

KUOLEVAISUUDEN KUVASTIMESSA

Kuoleman ahdistus ja elämän merkitys nuorten aikuisten kirjoituksissa

Uskontotieteen pro gradu -tutkielma
Humanistinen tiedekunta
Pyy Hannila
29.4.09

SISÄLLYS

1.	JOHDANTO	3
1.1.	Tutkielman aihe, tausta ja kysymykset.....	3
1.2.	Katsaus aikaisempaan tutkimukseen.....	4
1.3.	Nuorten aikuisten kirjoituksia kuolevaisuudesta.....	9
1.3.1.	Aineiston keruu ja sen esittely.....	9
1.3.2.	Tutkimuseettiset kysymykset.....	10
2.	ELÄMÄN JA KUOLEMAN PSYKOLOGIA	13
2.1.	Varhainen aikuisikä elämänvaiheena.....	14
2.2.	Kuoleman ahdistuksesta.....	16
2.2.1.	Käsitteen määrittelyä	16
2.2.2.	Kuoleman ahdistus -malli	17
2.3.	Elämän merkitys -teoria.....	19
2.4.	Teoriaohjaava sisällönanalyysi	22
3.	ÄKILLISESTI KUOLEVAINEN	24
3.1.	Poissaoleva kuolevaisuus.....	24
3.2.	Kärsimyksestä esiinpistävä kuolevaisuus.....	27
3.2.1.	Huoli elämän tarkoituksellisuudesta.....	29
3.2.2.	Huoli elämän arvosta ja oikeutuksesta	32
3.2.3.	Huoli elämäntilanteesta	37
3.2.4.	Huoli itsen arvottomuudesta.....	40
3.3.	Kuolevaisuudesta esiinpistävä mielekkäisyys	42
3.3.1.	Vapaus valita elämän ja kuoleman väliltä	42
3.3.2.	Merkityksellinen toinen ja elämän jatkuvuus	45
3.3.3.	Epikurolainen nautinto ja kuolemanpelosta vapautuminen	48
3.3.4.	Kuolevaisuuden katarsis.....	52
4.	KUOLEVAISUUDEN KUVASTIMESSA	56
4.1.	Yhteenveto ja johtopäätökset	56
4.2.	Pohdintaa.....	60
5.	BIBLIOGRAFIA	61
5.1.	Lähteet.....	61
5.2.	Kirjallisuus	61
6.	LIITTEET	66

1. JOHDANTO

1.1. Tutkielman aihe, tausta ja kysymykset

Olisi varmasti väärin kuvitella, että kuoleman aavistukset vainoavat jatkuvasti kaikkien ihmisten ajatuksia. Yksityistä vaihtelua ja vivahteita on rajattomasti. Täydellinen välinpitämättömyys ja väistämättömyyden kylmän rationaalinen hyväksyminen ovat luultavasti useammin näyteltyjä kuin todella syvästi omaksuttuja asenteita. Jatkuva huoli ja levottomuus ovat kuitenkin oireita sairaalloisesta suhtautumisesta. Ymmärrettävästi vanhukset ovat keskimäärin selvemmin tietoisia kuolevaisuudesta kuin nuoret, sairaita se askarruttaa enemmän kuin terveitä ja ne joilla on runsaasti joutilasta aikaa asioiden pohdiskeluun miettivät sitä enemmän kuin ne jotka ovat kiinni aktiivisessa toiminnassa. (Dobzhansky 1971, 88–89.)

Ajattelen kuolemaa, siis olen olemassa. Monien mielissä kuoleman ajattelemisen assosioituu vanhuuteen tai masennukseen. Tietävästi en ole näistä kumpaakaan.¹ Miksi sitten ajattelen kuolemaa? Tutkittaessa jotakin sellaista, joka tulee lähelle itseä, kuten omaa kulttuuria ja oman aikansa ilmiöitä tai kuten tässä tapauksessa – nuorten aikuisten kirjoituksia kuolevaisuudesta – on tärkeää asettaa itsestäänselvytykset kyseenalaisiksi.

Kerrataanpa hieman. Yhteiskunnallista kuolemakeskustelua on hallinnut viimeiset vuosikymmenet ”puhe kuoleman kieltämisestä”, kuten Anssi Peräkylä (1990) toteaa. Tutkijat eivät ole kuitenkaan kaikilta osin lainkaan samaa mieltä siitä, onko kuolema todellakin sellainen tabu – kielletty, erilleen asetettu, saastainen, pyhä(!/?!) – jollaiseksi sitä halutaan määritellä. Yhtä kaikki, jos pitää silmänsä valppaana, niin lehtien mielipidepalstoilla näkee alinomaa tuoreita keskustelun-avauksia, joissa penätään avoimempaa suhtautumista kuolemaan.

Silmiini osuin kuitenkin pari vuotta sitten muutama ajankohtaisjuttu. Televisio-ohjelman mukaan yhä nuoremmat suunnittelevat omia hautajaisiaan.² Toisaalla eräessä sanomalehtiartikkelissa kerrotaan siitä, kuinka hautaustoimistot saavat asiakkaitaan nuoria aikuisia, jotka tilaavat

¹ Tekijä on kirjoitushetkellä 26-vuotias, verrattain terve sekä suhteellisen tyytyväinen nykyiseen elämäänsä.

² MTV3, 45 minuuttia: ”Hautajaiset oman maun mukaan”, 5.4.06.

itselleen ”hautausjärjestelyjä ilman näkyvää syytä kuoleman läheisyydestä”.³ Tämä sai minut ihmettelemään, miksi nuoret aikuiset ajattelevat omaa kuolemaansa?

