Merkittävä syy ihmiskäsitysten relevanssille moraalifilosofiassa on naturalistisen ajattelutavan yleisyys. Moraalinaturalismi tai eettinen naturalismi voidaan selittää monella eri tapaa. Tieteen termipankin mukaan sen ydinajatus on, että moraaliväittämiä voidaan perustella tosiasioilla tai asioiden todellisella luonnolla. Voidaan puhua myös naturalistisesta virhepäätelmästä, jossa ajattelija syyllistyy olettamaan jonkin asian hyväksi tai toivottavaksi vain ja ainoastaan koska se on olemassa tai vallitseva asiointila. Voisin esimerkiksi sanoa että itsekkyyys on osa luontoani, ja siksi ollessani itsekäs olen hyvä sellaisena kuin olen. Toteutanhan silloin luontoani. Tämän päättelytavan kyseenalaisuus on ilmeistä.

Moraalinaturalismin ei tarvitse kuitenkaan olla näin kärjistettyä. Sen taustalla voi olla myös hienovaraisempi, kehitelty ajattelutyyli. Aristoteles tunnetaan yleisesti eettisen naturalismin isänä. Hän näki, että ihmisen olisi paras kehittää niitä kykyjä, jotka ovat ihmiselle tunnusomaisia ja ainutlaatuisia. Tällaisia ovat esimerkiksi kyky ajatella rationaalisesti ja sosiaaliset kyvyt, kuten keskustelutaito. Tämä lähentelee yksilön henkilökohtaisen potentiaalin täyttämisen teemaa, josta stoalaisuudessa, Nietzschen filosofiassa sekä tässä tutkielmassa on

paljolti kyse. Eettisessä naturalismissa ei ole kyse vain empiiristen vastausten etsimisestä kysymykseen siitä, miten tulisi elää. Se voi olla myös tutkimusmatka ihmisyyden kadotettuun todelliseen luontoon. Tällainen moraalinalisismi on olennainen osa myös stoalaisten ja Nietzsche ajattelua. Se on yksi niitä yhteen liittävästä laajemmista moraalifilosofisista käsityksistä (Armstrong 2013, 7; Mollison 2019, 111–112)<sup>4</sup>. Tätä avaan tarkemmin stoalaisten ja Nietzsche samankaltaisuuksia tutkivassa vaiheessa neljännen kappaleen kolmannessa alakappaleessa Naturalismi moraalifilosofisena määrittäjänä.

Ihmiskäsitykset tulevat siis paljon ilmi ajatuksissamme moraalista sen kautta, mitä pidämme ihmisluonnolle ominaisena. Erityisesti stoalaisten ja Nietzsche naturalismiin nojaavan moraalifilosofian tarkastelun näkökulmasta kysymys muuttuu ajoittain siitä, millainen on hyvä ihminen tai millainen ihmisen pitäisi olla, siihen millainen ihminen luonnostaan on.

Ihmiskäsityksemme vaikuttavat myös siihen, mitä odotamme ihmisiltä ja minkä koemme olevan realistisia tai edes mahdollisen rajoissa olevia velvollisuuksia. Ihmistä voidaan pitää moraalisesti vastuussa vain asioista, jotka ovat edes osittain hänen hallinnassaan. Ihmiskäsitykset tulevat tämän tutkielman aikana useaan otteeseen esille. Tulen muun muassa käsittelemään viidennessä kappaleessa sitä, kuinka stoalaisten ja Nietzsche ihmiskäsitykset eroavat toisistaan ja vaikuttavat siten laajemmin heidän moraalifilosofiaansa. Seuraavaksi siirryn tämän tutkielman pääasialliseen moraalifilosofiseen aiheeseen, eli henkilökohtaisen kehityksen teemaan.

### 3. Henkilökohtaisen kehityksen merkitys

Nietzsche ja stoalaisten filosofiat on yhdistetty usein toisiinsa niiden yksilöterapeuttisen otteen vuoksi (esim. Ure 2009) sekä siksi, että ne molemmat korostavat yksilöllisyyttä, yksilön sisäistä vapautta, vastuuta omasta elämästään sekä henkilökohtaisen kehityksen ensisijaista tärkeyttä moraalifilosofiassa (Elveton 2004, 193; Mollison 2019, 101; Nussbaum 1994 (1), 140).

---

<sup>4</sup> Merkittävä yhtäläisyys stoalaisten ja Nietzsche välillä oli stoalaisen kohtalon rakastamisen ja Nietzsche *amor fati* samankaltaisuus. Nietzsche kehitti tämän kaiken tapahtuvan rakastamisen filosofiansa stoalaisten mallista, ja se toimii molemmissa filosofioissa moraalinalismin perusteluna. En kuitenkaan käsittele tätä teemaa tässä tutkielmassa, sillä pääasiallinen tavoitteeni ei ole niinkään syventyä tarkasteleminen filosofoiden perusteluihin kuin se on keskittyä niiden normatiiviseen sisältöön siltä osin, mitä se sanoo hyvästä ihmisyydestä ja sen kehittämisestä. Kattavan katsauksen aiheesta tarjoaa Mollison (Mollison 2019).

Luonteenlujuuden kehittäminen on tärkeä teema molemmissa filosofioissa (esim. Armstrong 2013, 20; Elveton 2004, 193, 200; Mollison 2019, 103, 106, 112).

Ihmisellä on moraalisia velvollisuuksia itseään kohtaan useasta eri syystä. Yksilöllinen kehityksemme harvemmin myöskään jää ainoastaan henkilökohtaiseksi, vaan se vaikuttaa elämään ympärillämme. Kaikki ulospäin suuntautuva toimintamme lähtee meistä itsestämme ja sisäisten tapahtumiemme aikaansaamista impulsseista, olimme siitä itse tietoisia tai emme. Sekä stoalaiset että Nietzsche kannustavat filosofiassaan tarkastelemaan niitä syitä, joiden perusteella teemme moraaliset päätöksemme. Heidän filosofiansa nivoutuvat läheisesti yhteen psykologian kanssa. Stoalaisen ajattelun pohjalta on sittemmin modernina aikana kehitetty kognitiivinen käyttäytymisterapia (engl. *cognitive behavioral therapy*, lyhenne CBT) (Robertson 2019). Nietzscheä taas pidetään monesti psykodynaamisen perinteen alullepanijana johtuen hänen vaikutuksestaan Sigmund Freudin ja Carl Jungin aikanaan aivan uudenslaisiin ja vallankumouksellisiin näkemyksiin ihmismielestä.

Nähdäkseni stoalaisuudesta ja Nietzschen filosofiasta tekee terapeutista niiden painotus henkiseen kasvuun. Itsensä kehittäminen on terapeutista, sillä se johtaa henkilökohtaiseen voimaantumisen kokemukseen. Mitä vahvempi ihminen on ja mitä enemmän hänellä on kykyä, pystyvyyttä ja kapasiteettia hallita itseään ja toimintaansa maailmassa, sitä enemmän hänellä on vaihtoehtoja ja tätä kautta myös mahdollisuuksia tehdä parempia valintoja sekä suoriutua valitsemistaan tehtävistä – myös niistä, jotka hyödyttävät muita. Tämä voi parantaa hänen sosiaalista asemaansa yhteiskunnassa ja sitä kautta lisätä henkilökohtaisen voimaantumisen kokemusta entisestään.

Tässä kolmannessa kappaleessa esittelen eri näkökulmia joista henkilökohtaista kehitystä tapahtumana ja itsensä kehittämistä aktina voidaan lähestyä filosofisesti. Aloitan luonteen käsitteen tarkastelusta ensimmäisessä alakappaleessa. Sen jälkeen syvennyn kehityksen määrittelyyn siinä määrin kuin tutkimuskysymyksen kannalta on oleellista. Esittelen myös sekä stoalaisten että Nietzschen perusteluja henkilökohtaisen kasvun ensisijaiselle moraalifilosofiselle tärkeydelle.

### 3.1. Moraalinen luonne

Etiikan käsite juontaa juurensa kreikan sanasta *êthos*, joka tarkoittaa luonnetta. Jo Aristoteleen *Nikomakhoksen etiikka* lähestyi moraalia luonteenpiirteiden kautta. Erityisesti hän kiinnitti huomiota niihin ominaisuuksiin, jotka tekevät luonteesta hyvän. Näitä voidaan kutsua myös luonteen hyveiksi. Nykyisin puhutaan lähinnä moraalista hyveistä. Luonteen käsite kuitenkin liittyy erottamattomasti moraalin käsitteeseen. (Pietarinen 2015.)

Hyve-etiikka käsittelee moraalitoimijan luonnetta. Hyveet ja paheet ovat luonteenpiirteitä tai ominaisuuksia, joilla on moraalinen konnotaatio joko positiivisen ja toivotun, tai negatiivisen ja ei-toivotun puoleen. Luonteen käsite on tärkeä keskustelussa itsensä kehittämistä. Se on monessa mielessä tässä tutkielmassa käsittelemäni itsensä kehittämisen prosessin objekti, sillä yksilölliset ominaisuudet ovat merkittävä puheenaihe sekä stoalaisten että Nietzschen filosofiassa.

On syytä mainita, että englannin kielen sana *character* on laajemmin tulkittavissa kuin sen suomenkielinen vastine *luonne*. *Character* viittaa enemmän henkilöön ja hänen ominaisuuksiinsa yleisesti, ei ainoastaan persoonan ominaisuuksiin. Sana *luonne* viittaa taas enemmän temperamenttiin tai persoonallisuuteen – piirteisiin, joita pidetään yleensä melko pysyvinä. Käytän tässä tutkielmassa termiä *luonne*, mutta käytän sitä viittaamaan laajemmin henkilön ominaisuuksiin kuten sana *character* tekee. Tämän kielten välisen eron esille tuominen on oleellista myös siksi, että monet viittaamistani teksteistä on käännetty germaanisista kielistä, joissa eri kielten muunnokset sanasta *character* esiintyvät.

Marcia Homiak tarjoilee kattavan tietopaketin moraalista luonteesta ja sen filosofisesta historiasta julkaisussaan ”Moral Character” Stanfordin filosofian ensyklopediassa. Hän mainitsee luonteen määritelmän palaavan vahvasti niihin ominaisuuksiin, jotka erottavat ihmiset toisistaan. Homiak esittelee myös situationismin, uuden ajattelutavan luonteesta, joka on herännyt sosiaalisen psykologian tutkimustulosten myötä. Siinä missä antiikin filosofit näkivät moraalisen luonteen vankkana ominaisuutena, situationismia edustavat filosofit taas näkevät sen enemmän tilanteesta riippuvaisena. Heidän mukaansa ihmisen toimintaa ei voi palauttaa niin yksiselitteisiin tekijöihin kuin luonne. Situationismia on kuitenkin kritisoitu liian suoraviivaisista tulkinnoista luonteenpiirteiden ja niihin liitettävien toimintamallien välillä. Yksittäisiin tilanteisiin, joissa

henkilön on tehtävä moraalisesti latautuneita valintoja, liittyy useita tekijöitä joista ei voida helposti vetää johtopäätöksiä luonteenpiirteistä. (Homiak 2019.)

Stoalaisille ja Nietzscheille tunnusomaista on korostaa tätä moraalin tilannekeskeisyyttä ja ihmisen velvollisuutta soveltaa filosofiaa parhaansa mukaan näiden eri tilanteiden vaatimalla tavalla. Stoalaisille hyveellinen ihminen on se, joka käyttää ymmärrystään hyvydestä rationaalisen luonnonmukaisuutena ja toimii sen mukaisesti (Homiak 2019). Tämän tutkielman kontekstissa olen kiinnostunut siitä, miten ihminen voi muuttaa luonnettaan positiivisempaan suuntaan ja millaisia konkreettisia valintoja hän voi tehdä kehittääkseen itseään moraalisesti. Tärkeintä stoalaisten ja Nietzscheen moraalifilosofiassa on matka jota ihminen tekee ideaaliaan kohti, vaikkei sitä voisikaan saavuttaa kuin hetkellisesti. Seuraavaksi syvennyn tarkastelemaan tämän matkan määrittelyä eli henkilökohtaisen kehityksen käsitettä.

### 3.2. Kehityksen määrittely

Aivan kuten situationismin kriitikot toteavat, emme voi palauttaa eettistä päätöksentekoa vain hyveisiin luonteenpiirteinä tai ominaisuuksina joita ihmisellä on joko vähemmän tai enemmän. Sen sijaan suuri merkitys on tarkasteltavalla tilanteella ja niillä päätöksenteon prosesseilla, joita yksilö käy läpi ja joita emme ulkopuolisina tarkastelijoina havaitse. (Homiak 2019.) Tämä näyttää puoltavan prosessikeskeisempää lähestymistapaa henkilökohtaisen moraalin kehityksen tarkastelussa. Toisaalta voidaan väittää, että jonkinlainen ihanne on oltava jotta siihen voi pyrkiä. Siksi on tärkeää etsiä vastauksia sellaisiin kysymyksiin kuten millainen olisi paras mahdollinen kuviteltavissa oleva ihminen. Väitän, että molemmat lähestymistavat ovat hyve-etiikassa tarpeellisia. Monet hyveet ovat perusteltuja tapoja, joilla ihmisen tulisi elämässään toimia, koska niiden on todettu tai niiden uskotaan johtavan parhaisiin lopputuloksiin. Voimme siis pyrkiä samanaikaisesti sekä toimimaan mahdollisimman hyvin että saavuttamaan hyviä lopputuloksia.

Hyve-etiikan objektina on moraaliagentin moraalisuuden parantaminen. Haluamme kehittää itsestämme hyviä jolloin valintamme ja tekemme tulevat luonnostaan paremmiksi. Esimerkiksi rohkea ihminen ei ole rohkea vain rationaalisen päättelyketjun tuloksena, vaan se on häneen erottamattomasti liittyvä sisäinen piirre ja taipumus, toki tilannekohtaisen vaihtelun sallien. Rohkea luonne tekee hänen toiminnastaan automaattisesti ja luonnostaan rohkeampaa

kuin ei-rohkea luonne. Rohkeutta voi myös tietoisesti harjoittaa ja ajan kanssa tulla näin luonteeltaan, luonnostaan rohkeammaksi.

Voimmeko siis olettaa, että ihminen tulee aina paremmaksi pyrkimällä parempaan? Vai voimmeko kehittää itseämme onnistumatta siinä? Hyvyys on myös katsojan silmässä ja riippuvainen siitä, millainen hänen oma eettinen uskomusjärjestelmänsä on. Omasta mielestämme hyvä suunta on varmasti jostakin toisesta näkökulmasta huono. Kuten Philippa Foot on todennut, “on hyvin tavallista, että henkilö ei pysty näkemään, mihin toinen oikein pyrkii, ja tämänkaltaista väärinymmärrystä ei aina pystytä ratkaisemaan tavalla, jota tavallisessa mielessä kutsutaan päättelyksi” (Foot 2010, 228).

Moraalisen itsensä kehittämisen keinoista sen vaikutuksesta muutoksen moraaliseen arvoon ovat keskustelleet John Harris ja Thomas Douglas. He käsittelevät neuroetiikan näkökulmasta tämän tutkielman kannalta olennaista eettistä kysymystä: miten hyve-eettisen ideaalin saavuttamiseen johtava prosessi vaikuttaa lopputuloksen moraaliseen arvoon? Stoalaiset ja Nietzsche painottavat filosofiassaan ei ainoastaan ihanteita, vaan erityisesti niitä tapoja joilla yksilö pyrkii tekemään itsestään ihanteellisen.

Harris väittää artikkelissaan “Moral enhancement and freedom” että kun tavoitteena on moraalisen vaatimustenmukaisuuden (engl. *conformity*) parantaminen<sup>5</sup>, pelkästään siinä onnistuminen ei tee siitä moraalisesti arvokasta. Sen sijaan muutokseen käytetyt menetelmät vaikuttavat siihen, kuinka moraalisesti hyvänä sitä voidaan arvottaa. (Harris 2011; Douglas 2014.) Nykyään esimerkiksi psyykenlääkkeillä voidaan vaikuttaa ihmisen tunteisiin ja sitä kautta hänen eettisiin valintoihinsa. Tällainen pintapuolinen parannus voi toimia oikotienä yksilön parempaan moraaliseen toimintaan. (Douglas 2014, 76.) Harrisin mukaan on syytä suosia perinteisiä, omaa harkintaa hyödyntäviä ja harjoitettavia tapoja, kuten sivistynyt ymmärrys syistä ja seurauksista sekä itseoppineisuus, laaja lukeneisuus sekä kosketus maailmaan (Harris 2011, 104; ks. Douglas 2014, 76). Väittely Harrisin ja Douglasin välillä moraalisen parantelun menetelmien vaikutuksista kuvaa täsmällisesti erottelua, jonka haluan muodostaa tätä henkilökohtaisen kehityksen keskustelua varten.

---

<sup>5</sup> Käsitän moraalisen vaatimustenmukaisuuden parantamisen tavoitteen samoin kuin minkä tahansa moraalisen tavoitteen. Moraalinen vaatimuksenmukaisuus tarkoittaa siis jonkin moraalisen vaatimuksen – toisin sanoen tavoitteen tai ideaalin – täyttämistä, ja tämän vaatimustenmukaisuuden parantaminen on edistystä lähemmäs tätä tavoitetta tai ideaalia.

