

## Karppaaminen ja syömisen kokemuksellisuudet

Tässä artikkelissa yritän vastata siihen, miksi karppaajien (kokemus)tieto pystyy haastamaan massiivisen vastakkaisen lääke- ja terveystieteellisen tiedon niin, että voin syönti ja karppaaminen ovat ainakin hetkellisesti lisääntyneet. Lähtökohtana on ymmärtää syöminen, osin koko ruokakulttuuri ja tietysti karppaaminen kokemuksen kautta välittyneen tiedon avulla.

Syöminenhän liittyy tänä päivänä kokemuksellisesti hyvin moniin kulttuurisiin tilanteisiin ja kulttuurisesti määrittymiin merkitysmaailmiin – on pikaruokakulttuuria yhtä lailla kuin slow food –liikettä, on napostelukulttuuria, seurallista syömistä, kokkailua, kakkuilua, vegetarismia, makkaransyöjiä, grillaajia, savustajia, yrtti-intoilijoita ja lisäainefriikkejä. Ja on anorektikkoja, buliimikkoja, jojottajia ja laihdutusohjeita, dieettejä, XXXL-missejä.

Syöminen – käytän tässä nyt tätä yksinkertaistusta – on elämyksellistä toimintaa niin ruumiillisena nautintona kuin tilanteisiin liittyvänä nautintona, kuten nyt vaikka kokonaisuudessa elokuvat, popcornit ja limu. Toiset syövät suruunsa, toiset iloonsa, mutta useimmat nauttivat mieliruuistaan riippumatta tunnetilastaan. Syöminen on yksi keskeisimmistä nykypäivän elämyksistä.

Syömisen kautta rakentuu myös merkityksellisiä kokemuksia, joissa identifioidumme johonkin ryhmään – kasvissyöjiin, lihansyöjiin, terveellisesti syöviin... tai koemme identiteettillemme tärkeitä käännekohtakokemuksia ravintolaillallisella, hääpöydässä, ystävien kesken ruokailemalla. 'Olemme, mitä syömmе', kertoo hyvin syömisen olevan merkityksellinen kokemus.

Syömisen kautta olemme yhä useammin myös osallisia jossakin ryhmässä – seurallisuus rakentuu syömisen, ja juomisen, muodostamassa viitekehyksessä. Töissä lounastamme tiettyjen henkilöiden kanssa tai kutsumme lounaalle meille tärkeitä ihmisiä. Vapaa-aikana kokoamme yhteen erilaisia yhteisöjä syömisen toimiessa toiminnallisena osana yhteisöllisyyttä. Ja tietyn ruokavalion valinneet ihmiset muodostavat omia 'heimojaan', allergikot osin haluamattakin samaistuvat toisiin ruoka-aineallergisiin.

Syömisestä on myös tullut toimijuuskokemuksia tarjoava kenttä: kokkailu on in, nettikokit ovat suosittuja ja jotkut harrastelijat ovat tehneet ruuanlaitosta ammatin. Hyvää ruuanlaittajaa arvostetaan yhteisössämme yhä enemmän – miksei myös arvostavaa syöjää, joka osaa antaa arvoa hyvälle ruualle.

Kuten huomaatte: syömisellä on tämän päivän kulttuurissa erittäin paljon kokemuksellisia ja merkityksellisiä vaikutuksia ihmisten arkeen ja elämään. Ja, mikä ehkä tärkeintä, en ole vielä lainkaan maininnut syömisen suhdetta terveyteen tai liikunnan harrastamiseen. Tässä voisikin toivoa, että THL:n (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen) asiantuntijat loisivat erittäin hyvät yhteydet uuteen ruokakulttuurin professoriin Johanna, 'Myy', Mäkelään. Syömisen muiden kuin terveysperustaisten funktioiden ymmärtäminen voisi auttaa myös terveysihmisiä omassa työssään.

Tarkennan nyt katseeni kuitenkin juuri karppaukseen eli vähähiilihydraattisen ruokavalion valinneiden ymmärtämiseen kokemuksellisuuksien näkökulmasta. Perustanahan heillä on – käsittääkseni samoin kuin esim. kasvissyöjillä – vankka usko oman ruokavalionsa paremmuudesta ja terveellisyydestä suhteessa ns. ruokaympyrämalliin tai vallitseviin syömistottumuksiin, joissa hiilihydraatit ovat pääosassa ja rasvat sekä proteiinit sivuosissa. Eläinrasvat lähes rikollisen asemassa.