Sittemmin olen kerännyt tekstiaineiston, jossa suomalaiset nuoret aikuiset kertovat suhteestaan henkilökohtaiseen kuolevaisuuteensa. Esittelen tämän aineiston tarkemmin tuonnempana. Mielienkiintoni kohdistuu tässä tutkielmassa niihin merkityksiin, joita kirjoitusten nuoret aikuiset liittävät henkilökohtaiseen kuolevaisuuteensa. Lähestymistapani yhdistelee ymmärtävän, konstruktionistisen ja selittävän uskontotieteen näkökulmia: olen kiinnostunut merkitysten sisällöistä (ymmärtävä), merkitysten rakentumisesta (konstruktionistinen) sekä merkityksissä tapahtuvista muutoksista (selittävä). Tutkimukseni on luonteeltaan laadullista tekstitutkimusta. Teoreettinen orientoitumiseni pohjaa väljästi psykologiseen konstruktivismiin (ks. esim. Toskala 1995a).⁴ Tutkimustani ohjaa hypoteesi, jonka mukaan kuolevaisuuden merkityksissä on kysymys yhtäläiseen niin ihmisen suhteesta omaan elämään kuin henkilökohtaiseen kuolemaansaakin. Toisin sanoen, kuolevaisuuden merkitykset rakentuvat suhteessa elämän ja kuoleman merkityksiin.

1.2. Katsaus aikaisempaan tutkimukseen

Aikaisempaa uskontotieteellistä tutkimusta nuorten aikuisten suhtautumisesta omaan kuolevaisuuteensa ei ole tiettävästi tehty. Tutkielmani liittyy kuitenkin osaksi suomalaisen uskontotieteen pitkäaikaista ja merkittävää kuolemantutkimuksen traditiota.⁵ Seuraavassa aionkin luoda valikoi-

³ Keski-Uusimaa (KU), ”Hautajaiset yhä useammin vainajan näköiset”, 7.6.06. Lehtiartikkelissa haastatellun järvenpäläisen hautausoimiston yrittäjän, Marjut Malmströmin, mukaan ”ihmisille tuntuu olevan yhä tärkeämpää se, että hautajaiset ovat heidän itsensä näköiset: mahdollisimman persoonalliset ja arvokkaat”.

⁴ Palaan tähän tarkemmin teorialukujen alussa.

⁵ Kuolema on kuulunut koko uskontotieteellisen oppiaineen olemassaolon ajan sen tutkimukselliseen keskiöön. Esimerkiksi Sir James Frazerin (1933) ja Edward B. Tylorin (1958) uskonnon alkuperäteorioiden mukaan, niin sanottujen primitiivisten ihmisten kuolemanpelko on synnyttänyt tarpeen yhteisöjen irrationaalisille uskomusjärjestelmille ja maagisille käytänteille. Suomalaisen kuolemantutkimuksen alku voidaan palauttaa Matti Warosen vuonna 1895 hyväksytyyn väitöskirjaan *Vainajain palvelus muinaisilla suomalaisilla*. Warosen tutkimusote seurasi suomalaisen uskontotieteen oppi-isien Julius ja Kaarle Krohnin kehittämiä historiallis-maantieteellistä tutkimusmetodia. Teoksensa johdannossa Waronen erikseen kiistää silloista kansainvälistä suosiota nauttineen evoluutioantropologisen tutkimusperinteen spencerilaisen haaran väittämän, jonka mukaan ”kaiken uskonnon alkumuoto on esi-isien palveleminen” eli manismi. Reilu sata vuotta myöhemmin uskontotieteilijä Laura Jetsu (2001, 11) kiteyttää omassa venäjänkarjalaisia hautausrituaaleja käsittelevässä väitöskirjassaan mielestäni osuvasti, että ”varhainen kuolemantutkimus muotoutui erityisesti kansanomaisten kuolemanriittien tutkimukseksi, jota voi luonnehtia nimittämällä sitä kuvailevaksi tapaintutkimukseksi”. Krohnilainen perinne vallitsikin metodisesti pitkään suomalaisesta kuolemantutkittuudesta tehtyä uskontotieteellistä tutkimusta. Samuli Paulaharju noudattaa samoja periaatteita vuonna 1924

van katsauksen aikaisempaan yhteiskunta- ihmis- sekä uskontotieteelliseen kuolematutkimukseen niiltä osin kuin katson sen sivuavan omaa kysymyksenasetteluani.

Eräiksi 1900-luvun merkittävimmiksi kuolematutkimuksen virstanpylväiksi on muodostunut ranskalaisen sosiaalishistorioitsijan Philippe Arièsin kuoleman länsimaista historiaa käsittelevät teokset ”Western Attitudes Towards Death” (1974) sekä ”The Hour of Our Death” (1987), jotka ovat olleet suuntaa antavia 1900-luvun lopun kuolemakeskustelulle niin Suomessa kuin muualla länsimaissa. Arièsin on paikantanut kuoleman länsimaisesta historiasta neljä toistaan seurannutta sosiaalishistoriallista kehitysvaihetta: (1) ”kesytetty kuolema” (*tamed death*), (2) ”itsen kuolema” (*one’s own death*) ja (3) ”toisen kuolema” (*thy death*), sekä (4) ”kielletty kuolema” (*forbidden death*) tai ”näkymätön kuolema” (*invisible death*).⁶ Arièsin mukaan kuolema ei ole länsimaisissa yhteiskunnissa enää sosiaalinen ja julkinen tapahtuma. Sen sijaa sitä määrittelee kieltäminen, pyrkimys häivyttää kuolema näkymättömiin.