Siirryn nyt esittelemään omia näkemyksiäni tärkeistä erotteluista keskustelussa itsensä kehittämistä. Henkilökohtaisen kehityksen määrittelyssä törmätään heti merkittävään haasteeseen: mikä määrittellään kehitykseksi, edistykseksi tai kasvuksi? Näiden termien merkitykset kuvailevat muutosta, liikettä johonkin positiiviseen tai toivottuun suuntaan, parempaan kuin aiemmassa vaiheessa. Tämän suunnan määrää jokin tavoite eli määränpää tai jokin arvo eli periaate. Kasvu voi siis olla joko a) määränpääorientoitunutta tai b) prosessikeskeistä. Toisin sanoen voimme keskittyä saavuttamaan haluttua lopputulosta tai voimme painottaa matkan laatua ja asennoitumistamme muutokseen. Kuten aiemmin osoitin, se kumpaa lähestymistapaa meidän tulisi seurata pyrkimyksissämme on oleellinen normatiivinen kysymys. Näiden kahden lähestymistavan tarkastelu kysymysten kautta voisi näyttää esimerkiksi tältä:

a) Millainen on hyvä ihminen? Millainen on paras mahdollinen ihminen, joka voidaan kuvitella? Mitä ominaisuuksia hänellä on? Mitä hän tekee?

b) Miten ja minkä periaatteiden mukaan hyvä ihminen tekee toimintaansa koskevat päätökset? Miten hän on? Miten hän elää?

Käytän tästedes näistä kahdesta eri kehityksen perspektiivistä käsitteitä a) tavoite-etiikka ja b) prosessietiikka. Tässä kontekstissa olennaisin erottelu näiden näkökulmien välillä on, että tavoite-etiikka keskittyy lopputuloksiin, tulemiseen joksikin ja siihen *mitä* ollaan tai tehdään, kun taas prosessietiikka tarkastelee olemusta, tapaa, ja sitä *miten* ollaan tai tehdään. Kysymyssanat *mitä* ja *miten* eroavat aiheeni kannalta olennaisesti siten, että “mitä” tarkastelee valmiiksi määriteltyä lopputulosta eli ideaalia, ja “miten” taas keskittyy tapoihin, keinoihin ja menetelmiin prosesseina.

Toinen oleellinen käsite-erottelu kehityksestä puhuttaessa on tekemisen, olemisen, ajattelun ja tuntemisen välillä. Nämä neljä kategoriala ovat nähdäkseni perustavanlaatuisimmat osatekijät arvioitaessa yksilöä moraaliagenttina. Tekemisen kysymykset koskevat toimintaa, liikettä ja muutosta siinä missä olemisen kysymykset kuvaavat ominaisuuksia, olemusta ja olemisen tapoja. Samoin kuin tekeminen on aktiivisempaa kuin oleminen, myös ajattelu on aktiivisempaa ja muistuttaa enemmän toimintaa kuin tunteminen. Tekeminen on aktiivista

muutokseen pyrkivää toimintaa, joka vaikuttaa olemiseen. Samoin ajattelu voi toimia keinona muuttaa tunnetiloja. Selkeä ero tekemisen ja olemisen sekä ajattelemisen ja tuntemisen välillä on, että tekeminen ja oleminen ovat ulospäin näkyviä ja lähtökohtaisesti havaittavissa olevia kun taas ajattelemisen ja tuntemisen voivat olla ulospäin täysin huomaamattomia tapahtumia. Ne ovat yksityisiä ja vaikka niiden vaikutukset heijastuvat myös näkyvään toimintaan ja olemukseen, yksilö voi myös onnistua pitämään ne täysin salassa. Se ei kuitenkaan tee niistä moraalin piiriin kuulumattomia. Tunteiden, ajatusten ja mielenmaiseman laadun arvottaminen ei ole yksiselitteistä, sillä se riippuu niiden käyttötavoista (prosessietiikka), seurauksista (tavoite-etiikka) tai näiden yhdistelmästä.

Näiden kahden olennaisen erottelun kautta listaan kahdeksan kysymystä, joihin esitettyjä vastauksia olen pyrkinyt etsimään stoalaisten ja Nietzschen teksteistä. Vastausten on tarkoitus paljastaa kunkin filosofian normatiivisia ohjeita, väitteitä ja käsityksiä moraalisesta kehityksestä. Olen lisännyt jokaisen kysymyksen kohdalle esimerkin vastauksesta joltakin tutkimistani filosofeista sekä lyhyen analyysin tavasta, jolla se pyrkii vastaamaan kysymykseen.

### 3.2.1. Mitä tehdä

On kyvyttömyyden merkki, että käyttää ylenmäärin aikaa ruumiinsa hyväksi, esimerkiksi urheiluun, syömiseen, juomiseen, suolistonsa tyhjentämiseen ja yhdyntöihin. Tällaiset asiat on hoidettava ohimennen, kaikki huomio tulee kiinnittää henkiseen puoleen. (Epiktetos 33.)

Epiktetos esittää tässä ensin negaation eli mihin ei tule ensisijaisesti käyttää aikaansa. Sen jälkeen hän toteaa hyvin yksiselitteisesti, että meidän tulisi tekemisissämme keskittyä henkisen puolen asioihin. Epiktetos siis määrittelee laajassa perspektiivissä, mitä ihmisen on hyvä tehdä.

### 3.2.2. Miten tehdä

Ihminen tarvitsee tosin lepoakin. Se myönnettäköön. Mutta luonto on määrännyt levolle mitan niin kuin syömiselle ja juomisellekin. Sinä ylität kohtuuden ja sopivaisuuden rajat muussa paitsi ahkeruudessa. Siinä et pääse edes sopivaan määrään saakka. Näin ollen et

rakasta itseäsi. Jos niin tekisit, niin rakastaisit oikeata olemustasi ja tahtoisit täyttää sen vaatimukset. Käsityöläisetkin, jotka rakastavat työtänsä, voivat työninnossaan unohtaa peseytyä ja ravita itseään. (Aurelius 5.1.)

Tässä katkelmassa Aurelius moittii omaa työmoraaliaan ja tapaa tehdä työtä ja vertaa sitä käsityöläisiin.<sup>6</sup> Staalaisille oli tyypillistä käyttää vertauksina esimerkkejä käytännönläheisistä ammanteista. Siitäkin päätellen olennaista tässä katkelmassa ei ole se, mitä tehdään, vaan *miten* tehdään. Tekemisen tapoja kuvaavia ilmaisuja tässä katkelmassa ovat ahkeruus, tahto täyttää oikean olemuksensa vaatimukset, sekä työn rakastaminen niin että voi työninnossaan unohtaa peseytyä ja ravita itseään. Rakastaminenkin vaikuttaa tässä yhteydessä määrittyvän tekojen kautta.

### 3.2.3. Mitä olla

Kuunnelkaa mieluummin, veljeni, terveen ruumiin ääntä: rehellisempi ja puhtaampi ääni se on. Rehellisemmin puhuu ja puhtaammin terve ruumis, täydellinen ja oikeinmuodostunut: ja se puhuu maan tarkoituksesta. (Z 30.)

Tästä katkelmasta käy ilmi, että Nietzsche pitää fyysistä terveyttä hyvänä. Se tekee ihmisestä paremman siinä missä se edistää sisäisen äänemme rehellisyyttä. "Maan tarkoitus" koskee jotakin yksityistä suurempaa, universaalia ulottuvuutta, mahdollisesti luonnosta kumpuavaa. Tästä voi päätellä Nietzschen tarkoittavan, että terveen fyysisen olemisen kautta voi saada informaatiota jostakin yksilötasoa laajemmasta kollektiivisesta henkisestä totuudesta.

### 3.2.4. Miten olla

Filosofia lupaa luoda meihin ennen muuta tervettä järkeä, humanisuutta ja seurallisuuden halua. Näitä ominaisuuksia ei meissä voi olla, jos olemme toisenlaisia kuin muut ihmiset. (Seneca 192.)

---

<sup>6</sup> On syytä mainita, että Aurelius on kirjoittanut tekstin teoksessaan *Itsetutkiskeluja* hyvin henkilökohtaiseen sävyyn ja oletettavasti vain itselleen. On todennäköistä, ettei hän tarkoittanut teosta julkaistavaksi koskaan, mutta se tehtiin postuumisti.

Seneca kuvaa tässä sosiaalisuuden ja yhteiskuntaan sopeutumisen tärkeyttä ihmisen hyvyydelle. Tulkitsen toisenlaisuuden muihin ihmisiin verrattuna joksikin sellaiseksi erilaisuudeksi, joka hajauttaa pois päin sosiaalisesta liittymisestä ja vaikeuttaa kanssakäymistä muiden kanssa. Terve järki, humanisuus ja seurallisuuden halu ovat selvästi kontekstista päätellen Senecan mielestä toivottavia, tavoittelemisen arvoisia ja moraalisesti hyviä ominaisuuksia ihmisessä. Filosofian tehtävä on kehittää näitä ominaisuuksia ja tehdä siten yksilöstä paremman.

### 3.2.5. Mitä ajatella

Älä masennu elämän kokonaisuutta tarkastellessasi tai ajatellessasi kaikkia suruja, jotka mahdollisesti sinua kohtaavat. Kysy sen sijaan itseltäsi jokaisesta parhaillaan sattuvasta tapahtumasta: mitä sietämätöntä tai voittamatonta siihen sisältyy? Olet häpeävä tunnustaa sitä sellaiseksi. Huomaa edelleen, ettei tuleva taikka mennyt voi murehduttaa sinua, vaan ainoastaan läsnäoleva. Ja sekin tulee mitättömäksi, jos tarkkaat sitä erikseen ja nuhtelet sieluasi siitä, ettei se kykene sietämään edes tätä pientä vastahakoisuutta. (Aurelius 8.36.)

Tässä katkelmassa Aurelius ohjaa omaa ajatteluaan. Hän siis esittää normatiivisen ohjeen siitä, mitä tulisi ajatella. Tällaista ajatusten ohjaamista voisi kutsua terapeutiseksi, sillä sen tavoitteena on selvästi lieventää kielteistä tunnetilaa.

### 3.2.6. Miten ajatella

‘Miten tulla vahvemaksi’. Päätämällä hitaasti ja olemalla vankka päätöksissään kun ne on tehty. Kaikki muu seuraa perässä. (*WP* §918.)<sup>7</sup>

Tässä katkelmassa Nietzsche esittää kysymyksen “miten tulla vahvemaksi”, johon sitten itse vastaa. Kysymyssana “miten” on kuten meidänkin kysymyksessämme “miten ajatella”. “Tulla” on joksikin tulemista, muutosta johonkin parempaan. “Vahvemaksi” on tämän muutoksen eli itsensä kehittämisen haluttu suunta.

---

<sup>7</sup> Käännös on omani, sillä teosta *The Will to Power* ei ole käännetty suomeksi.

### 3.2.7. Mitä tuntea

Käyrinä tulevat kaikki hyvät oliot lähelle päämaaliaan. Kissojen lailla ne köyristelevät, ne kehräävät sisällisesti läheisestä onnestaan, – kaikki hyvät oliot nauravat. (*Z* 332.)

Tämä on yksi lukuisista esimerkeistä, joissa Nietzsche kuvaa hyvänä ominaisuutena ihmisessä sitä, että hän nauraa paljon (ks. esim. *BGE* §294; *Z* 55, 235, 261, 331, 333, 335). Nauru ilmaisee yleensä kepeää, huvittunutta ja iloista tunnetta sekä vakavuuden vastakohtaisuutta. Jonkinlainen onnellisuus tunnetilana on siis Nietzscheille hyvyyden merkki.

### 3.2.8. Miten tuntea

Mikä on hyvää? – Kaikki, mikä kohottaa vallantuntoa, tahtoa valtaan, valtaa itsessään ihmisessä. Mikä on huonoa? – Kaikki, mikä syntyy heikkoudesta. Mikä on onni? – Tunto siitä, että valta kasvaa, – että vastarinta tulee voitetuksi. (*A* §2.)

Tämä katkelma Nietzscheiltä keskittyy miten-tuntemiseen siinä mielessä, että se ei anna yksiselitteistä vastausta siitä, mitä tunnetta on hyvä tai huono tuntea. Sen sijaan se hahmottelee kuvaa siitä, millaista tunnetta tulisi tavoitella tai vältellä. “Tunto siitä, että valta kasvaa”, vallantunto, tahto valtaan – nämä ovat monisyisiä ja yksilöllisiä tuntemisen tapoja, jotka nähdäkseni vastaavat parempiin kysymykseen “miten” kuin “mitä”.

Erottelut näiden kategorioiden välillä eivät ole yksiselitteisiä, mutta ne auttavat analysoimaan filosofisia tekstejä ja jäsentämään niiden sisältämiä normatiivisia ohjeita. Kuten olen tässä kappaleessa käynyt läpi, kehityksen määrittelyssä on monta muuttujaa. On ymmärrettävä kehitys suuntana jotakin päämäärää kohti sekä kuljettuna matkana ja elettyinä elämänä. Ensinnäkin on tiedettävä, mikä on tavoite-eettisesti hyvä määränpää. Toiseksi on määriteltävä, millaista muutosta pidämme prosessieettisesti hyvänä. Käsittelen tarkastelemieni filosofioiden näkökulmia henkilökohtaiseen kehitykseen näiden erottelujen avulla.

Seuraavaksi tarkastelen erikseen stoalaisten ja Nietzscheen näkemyksiä henkilökohtaisesta kasvusta ja sen tärkeydestä. Keskityn niihin positiivisiin normatiivisiin väitteisiin, joita näistä

filosofioista on löydettävissä. Olen siis pyrkinyt etsimään mahdollisimman yksiselitteisiä, selvästi määriteltyjä ja sovellettavia ohjeita esimerkiksi negatiivisten väitteiden (ei-jokin), kieltojen ja paheksuntaa ilmaisevien väitteiden sijaan. Tutkimuskysymyksen kannalta olennaisinta on perehtyä väitteisiin, jotka toimivat perusteluina itsensä kehittämisen keskeisyydelle näiden filosofioiden kohdalla.

### 3.3. Stoalaiset

Stoalaiset korostivat yksilön kykyä hallita itseään, säädellä tunteitaan sekä toimia hyveellisesti rationaalisen ajattelun sekä syvällisen ja rehellisen itsetutkiskelun keinoin. Monet heistä myös osoittivat sen vaikutuksen laajuuden mikä henkilökohtaisella kasvulla voi olla toiminnan kautta yhteiskunnallisesti vaikutusvaltaisissa asemassa, joten heidän filosofiansa hyödyllisyys on näkynyt myös sen käytännön käyttökelpoisuutena. Käsittelemäni stoalaisfilosofit olivat tässä mielessä merkityksellisiä. Aurelius toimi Rooman keisarina sen kukoistusaikana vuosina 161-180, Seneca keisari Neron neuvonantajana ja Epiktetos puolestaan vapautettiin orjuudesta filosofisen oppineisuutensa johdosta. Aureliuksen katkelma siitä kuinka “ei ole pääasia, että puhut siitä, millainen hyvä ihminen on, tärkeämpää on olla sellainen” (Aurelius 10.16) on hyvä esimerkki tästä filosofian käytännöllisyyden vaatimuksesta jota stoalaiset korostivat.

Stoalaisen filosofian mukaan positiiviset muutokset ihmisessä heijastavat positiivista muutosta myös hänen ympärilleen, koska hän voi toimia inspiraationa sekä esimerkkinä muiden vastaavanlaiselle kehitykselle. Stoalaisuuden määritelmän mukainen hyvä ihminen pyrkii myös olemaan hyvä toimija yhteiskunnassa, sillä se on ihmisluonnon mukaista. Stoalaisilla on melko selkeä ja yhtenäinen käsitys ihmisluonnosta ja kuinka sen mukaan tulisi elää. Tämän normatiivisen koodiston taustalla vallitsee naturalistinen luonnonmukaisuuden ihanne.

Myös stoalainen hyve-etiikka kuuluu tämän ihmisluonnon käsityksen piiriin. Perusteluna sen oikeaoppisuudelle on siis sen yhteensopivuus tämän ihmisluonnon ihannekuvan kanssa. Stoalaisen koulukunnan tärkeimmät hyveet eli kardinaalihyveet ovat viisaus, rohkeus, oikeudenmukaisuus ja kohtuus. Stoalaisen ajattelun mukainen hyvä ihminen on valmis käyttämään näitä ominaisuuksiaan yhteiskunnallisissa asioissa tarpeen mukaan ja tilanteen vaatimalla asianmukaisella tavalla. Hän on myös välttämättä tehokkaampi toiminnassaan, sillä stoalainen filosofia kehottaa keskittymään kussakin hetkessä siihen välittömästi käsillä olevaan

tärkeimpään tehtävään minkä kohtalo on hänelle osoittanut, ottamaan vastuun ainoastaan omassa hallinnassaan olevista asioista ja pitämään poissa mielestään kaiken ylimääräisen mihin hänellä ei ole vaikutusvaltaa. Yksi stoalaisuuden keskeisimmistä opeista onkin, että ihminen tekee parhaansa keskittymällä vain olennaiseen, eli hoitamaan vastuunsa ja sen mikä on hänen hallintansa alasta sekä olemalla välinpitämätön oman valtansa alueen ulkopuolisia asioita kohtaan. Eri stoalaisfilosofit asettivat nämä henkilökohtaisen vastuun alueen rajat eri tavalla. Kuitenkin stoalainen hyveoppi yhdistää näitä kaikkia; hyveiden mukainen olemus ja toiminta on stoalaisten mukaan aina ihmisen henkilökohtaisen valinnan alasta.