Käytän tässä sanaa paremmuus myös siinä merkityksessä kuin kasvissyöjät sitä käyttävät eli kyse ei ole pelkästään terveellisyydestä, vaan syömiseen liittyy myös ekologisia ja muita filosofisia seikkoja. Vaikka karppaamisen filosofia ei ole käsittäkseni yhtä kehittynyt kuin kasvissyöjien tai vegaanien, niin yritän sitäkin tässä ymmärtää.

### **Syömisen elämyksellisyys 'karppaajan' maailmassa**

Karppausta eli rasva- ja proteiinipitoisten ruokien syömistä voi hyvinkin pitää nostalgisena elämyksenä. Suurin osa yli 50-vuotiaista on tottunut lapsuudessaan ja nuoruudessaan syömään rasvaisia eli lähinnä voilla höystettyjä ruokia. 'Ne olivat hyviä', sanoo meistä moni, 'parempia kuin kasvivasvoilla paistetut ja höystetyt ruuat'.

Absoluuttisesta paremmuudesta ei tietenkään ole kyse, vaan makutottumuksista, joihin on lapsena oppinut ja opetettu. Kiistämättä kokonaan makujen hierarkiaa, joka voi olla kaikesta huolimatta olemassa, vaikka väitetäänkin, 'ettei makuasioista kannata kiistellä'. Joka tapauksessa: karppausruoka, kuten täysliha ja paljon eläinrasvaa on varmasti elämyksellisesti perusteltavissa sillä, että se maistuu hyvältä.

Monet myös väittävät voivansa paremmin. Vatsa toimii ja tuntuu energisemmältä. Tällainen yksilöllinen, ruumiillinen kokemus lienee edellistäkin vahvempi argumentti karppausruuan puolesta. Katsokaapa TV-mainoksia iltaisin: vatsantoimintaa parantavien tuotteiden osuus mainoksista on hämmäntävän suuri. Selvää on, että iso osa ihmisistä kärsii vatsantoimintaongelmista tai ainakin toivoisi vatsansa toimivan 'paremmin'.

Jos karppausruokavalio auttaa tähän jokapäiväiseen vaivaan, niin vaikea on väittää vastaan tieteellisillä argumenteilla. Harva syönee terveellistä ruokaa, joka tekee huonon olon. Elät pidempään, mutta vatsa kipeänä, ei oikein jaksa vakuuttaa ihmistä, jonka täytyy elää täysillä joka ikinen päivän ja yö...

Elämyksellisesti vahva argumentti karppauksen puolesta on itse asiassa negatio: karppaajathan vastustavat makeisia, limsoja ja 'roskaruokaa', koska ne tuottavat vääränlaisia elämyksiä. Tästä terveysvalistajatkin ovat samaa mieltä halutessaan poistaa kouluista karkki- ja limsa-automaatit. Tarve naposteluun vähenee karppaamalla: proteiinit ja rasvat pitävät olon kylläisenä pidempään kuin hiilihydraatit ja paljon pidempään kuin nopeat 'hiilarit', joita 'elämysruuissa' on paljon.

### **Merkitykselliset identiteettikokemukset ja karppaajien argumentaatio**

Edellisestä on hyvä jatkaa, sillä 'parempi olohan' tarkoittaa myös samalla sitä, että on 'parempi ihminen'. Terveystestä on tullut lähes uskonto, koska terveellisten elämäntapojen noudattaminen on tullut yhä vaikeammaksi juuri roskaruuan ja vähentyneiden liikuntavelvollisuuksien takia. Vaatii siis lähes uskonnollista vakaumusta kyetäkseen vastustamaan epäterveellisten elämäntapojen kiusausta.

Uskonnollisuus sisältää tietysti myös lupauksen 'paremmasta elämästä' eli siinäkin mielessä käänne, kääntyminen 'huonosta ja paheellisesta' elämästä parempaan elämään koetaan merkityksellisenä. Kun hiilihydraateista on tehty – varmaan suureksi osaksi oikeasta syystäkin – pahan konkretisoituma, niin se on se 'hyvä vihollinen', jota vastaan kannattaa hyökätä vaikka vähän arveluttavin keinoin. Kun karppaaminen kokemuksellisesti antaa voimantunteen vastustaa karkkeja, limsaa ja muuta ennen niin

hyvältä maistunutta, niin siihen uskotaan. Se toimii ja on totta, päinvastoin kuin dieetit, joissa pyritään vähentämään kokonaisenergian määrää ja lisäämään kokonaisenergian kulutusta.