Sosiologi Norbert Elias käsittelee laajasti Arièsin näkemyksiä teoksessaan *Kuolevien yksinäisyys* (1993). Hänen mukaansa Arièsin kykenee yhtäältä luomaan ”elävän kuvan niistä muutoksista, joita länsimaisen ihmisen käyttäytyminen ja asenteet kuolemaa kohtaan ovat läpikäyneet” (Elias 1993, 13). Toisaalta hän esittää myös jyrkkää kritiikkiä, joka mukaan Arièsin deskriptiivinen ote, kuvan toisensa päälle laittaminen, ei kuitenkaan selitä mitään (Emit., 13–14) Elias on kuitenkin Arièsin kanssa samaa mieltä aikamme kuoleman kielteisyydestä. Hänen mukaansa kuolevien olotilaa leimaa yhteiskunnassamme yksinäisyys: heidät on eristetty sosiaalisten piirien ulkopuolelle. Elias katsoo, että korostuneen individualismin ja sosiaalisen hajaannuksen tuottama yleinen yksinäisyys kärjistyy äärimmilleen sairaalaan eristettyjen kuolevien olotilassa. (Emit.) Arièsin

julkaistussa klassisessa vienankarjalaisia tapoja ja uskomuksia käsittelevässä teoksessaan *Syntymä, lapsuus ja kuolema*. Jetsu kritisoi varhaista kuolemantutkimusta seuraavasti: ”Tarkastelija on länsimaisen sivistyksen saanut, koulutettu, tieteellisen maailmankuvan omaava mieshenkilö, joka lähestyy kohdettaan ulkopuolelta ja yläpuolelta. Kuvaus on maskuliinista ja oman kulttuuritaustan arvot itsestäänselvyytenä sisältävää. Kristillinen ja protestanttinen, täsmennettyä luterilainen, kulttuuri on vieraan ja toisenlaisen uskonnon tarkastelussa sisäistettyinä arvoina mukana. Vieraita tapoja kuvaillaan mm. pakanalliseksi palvelukseksi ja taikauksiksi menoiksi.” (Jetsu 2001, 14.) Mielestäni Jetsun kritiikki osuu varsin hyvin varhaisen uskontotieteellisen (mies)tutkimuksen ”arkaan paikkaan”.

⁶ ”Kesytetyssä kuolemassa” elävien ja kuolleiden välillä valitsi Arièsin mukaan harmoninen yhteisöllisyys. Kuolema oli luonnollinen tapahtuma, yksi elämän välttämättömyyksistä. Arièsin mukaan ”kesytetyn kuoleman” aikakausi oli vaiheista pitkäaikaisin ulottuen antiikin kreikasta Euroopan perifeerisimmissä osissa aina 1800-luvulle saakka. Vähittäinen keskiajalta lähtenyt painopisteen siirtyminen kohti ”itsen kuolemaa” on Arièsin mukaan yksilöllistymisen eli individualismin varhaisin ilmentymä. Siihen liittyi voimakas oman elämän ansioiden ja saavutusten arviointi kuoleman hetkellä. ”Toisen kuolema” korosti kuoleman merkitystä jälkeensä jäävien näkökulmasta. Arièsin mukaan ihmisille oli keskeistä spontaanitunteenilmaukset. Kuolinhetkeä leimasi dramaattisuus ja traagisuus, läheisen kuoleman peruuttamattomuus ja sitä seurannut yksinäisyys, joka pyrittiin ylittämään vahvistamalla jälkeensä jäävien välistä yhteisöllisyyttä.

ja Eliaksen tutkimuksista onkin muodostunut keskeinen lähtökohta useimpien modernin kuolemankulttuurin muutoksia, ilmiöitä ja käsityksiä tarkasteleville tutkimuksille.

Suomalaisen uskontotieteen toisen maailmansodan jälkeisen kuolematutkimuksen yksi keskeisimmistä teoksista on Juha Pentikäisen laaja väitöskirjatutkimus *Nordic Dead-Child Tradition* (1968), joka käsittelee rauhattomista vainajista kertovaa perinneaineistoa. Teoksessaan *Suomalaisen lähti* (1990), joka koostuu osaltaan jo aikaisemmin toisaalla julkaisuista artikkeleista, hän ottaa osaa keskusteluun kuoleman merkityksestä suomalaisessa nyky-yhteiskunnassa. Oman tutkielmani kannalta teoksen mielenkiintoisin artikkeli käsittelee kuolevien ja kuolleiden parissa työskentelevien ammattiryhmien kuolemaan liittyviä asenteita (Emt., 205–237). Vertailuryhmiksi tutkimuksessa valittiin varusmiesten, opiskelijoiden, itsemurhaa yrittäneiden ja vanhusten ryhmät. Tutkimuksesta muodostui täten poikkeuksellisen laaja katsaus kuoleman läheisyyden vaikutuksista silloisten nykysuomalaisten asenteisiin. Tilastollisen faktorianalyysin pohjalta hahmottui seitsemän erilaista kuolemaan asennoitumisen ulottuvuutta: (1) kristillis-fatalistinen asennoituminen; (2) kuolemanpelko; (3) avuttomuus kuoleman edessä; (4) itsemurhaan suhtautuminen; (5) kuolemaan valmistautumisen halu; (6) suhtautuminen terminaalihoidon; sekä (7) usko vuorovaikutukseen kuolleiden kanssa. Näistä kolme ensimmäistä kosketti kaikkia ryhmiä ja ne olivat näin ollen yleisimmät kuolemaan asennoitumisen muodot. Mielenkiintoista on se, että tutkimusjoukosta pelokkaimmin kuolemaan suhtautui nuorten varusmiesten ryhmä. (Ks. myös Achté et al 1986.)

Jouko Porkka (1984) on tarkastellut vastaavaan tapaan omassa kirkkososiologian pro gradu -työssään *Kuoleman kanssa kasvokkain* Helsingin yliopiston ensimmäisen ja neljännen vuoden opiskelijoiden uskonnollisuutta ja kuolemanpelkoa. Aineiston keruu suoritettiin edellisen tapaan määrällisen tutkimuksen menetelmillä. Yleisimmäksi kuolemanpelon syyksi tutkimuksessa todetaan ”se, että elämä jää elämättä” (21 %). Vastaavasti 14 % vastaajista oli ilmoittanut, ”ettei kuolemanpelko ole ajankohtainen nuorelle”. Näiden kahden ääripään välille jää lukuisa joukko erilaisia kuolemanpelon muotoja, kuten ”kipu, kuoleminen” (14 %) tai ”tuntemattoman pelko” (14 %). (Emt., 64–65.)