Koska stoalaisuudessa on niin tärkeää hallinnan kaksijakoisuus eli erottelu vaikutusvaltamme piirin sisäisten ja ulkoisten asioiden välillä, ja huomattavasti suurin osa tapahtumista elämässä ja siten myös pyrkimystemme lopputulokset ovat meille hämärän peitossa ja ennustamattomissa, rajautuu tämän filosofian normatiivisten moraalioppien alue melko kapeaksi. Tämä yksinkertaistaa stoalaisen henkilökohtaisen kehityksen ajatuksen *parhaansa tekemisen* konseptiin, ja vapauttaa yksilön kaikesta muusta mitä tapahtuu. Äärimmillään stoalaisuus on siis moraalifilosofiaa, joka on kiinnostunut ainoastaan yksilön henkilökohtaisesta pyrkimyksestä tehdä parhaansa ja luovuttaa loput kohtalon huomaan. Tämä on syvällisin stoalaisuuteen sisältyvä perustelu sille, miksi henkilökohtainen kehitys eli ihmisen pyrkimys olla paras mahdollinen versio itsestään kussakin hetkessä on ihmiselämän tarkoitus. Se on ihmisen paras panos maksimaalisen hyvän saavuttamiseksi elämänsä aikana.

Henkilökohtaisen kasvun kannalta merkittävää on stoalaisuudessa myös kuolevaisuuden huomioonottamisen tärkeyden painotus. Kuolema on stoalaisille tärkeä heidän filosofiaansa ohjaava elämän tosiasia, sillä heidän mukaansa ihmisellä on taipumus jättää ajattelussaan huomiotta se tosiasia, että hänen kuolemansa ajankohta kuuluu hallinnan alueen ulkopuolelle. Jos pyrimme kehittämään itseämme tavalla jonka tulokset näkyvät vasta tulevaisuudessa, otamme sen riskin, ettemme koskaan pääse toteuttamaan itseämme. Siksi stoalaisuus kehottaa toimimaan hyvin ja olemaan hyvä *nyt*, ja elämään tavalla johon voimme olla tyytyväisiä tässä hetkessä. Ajatuskokeena kuoleman ajattelemisen tarkoitus on muistuttaa meitä elämään niin hyvin, että olemme valmiita jättämään elämämme hetkenä minä hyvänsä ja elämään hyvä elämä kuoleman ajankohdasta riippumatta sekä siihen kohdistuvasta epävarmuudesta huolimatta.

Tämä eronteko tekojen seurauksista on juurikin prosessieettisen lähestymistavan prototyyppi. Aurelius kirjoitti *Itsetutkisteluissaan*: “Mitä sitten on tavoiteltava? Määrätynlaista

tahdon suuntaa. Sen saavutat vaikkakaan et saavuttaisi asetettua päämäärää.” (Aurelius 6.50.) Enemmän siis on merkitystä pyrkimyksellä hyvään kuin millään lopputuloksella. Matka ja prosessi merkitsevät ihmisen hyvyyden määrittelyn kannalta eniten. Stoalaisuuden tavoite-eettisestä puolesta ovat todisteena kuitenkin sen lukuisat konkreettisen kuvailevat ja ylistävät esimerkit hyveellisistä henkilöistä, millainen luonne ja millaisia ominaisuuksia heillä on ja miten he toimivat. Esimerkiksi Seneca mainitsee kirjeessään Serenukselle *Viisaan ihmisen mielenlujuudesta* useita henkilöitä jotka ovat jollain tapaa tehneet häneen vaikutuksen ja joita hän käyttää esimerkkeinä hyveellisyyden ilmentymistä ihmisessä (Seneca 3-29, myös 195). Aurelius muistuttaa, kuinka “epikurolaisten kirjoituksissa on kehoitus muistaa aina jotakuta muinaista hyveen sankaria” (Aurelius 11.26).

### 3.4. Nietzsche

Myös Nietzschen filosofia on hyvin yksilökeskeistä ja käsittelee ihmisen sisäisen elämän syvyyksiä. Nietzsche korosti työssään laajalti yksinolon, itsenäisyyden ja läpikotaisen itsetuntemuksen tärkeyttä (esim. Pearson 2010, 139, 143). Nietzschen filosofialle on ominaista moraalin subjektiivisuuden ihanne, ja siinä toistuu dogma jonka mukaan yksilön on itse määritettävä elämän tarkoituksensa ja sitä myötä myös ihanteensa jotka sitä palvelevat. Tämä Nietzschen prosessieettinen dogma on siis se, että jokaisen ihmisen tulee itse määrittää hyvä ja paha itselleen. Nietzsche antaa esimerkkejä prosesseista joiden kautta tämä päätöksenteko voisi tapahtua. Hänen filosofiaansa sisältyy se lähtökohta, ettei hänellä ole asiaa sanella objektiivisia tavoitteita ihmisten kehityksen suunnalle (*BGE* §228). Kuitenkin tarkemmin tarkasteltaessa Nietzschen ihmiskäsitys on myös melko yleistävä, ja hänen kirjoituksensa ovat täynnä sekä positiivisia että negatiivisia normatiivisia väitteitä, sisältäen joidenkin ominaisuuksien ylistämistä ja toisten paheksuntaa.

Nietzschen moraalifilosofialle hyvin keskeinen käsite, *vallantahto* (saks. *Der Wille zur Macht*), on jotakin minkä hän yleistää ohjaavan kaikkia ja kaikkea elävää maan päällä. Se on samanaikaisesti sekä empiirisen deskriptiivinen että normatiivinen konsepti, sillä Nietzscheillä oli tapana kirjoittaa aiheesta moraalinaturalistiseen sävyyn. Nietzschen filosofiassa esiintyy laajalti sama johdonmukaisuus kuin stoalaisilla; jos se on luonnonmukaista, se on tavoiteltavaa, oikein, ja siten “hyvää” tai “hyveellistä”, tai vähintäänkin hyväksyttävää ja neutraalia. Vallantahto kuten

Nietzsche sitä kuvailee on sisäinen impulssi, joka ohjaa pyrkimään kohti asioita, jotka tekevät ihmisestä tai mistä tahansa elollisesta olennot vahvemman. Vallantahdon filosofian mukaan vahvuus ja kyvykkyys (saks. *Macht*) ovat toivottavia ja tavoiteltavia ominaisuuksia, siis jotakin “hyvää”. Nietzschen mukaan ihmisellekin on pohjimmiltaan luonteenomaista ja luonnollista pyrkiä lisäämään omaa mahtavuuttaan valinnoin ja teoin. Vallantahdon merkityksen ymmärtämiseksi on perehdyttävä syvällisemmin siihen, mitä tällainen voimaantumisen tarkoittaa. Se on Nietzschen luoman itsensä kehittämisen filosofian ydin; halu valtaan on kulkusuunta, periaate yksilön itseään koskevassa moraalisisessa päätöksenteossa. Nietzsche ei määritä kovin konkreettisia objektiivieja mitä tulee vallantahdon ilmentymiin siten kuin se manifestoituu ihmisessä jonakin lopputuloksena. Tämä lähentelee siksi prosessieettistä lähestymistapaa itsensä kehittämisessä.

Nietzscherillä on toinenkin olennainen ihmisenä kasvamiseen liittyvä käsite, yli-ihmisyys (*Übermensch*). Tämä, toisin kuin vallantahto, on puolestaan eräänlainen objektiivie eli ihannekuva tavoiteltavasta ihmisyydestä. Nietzschen kirjoituksista käy kuitenkin ilmi, ettei yli-ihmisestä ole olemassaolevia esimerkkejä; se on ideaali jolle ei materiaalisessa maailmassa ole vastinetta, samoin kuin Platonin ideaopin mukaisessa ideoiden maailmassa on käsitteiden prototyyppiejä, joista niiden maalliset representaatiot ovat vain epätäydellisiä jäljitelmiä. Yli-ihminen on jotakin mitä meidän on pyrittävä jäljittelemään, mutta jollaiseksi voimme tulla vain korkeintaan ohikiitävän hetken ajaksi. Yli-ihmisen käsitettä tarkastelemalla voidaan saada käsitys siitä, millainen Nietzschen itsekehityksen ihanne olisi sen tavoite-eettisessä muodossa.

Toinen samankaltainen Nietzschen filosofiassa esiintyvä ihmisideaali on “vapaa ajattelija” (engl. *free spirit*). Nietzsche on käsitellyt tätä aihetta laajasti teksteissään ja se on ollut myös keskeinen aihe hänen filosofiaansa koskevassa modernissa filosofiassa (esim. Hussain 2007, Ure 2009). Nietzschen filosofiassa vapaa ajattelija luo uudelleen oman arvomaailmansa. Nietzschen mukaan ihmisten tulisi pyrkiä “uusiksi filosofeiksi”. Tällaisten ihmisten luonteenpiirteisiin kuuluu lujuus ja omintakeisuus. (Hussain 2007, 158). Nietzschen kuvailema kehitys mahdollistuu ainoastaan ankaran henkisen työn tuloksena. Myös Nietzschen ikuisen paluun (engl. *eternal recurrence*) ajatuskokeella terapeuttisia käyttötapoja (Ure 2009). Myös Nietzschen hahmo Zarathustra, joka on pää henkilö teoksessa *Näin puhui Zarathustra*, voidaan tulkita ihmisen ihannekuvaksi. Nietzsche käyttää tässä kirjassa paljon sanaa “päämaali” kuvaamaan erilaisia ihmisyyden tavoiteloja. Nietzschen moraalifilosofiasta löytyy siis sekä

tavoite-eettistä korkealuotaavaa idealismia että ihmismielen prosesseihin keskittyvää normatiivista ohjeistusta.

#### 4. Tulkinnan rooli filosofioiden vertailussa

Näistä kahdesta käsittelemästäni filosofiasta juurikin Nietzsche'n tulkinnan vaikeus aiheuttaa erityistä päänvaivaa. Stoalaisten elämänohjeet ovat yleisesti ottaen käytännönläheisiä, selkeitä ja käskymäisiä. Aureliuksen ainoa säilynyt teos oli hänen päiväkirjansa, jota tuskin oli tarkoitettu julkaistavaksi. Hänen käytännönläheinen tapansa filosofoida näkyy siinä, että se on kuin kiireisen ihmisen kirjoittama kokoelma muistutuksia siitä, mikä todella elämässä on tärkeää ja miten hänen tulee elää. Nietzsche'tä löytyy toki myös selkeitä tokaisuja, mutta myös kaunokirjallista fiktiivistä tarinankerrontaa, jonka rivien välistä tulkinnat sen filosofisista opeista lukijan on löydettävä itse<sup>8</sup>. Epäselvyyksiä tulkinnassa tuovat Nietzsche'n kielellisesti selkeämpienkin normatiivisten tokaisujen kohdalla hänen tapansa käyttää sarkasmia sekä negatiiviseksi miellettyjä kuvailevia sanoja positiivisessa mielessä ja päinvastoin. Tämä on yksi hänen keinoistaan saada lukija kyseenalaistamaan perinteiset tavat sitoa arvoarvostelmia myöskin kielellisiin ilmaisutapoihin. Monesti on täysin mahdotonta päätellä, ihaileeko vai paheksuuko Nietzsche sitä mistä kirjoittaa kriittistä arviotaan. Eri käännökset ja kääntäjien tulkinnalliset valinnat lisäävät entisestään tätä monitulkintaisuutta.

Muiden muassa Foot on kirjoittanut Nietzsche'n arvoarvostelmien tulkinnallisesta viidakosta. Hänen mukaansa tämän töistä voidaan erotella kahta erilaista arvostamisen (tai paheksunnan) tasoa. Ensimmäinen taso on kuvailla esimerkiksi että ihanteellinen ihminen on vahva. Toinen taso on kuvailla, mitä vahvuus tarkoittaa ja miten se ilmenee. Foot vertaa Nietzsche'n tapaa arvostaa ihmistä esteettiseen arvostamiseen ja ehdottaa, että suhtautuisimme hänen kuvauksiinsa ihmisiin liitettävistä arvoista samoin kuin jos hän kuvailisi esteettisiä arvoja. (Foot 2002, 88-89.) Jos käytän esimerkkinä estetiikan arvoa, silloin on kaksi eri asiaa pitää esteettisiä arvoja tärkeinä ja arvostella jotakin esteettisellä arvoasteikolla. Voimme esimerkiksi keskustella estetiikasta arvona ja olla samaa mieltä sen tärkeydestä, mutta ajatella estetiikan

---

<sup>8</sup> Tunnetuin esimerkki tästä on teos *Näin puhui Zarathustra*.

kriteereistä täysin eri tavoin. Nietzscheä lukiessa on helppo heittäytyä oman mielikuvituksensa varaan ja olettaa mitä hänen arvostelmansa merkitsevät käytännössä.

Nietzschen filosofiassa on lisäksi paljon sisäisiä ristiriitoja. Se, ovatko nämä ristiriidat näennäisiä vai mahdollisesti jollakin ymmärryksen tasolla perusteltavia, on jälleen tulkinnasta kiinni. Nietzschen filosofia myös koki suuren evoluution hänen elinaikanaan, ja uudemmissa teoksissa esiintyy aiemmista poikkeavia ajatuksia. Nietzschen filosofian tarkastelu aikajanassa kehittyneenä onkin varmasti hedelmällisempää kuin siihen suhtautuminen auttamattoman sisäisesti ristiriitaisena. (ks. Mollison 2019.) Tärkeää on ymmärtää miten hänen filosofiansa on muuttunut ja kehittänyt hänen elämänsä aikana. Oletan, että hän seiso i uusimman tuotantonsa takana enemmän kuin vanhan. Nietzsche on jopa kirjoittanut itseään ja omiin aiempiin julkaisuihinsa kohdistuvaa kritiikkiä, erityisesti teoksessa *Ecce Homo*. Tästä syystä haluan tehdä johtopäätökseni hänen viimeisen tuotantonsa mukaan, jos mahdollista.

On syytä ottaa puheeksi myös Nietzschen elämäntyön kannalta merkittävä postuumisti julkaistu kokoelmateos *WP*, joka on ensimmäisenä koottu hänen siskonsa toimesta. Tämä kuului natsisaksan liikkeeseen ja halusi veljensä filosofian tukevan sen poliittista agendaa. Myöhemmin teoksesta on pyritty palauttamaan ja jälleenkokoamaan objektiivisempi versio. *WP*:n alkuperäisyydestä ja käyttökelpoisuudesta on kuitenkin kiistelty tutkijoiden parissa. (ks. alkupuheet *WP* XI-XXXIII.) On kummallista, että tästä hänen oletettavan perustavanlaatuisesta moraalifilosofisesta periaatteestaan on hädin tuskin mainintaa hänen itsetutkiskelevissa ja siihenastista työtä arvioivissa teksteissään, kuten myöhemmässä teoksessa *EH* (Leiter 2000, 285). Nämä ongelmat on syytä pitää mielessä, vaikka käsittelenkin *WP*:tä tässä tutkielmassa aivan yhtä ennakkoluulottomasti kuin muitakin Nietzschen teoksia.

Myös Nietzschen kirjoittamat stoalaisuutta koskevat kommentit jakautuvat sävyiltään kahtia hyvin pitkälti aikajanan mukaan. Hänen varhaisemmasta filosofiastaan löytyy stoalaisuutta myönteisemmin kommentoivia otteita, kun taas myöhemmin tämä sävy muuttui stoalaisia kohtaan kriittisemmäksi (Ure 2009, 60–61, 80), poikkeuksena kuitenkin postuumi kokoelma *WP* (*WP* 60, 195, 268, 342, 427; Mollison 2019, 96-97). Näiden kohtien välisestä vaihtelevuudesta sekä niiden sisäisestä monitulkintaisuudesta johtuen tarkoitukseni tässä kirjoitelmassa on tarkastella suurpiirteisempiä stoalaisia ja Nietzscheä yhdistäviä filosofisia malleja. Näin on tehnyt aiemmin myös James A. Mollison osoittaessaan stoalaisten ja Nietzschen välisiä filosofisia ristiriitoja (Mollison 2019). Pohjaan perusteluni mieluummin laajempaan

filosofiseen tulkintaan huolimatta niistä yksittäisistä katkelmista, joissa Nietzsche on itse maininnut stoalaiset.