Kohtuukäyttäminen on tunnetusti vaikeampaa kuin kokonaan lopettaminen; se tiedetään niin tupakan kuin alkoholin osalta. Tai on tietysti niitäkin, jotka kykenevät kohtuukäyttöön – ehkä jopa enemmistö, mutta niille, joille jokin nautintoaine – tässä tapauksessa siis ruokakin – on ongelma, on helpompaa kieltää itseltään kokonaan tuo aine.

Luulen, että aika iso osa karppaamisen filosofisesta puolustamisesta selittyy tällä lähinnä psyykkisellä selityksellä. Kieltämällä itseltään vahingollisen aineen eli hiilihydraatit, perustellaan ehkä tietämättäänkin se, että syödään yhtä lailla vahingollista ainetta eli rasvaa. Kun kaiken lisäksi käy niin, että näin laihtuu, mikä on nykyisen terveysvalistuksen keskeisin tavoite, niin perustellaan tuon mahdollisesti ja tutkitustikin vahingollisen aineksen liiallinen nautinta.

Tässä tultaneenkin ravintotieteilijöiden ja terveysvalistajien argumentaation heikkoon kohtaan. Liikalihavuutta vastaan taisteluun, jossa virallisina keinoina käytetään ruokaympyrää ja säännöllisiä ruokailuaikoja sekä riittävää liikuntaa. Ongelma on se, että suuri(n) osa kansasta ei hyvin ymmärrettävistä syistä kykene vastustamaan liiallista (hiilihydraattien) syömistä eivätkä he liiku riittävästi, että kuluttaisivat energiaa tarpeeksi. Kun sitten tarjotaan psyykkisesti (myös sosiaalisesti, palaan tähän myöhemmin) toimiva keino, jossa kielletään itseltä yksi 'paha' kokonaan ja vaihdetaan se toiseen 'pahaan', joka kuitenkin auttaa olemaan lujana ja johtaa laihtumiseen ilman liikuntaakin, niin terveysvalistajien pääsanoma tulee toteutettua.

'Väärin laihdutettu' kuulostaa samalta kuin se kuuluisa 'väärin sammutettu'. Yksittäisen ihmisen näkökulmasta on kuitenkin kokemuksellisesti vaikea mennä sanomaan, että 'laihdut väärin', kun tuo laihtuminen on saattanut olla saavuttamaton tavoite vuosikausien ajan niillä 'oikeilla keinoilla'. Ja onhan siinä toki ristiriita, jos vaaditaan kansalta alhaisempaa BMI:tä eikä kuitenkaan hyväksytä toimivia keinoja sen saavuttamiseen (en ota kantaa tässä siihen väitteeseen, että karppaamalla saavutettu laihtuminen olisi sekin väliaikaista, vaikka kokemuksellisesta perspektiivistä katsottunahan juuri se vahvistaisi kokemuksellisuuden merkitystä. Mutta tätähän me emme 'kokemuksellisesti' vielä tiedäkään, ehkä vasta muutaman vuoden kuluttua, kun näemme, miten karppaaminen on onnistunut – ennakoimaan ei kannata heppoisin eväin lähteä).

Olisiko terveysvalistajien siis muutettava keskeisiä viestejään jotenkin vähemmän haavoittuvaisemmiksi? Palaan asiaan, kunhan käyn ensin läpi pari kokemuksellista teemaa.

### **Karppaajien vertaiskokemukset ja –tuki ovat nykyajan vahvaa osallisuutta**

Karppaajien 'heimossa' osallisuuskokemukset ovat myös keskeisiä: kun sosiaalinen media antaa, mitä ihmeellisimpien asioiden harrastajille, diggaajille ja mielipiteiden tai aatteiden esittäjille mahdollisuuden rakentaa 'virtuaalisen' yhteisön, ovat karppaajatkin varsin nopeasti 'järjestäytyneet' tällaiseksi löyhäksi yhteisöksi ja vertaistuen antajaksi (voi olla, että karppaajilla on oikeitakin tai perinteisiä yhteisöjä, mutta ilman sosiaalista mediaa nekään eivät varmasti olisi saaneet aatettaan levitettyä näin nopeasti).