Viimeisten kahden vuosikymmenen aikana uskontotieteelliset kuolematutkimukset ovat olleet enenevässä määrin kiinnostuneita aihepiireistä, joiden keskiössä on yhtäältä länsimaisten ihmisten ja modernien yhteiskuntien ilmentämät käsitykset ”hyvästä kuolemasta”, toisaalta kärsimyk-

sen tematiikka ja sen kytkeytyminen käsityksiin ”pahasta kuolemasta”. Kuolemisen on tullut meidän aikanamme yhä hitaampi prosessi. Lääketieteellisen teknologian kehittyessä ja muun muassa elinsiirtojen avulla kuolemaa on kuitenkin sittemmin voitu siirtää yhä tuonnemmaksi Joudutetun kuoleman, eutanasian⁷, yhteydessä onkin alettu keskustella pitkitettyyn elämään, *dys-tanasiaan*, liittyvistä ongelmista. (Jylhänkangas 2004b, 1-2.) Viimeaikaisissa kulttuurintutkimuksen ja hoitotieteiden rajoilla liikkuneissa tarkasteluissa on pidetty tärkeänä myös kivun ja kärsimyksen käsitteiden erottamista toisistaan (Jylhänkangas 2004a; 2004b; Honkasalo et al 2004).⁸ Vaikka potilaiden kipuun pystytään vastaamaan yhä tehokkaammilla kipulääkkeillä, kärsimyksen ongelma ei ole kadonnut mihinkään. Jylhänkangas (2004b, 1) katsoo, että ”elämän loppuvaiheen kärsimykset antavat usein kimmokkeita ajatuksella kuoleman jouduttamisesta”. Eutanasiapuheessa on kysymys merkitysten rakentamisesta. Millainen on arvokas kuolema? Mitä on kärsimys? Onko ihmisellä oikeus päättää omasta kuolemastaan? Eutanasian hyväksyvässä puheessa kiinnitetään erityistä huomiota toimivan ja toimimattoman ihmisruumiin välisen rajanvedon nostattamiin merkityksiin. Eutanasiaa vastustavassa puheessa kyseenalaistetaan voimakkaasti ihmisen oikeutta puuttua pyhäksi määritellyn elämän vääjäämättömään kulkuun. Jylhänkankaan keinuvaksi diskurssiksi nimittämä joukko ei tahdo tai kykene muodostamaan lopullista kantaansa näiden ääripäiden välillä. (Jylhänkangas 2004a; 2004b; 2006.)

Tuskallisen hitaan kuoleamisen teema on ilmeisenä läsnä myös Utraisen ja Honkasalon (1991; 1992; 1993) suomalaisten naisten itsemurhaviestejä koskevissa tutkimuksissa.⁹ Viesteissään naiset voivat ilmaista omaa tilaansa hitaana kuolemisena, loputtomana kärsimyksenä, jossa he ovat ajautuneet elämän ulkopuolelle kykenemättä palaamaan enää takaisin elämään. Itsemurhaviestien taustalta paljastuu usein pitkäaikainen sairaus, avioero tai muun erityisen merkityksellisen ihmissuhteen katkeaminen. Viestiensä valossa itsemurhaajanaiset näyttäytyvät ihmisinä, jotka ovat eläneet muita ihmisiä varten ja heidän kauttaan sitoen oman identiteettinsä ja elämän mielekkyyden näihin ihmissuhteisiin. Kärsimys ja kuoleminen ilmenevät itsemurhaviestien kontekstissa kaikkien merkitysten ja sitä kautta rajausten katoamisena: elämän ja kuoleman välinen raja häviää, kun elämä ei ole elämistä vaan kuolemista. Yleisesti ottaen naisten itsemurhaviesteissä ei viitata tekoa seuraavaan kuolemaan vaan niiden keskiössä on yhtäältä oman elämän – ja ni-

⁷ Kreik. *eu* + *thanatos* = ”hyvä kuolema”. Nykylääketieteessä eutanasialla tarkoitetaan lääkärin osallisuutta tilanteessa, joka aiheuttaa potilaan kuoleman.

⁸ Kärsimys on kipua kokonaisvaltaisempaa koskettaen ihmisen koko ”olemusta” tai olotilaa. Kärsimyksessä on myös kyse merkitysten katoamisesta, merkityksettömyydestä. (Ks. esim. Utrainen & Honkasalo 2004, 27–47.)

⁹ Artikkelit perustuvat valtakunnalliseen itsemurhien ehkäisyprojektiin ”Itsemurhat Suomessa 1987” -hankkeen aineistoon.

menomaan naisten tapauksessa perhe-elämän – ahdistavuus ennen kuolemaa, sekä toisaalta jälkeensä jääneiden elämä sellaisena kuin se kuvitellaan muodostuvan kuoleman jälkeen.

Väitöstutkimuksessaan *Läsnä, riisuttu puhdas* Utriainen (1999) on tarkastellut suomalaisten saattohoitajanaisten ruumiillisuuteen kytkeytyvien metaforien välityksellä sitä, millä tavoin ruumiillinen asento välittää ja uudistaa (hyvän) kuoleman kulttuurisia merkityksiä. Tutkimuksen laajempaan viitekehyksenä on naisen ja kuoleman ikaikainen suhde. Keskeisiksi nousevat läsnäolon, riisuuntumisen ja puhdistautumisen teemat. Saattohoitajien kirjoituksissa kuolettaminen näyttäytyy rituaalisena liminaalitulana, jossa kuolettaja pyrkii kokonaisvaltaisesti heijastelemaan omassa ruumiillisuudessaan niitä prosesseja, joita kuoleva läpikäy omassa ruumiillisuudessaan.