Tutkijat ovat ajan saatossa tulkinneet Nietzscheä monin eri tavoin ja monesti täysin päinvastaisin lopputuloksin. Myös eri stoalaisfilosofien välillä on eroja. Näistä syistä myöskin se vähäkin tutkimus mitä stoalaisten ja Nietzschen vertailusta on olemassa sisältää runsaasti erimielisyyksiä (Mollison 2019, 93). Mitä tahansa näiden molempien filosofioiden käsittelemää teemaa tarkastellessa on niistä havaittavissa perusteluja sekä samankaltaisuuden puolesta että vastaan. On melko mielivaltaista ja siksi merkityksetöntä puhua satunnaisista yksittäisistä samankaltaisuuksista tai eroista. Ainoastaan laajemmilla temaattisilla, syvällisillä ja perustavanlaatuisilla filosofisilla samankaltaisuuksilla ja eroilla on mielestäni tässä mainitsemisen arvoista merkitystä. Näiden osoittamiseksi on poimittava kustakin filosofiasta lukuisia esimerkkejä jotka perustelevat jonkin filosofisen kannan piiriin lukeutumisen. Seuraavassa kappaleessa aloitan stoalaisten ja Nietzschen välisen vertailun prosessin keskittymällä ensin niiden ajattelusta löydettävissä oleviin yhdistäviin tekijöihin.

## 5. Stoalaisten ja Nietzschen yhtymäkohdat

Stoalaisten ja Nietzschen filosofioiden välisistä eroista huolimatta niiden samankaltaisuudet ovat huomattavia. Niiden yhteenliitettävyyden syiden tarkastelu auttaa myös ymmärtämään filosofisia malleja. Yhtäläisyyksiä ymmärtämällä luodaan selkeä pohja myöhemmälle erojen syiden tarkastelulle. Stoalaisten ja Nietzschen vertailu onkin osoittautunut mielenkiintoiseksi juuri niiden välillä vallitsevien monien yhtymäkohtien, mutta myös erojen vuoksi. Ne käsittelevät useita samoja teemoja tavoilla joista on havaittavissa sekä yhteyksiä että eroja ja on hyvin pitkälti tulkinnanvaraista, kumpia näiden filosofioiden tutkijat pitävät merkittävämpinä. Kattavan katsauksen siihenastisesta stoalaisuutta ja Nietzschen filosofiaa keskenään vertailevasta tutkimuksesta tarjoaa James A. Mollison artikkelissaan “Nietzsche contra stoicism: naturalism and value, suffering and *amor fati*” (Mollison 2019).

Seuraavassa alakappaleessa vertailen Senecaa ja Nietzscheä demonstroidakseni alkuperäisteosten vertailua ja kuinka niistä voidaan löytää filosofisesti rinnastettavia katkelmia. Tämän jälkeen kirjoitan stoalaisten ja Nietzschen laajemmasta moraalifilosofisesta

yhtäläisyydestä perustelemalla kuinka ne molemmat lukeutuvat moraalinaluralismin ja sitä kautta myös hyve-etiikan piiriin. Viimeisenä näiden filosofioiden samankaltaisuuden näyttönä esittelen näkemyksen ihmisen perimmäisestä hyveestä, jonka nähdäkseni sekä stoalaiset että Nietzsche jakavat. Yhteenvetona arvioin näiden moraalifilosofisten liitoskohtien merkittävyyttä laajemmassa kontekstissa kyseisten filosofioiden vertailun huomioon ottaen.

### 5.1. Esimerkki: Seneca ja Nietzsche

Seneca nuorempi oli stoalaisfilosofi kenet tunnetaan parhaiten surullisenkuuluisasta asemastaan keisari Neron neuvonantajana. Hänen filosofiset esseensä olivat lähes aina osoitettu kirjeinä jollekulle tärkeälle ihmiselle hänen elämässään. Valitsin Senecan tässä Nietzschen vertailukohdaksi koska vaikka hänen töitensä on säilynyt enemmän kuin muiden tunnetuimpien stoalaisfilosofien, ei ole näyttöä että Nietzsche olisi lukenut hänen tuotantoaan. Sen sijaan on näyttöä että hän on lukenut Marcus Aureliusta (Mollison 2019, 95; Ure 2009, 73). Epiktetokseen Nietzsche on myös viitannut suoraan omissa töissään<sup>9</sup>.

Tämä on mielenkiintoista lähinnä siksi, että lukiessani tarkasti kaikkia näitä kolmea stoalaisfilosofia, heistä Seneca muistutti kaikkein eniten Nietzscheä teksteissään. Tällä ei ole mitään tekemistä historiallisesti todettavissa olevien yhtymäkohtien kanssa, vaan nämä yhdistävät tekijät ovat löydettävissä ainoastaan kummankin filosofiasta ja jonkin verran kirjallisesta ilmaisutavasta. Ensinnäkin molemmat kunnioittivat filosofian kehollista aspektia ja tunnustivat fyysisen hyvinvoinnin vaikutuksen mielen hyvinvointiin. Seneca puhuu fyysisen aktiivisuuden merkityksestä ajattelun laadulle kirjeessään *Mielentyyneystestä*:

Meidän tulee myös liikkua ulkosalla vahvistaaksemme ja virkistääksemme mieltämme raikkaalla ilmalla ja syvään hengittämällä; toisinaan sitä vahvistaa ajelu, siirtyminen vaunuilla toiseen paikkaan, seurustelu ja runsaanlainen viinin nauttiminen. (Seneca 146.)

---

<sup>9</sup> Useaan otteeseen teoksessa *Aamurisko (Daybreak)* (Ure 2009, 68-71), sekä teoksissa *Kritische Studienausgabe (KSA)* ja *Nachlass* (ks. Elveton 2004, 194, 200). Nietzschen Epiktetosta koskevasta kommentaarista on kirjoitettu useassa artikkelissa (Brobjer 2003; Elveton 2004; Mollison 2019; Ure 2009).

Nietzsche yhtyy tähän varoittaessaan liiallisesta itsekurista muun muassa siksi, että se voi tehdä köyhdyttää ihmistä ja tehdä hänestä ärtyneen (*GS* §305). Seuraavassa katkelmassa *Kirjeistä Luciliukselle* Seneca kirjoittaa ruumiin ja mielen välisestä yhteydestä:

Eikö pelko meitä pidätä? Eikö rohkeus yllytä? Eikö urheus kannusta, anna vauhtia? Eikö maltillisuus hillitse ja pidätä? Eikö ilo vaikuta kohottavasti? Eikö alakuloisuus masentavasti? Mitä ikinä siis teemmekin, sen teemme pahuuden tai hyveen käskystä. Se, mikä hallitsee ruumista, on ruumiillista, se, mikä vaikuttaa toiseen ruumiiseen, niin ikään. Ruumiin hyvä on ruumiillista, ihmisen hyvä on myös ruumiin hyvää ja siis ruumiillista. (Seneca 314.)

Tässä hän poikkeaa hieman muista stoalaisista asettamalla ruumiin ja mielen samalle linjalle. Stoalaisille kun on tyypillistä korostaa mielen ehdotonta ensisijaisuutta ruumiiseen verrattuna moraalisen kehittämisen kohteena. Stoalaiset monesti kannustavat kehittämään mieltä ennen ruumista, sillä heidän mukaansa mieleemme on aina täysin hallinnassamme, kun taas ruumiimme ei<sup>10</sup>. Nietzschen filosofiassa taas holisitinen näkemys kehon ja mielen erottamattomuudesta tulee esiin toistamiseen, kuten seuraavassa katkelmassa kappaleesta nimeltä *Ruumiin halveksijoista*:

“Ruumista olen minä ja sielua” \_ niin puhuu lapsi. Ja miksi ei puhuttaisi kuten lapset puhuvat? Mutta herännyt, tietävä sanoo: Ruumista olen minä kokonaan enkä mitään muuta; ja sielu on vain nimitys jollekin, mitä on ruumiissa. Ruumis on kuin järki, moninaisuus, jolla on yksi aisti, sota ja rauha, lauma ja paimen. Ruumiisi työkalu on pieni järkesikin, veljeni, jota sinä “hengeksi” kutsut, suuren järkesi pieni työ- ja leikkikalu. “Minä”, sanot sinä ja olet ylpeä tästä sanasta. Mutta suurempi on \_ johon et tahdo uskoa \_ ruumiisi ja sen suuri järki: se ei sano Minä, vaan tekee Minän. (*Z* 30–31.)

Seuraavissa esimerkeissä taas Seneca ja Nietzsche kirjoittavat lähes identtisesti yksilön itsenäisen ajattelun tärkeydestä:

---

<sup>10</sup> Näin kirjoitti esim. Aurelius: “Sinussa on kolme osaa: ruumis, elonhenki ja järki. Kahdesta ensiksi mainitusta sinun on pidettävä huolta ja sikäli ne ovat sinun, mutta vain kolmas on varsinaisessa mielessä sinua.” (Aurelius 12.3). Lisää aiheesta mielen ensisijaisuus stoalaisuudessa ks. Sellars 2006, 109-110.

On vain vähän niitä, jotka ohjaavat itseään ja tehtäviään; muut eivät edes kulje tietänsä, vaan heitä kuljetetaan niin kuin virta vie mukanaan kaikkia siinä uivia esineitä. [...] On siis päätettävä mitä tahdomme ja pysyttävä päätöksessämme. (Seneca 205.)

‘Miten tullaan vahvemmaksi.’ Päätämällä hitaasti ja olemalla luja päätöksissään kun ne on kerran tehnyt. Kaikki muu seuraa perässä. (*WP* §918.)

Heidän sanomansa päätöksenteosta on lähes identtinen. Itseohjautuvuuden aihe taas on hyvinkin tuttu Nietzschen filosofiasta, muun muassa hänen konseptistaan vapaasta ajattelijuudesta (esim. *BGE* §44), herramoraalista ja orjamoraalista (esim. *BGE* §260; *D* §546; *A* §3) sekä yli-ihmisyyden ideaalista (esim. *Z* 322-324). Seuraava Nietzscheä läheisesti muistuttava katkelma käsittelee kärsimystä ihmistä vahvistavana kokemuksena. Seneca kirjoittaa kirjeessään *Lohduttautumisesta* äidilleen Helvialle:

Joku voi sanoa: “Millaista lohdutusta on se, että vedetään jälleen esille jo voitettuja onnettomuuksia ja näytetään ihmismielelle, joka tuskin kestää yhtäkään surua, ne kaikki yhtä aikaa?” Mutta on otettava huomioon että niiden ollessa niin tuhoisia, että ne äityvät parannuskeinoista huolimatta, niitä silloin käsitellään tavallisesti aivan vastakkaisilla keinoilla. Näytän siis sairaalle mielelle sen kaikki surut ja murheet; tarkoitukseni ei ole parantaa lievillä keinoilla vaan polttaa ja leikata. Mitä saan siten aikaan? Että niin paljon onnettomuuksia voittanut mieli häpeää valittaa haavaa, joka on tullut lisäksi niin arpiseen ruumiiseen. Itkekööt ja huokailkoot edelleenkin ne, joiden hemmoteltuja mieliä on heikontanut pitkäaikainen onnellinen elämä, ja lyyhistykööt kokoon kaikkein pienimmänkin loukkauksen heitä uhatessa; mutta kestäkööt ne, joiden ikävuodet ovat kuluneet toisiaan seuranneissa onnettomuuksissa, lujina ja järkkymättöminä myös kaikkein ankarimmat iskut. Jatkuva kova onni on hyvää siksi, että se viimein vahvistaa niitä, joita se aina ahdistaa. (Seneca 149-150.)

Nietzschen kärsimyksen filosofia on ehkä tunnetuimmin säilynyt hänen toteamuksessaan “mikä ei minua tapa, se vahvistaa minua” (*TI I* §8). Edellisessä katkelmassaan Seneca osoittaa samanlaatuista kovuutta ja lujuuutta, millä Nietzschekin usein kirjoittaa:

Ne nimenomaiset asiat jotka herkemmän ihmisen päätyisivät tuhoamaan ovat myös niitä asioita, jotka stimuloivat hyvää terveyttä (*WP* §1013).

Se on vain vahvuusseikka: yksilöllä täytyy olla kaikki vuosisatansa sairaalloiset ominaisuudet, mutta tasoittaa ne ylenpalttisella vahvuudellaan mitä niistä toipumiseen ja niiden joksikin enemmän muovaamiseen tarvitaan (*WP* §1014)<sup>11</sup>.

Kärsimyksen korostunut merkitys on yhdistävä tekijä Senecan ja Nietzschen, mutta myös ylipäänsä stoalaisuuden ja Nietzschen filosofian välillä<sup>12</sup>. Voi siis myös ajatella stoalaisfilosofien ollessa melko samankaltaisia ajattelussaan, että jos jostakusta heistä ottaa vaikutteita, saattaa näyttää siltä kuin olisi ottanut vaikutteita kaikista. Näin Senecan ja Nietzschen yhtymäkohdat voisi selittää yleisellä yhteenliitettävyydellä stoalaisen ajattelun kanssa. Kuitenkin nämä yhtymäkohdat katkelmissa ovat huomattavia ja selkeitä, eikä niihin sisälly juuri tulkinnanvaraisuudesta johtuvaa epävarmuutta. En silti uskalla väittää Senecan ja Nietzschen ajattelussa olevan sen enempää samanlaisuuksia kuin erojakaan, sillä tätä väitettä testatakseni minun olisi a) tunnettava molempien filosofien teokset läpikotaisin, b) pyrittävä luomaan yhtä vahvat perustelut sekä niiden yhtäläisyydelle että erilaisuudelle, ja c) arvottamaan kummat niistä ovat filosofisesti merkittävämpiä.

En ole voinut mahduttaa tähän kappaleeseen kaikkia havaitsemiani esimerkkejä ja argumentteja Senecan ja Nietzschen samankaltaisuudesta. Tämän selonteon tarkoitus on pikemminkin näyttää, miten ajattelijoita voidaan yhdistää toisiinsa mahdollisimman objektiivisesti alkuperäisteoksia tutkimalla. Valitsin heidät keskenään vertailtaviksi myös huomattavan kielellisen ilmaisutavan samankaltaisuuden vuoksi. Seuraavaksi siirryn hahmottamaan, kuinka stoalaiset ja Nietzsche liittyvät toisiinsa suurpiirteisempien moraalifilosofisten näkemystensä osalta.

---

<sup>11</sup> Suomennekset ovat omiani.

<sup>12</sup> Käsitteitä kärsimyksestä stoalaisten ja Nietzschen filosofioissa ovat vertailleet Armstrong (Armstrong 2013, 18-22), Elveton (Elveton 2004), Mollison (Mollison 2019) sekä Ure (Ure 2009).

## 5.2. Naturalismi moraalifilosofisena määrittäjänä

Hyveen määrittäminen on näissä molemmissa filosofioissa samankaltaista siten, että se pohjautuu moraalinaturalismiin. Sen mukaan hyvä on yksinkertaistettuna luonnollisuutta, luonnonmukaisuutta tai luonnon kanssa yhdenmukaisesti olemista. Jos yhdytään tähän moraalinaturalismin perusolettamukseen, silloin kysymykset hyvästä ja pahasta muuttuvat kysymyksiksi tämän luonnonmukaisuuden määrittelystä. Ihmisen tahto on sama stoalaisille ja Nietzschele: tavoite on asettaa tahtonsa luonnon kanssa samalle linjalle (Elveton 2004, 192; Ure 2009, 74-76). Stoalaisille hyve oli luonnontahdon kanssa harmoniassa elämistä eli ihmisluonnon mukaisesti elämistä. Stoalaisten mukaan ihmisen hyve on toteuttaa sille ainutlaatuisia lajinomaisia piirteitä ja harjoittaa kykyjä jotka vain ihmiselle on luonto suonut, kuten rationaalisuutta ja oikeudenmukaisuutta (esim. Sellars 2006, 108-111). Nietzschele vastaava kaikkea tavoittelemisen arvoista toimintaa ohjaava voima oli vallantahto. Tämäkin on ihmisen luonteesta, mutta Nietzscheen mukaan myös kaikesta elollisesta kumpuava elämää edistävä vietti, jonka päämääränä on kehitys ja sitä kautta lisääntynyt voiman kokemus (esim. *BGE* §259). Nietzsche määritteli hyvän olevan sitä, mikä lisää voiman tunnetta ihmisessä (*A* §2; Hussain 2007, 176). Sekä stoalaiset että Nietzsche implikoivat, että ihminen ei elä hyvin kun hän ei elä todellisen luontonsa mukaan. Ehkä hän antaa primitiivisille puolilleen liikaa valtaa, kuten stoalaiset näkivät, tai hän ei ole integroinut niitä riittävän huolellisesti, kuten Nietzsche korosti. Molemmissa filosofioissa tämä naturalistinen hyve-eettinen lähestymistapa moraalifilosofiaan määrittää kaiken tavoiteltavan hyvän olevan jotakin, mikä edistää ihmisen kykyä ohjata ja hallita itseään (ks. Elveton 2004, 193).

## 5.3. Ihmisen perimmäinen hyve

Stoalaisia ja Nietzscheä yhdistää hyve-eettinen lähestymistapa moraaliin ensisijaisena esimerkiksi nautinnon tavoittelun ja kärsimyksen välttämisen sijaan. Kuten Jussi Tenkku perustelee alkupuheessaan Senecan teokselle *Tutkielmia ja kirjeitä*, stoalaisille nautinto ja onnellisuus olivat hyveellisen elämän sivutuotteita, eivätkä siksi itsessään tavoittelemisen arvoisia (Seneca XV-XVI; myös Sellars 2006, 111, 123). Stoalaisille tunteet, siinä missä ne ovat seurausta tekemistämme arvoarvostelmista, voivat olla rationaalisten virhepäätelmien tulosta

eivätkä siksi aina palvele meitä rationaalisina olioina. Heidän mukaansa meidän ei tulisi pitää fmitään muuta hyvänä tai pahana kuin oman mielemme ja päättelymme laatua. (Sellars 2006, 116-117.) Kuten kolmannen kappaleen Senecalta ja Nietzscheiltä peräisin olevista katkelmista käy ilmi, tunteilla kuten onnellisuudella ja kärsimyksellä voi kuitenkin olla välineellistä arvoa juuri sille ihmisen sisäiselle kasvulle, mitä sekä stoalaiset että Nietzsche pitivät perimmäisenä hyveenä<sup>13</sup>.