Vertaiskokemus onkin yksi keskeinen selittäjä monille viime vuosien uusista ilmiöistä oli kyse sitten Arabimaiden vallankumouksista tai älypuhelinkehittämisestä asiakaslähtöisiksi. Vertaiskokemus on myös erittäin merkityksellisen asian eli vertaistuen mahdollistaja. Kun saman tai samankaltaisen kokemuksen omaava ihminen tukee sinua esimerkiksi sairauden, taloudellisen menetyksen tai vaikkapa

laihdutuksen ja liikkumisen kaltaisissa prosesseissa, tuntuu se vaikuttavammalta kuin asiantuntija-auktoriteettien vakuuttelut, jotka perustuvat yleensä tilastollisiin tutkimuksiin.

Kun onnistunut karppaaja kertoo oman kokemukseen pohjautuvan laihdutus- ja/tai hyvän olon tarinansa, niin se tukee hyvin vahvasti aloittelevaa karppaajaa. Ja kysehän ei ole siitä, että kouluttamattomat ihmiset harhaanjohtaisivat vielä kouluttamattomia, vaan tällaiset 'kokemusasiantuntijat' voivat nykyään olla lääkäreitä tai vaikkapa ravintoterapeutteja.

Vertaisasiantuntijuus kuuluukin olennaisena piirteenä myös tällaiseen korkeasti koulutettujen ihmisten yhteiskuntaan, jossa asiantuntijuus voi haastaa toisen asiantuntijuuden eikä toisaalta enää luoteta sokeasti tutkija- tai asiantuntija-auktoriteetteihin. Tiedemaailmanhan pitäisikin toimia 'parhaan argumentin' periaatteella eikä se voi olla hierarkia- tai asiantuntijuskoon perustuva instituutio tai käytäntö.

Tiedemaailman 'sosiaalinen media' eli tieteelliset julkaisut eivät kuitenkaan tavoita kovin hyvin elämän nopeasti muuttuvia käytäntöjä ja tärkeitä tutkimuskysymyksiä, koska uuden tutkimusaiheen jalostuminen arvostetussa kansainvälisessä lehdessä julkaistuksi artikkeliksi kestää helposti viisi, mutta todennäköisesti varmaan kauemmin siitä, kun tutkimusaihe on ensi kertaa noteerattu niin, että siitä on tehty alustava tutkimussuunnitelma. Vanha aihe, vanhoilla menetelmillä tehtynä toki jalostuu kenties kolmessa vuodessa tällaiseksi 'pisteitä' tuottavaksi artikkeliksi. Aika pitkä aika sekin.

Kaiken lisäksi: akateemisen tutkimuksen erityispiirre eli se, että uuden tutkimuksen tulee olla jotenkin (yleensä ja ehkä nykyään vielä aiempaa enemmän) perusteltavissa aiemman (kansainvälisen) tutkimuksen kautta, estää melko tehokkaasti käytännön elämästä nousevien ja kansallisesti merkittävienkin aiheiden jalostumisen tutkimukseksi, jota joku taho suostuisi rahoittamaan.

Ja kun maailma on täynnä merkittäviä tutkimusaiheita, joista vanhat tuppaaavat kumulatiivisesti muuttumaan viitejärjestelmän myötä aina vain merkittävimmiksi on uusilla tutkimusaiheilla, -menetelmillä ja -teorioilla vastassaan se kuuluisa 'lasikatto'. Ts. karppausta tuskin kyetään tutkimaan monitieteisesti ja esimerkiksi kokemuksellisuus ja kulttuurinen merkityksellisyys huomioiden ainakaan lähitulevaisuudessa. Siihen saakka on odotettavissa erilaisia 'rasvasotia', joita ei voida ainakaan tutkitun tiedon perusteella pätevästi ratkaisemaan suuntaan taikka toiseen.

Osallisuuskokemuksia ei vahvasta pelkästään se, että omaa, subjektiivista ja tässä tapauksessa karppaajien yhteisön yhteisesti tunnistamaa kokemusta ei uskota asiantuntijoiden puolelta todeksi (tai oikeaksi), vaan myös se, että auktorisoidut asiantuntijat eivät kykene argumentoimaan vedenpitävästi omia näkökantojaan ja joutuvat turvautumaan perusteluihin, kuten 'sadat tutkimukset ovat osoittaneet'. Mikä ei todellakaan ole kovin hyvää argumentaatiota.