Uskontotieteen ulkopuolella kuolemaa on tarkasteltu usein surututkimuksen näkökulmasta. Näin on ollut laita myös teologisen tutkimuksen piirissä. Satu Laiho (2006) on tarkastellut käytännöllisen teologian pro gradu -tutkielmassaan, *Autuaita ovat murbeelliset; he saavat lohdutuksen?*, nuorten aikuisten odotuksia ja kokemuksia hautaustoimituksesta.¹⁰ Edelleen esimerkiksi Harri Koskela (2007) on tarkastellut käytännöllisen teologian pro gradu -tutkielmassaan *Lapsen menetyks ja vanhemman spiritualiteetti* niitä henkisiä, hengellisiä ja sosiaalisia vaikutuksia, joita lapsen kuoleamalla on vanhemman elämään ja käsityksiin. Keskeisiksi tutkimustuloksikseen Koskela nostaa kolme seikkaa. Ensinnäkin lapsensa menettäneen vanhemman identiteetissä tapahtuneet muutokset, jotka olivat enimmäkseen kielteisiä. Toiseksi, Jumalaan kohtaan suunnattujen kielteisten asenteita ja tunteita lisääntyminen. Kolmanneksi, lapsen kuoleman vaikutukset vanhempien hengelliseen elämään olivat kaksisuuntaisia niin, että erilaiset uskonnolliset aktiviteetit, kuten ruokominen ja seurakuntatoimintaan osallistuminen, joko lisääntyivät, vähenivät tai loppuivat kokonaan. Yleisesti ottaen lapsen kuoleman vaikutukset vanhemman spiritualiteettiin ovat Koskelan mukaan hyvin kokonaisvaltaisia ja pitkäaikaisia.

¹⁰ Tutkimus on osa kirkon Nuoret aikuiset -projektia, jonka kautta pyritään selittämään sitä uskonnollisuutta, jota kristinuskoon sitoutuneet nuoret aikuiset ilmentävät henkilökohtaisen spiritualiteettinsa kautta.

1.3. Nuorten aikuisten kirjoituksia kuolevaisuudesta

1.3.1. Aineiston keruu ja sen esittely

Olen kerännyt tutkielmani aineiston kirjoituspyynnöin (ks. Liite 1a ja 1b), jotka julkaisin toukokuussa 2007 kuudella internetin keskustelufoorumilla ja yhdellä ilmoituspalstalla.¹¹ Lisäksi lähetin kirjoituspyyntöni City-lehteen ja Helsingin sanomiin, joista kumpikaan ei tiettävästi kyselyäni julkaissut. Kirjoituskutsuissani toivoin nuorilta aikuisilta (18–39-vuotta) vapaamuotoisia kirjoituksia kuolevaisuudesta.¹² Menetelmällisesti voidaan puhua teemakyselystä ja -kirjoittamisesta.

Satu Apo (1995) on johtanut termin ”teemakirjoittaminen” teemahaastattelusta. Teemakirjoittaminen poikkeaa monessa suhteessa tiukasti strukturoidusta, lomakemuotoisesta kirjallisesta kyselystä. Pirjo Korhokankaan (1996, 63) mukaan temaattinen kirjoittaminen antaa vastaajille vapauden käsitellä aihepiiriä hyvin erilaisella tarkkuudella. Omassa saatekirjelmässäni totean: ”Voit lähestyä aihetta sellaisesta näkökulmasta, jonka koet henkilökohtaisesti läheiseksi, vapaalla tyylillä ja tekstinpituudella” Tämän lisäksi olin liittännyt kutsujeni yhteyteen joukon ”herätteleviä kysymyksiä”, jotka tarjosin mahdollisiksi lähtökohdiksi tai näkökulmiksi kuolevaisuus-teeman käsittelylle. (Ks. Liitteet 1a ja 1b.) Kirjoituspyyntöjeni perimmäisenä tarkoitukseni oli vapauttaa ilmaisemaan, ei pakottaa kirjoittamaan.

Vastauksia sain yhteensä 18 sähköpostitse, yhden postitse sekä lukuisia kommentteja useammalle internetin keskustelupalstalle ilmoitukseni yhteyteen. Lopullisessa rajauksessa jätin kaikki muut vastaukset varsinaisen tutkimusaineistoni ulkopuolelle, paitsi ne, jotka olin saanut joko postitse tai sähköpostitse; lisäksi rajasin aineistoni ulkopuolelle yhden sähköpostivastauksen,

¹¹ Kuusi keskustelufoorumia: City.fi; Tukiasema.net; Suomi24.fi: ”Kuolema ja suru”, ”Kuolemanjälkeinen elämä”, ”Yleistä uskonnosta”; ja sfnet.fi: ”Uskonto” ja ”Uskonnottomuus”; sekä yksi ilmoituspalsta: Rihmasto.net.

¹² Eräällä keskustelupalstalla (Tukiasema.net) epäiltiin kirjoituskutsuani alkuun pelkäsi provosoinniksi: kenties siksi, että olin kutsuni alkuun kirjaillut provosoivasti: ”Oletko ajatellut koskaan omaa kuolemaasi?”, tai kenties vain siksi, että onhan se provosoivaa väittää nuorten aikuisten ajattelevan kuolemaa, vieläpä omaansa. Epäilyistä johtuen katsoin parhaimmaksi kommentoida palstalle provosointia ja ”lumetutkimusta” koskevia väitteitä omalla nimelläni. Uskoakseni onnistuin vakuuttamaan palstan keskustelijat tutkimukseni aitoudesta ja tarkoituseriäni kunniallisuudesta, sillä tämän jälkeen epäilyjen ympärillä vellonut kommentointi rauhoittui, ja muutamat lähettämäni kommenttia seuranneet puheenvuorot ottivat selkeästi kannustavan ja positiivisen sävyn tutkimusasetelmaa koskien.

jonka olin saanut tutkimukseni ikärajausta nuoremmalta kirjoittajalta. Näin ollen aineistoni muodostuu 18 nuoren aikuisen kirjoituksesta.

Korkiakangas (1996) on pannut merkille, että kyselyihin vastaajat eroavat sen suhteen, kuinka täsmällisesti he seuraavat omissa kirjoituksissaan kyselyn rakennetta, kuten siinä esitettyjä kysymyksiä, ja missä määrin he syventyvät itselleen tärkeisiin teemoihin. Vain neljässä kirjoituksessa tekstin runko muodostuu suorista vastauksista esittämiini kysymyksiin. Hämmästyttävää on myös se, että kyseiset vastaukset ovat paitsi rakenteeltaan myös sisällöltään verrattain yhdenmukaisia. Suurin osa saamistani vastauksista ei kuitenkaan sisällä juurikaan suoria viittauksia kyselyni rakenteeseen, kuten siinä esittämiini kysymyksiin. Kirjoittajat ovat lähteneet käsittelemään henkilökohtaisesti tärkeitä aiheita omasta näkökulmastaan, usein oman elämäntarinansa kautta. Lisäksi yhden kirjoituksen runkotehti muodostuu vapaamuotoisesta, elämäntarinaa seuraavasta pohdiskelusta, mutta kirjoituksen loppuun, ikään kuin liitteeksi, on lisätty lyhyet vastaukset esittämiini kysymyksiin.