Molemmissa filosofioissa eettisen tarkastelun kohteena on ihmisen luonne, se tapa *miten* hän elää ja kehittää itseään. Se, *mitä* hän konkreettisesti tekee, on toissijaista. Esimerkkejä hyvin elämisestä löytyy molemmista filosofioista hyvin erilaisissa rooleissa toimivista ihmisistä. Sekä stoalaisille että Nietzscheille tavoittelemisen arvoista on se, mikä tekee ihmisestä paremman. Tunteiden ja ajatusten prosessointi ja yhdentäminen keinona luonteen kehittämiseksi on tässä molemmilla toistuva ja keskeinen teema (esim. Ure 2009). Epiktetos kirjoittaa: “Niin kuin kirvesmiehellä on materiaalina puu ja kuvanveistäjällä pronssi, siten on elämisentaidon materiaalina kunkin oma elämä” (Epiktetos 41). Nietzsche vertaa samoin ihmisen sisäistä maailmaa taideteokseen, jossa tämä kehityksen alla oleva projekti on yksilön luonne (*GS* §290).

Stoalaiselle ajattelulle on tunnusomaista itsekurin ihannoiti moraalisesti ylevänä kykynä. Esimerkiksi Aurelius kirjoittaa: “mikä olisi parempaa kuin se sinussa asuva jumalallinen henki, joka on alistanut himonsa järjellisen tahtonsa alaiseksi” (Aurelius 3.6). Nietzscheille tämä sisäisen työn tavoite on lisätä ihmisen hallintaa itsestään ja sitä kautta kykyä saavuttaa tavoitteita. Tähän itsensä kehittämisen prosessiin sisältyy olennaisesti kyky integroida omat sisäiset samanaikaisesti vallitsevat, mahdollisesti ristiriitaiset halut. (Reginster 2007, 33.) Ihmisen ylin hyve määrittäytyi siis molemmissa filosofioissa psykologiseksi itsensä kehittämiseksi. Tämän taustalla vaikuttaa se äärimmäinen naturalistinen oletus, joka tekee helposti moraalifilosofiasta näennäisesti deskriptiivistä luonnontiedettä. Sen mukaan moraalin keskeisin ongelma olisi sen määrittäminen, mikä on luonnonmukaista. (ks. Reginster 2007, 32.)

Moraalinaturalismin ydinongelma onkin, että teoriamme luonnonmukaisuudesta määrittää myös käsityksemme moraalista, jolloin teemme viime kädessä meistä itsestämme näitä moraalin määrittäjiä. Nietzsche on osoittanut olevansa hyvin tietoinen tästä inhimillisestä taipumuksesta projisoida käsitys luonnosta virheellisesti luonnon itsensä ominaisuudeksi (*BGE*

---

<sup>13</sup> Lisää tunne-elämän merkityksestä stoalaisuudessa ja sen vaikutuksista Nietzschen filosofiaan: Armstrong 2013, 21; Ure 2009, 65.

§9; *GS* §109). Hän pyrki välttämään tätä kehäpäätelmää kehottamalla jokaista määrittämään itselleen hyvän ja pahan sekä “ripustamaan tahtonsa laiksi ylleen” (*Z* 63). Nietzsche on myös myöntänyt julistamansa sanoman olevan vain hänen totuutensa, eikä siis mikään yleispätevä totuus (*BGE* §43). Nietzsche siis ratkaisee osaltaan moraalinaturalismin ongelman tekemällä hyvästä ja pahasta henkilökohtaista ja täten niin relativistista, ettei sen määrittelyyn voida ottaa objektiivista kantaa. Soalaisia ja Nietzscheä yhdisti kehoitus työstää itseään ja kehittää omaa henkilökohtaista käsitystään hyvästä ja pahasta niin syvällisesti, että sitä pystyy soveltamaan intuitiivisesti oman elämänsä päätöksentekoon.

#### 5.4. Yhteenveto: yhtymäkohdat

Stoalaisten ja Nietzschen ajattelu on ajan saatossa yhdistetty toisiinsa Nietzschen kirjoittamien stoalaisia kommentoivien katkelmien, mutta myös näiden filosofioiden laajemman temaattisen yhteenliitettävyyden vuoksi. Sekä stoalaisten että Nietzschen moraalifilosofisen päättelyn taustalla vaikuttavat samaistavasti naturalismi sekä monet perustavanlaatuiset oletukset luonnosta, ihmisyydestä sekä ihmismielen toiminnasta. Vaikka Nietzsche päätyi poikkeamaan stoalaisesta ajattelusta varsinkin myöhemmässä filosofiassaan, hänen filosofiansa kiistatta otti tästä vaikutteita. Toinen näkökulma on että Nietzsche jatkoi stoalaisten henkilökohtaisen kehityksen filosofian projektia ja käytti tätä inspiraationa kehittämään omaa ainutlaatuista filosofiaansa.

Olen tietien tahtoen syyllistynyt jyrkkiin yliyksinkertaistuksiin ja yhteenvetoihin osoittaakseni ne näkökannat, joiden mukaan stoalaisuus ja Nietzschen filosofia ovat ainakin jossain määrin samankaltaisia. Tämä on oleellista tehdä ennen kuin jatkan vertailemaan näitä filosofioita kriittisesti ja osoittamaan niiden välisiä eroja ja ristiriitoja. Olen tietoisesti pidättäytynyt ottamasta esiin näitä erottavia tekijöitä kirjoitelman aiheen rajauksen vuoksi. Tosiasiassa kaikista esiin ottamistani väitteistä liittyen stoalaisten ja Nietzschen ajattelun samankaltaisuuteen on olemassa myös varteenotettavia vastaesimerkkejä, jotka näyttäisivät puhuvan sen sijaan niiden välisen ristiriitaisuuden puolesta.

Yleisesti ottaen stoalaiset ja Nietzsche ovat liitettävissä yhteen suurpiirteisempien arvojen, kuten naturalismin sekä itseohjautuvuuden, itsenäisen ajattelun ja henkilökohtaisen kehityksen pyrkimysten kohdalla. Siirryttäessä kriittisempään, yksityiskohtaisempaan ja

tarkempaan analyysiin, kuten Mollison on esimerkillään osoittanut, näiden ajattelutapojen väliset erot osoittautuvat niin jyrkiksi ettei niiden välisiä ristiriitoja voi enää kieltää. Kuitenkin erityisesti kannustus itsenäiseen moraaliseen ajatteluun, normatiivinen ohjeistus henkilökohtaisen kehityksen suuntaan ja näiden ylivoimainen merkitys molemmissa filosofioissa säilyy tärkeänä yhteisenä perintönä.

## 6. Stoalaisten ja Nietzschen erot

Tässä kappaleessa käsittelen stoalaisuuden ja Nietzschen filosofian eroja laajemmassa filosofisessa kontekstissa. Olen edellä viitannut useasti Mollisonin tekemään katsaukseen aiheesta (Mollison 2019). Hän vertailee katkelmia näiden filosofien alkuperäisteksteistä ja selittää auki heidän filosofisia konseptejaan, jonka jälkeen hän arvioi niiden johdonmukaisuutta kyseisten filosofien ajattelun laajemman kontekstin kanssa. Minäkin pyrin yksittäisiin katkelmiin uppoutumisen sijasta löytämään toistuvia ajattelumalleja kustakin filosofiasta ja vertailemaan niitä. Mitä useampaan otteeseen kyseinen filosofi on kirjoittanut jostakin teemasta, sitä tärkeämpänä pidän sitä tämän tutkielman kannalta.

Mollisonin mukaan Nietzschen yhdenmukaisuutta stoalaisuuden kanssa on yliarvioitu akateemisessa kirjallisuudessa. Hän väittää, että jopa eniten stoalaisuutta muistuttavat Nietzschen ajatukset kuten moraalinaturalismi ja henkisen omavaraisuuden ihanne ovat keskenään erilaisia. (Mollison 2019, 109, 111-112.) Vaikka Nietzsche onkin ottanut vaikutteita stoalaisilta, hän on muokannut filosofiaansa heistä toiseen suuntaan.

Historiallinen konteksti on jälleen syytä ottaa huomioon. Stoalaisuuden kukoistusaikana kristinusko oli vasta hitaasti rantautumassa Eurooppaan, ja esimerkiksi Roomassa kristittyjä vainottiin (Aurelius 8)<sup>14</sup>. Jälkeenpäin stoalainen ajattelu on kuitenkin samaistettu kristilliseen ajatteluun ja jopa vaikuttanut sen kehitykseen kirkon toimesta (Seneca XVIII; Epiktetos 11). Nietzsche taas tunnetusti kritisoi ja halveksui kristillisen kirkon ajattelumalleja (esim. *TI V §3*; *WP §195, §342*), pitäen sen harjoittamaa järjestäytyntä uskontoa malliesimerkkeinä orjamoraalista (Foot 2002, 81-83). Myöhemmässä tuotannossaan hän syyttää stoalaisuutta

---

<sup>14</sup> Kyseessä tässä poikkeuksellisesti sivunumero, sillä viite on osa Eino Sormusen alkupuhetta.

samankaltaisesta mielenheikkoudesta ja yhdisti sen myös kristilliseen ajatteluun (Mollison 2019, 96-97, 100; *BGE* §44; *KSA* 9:15[55]; *WP* §427).

Käsittelen ensin stoalaisten ja Nietzschen metaeettisiä näkemyksiä. Toisessa alakappaleessa siirryn esittelemään henkilökohtaiseen kehitykseen liittyviä teemoja, joista tarkastelemillani filosofeilla on merkittäväällä tavalla eriäviä käsityksiä. Lopuksi tiivistän havaitsemani olennaisimmat erot yhteenvedossa. Tavoitteenani on ollut osoittaa ja koota aiheeni kannalta olennaisimmat ristiriidat näiden ajattelutapojen välillä.

### 6.1. Metaetiikka

Metaetiikka tutkii moraalitermien merkitystä ja moraalisten tosiasioiden olemassaoloa. Olen aiemmin tässä tutkielmassa pohtinut kehitykseen liittyvää kielenkäyttöä. Tässä vaiheessa kiinnitän huomioni stoalaisten ja Nietzschen käyttämään termistöön sekä heidän ajatuksiinsa siitä, mitä moraalista voidaan tietää. Tavoitteeni on esitellä niitä moraalifilosofisia lähtökohtia, joista nämä filosofit lähtivät rakentamaan hyvän ihmisyyden ja ihmisenä kasvamisen näkemyksiään.

Hyve on stoalaisen moraalifilosofian perustavanlaatuisen ydin. Stoalaiset kuvailevat arvojaan sekä hyveitään selkeästi ja tarkasti, objektiivisen totuuden ja havaittavissa olevan ominaisuuden tavoin. Esimerkiksi Aurelius tiivistää hyvän olevan ainoastaan sitä mikä tekee ihmisen ”oikeudenmukaiseksi, viisaaksi, miehekkääksi ja sisäisesti vapaaksi”, ja pahan ainoastaan sitä mikä ”saa aikaan päinvastaista” (Aurelius 8.1). Heille hyve on ensisijaisesti rationaalisuutta ja sen mukaisesti toimimista (Mollison 2019, 111). Stoalaisen käsityksen mukaan luonto on rationaalinen. Ihminen toimii luonnonmukaisesti ja siis hyvin kun hän toteuttaa tätä luonnon sanelemaa, sille ja myös ihmisyydelle ominaista rationaalisuutta. Stoalaiset väittävät hyveen olevan ainoa hyvä, ja sen olevan täysin itsenäinen ulkoisista tekijöistä. Ainoa pahuus on epärationaalisuutta, mikä toimii kaikkien väärin halujen ja tekojen taustatekijänä. Kaikki järjellisen hallintamme ulkopuolinen on moraaliselta arvoltaan merkityksetöntä. (Mollison 2019, 95-96.)

Nietzschele henkinen omavaraisuus taas toimii arvona, koska se mahdollistaa muiden arvojen kriittisen tarkastelun sekä uusien arvojen luomisen (Mollison 2019, 102). Nietzsche suhtautui moraalifilosofiaan, erityisesti moralistiseen sävyyn kirjoitettuun sellaiseen erittäin

kyynisesti. Nietzsche piti moraalialue antinaturalistisena ja luonnonvastaisena (*TI V*)<sup>15</sup>, ja tuomitsi moraalikäsitteiden projisoimisen luontoon (*BGE §9*). Nietzsche keskitti kritiikkinsä lähinnä yrityksiin yleistää moraalit objektiivisiksi ja universaaleiksi säännöiksi (*WP §315, HH 314*)<sup>16</sup>. Tämä on omiaan selittämään miksi hän kääntyi myös stoalaisuutta vastaan, he kun pitivät filosofiansa universaaliutta ylpeydenaiheena. Nietzsche kielsi hyvän, pahan ja moraalisten tosiasioiden olemassaolon (*D §210; TI VII §1*). (Mollison 2019, 98-101.)

Foot on tulkinnut useaan otteeseen Nietzschen metaeettisiä kantoja. Vuonna 1958 julkaistussa esseessään “Moral Arguments” (suom. *Moraaliset perustelut*) hän kirjoittaa seuraavasti:

Jos sellaista moraalijärjestelmää minkä Nietzsche kehitti ei tunnusteta moraalijärjestelmäksi lainkaan, olemme erehtyneet kriteeristä. Se tosiasia, että Nietzsche oli moraaliteoreetikko, ei kuitenkaan puolla teoriaa, jonka mukaan moraalit kriteerit ovat yksityisasia. Nietzsche tosin sanoi, että “haluat vähentää kärsimystä; minä haluan nimenomaan lisätä sitä”, mutta hän ei sanonut *vain* tätä. Hän ei tarjonnut todistusaineistona väitteelleen sitä, että kärsimyksellä on taipumus tuottaa hajamielisyyttä tai juonteita kasvoihin. Tunnistamme Nietzschen moraaliteoreetikoksi, koska hän pyrki yhdistämään kärsimyksen lisäämisen sellaisiin asioihin kuin voimaan, joka voittaa heikkouden, ja yksilöllisyyteen, joka voittaa yhdenmukaistumiseen pyrkivän käyttäytymisen. Sen, että vahvuus on hyvä asia, voi kieltää vain henkilö, joka pystyy osoittamaan, että vahva ihminen kurkottaa liian korkealle tai jollakin muulla tavalla haittaa muita ihmisiä. Se, että yksilöllisyys on hyvä asia, on jotakin joka täytyy osoittaa, mutta tietystä miehestä yhdistämme sen alkuperäisyyteen ja ylpeyteen, ja näin ollen on helppo pitää Nietzscheä moraalialueajattelijana hänen vedotessaan näihin asioihin. (Foot 2010, 228.)

Tulkitsen tämän niin, että hyvän ja pahan pohtimisen sijasta Foot näkee perimmäisenä moraalifilosofiana eräänlaisen yleviä arvoja (kuten voima, yksilöllisyys, alkuperäisyys ja ylpeys) korostavan hyve-etiikkaa muistuttavan moraalihierarkian. Kuitenkin vuonna 1973 julkaistussa

<sup>15</sup> Viittaan tässä koko kappaleeseen nimeltä *Moraali luonnonvastaisuutena*.

<sup>16</sup> Huom. käytän teokseen *HH* viitatessani sivunumeroita sen monimutkaisemmasta kappalerakenteesta johtuen.

esseessä “Nietzsche: The Revaluation of Values” hän vaikuttaa muuttaneen kantaansa. Siinä Foot kirjoittaa Nietzschen pitäneen itseään jopa immoralistina (Foot 2002, 90) ja yhtyy tähän todetessaan tämän ajattelun muistuttavan enemmän immoralismia kuin jotakin erikoislaatuista moralismia, sekä väittää tämän arvomaailman olevan lähempänä esteettisiä arvoja kuin moraalisia sellaisia (Foot 2002, 92). Esseestä käy ilmi, että hän on muodostanut tämän näkemyksen analysoimalla Nietzschen arvomaailmaa koskevaa kielenkäyttöä. Nietzsche yhdistää immoraalisuuden vahvuuteen, kehitykseen ja luonnonmukaisuuteen seuraavassa katkelmassa:

Ihmisestä tulee syvällisempi, epäluuloisempi, “immoraalimpi”, vahvempi, itsevarmempi – ja siten “*luonnollisempi*” – se on “kehitystä” (*WP* §123)<sup>17</sup>.