Vielä voimakkaammin yhteisöllisyyttä siis vahvistaa se, että syntyy kilpailevat joukkueet – 'Hifki ja Jokerit tai Ruotsi ja Suomi' – joista toinen on altavastaja ja toinen arrogantti 'entinen mestari'. Toisella on resurssit, toisella 'oikea tieto' tai ainakin kokemuseräinen usko.

On hyvin inhimillistä, että ihmiset ja ihmisryhmät, joiden kokemusta ja elämäntapaa vastaan hyökätään, puolustautuvat ja hakevat tukea toisilta 'vääryyden kärsijöiltä'. Näin on syntynyt todella monia tärkeitä vertaiskokemuksen pohjalta syntyneitä vertaisryhmiä, joissa on kasvanut merkittävää vertaisasiantuntijuuttakin.

**Karppaus synnyttää toimijuuskokemuksia**

On pitkään väitetty, että jälkimodernin ajan hyvinvointivaltio vähentää ihmisten mahdollisuuksia vaikuttaa omaan ja toisten kaltaistensa elämään. Asiantuntijavaltainen ja siten byrokraattinen hyvinvointivaltio ei kuuntele kansalaistensa (nyk. asiakkaita) ääntä eivätkä esimerkiksi puolueet ja muut kansalaisjärjestöt kykene mobilisoimaan 'kansan ääntä' poliittisiksi päätöksiksi ja suunnan muutoksiksi. Ihmiset passivoituvat, kun toimijuuden mahdollisuudet ovat liian pienet.

Vertaiskokemuksen kautta syntyneet 'yhden asian liikkeet' ovat kuitenkin tulleet ja haastaneet puoluepoliittista järjestelmää ja sosiaalinen media heidän äänitorvena on haastanut perinteisen median. Vaikka mitään suurta vallankumousta ei olekaan tapahtunut, niin ainakin se, että poliittiselle kentälle on syntynyt uusia toimijoita. Tämä on demokratian kannalta pääsääntöisesti myönteinen asia. Mutta etenkin yksilö- ja ryhmätasolla tällainen toiminta on äärimmäisen voimaannuttava kokemus. Sellaisia toimijuuskokemusten juuri tuleekin olla.

Karppaus on varmasti rakentanut monelle oman kokemuksen, vertaiskokemuksen ja osallisuuskokemuksen kautta myös toimijuuskokemuksia, kun oma asiantuntijuus on lisääntynyt ja on päässyt tai joutunut karppaajien 'edusmieheksi' puolustamaan vertaisyhteisöään. Yhä enemmän ja yhä useammin näemmekin erilaisia 'kokemusasiantuntijoita' ainakin mediassa. Heidän uskottavuutensa perustuu moniin tekijöihin, joista vähäisin ei ole se, miten yleistettävissä oleva yksittäinen kokemus voi olla.

Karppauksen aiheuttamien erilaisten kokemusten kirjo on laaja eikä tavoitteeltaan niin yksiselitteinen kuin vaikkapa syöpäsairauteen vaihtoehtohoitoja käyttävien vertaiskokemus, joten karppauskokemuksia ja -kokemustietoa on vaikeampi osoittaa ainakaan kokonaan vääräksi. Syöpäsairaiden lääketieteellisestä hoidosta saatuja tuloksia taas voidaan verrata hyvinkin objektiivisesti vaihtoehtohoitoja käyttäneisiin.

### **Karppaa vai ei – kokemuksellisen tiedon vahvuus ja sen rajat**

Edellä olen pyrkinyt osoittamaan, että karppaaminen on synnyttänyt hyvin erilaisia ja hyvin vahvoja kokemuksia, jotka selittävät erinomaisesti sen attraktiivisuutta. Olen myös pyrkinyt osoittamaan, miksi nuo kokemuksellisuudet ja niistä rakentunut tieto on haastanut melko menestyksellisesti virallisen, auktorisoidun ja ei-kokemuksellisen tiedon.

Toki virallinenkin tieto on kokemuksellista, mutta tässä keskustelussa tätä puolta ei juuri ole nostettu esiin – kukaan ruoka-aineympyrää noudattava ei ole tässä keskustelussa noussut tuomaan esiin kokemustaan siitä ja sen terveellisyydestä, vaikka olisi sen voinut tehdä joku oikeista asiantuntijoistakin.