Metodologisesti tärkeä sekä samalla temaattista kirjoittamista puoltava näkökohta onkin Apon (1995, 176) mukaan juuri se, että kirjoittamalla kertominen nostaa esille tiedonantajan omat kognitiiviset jäsennykset tutkimuskohteesta – tässä tapauksessa ”kuolevaisuudesta”; tutkijan vaikutus tutkittavan itsensä, omassa yksityisyydessä tuottamaan tekstiin on suhteellisen vähäinen verrattuna esimerkiksi haastattelutilanteeseen. Edelleen Apon (1995, 176) mukaan teemakysely on hyvä aineistonkeruumenetelmä niissä tapauksissa, kun halutaan tavoittaa yleiskuva aroista ja intiimeistä aiheista. Myös Korkiakankaan (1996, 63) mukaan ”omaa elämää ja maailmanmenoa yleisesti kommentoivia tai pohdiskelevia kertomuksia, jopa eräänlaisia elämäntarinoita” sisältävästä aineistosta ”voi löytää hyvinkin henkilökohtaisten ja yksittäisten tapahtumien muistoja, sillä kirjoittajan oletettava lukija voi kirjoittajan kannalta olla samanaikaisesti etäinen ja intiiimi: tälle voi uskoutua pysymällä tuntemattomana”.

1.3.2. Tutkimuseettiset kysymykset

Tutkimukseni kattoteema – kuolevaisuus – läpäisee äärimmäisen arkoja, intiimeitä ja emotionaalisesti latautuneita puolia ihmisyydessä. Kuten edellä on käynyt ilmi, valtaosa aineistani muodostuu elämäntarinoista, jotka sisältävät henkilökohtaisia kertomuksia ja kuvauksia mones-

ti rankoistakin elämänkohtaloista. Siksi pidän ehdottoman tärkeänä pitäytymistä tiettyihin tutkimuseettisiin periaatteisiin. Nähdäkseni nämä samat periaatteet edesauttavat myös tutkimuksen luotettavuutta.

Ensimmäinen tärkeä tutkimuseettinen periaate laadullisessa tutkimuksessa on tutkimussubjektin eli tiedonantajan **vapaaehtoisuus**. Tutkittaville on annettava tarpeeksi tietoa tutkimushankkeesta, jotta he voivat tehdä osallistumispäätöksensä riittävän tiedon perusteella. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 39; Tuomi & Sarajärvi 2002, 128–129.) Julkaisin kirjoituspyyntöni internetin yleisillä keskustelu- ja ilmoituspalstoilla, joissa voi suhteellisen vaivattomasti selailla, tarkastella ja kommentoida itseä kiinnostavia aihealueita anonymiteetin suojista käsin. Saatekirjelmässäni (ks. Liite 1a/b) kerroin alustavasta tutkimusasetelmastani ja tutkielmani luonteesta (pro gradu). Lisäksi pyysin vastaajia kertomaan oman ikänsä, sukupuolensa ja asuinpaikkakuntansa, sekä lähettämään vastaukset joko postitse tai sähköpostitse. Nähdäkseni siinä on hienoinen ero vastaako kirjoittaja anonymisti ja yksityisesti minulle (posti, sähköposti) vai vastaako hän anonymisti (”nimimerkin takaa”), mutta julkisesti yleiselle keskustelupalstalle. Kysymys on lähinnä erosta ”yksityisen kirjoitelman” (posti, sähköposti) ja ”julkisen puheenvuoron” (keskustelufoorumi) välillä. Postiosoitteeksi olin merkinnyt Helsingin yliopiston uskontotieteen laitoksen kanslia, jonne minulle oli varattu laatikko mahdollisia vastauksia varten; sähköpostiosoitteekseni oli merkitty Helsingin yliopiston henkilökohtainen sähköpostiosoitteeni.

Kaikki kyselyyni vastanneet osallistuivat tutkimukseen omasta tahdostaan. Suurin osa vastaajista lähetti kirjoituksensa minulle sähköpostitse. Lisäksi suurimmalla osalla oli käytössään anonymi sähköpostiosoite, niin etten tiedä heidän nimeään. Osa kuitenkin vastasi sellaisesta sähköpostiosoitteesta, joka muodostuu vastaajan etu- ja sukunimestä, niin kuin oma henkilökohtainen sähköpostiosoitteenikin. Kuten edellä kävi jo ilmi, toivoin vastaajia liittämään kirjoituksensa yhteyteen tiedot iästä, sukupuolesta ja asuinpaikkakunnasta. Lisäksi jotkut liittivät kirjoituksensa yhteyteen vielä tiedon ammatistaan. Näin ollen ”parhaassa tapauksessa”, vaikkakin tahtomattani, tiedän tiedonantajan eli vastaajan nimen, sukupuolen, iän, asuinpaikkakunnan ja ammatin.

Kaiken tämän lähtökohtana on kuitenkin tiedonantajan vapaaehtoisuus. Ensinnäkin, kirjoittajan ei olisi tarvinnut alun alkaenkaan vastata kyselyyni. Toiseksi, kirjoittaja olisi voinut luoda suhteellisen helposti ilmaisen ja anonymin sähköpostiosoitteen. Kolmanneksi, kirjoittaja olisi

voinut lähettää vastauksensa myös postitse. Neljänneksi, kirjoittaja olisi voinut jättää kaikki henkilöön viittaavat tiedot pois vastauksestaan. Toive tiedonantajan iän, sukupuolen ja asuinpaikkakunnan suhteenkin oli vain toivomus, ei velvoite. Luullakseni vastaajalla on kuitenkin syy uskoa, että hänen vastauksensa ”menee hukkaan”, jos hän ei liitä tutkijan *pyytämiä* tietoja kirjoituksensa yhteyteen.