Nietzsche kuitenkin välillä käyttää termejä kuten hyvä ja paha, mutta usein pyrkiessään muuntamaan ajatteluamme näistä konsepteista. Esimerkiksi katkelmassa *A* §2 hän pyrkii siirtämään käsityksemme hyvästä vallantahdon käsitteeseen. Yksi mahdollisuus tulkita tätä ristiriitaa on ymmärtää Nietzschen vaikeasti tulkittavan tavan kirjoittaa ja ilmaista arvioivia mielipiteitä olevan tarkoituksenmukaista, koska hän haluaa irrottaa teksteistään moraalin ja moraalikeskustelulle ominaisen kielenkäytön. Näin tehdessään hän pyrkii nousemaan moraalin yläpuolelle, *hyvän ja pahan tuolle puolen*<sup>18</sup>.

Väitän, että voimme tarkastella Nietzschen filosofiaa moraalifilosofiana ja myös metaeettisenä suuntana käyttäen etiikan termejä, sillä näen myös moraalinvastaisuuden olevan normatiivista ja siksi moraalifilosofian piiriin kuuluvaa. Nietzsche puhui uusien arvojen luomisesta, mikä kertoo hänen kielteisyydestään perinteistä moraalifilosofiaa kohtaan, muttei kuitenkaan kaikkien arvojen vastaisuudesta tai nihilismistä. Hän on lähinnä pyrkinyt eroon nihilismistä juuri tällä uusien arvojen luomisen tavoitteellaan (ks. Reginster 2006), vaikka sen lähtökohtana onkin toteamus, ettei millään ole todellista sisäistä arvoa sinänsä (*GS* §301; Hussain 2007, 159). Annamme asioille näiden arvon itse. Nietzscheille tämä arvojen muutos tapahtuu suhteessa voiman lisääntymiseen niitä itselleen asettavassa yksilössä (*WP* §14, §123; *A*

<sup>17</sup> Käännös on omani.

<sup>18</sup> Nietzschen teos *BGE* (suom. *Hyvän ja pahan tuolla puolen: erään tulevaisuuden filosofian alkunäytös*) on nimenomaan tällainen pyrkimys luoda uusia arvoja perinteisen moraalin hajoamisen jälkeen.

§2; Hussain 2007, 176). Esimerkiksi tässä katkelmassa Nietzsche perustelee kaiken hyveen olevan palautettavissa vallantahtoon:

Myötätunto ja rakkaus ihmisyyttä kohtaan on seksuaalisen vaiston kehitystulos, oikeudenmukaisuus kostonhimon kehitystulos. Hyve on vastustamisen nautintoa, vallantahtoa; kunnia on vertaistensa ja vallassaan samanarvoistensa tunnistamista. [...] Kaikki hyveet ovat fysiologisia *tiloja*, erityisesti ne ovat elimellisiä toimintoja jotka koetaan tarpeellisiksi ja hyväiksi. Kaikki hyveet todella ovat hienostuneita *tunteita* ja yleviä tiloja. (*WP* §255.)<sup>19</sup>

Tämän valossa Hussainilla on varteenotettava kanta, että Nietzschen vallantahto on metaetiikassa luokiteltavissa reduktiiviseksi realismiksi. Nietzsche väittää ei pelkästään että hyvä on voimaa, vaan myös että olla hyvä on olla voimakas. Footin tavoin Hussain ehdottaa esteettistä lähestymistapaa. Esimerkiksi kauneus voisi olla tällainen yli-ihmisen uusi arvo, koska kauneus tarkoittaa tarkoituksenmukaisesti tarkastelluksi tulemistä ja siten lisää vallantunnetta. Tämä ei kuitenkaan poista sitä tulkinnallista haastetta, että Nietzsche on myös kirjoittanut ettei millään ole itseisarvoa (Hussain 2007, 177.) Nietzschen uusi hyveen määritelmä olisi siis *se mikä palvelee voiman arvoa*. Näyttää siltä, että voiman- tai vallantunne on Nietzschelle niin tärkeä arvo, että se on *tavoiteltavaa itsessään*, siis itseisarvo. Hussain ehdottaa tapaa ymmärtää Nietzschen ristiriitaisuutta pääättelemällä että vapaan ajattelijan on tarkasteltava asioita kuin niillä olisi arvoa sinänsä, samalla tietäen ettei millään todellisuudessa ole tällaista arvoa (Hussain 2007, 178). Tällöin hyve-etiikka olisi väline elämän edistämiseksi. Tätä tukee Nietzsche itsensä toteamukset kuinka on kyse siitä, mikä on elämää ylläpitävää ja sitä edistävää (*BGE* §4), kuinka hyvällä ja pahalla on merkitystä ainoastaan suhteessa ihmisiin ja että ne ovat muuten täysin tarkoituksettomia (*HH* 38). Hän jopa tuomitsee kaikki ideaalit vaarallisina, sillä ne halventavat ja leimaavat todellisuutta, mutta lisää niiden olevan välttämättömiä tilapäisinä parannuskeinoina (*WP* §223). Nietzsche kirjoittaa tähän liittyen harvinaisen selkeästi:

Vastaus: nämä pienet asiat – ravinto, paikka, ilmasto, virkistäytyminen, koko itsekkyyden kasuistiikka – ovat suunnattoman paljon tärkeämpiä kuin kaikki se, mitä tähän saakka on

---

<sup>19</sup> Käännös on omani.

pidetty tärkeänä. Juuri tässä täytyy alkaa *oppia uudelleen*. Ihmiskunnan tähän asti vakavasti pohtimat asiat eivät ole mitään realiteetteja, vaan kuvitelmia, ankarammin sanottuna sairaiden, syvimmissä mielessä vahingollisten luontojen huonoista vaistoista peräisin olevia *valheita* – kaikki sentapaiset käsitteet kuin “Jumala”, “sielu”, “hyve”, “synti”, “tuonpuoleinen”, “totuus”, “ikuinen elämä”... Kuitenkin niistä on etsitty ihmisluonnon suuruutta, sen “jumalallisuutta”... Kaikki politiikan, yhteiskuntajärjestyksen ja kasvatuksen kysymykset on väärennetty pohjiaan myöten siten, että vahingollisimpia ihmisiä on pidetty suurina ihmisinä –, että on opetettu halveksumaan “pieniä” asioita, mikä tahtoo sanoa: elämän perusasioita... (EH II. §10.)

Olen käsitellyt Nietzscheä tässä kappaleessa huomattavasti enemmän kuin stoalaisia, sillä hänen metaeettisestä sijoittumisestaan on niin paljon erimielisyyksiä ja tulkintaeroja. Stoalaisuuden suhteen ollaan filosofiantutkimuksen piirissä hyvin yksimielisiä. Erityisen merkittävä syy tälle on varmasti stoalaiskirjallisuuden helppolukuisuus ja sen tulkinnan yksiselitteisyys. Olen nyt osoittanut stoalaisten ja Nietzschen metaeettisiä eroja. Tiivistettynä stoalaisuus on hyve-eettistä pro-moralismia kun taas Nietzschen filosofia on monessa mielessä antimoralismia, vaikka se sisältääkin paljon arvoarvostelmia ja väitteitä moraalista.

Metaeettiset näkemykset eivät kuitenkaan välttämättä näy ihmisestä käytännössä ulospäin. Ihminen voi esimerkiksi käyttäytyä näennäisesti jonkin moraalisaännön mukaan ilman minkäänlaista moraalista syytä tai perustelua tälle käytökselle. Seuraavaksi siirryn tarkastelemaan stoalaisten ja Nietzschen eriäviä näkemyksiä mitä tulee henkilökohtaiseen kasvuun sekä sen edellyttämiin tavoitteisiin ja prosesseihin. Jaan nämä teemat tavoite-etiikan ja prosessietiikan kappaleisiin. Aloitan tavoite-eettisestä lähestymistavasta keskustelemalla ihmisihanteista tarkastelemieni filosofioiden välisten erojen näkökulmasta.

## 6.2. Ihmisihanteet: millaiseksi pyrkiä tulemaan

Tässä vaiheessa olen jo käynyt läpi joitakin stoalaisten ja Nietzschen ihmisihanteiden taustalla vaikuttavia tekijöitä. Nyt niiden välisiin eroihin keskittyessä on syytä kerrata hieman. Stoalaiset uskoivat ihmisen perimmäisen tarkoituksen olevan rationaalisuuden hyveen toteuttaminen, ja heidän filosofiansa kannustikin näiden rationaalisten ominaisuuksien kehittämiseen. Tässä

alakappaleessa tarkastelen näitä ominaisuuksia käytännöllisemmin. Nietzschen ihmisluonnon ihanne on erilainen, koska myös hänen näkemyksensä ihmisluonnosta tekee pesäeroa stoalaiseen. Pyrin tässä alakappaleessa hänenkin kohdallaan esittelemään mahdollisimman selkeitä toistuvia vastauksia “mitä” -kysymykseen hyvän ihmisen ominaisuuksista.

### 6.2.1. Ominaisuudet ja luonteenpiirteet

Stoalaisuudessa korostuu ihanne luonteenpiirteistä kuten hillittyys (Aurelius 9.7; Seneca 103, 124, 142, 204, 218, 270, 273, 305, 306), nöyryys (Aurelius 5.5, 6.30) sekä rauhallisuus ja vähäeleisyys (Aurelius 7.75, 12.3, 12.22; Seneca 69-70, 220). Nietzschen teksteissä taas toistuu voimakkuuden (Z 63, 214, 331, 352; BGE §29, §257; WP §123), mahtavuuden (Z 59, 210; BGE §260), ylpeyden (Z 46, 110, 300, 324; BGE §260, §284) ja kunnianhimon (Z 63; BGE §271) ihanteet. Nietzsche kirjoittaa ihannoivasti aktiivisesta luonteenlaadusta:

Minulle ovat oikeastaan vastenmielisiä kaikki ne, jotka sanovat: “Älä tee tätä! Kieltäydy! Voita itsesi!” – kun taas minua miellyttävät ne moraalit, jotka kannustavat tekemään jotakin ja tekemään jälleen ja aamusta iltaan sekä yön aikana näkemään siitä unta ja olemaan ajattelematta mitään muuta kuin: *minä* yksin kykenen sen tekemään! Joka elää näin, siitä putoaa jatkuvasti pois yhtä ja toista, mikä ei kuulu sellaiseen elämään [...] minä en pidä mistään negatiivisista hyveistä – hyveistä, joiden olemuksena on itse kielto ja kieltämys. (GS §304.)

Stoalaisuus taas sisältää paljon tällaisia kieltoja ja negaatioita (Aurelius 3.4, 3.7; Seneca 230, 265, 300). Nietzschen elämänmyönteinen ihmisihanne saa hänet eritoten hyökkäämään stoalaista olemusta vastaan:

Epiktetolainen ihminen ei taatusti olisi niiden mieleen, jotka nyt pyrkivät ihanteeseen. Hänen olemuksensa alituinen kireys, sisään kääntynyt uupumaton katse, hänen silmänsä, jos se joskus kääntyy ulkomaailman puoleen, umpimielisyys, varovaisuus, seurustelunhaluttomuus; saati vaitonaisuus tai lyhytsanaisuus: ankarimman urhoollisuuden kaikki tuntomerkit, – mitä tuo kaikki olisi meidän idealisteillemme, jotka

himoitsevat ennen kaikkea *ekspansiota!* Sitä paitsi hän ei ole fanaattinen, hän vihaa meidän idealistiemme näyttille-asettumista ja rehentelyä: hänen kopeutensa, niin suuri kuin se on, ei tahdo silti häiritä toisia, hän hyväksyy erinäisen lempeän lähestymistavan eikä tahtoisi pilata kenenkään hyvää tuulta, – niin, hän voi hymyillä! [...] Epiktetos oli orja: hänen ihanneihmisensä on vailla asemaa ja mahdollinen kaikissa asemissa, mutta ennen kaikkea häntä on etsittävä syvistä, alhaisista massoista, joiden keskellä hän vaeltaa vaisuna, itseriittoisena yleisessä orjuudessa, varjelee itseään ulkomaailmalta ja elää jatkuvasti korkeimman urhoollisuuden tilassa. (*D* §546.)

En halua käyttää toisten – tässä tapauksessa Nietzschen – kritiikkiä määrittämään stoalaisuutta, enkä halua keskittyä Nietzschen negatiivisiin kommentteihin ylipäänsä. Stoalaisia arvoja ja hyveitä kohtaan niitä löytyy paljon. Tässä katkelmassa hän kuitenkin kuvailee myös omia ideaalejaan sen kautta, mitä epiktetolainen ihminen *ei* ole: fanaattinen, näyttille-asettuva ja rehentelävä – tällaisia ovat Nietzschen *idealistit*. He “himoitsevat ekspansiota”, minkä tulkitsen tarkoittavan jonkinlaista itsensä ulkopuolelle kurottautumista tai laajentumista, positiivista omien rajojensa venyttämistä tai rikkomista. Tällainen kunnianhimo taas ei selvästi kuulu stoalaisiin hyveisiin, vaan aiheuttaa stoalaisissa paheksuntaa (Aurelius 6.51, 7.34, 8.8; Seneca 230, 296). Nietzsche taas pitää monia stoalaistenkin hyveinä pitämiä ominaisuuksia keskinkertaisuutena (*Z* 186), jopa pelkuruutena (*Z* 187).

### 6.2.2. Tunne-elämä

Toinen merkittävä erojen kategoria stoalaisten ja Nietzschen tavoite-eettisten ideaalien välillä liittyy tunne-elämään ja haluihin. Erityisesti mielenrauhan, kärsimyksen sekä aistillisten ja materiaalistien halujen teemat erottavat näitä filosofioita toisistaan. Stoalaiset korostivat mielenrauhaa ja tyytyväisyyttä moraalisenä hyvänä (Aurelius 6.43, 8.45, 9.6, 10.14, 11.20, 12.1, 12.22; Seneca 69-70, 80, 220, 227). Nietzsche taas väheksyi näiden merkitystä (*Z* 45, 210-211, 324; *WP* §294). Hän kirjoittaa negatiiviseen sävyyn niistä, jotka tyytyvät kaikkeen:

Vihaksi aivan on sille ja inhoksi se, ken ei milloinkaan tahdo puoltaa itseään, ken nielee myrkyllisen syljen ja pahat katseet, tuo liian-kärsivällinen, kaiken-sietäjä, kaikkeentyytyväinen: se nimittäin on orjien tapa (Z 211).

Olen hyvin vastahakoinen tätä [stoalaista ajattelua] kohtaan; se aliarvioi tuskan merkityksen (vaikka se on aivan yhtä hyödyllistä kuin mielihyvä), sekä intohimon arvon. Sen on lopulta pakko todeta: kaikki mikä kohdalleni osuu on oikein; en tahdo mitään muuta. \_ [Stoalainen] ei enää voita ahdinkoan, sillä hän on tappanut itsestään sen herkkyyden, jota ahdingon kokemiseen tarvitaan. Hän ilmaisee tätä uskonnollisesti, kuin täydellisenä yhdenmukaisuutena kaikkien jumalallisten tapahtumien kanssa (kuten on esim. Epiktetoksen laita). (KSA 9:15[55].)

Mitä tulee haluamisen tematiikkaan, stoalaisille hyveellisyyden mahdollistava henkinen vapaus merkitsee halujen, erityisesti materiaalisia ja aistillisia asioita kohtaan, hillitsemistä ja jopa poistamista (Aurelius 3.4, 3.6; Seneca 137, 166-167, 273, 305, 306, 315-316). Nietzsche ilmaisee mielipiteensä tästä stoalaisesta ajattelusta:

Mitä ovatkaan moraalinsaarnaajat haaveilleet pahojen ihmisten sisäisestä “kurjuudesta”! Mitä he ovatkaan meille *valehdelleet* varsinkin intohimoisten ihmisten onnettomuudesta! – niin, “valehdelleet” on tässä sana paikallaan: he ovat varsin hyvin tienneet, kuinka ylenmäärin onnellisia nämä ihmiset ovat, mutta eivät ole siitä hiiskahtaneetkaan, koska se olisi kumonnut heidän teoriansa, jonka mukaan onni aina syntyy siten, että intohimo tuhotaan ja tahto mykistetään! Ja mitä vihdoin tulee kaikkien näiden sielunlääkärien reseptiin ja heidän suosittelemaansa kovaan radikaaliseen parannuskeinoon, on lupa kysyä: onko tämä meidän elämämme todella niin tuskallinen ja vaikea, että kannattaa se vaihtaa stoalaiseen elämäntapaan ja kivettymiseen? Me emme voi *riittävän huonosti*, jotta meidän täytyisi voida huonosti stoalaiseen tapaan! (GS §326.)