Kokemuksellinen tieto on myös viralliseen, (lääketieteellisesti) tutkittuun tietoon nähden usein parempaa siinä mielessä, että se on kokonaisvaltaisempaa. Varsinkin kun lääketieteellinen tieto perustuu useimmiten yksittäisten aineiden vaikutuksen tutkimiseen – kuten eläinrasvojen vaikutus (haitalliseen) kolesteroliin – eikä esimerkiksi koko ruokavalion aiheuttamiin kokonaisvaltaisiin (terveys)vaikutuksiin. Kokemustietoa ei siis oikeasti voida tieteellisesti haastaa, koska vastaavia tutkimusasetelmia tiedemaailmassa ei juurikaan kyetä rakentamaan.

Aiemmin viittasin siihen, että terveysvalistajien ja –asiantuntijoiden kannattaisi miettiä, miten sinänsä hyvin perustellut väestötasoiset terveystavoitteet – esimerkiksi ylipainon vastustaminen, jäykät liikunta- ja ravintosuositukset – voivatkin osoittautua kaksi- tai jopa moniteräisiksi miekoiksi.

Tässä rasva- ja karppauskeskustelussa on esimerkiksi ollut ikävää huomata se, että varsinkin ravitsemuksen asiantuntijat ovat joutuneet kerta toisensa jälkeen myöntämään, että laihduttamisessa tärkeintä on ruoka, sen määrä ja laatu, eikä liikunta. Vaikka väite on tosi, kun se todistetaan väestötasoisesti tai isoilla tutkimuksilla, niin se on yhtä aikaa myös epätosi, koska yksittäistapauksissa – ja myös isoilla ryhmillä tai kenellä tahansa – liikunta varmasti laihduttaa, jos energiankulutus vain ylittää energian saannin tason.

Se, että väestötasolla ihmiset syövät enemmän kuin liikkuvat (kuluttavat), todistaa vain sen, että ihmiset eivät liiku tarpeeksi tai sen, että ravinto on tehokkaampaa kuin liikunta tai että tehokkainta on sopiva ravinto ja sopiva liikunta yhdessä, kun puhutaan vain laihduttamisesta eikä muista (terveys)vaikutuksista.

Ikävää tässä on se, että liikunta sidotaan ja on sidottu jo pitkään terveystieteiden keskustelussa kiinni liikaa laihduttamiseen ja sitä kautta ravintoon. Ikään kuin liikunnalla ei olisi terveys- tai muita merkityksiä juuri lainkaan. Kun karppauskeskustelussa keskiöön on pitkäksi aikaa noussut vain syöminen ja ravinto, laihduttaminen ja ruuan terveysvaikutukset, niin liikunta on ikään kuin sysätty hyllylle koko terveystieteiden keskustelusta. Tällä voi pitkällä tähtäimellä olla varsin ikäviä kansanterveydellisiä vaikutuksia elleivät liikuntaihmiset itse osaa olla riittävän ylpeitä ja painottaa liikunnan itsearvoisuutta ja monimerkityksellisyyttä ihmiselle.

Yksiselitteinen laihtumistavoite on tosin tässä karppauskeskustelussa potkaissut nilkkaan myös ravintoasiantuntijoita, jotka eivät ole pystyneet vastaamaan kunnolla karppaajien asettamaan haasteeseen. Jatkossa valistajien tullee tarkentaa ohjeitaan niin, että laihtua pitää 'oikein'. Mikä johtaa taas uusiin ongelmiin, mikä on nähty myös liikunnassa, kun 'oikeita' ja 'tehokkaampia' liikuntaohjeita ja -ohjelmia on maailma täynnä ja samaan aikaan vähän liikkuvien määrä vain lisääntyy.

Tämä artikkelini ei ole pyrkinyt osoittamaan sitä, onko karppaaminen terveellistä vai ei. Sen sijaan olen tuonut esille karppauksen kaltaisten vertaiskokemukseen perustuvien 'liikkeiden' kokemuksellisen voiman, joka tulisi ottaa huomioon hyvinvointiyhteiskunnan nykyisessä ja tulevassa kehityksessä huomattavasti nykyistä paremmin.

Vaikka itse karppaus paljastuisi suureksi huijaukseksi, niin ihmisten kokemuksellisuuksien voimaa ja merkitystä tuo tieto ei vähennä – itse asiassa se vain vahvistaisi käsitystä siitä, miten tärkeää olisi ymmärtää ihmisten omia kokemuksia ja niille annettuja erilaisia merkityksiä. Jos väärä tieto saa aikaan näin vahvan liikkeen, niin miten suuri voima olisikaan liikkeellä, joka perustuisi oikeaan tietoon?

Arto Tiihonen