Tiedonantajan vapaachtoisuus on suorassa suhteessa laadullisen tutkimuksen toiseen tärkeään eettiseen periaatteeseen eli **luottamuksellisuuteen** (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 39; Tuomi & Sarajärvi 2002, 128–129). Kirjoituskutsujeni loppukaneettina vakuutan käsitteleväni ”vastaukset ehdottaman luottamuksellisesti” (ks. Liite 1a ja 1b). Viittaan luottamuksellisuudella tutkijan velvollisuuteen kunnioittaa tiedonantajan anonymiteettia, niin ettei tutkimuksen välityksellä saatuja (henkilö)tietoja luovuteta ulkopuolisille eikä tutkittavien henkilöllisyys paljastu varsinaisesta tutkimuksesta. Varmistaakseni tämän olen numeroinut vastaukset ikäjärjestyksessä ykkösestä kahdeksaatoista (Kk1-18). Tutkittavien ikäjakauma muodostui lopullisessa aineistonrajauksessani 20- ja 38-ikävuoden välille. Tutkimusasetelmani muodostui lopulta senlaatuiseksi, ettei vastaajien asuinpaikkakunnalla ole kysymyksenasetteluni kannalta merkitystä. Enemmistö vastaajista on naisia (13kpl), vähemmistö miehiä (5kpl). Laadullinen aineistoni on määrällisesti niin niukka, ettei sen perustalta ole perusteltua tehdä minkäänlaisia yleistäviä huomioita vastaajien ikään tai sukupuoleen perustuen, sillä erot ja yhtäläisyydet voidaan selittää yhtä hyvin yksilöllisellä vaihtelulla. Joissain yhteyksissä mainitsen myös vastaajan iän ja/tai sukupuolen, mutta pääsääntöisesti viittaan aineistooni ainoastaan luomallani koodijärjestelmällä (Kk1-18). Tekstiaineisto on minun hallussani.

2. ELÄMÄN JA KUOLEMAN PSYKOLOGIA

Yleisteoreettisen lähtökohtanani tässä tutkielmassa toimii psykologinen konstruktivismi. Psykologinen konstruktivismi muodostuu lukuisista teoriamalleista, joissa eri tekijöiden painotukset vaihtelevat. Seuraavassa esittelen psykologi Antero Toskalan (1995a) laatiman jäsennyksen niistä taustaoletuksista, jotka voidaan katsoa yhteisiksi erilaisten psykologisen konstruktivismin suuntauksille:

- (1) Yksilö suuntautuu aktiivisesti maailman ja itsensä mielekkääseen ymmärtämiseen muodostamalla merkityksiä.
- (2) Ihmisen suhde psyyken ulkoiseen todellisuuteen muodostuu yksilöllisten merkitysten välityksellä.
- (3) Psyyken kokonaisjärjestelmä on jatkuvan muutoksen ja kehityksen alaisena.

Ihmisen elämäkulussa tapahtuvat psyykkiset muutokset voidaan kuvata psykologisen konstruktivismin valossa persoonallisten merkitysten uudelleen muotoutumisena. Toskalan (1995a, 343) katsoo, että yksilö ei ole niinkään kiinnostunut objektiivisesta totuudesta vaan mielekkäistä selityksistä oman itsensä ja ympäröivän maailman suhteen. Vakiintunut merkitys suhteessa itseensä ja maailmaan muodostaa ihmisen psyyken perustavimman rakenneyksikön. Vakiintunutta merkitystä voidaan vertauskuvallisessa mielessä pitää ”sisäisenä tutkana”, joka ohjaa ihmisen tulkintoja niin hänen sisäisistä kokemuksistaan kuin ulkoisista tapahtumista. Tällä tavoin psyykkiset prosessit rakentuvat yhtäältä kokemisen, toisaalta sen tulkinnan välisestä dynamikasta niin, että välitön kokeminen kulkee aina askeleen edellä kokemuksen selittämistä. (Emt., 343–345.)

Tämän pohjalta esittelen seuraavassa varsinaisen teoreettisen jäsennykseni. Luon aluksi kehityspsykologisen katsauksen nuoreen aikuisuuteen elämänvaiheena, jonka jälkeen esittelen psykologien Andrian Tomerin ja Grafton T. Eliasonin (1996) kehittämän kuoleman ahdistus -mallin. Lopuksi esittelen sosiaalipsykologi Roy F. Baumeisterin (1991) muotoileman elämän merkitys -teorian, sekä teoriaohjaavan sisällönanalyysin yleiset periaatteet. Nämä muodostavat sen teoreettisen ja menetelmällisen kehikon, jonka puitteissa analysoin nuorten aikuisten kirjoituksia kuolevaisuudesta.

2.1. Varhainen aikuisikä elämänvaiheena

Kehityopsykologia selittää ja kuvaa ihmisen psykofyysistä kehitystä läpi elämänvaiheiden. Perinteisesti kehityopsykologinen tutkimus on keskittynyt tarkastelemaan lapsen psyykkisten toimintojen, kuten havaintojen, kielen, älykkyyden ja motoriikan sekä sosiaalisten ja emotionaalisten taitojen kehittymistä eri ikäkausittain. (Ks. esim. Piaget & Inhelder 1977; Vuorinen 1998.) Uudemmassa tutkimuksessa huomiota kiinnitetään enenevässä määrin myös aikuistumisen, keski-ikä ja vanhuuden kysymyksiin. (Ks. esim. Uutela & Ruth 1994; Vuorinen 1998.)