Nietzsche näkee haluamisen olevan toivottu, elämää edistävä tila. Hänelle haluaminen on aina *jonkin* haluamista, ja siten tavoitteellista (WP §668). Nietzsche jopa sanoo tahtomisen olevan vapauttavaa (Z 90). Materiaalisten asioiden haluamisesta hän kirjoittaa seuraavasti:

[...] hyvin toimeentulevat ovat yhtä uskoessaan että “on omistettava jotakin *ollakseen* jotakin”. Tämä on vaistoista vanhin ja tervehenkisin: lisätäkseen, “on haluttava enemmän *tullakseen* enemmäksi”. Sillä tämä on elämän itsensä julistama oppi kaikelle elävälle: kehityksen moraaliksi. Omistaa ja haluta omistaa lisää, sanalla sanoen, kasvu – sitä on elämä itsessään. (*WP* §125.)<sup>20</sup>

Nietzschen filosofia kannustaa myös menemään kärsimystä kohti kasvun nimissä (*GS* §3; *Z* 90-91). Hänelle kyky kärsiä tuskaa ja jopa vapaaehtoisesti lisätä sen määrää on ihailtavaa (*KSA* 9, 12[140, 141], 600). Nietzscheille tyytyväisyys on lähinnä merkki pysähtyneisyydestä eli siitä, että kasvua ei tapahdu. Nietzschen tekstien valossa hänen näkemyksensä ihmisen tunne-elämän terveydestä on se, että hän uskaltaa kokea ja tuntea elämän kaikessa kaikkeudessaan, syrjimättä mitään kokemuksia tai pitämään mielihyvää arvokkaampana kuin kärsimystä. Mollisonin tulkinnan mukaan Nietzsche pitää erilaisia tunteita arvossa sen mukaan miten ne palvelevat jotakin päämäärää, kun taas stoalaiset pitävät sekä intohimoja että kärsimystä jonakin mikä on pidettävä täysin loitolla (Mollison 2019, 105).

### 6.2.3. Yhteenveto: tavoite-eettiset ideaalit

Olen tässä kohdassa maininnut vain muutaman huomaamistani toistuvista eroista stoalaisten ja Nietzschen välillä mitä tulee heidän ihanteellisen ihmisen ideaaleihinsa. Niiden kaikkien esitleminen tässä työssä olisi turhan pitkällistä. Vaikka tarkastelemieni ajattelijoiden ideaalit eroavatkin toisistaan, ihmisenä kasvamisen prosessiin voi kuitenkin heidän mukaansa olla hyödyllistä asennoitua pitäen mielessään tavoitteen siitä, miksi haluaa tulla. Epiktetos kirjoittaa:

Sano ensin itsellesi, mikä haluat olla, ja toimi sitten kaikessa sen mukaan. [...] Ellemme kaikessa toiminnassamme pidä silmällä tiettyä päämäärää, toimimme umpimähkään. Jos taas tähtäämme väärään päämäärään, toimimme virheellisesti. (Epiktetos 137.)

Samaan tapaan Nietzsche kirjoittaa:

---

<sup>20</sup>Käännös on omani.

Kysymys siitä, mikä ihmisen vapauttaisi olennoiden järjestysjaksosta, ei ole se problemi, jonka tässä esitän (– ihminen on lopputulos –): vaan mitä ihmistyyppiä tulee kasvattaa, tulee tahtoa korkeampiarvoisena, elämän-ansaitsevampana, tulevaisuudesta tietoisempaa tyyppinä. Tämä korkeampiarvoinen tyyppi on jo usein kyllä ollut olemassa: mutta onnensattumana, poikkeuksena, ei milloinkaan tarkoitettuna. Pikemmin on häntä juuri enin peljätty, hän on tähän saakka ollut miltei kammotus; – ja tämän kammon pohjalla toivottiin, kasvatettiin, saavutettiin päinvastainen tyyppi: kotieläin, laumaeläin, sairas eläin ihminen, – kristitty... (A §3.)

Tämä katkelma kuitenkin kannustaa ajattelemaan, että jos korkeampi ihminen on aiemminkin saavutettu ilman sensuuntaista tarkoitusta, ehkei siihen tulisi edes pyrkiä. Mahdollisesti Nietzsche vain tarkoittaa tällä kannustaa olemaan seuraamatta moraalikasvatusta – tai mahdollisesti sen sijaan seuraamaan jotakin hyvin erityylistä kasvatusta kuin perinteinen moraalioppi. Tähän kehitykseen voi suhtautua myös lähtien prosesseista, joita haluaa toteuttaa.

### 6.3. Ihmisenä kasvaminen: miten kehittää itseään

Tässä kappaleessa keskityn samalla lailla stoalaisten ja Nietzschen prosessieettisiin ohjeisiin kuin edellisessä tavoite-eettisiin ohjeisiin. Jos lähdetään siitä oletuksesta, että ihmisihanteita ei voida täydellisesti saavuttaa, silloin kehityksen suunnan lisäksi myös sen prosessin laadun merkitys korostuu. Ihmisenä kasvamisen filosofia terapeuttisena käytäntönä on myös iso osa tätä teemaa, mutta käsittelen sitä seitsemännessä kappaleessa. Keskustelen tarkastelemieni filosofien näkemyseroista mitä tulee tekemiseen ja aktiivisuuden suuntaamiseen. Vertailun kohteena ovat siis tällä kertaa vastaukset “miten” -kysymykseen ihmisen kehityksen prosessista.

#### 6.3.1. Kehollisuus ja hyve

Nietzschen käsitys ihmislunnosta ja siten myös ihmisihanteesta pohjautuu suurelta osin psykofysiologisiin prosesseihin. Nietzsche korostaa huomattavasti stoalaisia enemmän tätä kehollista puolta filosofiassaan. Stoalaisille ruumiillisuus on lähinnä jotain mikä rationaalisen

mielen tulee voittaa ja ottaa haltuunsa (Aurelius 3.4, 3.6, 5.26, 10.38; Epiktetos 33). Nietzschen elämänmyönteisen voiman arvo taas ei edellytä mielen ja ruumiin kahtiajakoa. Hänen mukaansa vallantahto asuu sekä mielessä että ruumiissa ja myös ruumiin palveleminen on elämänvoiman ruokkimista (*Z* 30-31; *WP* §255, §1013, §1014).

Stoalaiset puolestaan eivät mainitse missään vaiheessa, että he näkisivät kehon rationaalisen toimijana. Sen sijaan se näyttäytyy eläimellisempänä, alkukantaisempana toimijana (Aurelius 3.16). Jopa Senecan katkelma johon viittasin kappaleessa “Esimerkki: Seneca ja Nietzsche”, antaa vaikutelman mielestä ensisijaisena määrittäjänä yhteydessä ruumiiseen, sekä mielestä ja ruumiista selkeän erillisinä – vaikkei täysin itsenäisinä – kokonaisuuksina (ks. Seneca 314, myös 146, 149-150). Aurelius sanoo sielun voivan säilyttää rauhansa ja hyvyytensä ruumiillisesta pahoinvoinnista huolimatta (Aurelius 9.41). Nietzsche taas pitää harhaluuloisuutena ajatusta, että “kaunis sielu” voisi elää sairaalloisessa ruumissa (*WP* §226). Hän kirjoittaa aiheesta omakohtaisen kokemuksensa kautta sairauden kanssa elettyään:

Filosofi, joka on kulkenut ja kulkee yhä monien terveyksien kautta, on kulkenut myös yhtä monien filosofiain kautta: hän ei *voi* olla siirtämättä omaa tilaansa joka kerta kaikkein henkisimpään muotoon ja kaukaisuuteen, – tämä transfiguraation taide se juuri on filosofiaa. Me filosofit emme saa erottaa toisistaan sielua ja ruumista, niinkuin kansa ne erottaa, ja vielä vähemmän meillä on lupaa erottaa toisistaan sielu ja henki. (*GS* §3.)<sup>21</sup>

Nietzschele siis filosofiakin on lähtökohtaisesti kehollista, eikä ajattelua voi kategorisesti erottaa kehollisista tiloista. Stoalaiset väittivät ainoastaan mielen olevan moraalisen tarkastelun kohde (Epiktetos 33, 76, 126, 129), ja ruumiin asioiden jäävän sen ulkopuolelle. Ruumis mainitaan heidän teksteissään lähinnä jonain joka voi itsekurin puutteessa ajaa ihmisen huomion pois järjen hyveistä (Seneca 231). Stoalaisten mukaan siis hyvä ihminen on keskittynyt psyykkiseen tilaansa, mutta Nietzschen ihanteellinen ihminen huomioi ensisijaisesti kehonsa viestit.

---

<sup>21</sup> Katkelma esiintyy kirjan alussa alkulauseessa.

### 6.3.2. Yhteiskuntaan sopeutuminen

Olen jo käynyt läpi sitä, kuinka stoalaisuus pyrki universalisoimaan filosofiaansa. Se on lähtökohtaisesti filosofia, jonka käyttötarkoitus on päteä kaikkiin ja jonka on siksi määrä olla hyödyllistä kenelle tahansa. Käsittelemäni stoalaisfilosofitkin esiintyivät yhteiskunnassa kirjaimellisesti orjasta keisariin. Tässäkin asiassa Nietzschen näkemys on hankalampi. Jos stoalaisuus on inklusiivista, Nietzschen filosofia on monessa mielessä eksklusiivista. Hän kohdistaa filosofiansa omien sanojensa mukaan harvoille valituille, eikä sitä ole tarkoitettu kaikille (*BGE* §43; Foot 2002, 92). Tässäkin Nietzsche tekee jyrkän arvottavan erottelun vahvojen ja heikkojen ihmisten välille (*BGE* §29, §43; *A* §3).

Nietzsche vastustaa ajatusta yhteiskuntamalleista, joissa ihmiset ovat tasa-arvoisia, kuten demokratiassa (Elveton 2004, 195, 202) ja sosialismissa (*WP* §125, §373, §753, §755). Hän on huolissaan ihmisten keskivertaistamisesta (Elveton 2004, 202) ja fantasioi vahvojen ihmisten yhdessä muodostamasta yhteiskunnasta (*Z* 79). Zarathustra, jonka voi tulkita Nietzschen alter egoksi, on viisas hahmo jota enemmistö ei ymmärrä (ks. esim. *Z* 13, 62-65, 322). Sen sijaan hän saa mukaansa yksittäisiä seuraajia, korkeampia ihmisiä, jotka ovat valmiita oppimaan häneltä. Heitä kirjan teksti on osoitettu puhuttelemaan. Näissä teksteissä korostuu kokemus aikaansa edellä olemisesta. Ulkopuolisuus ja erakoituminen on teema Zarathustran lisäksi muissakin Nietzschen teksteissä (*BGE* §44, §212, §262, §271, §284). Yksinkertaistetusti hän siis näki yhteiskuntaan sopeutumattomuuden eräänlaisena merkinä hyveestä, joskin hänen omin termein. Nietzsche yhdistää itsekkyyden olennaisesti ”ylhäisen sielun” periaatteeksi kanssakäymisessä muiden kanssa (*BGE* §265). Itsekkyyks on Nietzschelle yksi väärinymmärretyimmistä ja paheksutuimmista ihmisen ominaisuuksista (*Z* 208), ja hän pitää sitä terveenä vallantahtoon kuuluvana tunteena (*Z* 210).

Stoalaisille yhteiskuntaan sopeutuminen taas on mitta ihmisen luonteen hyvyydelle ja hyveellisyyden tarkoitus (Aurelius 4.28, 7.68, 9.16, 11.20). Aurelius kirjoittaa ettei yksinoloa tulisi kaivata. Hänen mukaansa ihminen ”joka pitää järkeään ja omaatuntoaan ja sen mukaista toimintaa arvokkaimpana [...] pyrkii koko elämänsä ajan antamaan sisäiselle elämälleen suunnan, joka on sopusoinnussa järjen ja yhteiselämän vaatimusten kanssa”. (Aurelius 3.7, myös 11.21.) Yhteiseloon sopivuus on tärkeä hyvän ihmisen tunnusmerkki (Aurelius 3.4, 6.44; Seneca 70). Tällä on tekemistä stoalaisen luontokäsityksen kanssa. Se näkee luonnon järjestelmänä, jossa

jokaisella on tarkoitus (Aurelius 9.9). Se mikä hyödyttää yhteisöä, hyödyttää myös yksilöä (Aurelius 7.74). Aurelius kirjoittaa kuinka “kaikki erillään olevat ja hajaantuneet voimat osoittavat pyrkimystä yhteiseen toimintaan” (Aurelius 4.27, myös Aurelius 6.43). Hän kuvaa tätä kaiken mukaanlukevaa kaikkeuden yhteistyötä seuraavasti:

Kaikki me työskentelemme yhteisen päämäärän hyväksi, toiset tietoisesti ja tarkoituksella, toiset tietämättään. Luulenpa – niinkuin arvelen Herakleitoksen sanoneen – nukkuvienkin olevan osallisia maailmassa tapahtuviin ilmiöihin. Jokainen toimii siten tavallaan, ennenkaikkea sellainen, joka moittii tapahtumia ja yrittää niitä ennakolta estää. Mutta sellaistaikin maailmankaikkeus tarvitsee. Sinun on vain harkittava, kummalle puolelle liityt. (Aurelius 6.42.)

Hänen näkemyksensä yhteiseloon kuulumisesta ja siihen osallistumisesta on siis hyvin päinvastainen Nietzscheen verrattuna:

Niin kuin itse kuulut sosiaaliseen järjestelmään, niin mukautukoon kaikki toimintasi yhteiskunnallisen elämän vaatimuksiin. Ellei sinun jokin toimintasi ole jossakin, joko läheisemmässä tai kaukaisemmassa, suhteessa yhteiseen päämäärään, niin sinun elämäsi menee hajalle eikä voi olla yhdenmukaista muun elämän kanssa, vaan se on kapinoimista, ja sinä olet samanlainen kuin se, joka kansankokouksessa yksinään erimielisyydellään estää yksimielisyyteen päätyksen. (Aurelius 9.23.)

Toki on muistettava, että Aurelius kirjoitti todennäköisesti lähinnä itselleen. Myös hänen asemansa yhteiskunnassa Rooman keisarina oli erityinen. Hänen vaatimuksensa itseään kohtaan mitä tulee yhteiskunnalliseen sopivuuteen ja hyödyllisyyteen ovat hyvin perusteltuja hänen kohdallaan, vaikka hänen kirjoituksillaan on yleisluontoinen ja universalistinen sävy.

### 6.3.3. Yhteenveto: prosessieettiset ideaalit

Olen käsitellyt kehon ja mielen suhdetta sekä yhteiskunnallista toimintaa tässä prosessietiikkaa koskevassa vaiheessa, sillä molemmat näistä teemoista koskevat niitä periaatteita, joita kunkin

filosofian mukaan hyvyyteen pyrkivän ihmisen tulisi seurata. Edellinen niistä on henkilökohtainen, jälkimmäinen taas liittyy yksilön tapoihin suuntautua ulkomaailmaan ja sosiaaliseen elämään. Näistäkään teemoista en ole pyrkinyt luomaan perusteellista selontekoa, vaan tarkoitukseni on ollut tuoda esille olennaisia filosofioiden välisiä eroja, joille olen löytänyt toistuvia todisteita alkuperäisteosten katkelmista.

Sekä stoalaisilta että Nietzscheiltä löytyy itsensä kehittämisen prosessiin liittyviä neuvoja, jotka eivät pidä tärkeimpänä sen päämääriä tai lopputuloksia. Esimerkiksi Aurelius kirjoittaa:

Älä toivo voivasi toteuttaa Platonin ihannevaltiota, vaan ole tyytyväinen, jos olet vähäisessäkin määrässä voinut edistää sen aikaansaamista, äläkä pidä sellaista pientäkään edistysaskelta aivan mitättömänä (Aurelius 9.29).

Samoin Nietzsche kirjoittaa, ettei voittamiselle (engl. *overcoming*) itselleen ole päämäärää, ja että sen päämäärät syntyvät prosessin kautta (*WP* §552; Mollison 2019, 105). Tässä katkelmassa hän kuvailee, kuinka hänelle arvokas teema – terveellisen elinvoiman kasvattaminen, on luonteeltaan prosessimainen:

Terveellisyys ja sairaalloisuus: tässä on oltava varovainen! Standardi on edelleen fyysinen kukoistus, älyllinen vilkkaus, rohkeus ja hyväntuulisuus – mutta myöskin, tottakai, *kuinka paljon sairautta voi sietää ja voittaa* – kuinka paljon sitä voi *muuttaa* terveydeksi. (*WP* §1013.)<sup>22</sup>

Molemmissa katkelmissa toki tulee ilmi päämäärätietoisuus, mutta niissä korostuu pääasiallisesti kehityksen prosessi ja sen laadun tärkeys.

#### 6.4. Yhteenveto: erot

Olen osoittanut mahdollisimman tarkalla, kriittisellä ja syväluotaavalla otteella stoalaisuuden ja Nietzschen filosofian merkittävänä pitämiäni eroja. Olen keskittynyt ihmisen henkilökohtaiseen

---

<sup>22</sup> Suomennos on omani.

kehitykseen ja käynyt läpi miltä kunkin filosofian mukaan näyttää hyvä ihminen ja hyvä toiminta. Nämä teemat ovat sellaisia, jotka ovat olennaisesti sidoksissa itsensä kehittämiseen.

Kävin ensin läpi stoalaisten ja Nietzschen välisiä metaeettisiä eroja, kuten erimielisyyksiä mitä tulee hyvän ja pahan sekä hyveen termeihin. Stoalaiset näkevät hyvän ja pahan löytyvän luonnosta, Nietzsche taas näkee nämä ihmisten luomina projektiiona luontoon. Myös heidän käsityksensä ihmisluonnosta on eri, mikä vaikuttaa olennaisesti heidän moraalinaturalistisiin tulkintoihinsa siitä, millainen luontoon toteuttavan ja siten myös hyvän ihmisen tulee olla. Stoalaiset näkevät ihmisen perimmäisen luonnon olevan rationaalinen, järkevä ja hillitty, kun taas Nietzsche näkee tärkeinä elämän koko kokemusten kirjon niitä arvottomatta.

Stoalaisten ja Nietzschen merkittävimmät mielipide-erot mitä tulee hyvään ihmisyyteen tavoite-eettisestä näkökulmasta liittyvät luonteenpiirteiden, tunteiden sekä halujen arvottamiseen. Stoalaisen näkemyksen mukaan haluaminen on mielenrauhan ja tyytyväisyyden este, kun taas Nietzsche näkee sen olennaisena elämänvoiman ilmenemismuotona. Prosessieettisestä näkökulmasta taas heillä on mielipide-eroja kehon ja mielen yhteyden suhteen. Heillä on myös eriäviä näkemyksiä siitä, miten suhtautua yhteiskuntaan. Stoalaiset kehottavat muovaamaan itseään yhteiskunnallisen yhteensopivuuden suuntaan ja määrittämään itsensä roolinsa kautta, Nietzsche taas pitää massoihin sopeutumista merkinä heikkoudesta ja keskinkertaisuudesta.

Totesin myös että sekä stoalaisten että Nietzschen teksteistä löytyy esimerkkejä tavoite-eettisestä sekä prosessieettisestä ajattelutavasta henkilökohtaisen kasvun normatiivisissa ohjeissa. Molemmat lähestymistavat näyttävät olennaisina ja erottamattomina näille filosofioille. Nyt läpikäytyäni tämän tutkielman kannalta olennaisimmat teemat stoalaisten ja Nietzschen filosofioissa, jatkan seuraavassa kappaleessa keskustelua niiden yhdistämisen mahdollisuuksista.

## 7. Filosofoiden yhdistämisen mahdollisuudet

Kuten olen jo käynyt läpi, stoalaisuus ja Nietzschen filosofia yhdistetään usein toisiinsa, sillä molemmat korostavat yksilöllisyyden, itsekurin ja itsehallinnan ihanteita. Niissä molemmissa ilmenee olennaisena teemana itsensä kehittäminen sekä itsensä muovaaminen tiettyjen ideaalien ja periaatteiden ohjaamana. Tätä itsensä kehittämisen prosessia voi tarkastella terapian

näkökulmasta. Esimerkiksi Uren mukaan Nietzsche pyrki tekemään filosofiastaan terapeutista (Ure 2009, 61). Hän vertailee artikkelissaan stoalaista ja nietzscheläistä terapiaa.

Stoalaisuus on vaikuttanut vahvasti kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan (CBT) (Robertson 2019). Kyseisessä terapiasuuntauksessa korostuu stoalaisen tahdonalaisen järjen hallinnan elementit. Rationaalisen itsetutkiskelun on määrä säädellä tunteita ja lisätä täten yksilön tyytyväisyyttä elämäänsä. Tarkoitus on keskittyä siihen ajatteluun ja toimintaan, joka on ihmisen hallinnan- ja tahdonalaista. Täten hänen mielenterveyensä paranee ja hän pääsee kokemaan ne myönteiset vaikutukset, mitä valinnoilla voi olla elämälle.

Nietzschen filosofian termein tätä voi kutsua vallantunteen kasvattamiseksi. Jung otti paljon vaikutteita Nietzschen filosofiasta erityisesti mitä tulee hänen teoriaansa ihmismielestä kokonaisuutena, jossa vaikuttaa useita eri persoonallisuuden puolia (ks. *BGE* §12, §19). Nämä puolet pyrkivät aktiivisesti sopusointuun ja ovat alati kasvuprosessissa (*GS* §290). Psykodynaaminen terapiasuuntaus pyrkii samoin tavoin integroimaan syväluotaavasti ihmisessä sekä tietoisesti että alitajuisesti vaikuttavia puolia.

Ehdotukseni on, että stoalaisuus ja Nietzschen filosofia voivat elää sopusoinnussa samoin kuin CBT ja psykodynaaminen suuntaus. Molemmat suuntaukset on todettu toimiviksi, ja ne palvelevat erilaisia tarkoituksia. CBT toimii parhaiten kun halutaan saada aikaan nopeaa käytännöllistä muutosta. Psykodynaaminen terapiaprosessi taas kestää yleensä vähintään vuoden. Suomessa Kela myöntää tukea psykodynaamiseen terapiaan enimmillään kolmeksi vuodeksi kerrallaan. Tämä prosessi voi olla kivulias ja potilas voi ajoittain kokea vointinsa huononevan hetkellisesti. Tämän terapiamuodon tarkoitus on kuitenkin saada aikaan pysyvää muutokseen johtavaa henkistä kasvua. Kuten sekä stoalaiset että Nietzsche tunnustavat, kasvu on usein kivuliasta.

Jotkin terapiamuodot ovat hyvistä syistä enemmän järjenkäyttöön ja älylliseen pohdintaan pohjautuvia metodeja, kun taas toiset käyttävät kehollisia menetelmiä. Tämä riippuu paljon esimerkiksi siitä, mistä lähtöisin olevaa häiriötilaa pyritään parantamaan. Stoalaisuus ja Nietzschen filosofia voivat olla eri terapiasuuntausten tavoin työkaluja, joita käytetään eri tilanteissa. Niiden välillä on ristiriitoja, mutta yksilölliset erot vähentävät näiden ristiriitojen välistä dilemmaa. Joku saattaa esimerkiksi tarvita enemmän rohkeutta, kun taas toinen hyötyisi enemmän rationaalisesta itsesäätelystä. Sekä stoalaiset että Nietzsche kannustavat yksilöä

määrittämään itse omat tavoitteensa. Näitä tavoitteita ja keinoja päästä niihin voi olla yhtä monta kuin on ihmisiäkin.

Yhteiskuntaan sopeutumisen teema on kuitenkin erityisen haastava näiden filosofioiden yhdistämisessä. Terapian tavoitteena on usein saada yksilö toimimaan aktiivisesti yhteiskunnassa, ja tämän toteutumisen mahdollisuus on esimerkiksi yksi Kelan terapiatuen saamisen kriteereistä. Yhteiskunnallisessa keskustelussa on vaikea löytää puolta erakoitumiselle tai yhteiskunnallisesta toiminnasta eristäytymiselle, sillä tällainen elämäntapa ei palvele sen tavoitteita. Nietzscheille yhteiskunta on monessa mielessä sairaalloinen, ja hänelle parantumisessa on paljolti kyse yhteiskunnan vaikutuksesta irtautumisesta (Pearson 2010, 143). Nussbaum esittää, että filosofia voi parantaa väärin uskomusten aiheuttamia tauteja, ja että filosofiset argumentit voivat tehdä sielulle samaa mitä lääkärin parannuskeinot ruumiille (Nussbaum 1994 (2), 14). Yhteiskunnan hyvyys on kuitenkin toinen aihepiiri, jota en ole voinut ottaa käsiteltäväksi itsensä kehittämisen tematiikassa tällä kertaa.

## 8. Lopuksi

Tämän tutkielman tavoite on ollut esitellä stoalaisten ja Nietzscheen ajattelun välisiä eroja mitä tulee hyvään ihmisyyteen ja sen kasvattamiseen yksilötasolla. Olen lähestynyt näitä teemoja mahdollisimman käytännöllisellä otteella. Tämä myös tarkoittaa sitä, että olen poissulkenut keskustelusta paljon hienovaraisempia, piileviä filosofisia aiheita. Käsittelemieni filosofien perustelut väitteilleen eivät ole myöskään olleet pääosassa tässä työssä.

Olen asettanut stoalaisfilosofit tarkoituksellisesti mahdollisimman samalle linjalle, sillä tavoitteeni ei ole ollut vertailla heitä keskenään. Mitä tulee Nietzscheen vertaamiseen stoalasiin, olen valikoinut tarkasti käsittelemäni teemat enkä missään nimessä ole läpikäynyt kaikkea mahdollista. Olen kuitenkin mielestäni onnistunut osoittamaan ihmisen henkilökohtaisen kasvun aihepiirin kannalta olennaisia samankaltaisuuksia ja eroja näiden filosofioiden välillä. Olen esitellyt ja perustellut parhaani mukaan seuraavat johtopäätökset:

- a. Stoalaisten ja Nietzscheen ajattelun välillä on sekä samankaltaisuuksia että eroja jotka ovat huomattavia, toistuvia ja filosofisesti merkittäviä.

- b. Molemmissa filosofioissa henkilökohtaisen kehityksen tavoite on normatiivisesti erityisen tärkeässä asemassa.
- c. Kyseisten filosofien luontonäkemykset, ja täten myös näkemykset ihmisluonnosta, vaikuttavat olennaisesti niiden tekemiin normatiivisiin väitteisiin hyvästä ihmisyydestä.
- d. Molempien filosofioiden normatiivisissa ohjeissa korostuvat sekä tavoite- että prosessieettiset lähestymistavat, usein toisistaan määritelmällisesti erottamattomalla tavalla.
- e. Tavoite-etiikka ja prosessietiikka ovat molemmat välttämättömiä itsensä kehittämisen filosofiassa. Ne voivat kuitenkin toimia erottelemaan lähestymistapoja siihen.
- f. Filosofian terapeutin näkökanta auttaa sovittamaan filosofioiden välisiä, muuten vaikeasti ratkaistavia ristiriitoja.

Filosofian terapeutisuus tarjoaa mielenkiintoisia mahdollisuuksia jatkotutkimukselle. Aiheesta ovat kirjoittaneet muiden muassa tässä työssä viittaamani Nussbaum (Nussbaum 1994 (2)), Pearson (Pearson 2010) Robertson (Robertson 2019) sekä Ure (Ure 2009). Filosofisten argumenttien ja normatiivisten väitteiden yhdistäminen filosofisen terapian tavoitteenasetteluun voisi olla erityisen antoisa tutkimuskohde. Aivan toinen tutkimusprojekti olisi testata empiirisesti filosofin toteuttamalla vastaanotolla filosofisella terapialla aikaansaataavaa hyötyä. Tätä voitaisiin mitata esimerkiksi Kelan kuntoutuspsykoterapioissa käytettävän kyselylomake CORE-OM:in avulla, jonka tarkoituksena on havainnollistaa kliinisesti psykopatologisten oireiden esiintyvyyttä potilailla. Filosofiaa terapiana voi psyykkisten sairauksien parantamisen lisäksi lähestyä myös esittelemästäni itsensä kehittämisen tavoitteesta lähtien.

Nietzschen filosofian tulkinta tulee varmasti olemaan jonkinlainen ikuisuusprojekti, jonka parissa filosofian ja kirjallisuuden tutkijat viettävät mielellään aikaa. Hänen filosofiansa on osoittautunut muovautuvan monenlaisiin teorioihin ja käyttötarkoituksiin. Myös stoalaisuuden soveltaminen on edelleen säilyttänyt kiinnostavuutensa ja käyttökelpoisuutensa nykyaikaisessa elämässä ja sen haasteissa. Näistä filosofian klassikoista on tähänkin mennessä tehty oikeutetusti monelaisia tulkintoja. Lopetan Nietzschen sanoihin:

Elämä – se merkitsee meille, että muunnamme alati kaiken, mitä olemme, valoksi ja liekiksi, myös kaiken, mikä meitä kohtaa, me emme *voi* tehdä toisin (GS §3).

## Lähteet

Kirjat ja artikkelit:

- Armstrong, Aurelia (2013), “The Passions, Power, and Practical Philosophy: Spinoza and Nietzsche Contra the Stoics”, *Journal of Nietzsche Studies* 44 (1): 6–24.
- Brobjer, Thomas (2003), “Nietzsche’s Reading of Epictetus”, *Nietzsche-Studien* 32: 429–434.
- Douglas, Thomas (2014), “Enhancing Moral Conformity and Enhancing Moral Worth”, *Neuroethics* 7: 75-91.
- Elveton, R. O. (2004), “Nietzsche’s Stoicism: The Depths are Inside”, teoksessa *Nietzsche and Antiquity: His Reaction and Response to the Classical Tradition*, toim. Paul Bishop, 192–203. Rochester: Camden House.
- Foot, Philippa (2002), “Nietzsche: The Revaluation of Values”, *Virtues and Vices: and other essays in moral philosophy*, 81-95. Oxford: Oxford Academic.
- Foot, Philippa (2010), “Moraaliset perustelut”, suom. Juha Räikkä, teoksessa *Etiikan lukemisto*, toim. Markku Oksanen, Veikko Launis & Seppo Sajama, 217-228. Helsinki: Gaudeamus.
- Harris, John (2011), “Moral enhancement and freedom”, *Bioethics* 25(2): 102–111.
- Hussain, Nadeem J. Z. (2007), “Honest Illusion: Valuing for Nietzsche’s Free Spirits”, teoksessa *Nietzsche and Morality*, toim. Brian Leiter & Neil Sinhababu, 157-191. Oxford: Oxford University Press.
- Leiter, B. (2000), “Nietzsche’s Metaethics: Against the Privilege Readings”, *European Journal of Philosophy* 8: 277-297.
- Mollison, James A. (2019), “Nietzsche contra stoicism: naturalism and value, suffering and *amor fati*”, *Inquiry* 62(1): 93–115.
- Nussbaum, Martha (1994), “Pity and Mercy: Nietzsche’s Stoicism”, teoksessa *Nietzsche, Genealogy, Morality: Essays on Nietzsche’s Genealogy of Morality*, toim. Richard Schacht, 139–167. Berkeley: University of California Press.
- Nussbaum, Martha (1994), *The Therapy of Desire: Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton: Princeton University Press.
- Pearson, Keith Ansell (2010), “For Mortal Souls: Philosophy and Therapeia in Nietzsche’s

*Dawn*”, *Philosophy as Therapeia: Volume 66*, toim. Clare Carlisle & Jonardon Ganeri, 137-163. Cambridge: Cambridge University Press.

Reginster, Bernard (2006), *The Affirmation of Life: Nietzsche on Overcoming Nihilism*. Cambridge: Harvard University Press.

Reginster, Bernard (2007), “The Will to Power and the Ethics of Creativity”, teoksessa *Nietzsche and Morality*, toim. Brian Leiter & Neil Sinhababu, 32-56. Oxford: Oxford University Press.

Robertson, Donald (2019), “The Philosophy of Cognitive-Behavioural Therapy (CBT): Stoic Philosophy as Rational and Cognitive Psychotherapy”. London: Routledge.

Ure, Michael (2009), “Nietzsche’s Free Spirit Trilogy and Stoic Therapy”, *Journal of Nietzsche Studies* 38: 60–84.

Sellars, John (2006), *Stoicism*. New York: Routledge.

Zimmermann, David (2003), “Sour Grapes, Self-Abnegation and Character Building: Non-Responsibility and Responsibility for Self-Induced Preferences”, *The Monist*, vol. 86(2): 220-241.

Internet-lähteet:

Homiak, Marcia, “Moral Character”, *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2019 Edition), toim. Edward N. Zalta, URL: <https://plato.stanford.edu/archives/sum2019/entries/moral-character/>

Pietarinen, Juhani, “Etiikka”, *Ensyklopedia Logos* (03.03.2015), URL: <https://filosofia.fi/fi/ensyklopedia/etiikka>

Stoalaisten teokset:

Aurelius, Marcus, *Itsetutkiskeluja*, suom. Yrjö Raivio, johdannon kirj. Eino Sormunen. Porvoo: WSOY, 1951.

Epiktetos, *Käsikirja ja Keskusteluja*, suom. Marja Itkonen-Kaila. Helsinki: Otava, 1978.

Seneca, Lucius Annaeus, nuor., *Tutkielmia ja kirjeitä*, suom. J. A. Hollo, johdannon kirj. Jussi Tenkku. Porvoo: WSOY, 1964.

Nietzschen teokset:

*A: Antichrist*

*Antikristus*, suom. Aarni Kouta. Helsinki: Delfiini Kirjat, 2011.

*BGE: Beyond Good and Evil*

*Hyvän ja pahan tuolla puolen*, suom. J. A. Hollo. Helsinki: Otava, 2007.

*D: Daybreak*

*Aamurusko*, suom. Risto Korkea-aho. Helsinki: Books on Demand, 2017.

*EH: Ecce Homo*, suom. Antti Kuparinen. Helsinki: Summa, 2002.

*GM: On the Genealogy of Morals*

*Moraalin alkuperästä*, suom. J. A. Hollo. Keuruu: Otava, 2007.

*GS: The Gay Science*

*Iloinen tiede*, suom. J. A. Hollo. Keuruu: Otava, 2009.

*HH: Human, All-Too Human: A Book for Free Spirits*, käänt. Alexander Harvey. The Floating Press, 2013.

*KSA: Kritische Studienausgabe*, 15 vols. toim. Giorgio Colli & Mazzino Montinari. Berlin: de Gruyter, 1999.

*TI: The Twilight of the Idols*

*Epäjumalten hämärä*, suom. Markku Saarinen. Helsinki: Delfiini Kirjat, 2008.

*WP: The Will to Power*, käänt. R. Kevin Hill & Michael A. Scarpitti. St Ives: Penguin, 2017.

*Z: Thus Spoke Zarathustra*

*Näin puhui Zarathustra*, suom. Aarni Kouta. Helsinki: Basam Books, 2018.