Daniel Levinson (1978; 1986) on yhdessä kumppaneidensa kanssa jakanut elämänkulun neljään ikävaiheeseen: lapsuus ja nuoruus (0-22 vuotta), varhainen aikuisikä (17–45 vuotta), keski-ikä (40–65 vuotta) ja myöhäinen aikuisikä (yli 60 vuotta). Kuten voidaan nähdä, eri elämänvaiheet menevät toisiinsa nähden limittäin. Levinsonin (1978, 21–23; 1986) mukaan varhainen aikuisikä (*early adulthood*) on ihmisen ikäkausista monesti kaikkein dramaattisin. Samalla, kun yksilö etsii ikävuosien 20 ja 40 välillä aktiivisesti omaa persoonallista elämäntapaansa, hän on kuitenkin vielä kiinni lapsuutensa konflikteissa. Kysymykset itsenäisyydestä, identiteetistä ja emotionaalista pysyvyydestä ovat keskeisiä sukeutuvan aikuisiän haasteita. Näiden vuosien kulussa nuori aikuinen käy läpi vaiheita, jotka voivat olla samalla sekä tyydyttäviä että vaikeita. Varhainen aikuisikä on suurien elämänratkaisujen, kuten avioliiton, perheenperustamisen, ammatin ja asuinpaikan valinnan, aikaa. Kaiken kaikkiaan nuori aikuisuus muodostuu lukuisista siirtymistä ja niihin liittyvistä kehityksellisistä muutoksista, joiden lävitse yksilö kehittyy kohti keski-ikää.

Levinsonin (1978; 1986) mukaan ihmisellä on kussakin elämänvaiheessa sille tyypillinen elämänrakenne (*life structure*) eli tärkeiden asioiden verkosto, joka muodostaa elämän mielekkyyden perustan. Kysymys on yhtäältä siitä, millä tavoin ihminen on maailmassa, toisaalta siitä, millä tavoin maailma on ihmisessä. Elämänrakenne muodostuu yksilön suhteista ympärillä oleviin asioihin ja kohteisiin, kuten toisiin ihmisiin, yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Ihminen sitouttaa näihin kohteisiin omia toiveitaan, arvostuksiaan, taitojaan ja voimavarojaan pyrkimyksenä saavuttaa vastavuoroinen suhde. Siirtyminen elämänvaiheesta toiseen merkitsee muutosta elämänrakenteessa – toisin sanoen itselle merkityksellisten asioiden piiri laajenee tai vaihtuu samalla, kun asioiden välinen arvojärjestys muokkautuu osaltaan uudeksi. Perho ja Korhonen (1995, 325) ovat määritelleet siirtymän ”elämän pohdinnan ja arvioinnin vaiheeksi, joka sisältää useita yh-

teenkietoutuvia psykososiaalisia muutoksia ja jossa ihmisen käsitykset itsestään tai omasta elämästään muuttuvat”.

Tony Dunderfeltin (2006, 111–112) mukaan varhaisen aikuisuuden toisella neljänneksellä (noin 25–30 vuotta) pysähdytään arvioimaan omaa elämää. Tämä arviointi ei ilmene välttämättä välittömästi ulkoisessa maailmassa vaan muutos lähtee liikkeelle ajatuksista, tunnelmista ja arvostuksista. Prosessin myötä elämän suunta saattaa kuitenkin korjautua tai muuttua kokonaan toiseksi. Dunderfeltin (1992, 95) mukaan nuoren aikuisen mielessä herää tavallisesti seuraavan tyyppisiä kysymyksiä:

- mihin minä pystyn elämässäni
- pärjäänkö nyt yksin ilman perheeni tukea
- osaanko valita oikein, minulle sopivan ammatin
- miksi minä tunnen ja reagoin näin
- kuka minä oikeastaan olen
- miksi en saa mitään tehdyksi elämälleni

Elämänrakenteen sisältöä määrittävät osaltaan *kehitystehtävät* eli haasteet, jotka yksilö kohtaa tiettyssä elämänvaiheessa ja joiden menestyksellinen suorittaminen tuottaa onnellisuutta ja valmistaa kohtaamaan ja täyttämään seuraavien kehitystehtävien asettamat haasteet (ks. esim. Havighurst 1973). Levinson (1978) erottaa toisistaan neljä keskeistä tehtävää: nuorelle aikuiselle on tärkeää (1) muotoilla ”unelma” elämästä sellaisena kuin sen haluaisi elää; (2) solmia suhde johonkuhun itseä vanhempaan, jonka ottaa oppaakseen ja esikuvakseen; löytää itselle sopiva ammatti; sekä (4) muodostaa rakkaussuhde ja perustaa perhe. Näistä lähinnä vain ensimmäinen (1) ja viimeinen (4) ovat oman tutkielmani kannalta kiinnostavia. Elämän unelma on yleisluontoinen käsikirjoitus tai suunnitelma sen suhteen, mitä nuori aikuinen toivoo kokevansa ja saavuttavansa tulevaisuudessa. Unelma voi sisältää toiveita niin ammatillisen menestyksen, täyttymyksellisen perhe-elämän, turvatus taloudellisen aseman, vetoavan elämäntavan, ystävyys-suhteiden kuin monien muidenkin päämäärien suhteen. (Emt., 91–97.) Rakkaussuhteen merkityksellisyys sopii hyvin yhteen kehityspsykologi Erik. H. Eriksonin (1962) psykososiaalisen vaiheteorian kanssa. Erikson katsoo, että varhaista aikuisuutta luonnehtii nimenomaan jännite läheisyyden ja eristyisyyden välillä (Emt., 250–253). Rakkaussuhteen onnistunut muodostaminen turvaa läheisyyden ja ehkäisee eristäytymisen valmistuen kohtaamaan näin seuraavien kehitystehtävien asettamat haasteet.

2.2. Kuoleman ahdistuksesta

2.2.1. Käsitteen määrittelyä

Kuoleman psykologisessa tutkimuskirjallisuudessa ihmisen kuolemasuhdetta tarkastellaan tavallisesti kuolemanpelkojen (*fears of death*), kuoleman asenteiden (*death attitudes*) ja kuoleman ahdistuksen (*death anxiety*) näkökulmista. Tavallisesti tutkimusasetelmat ovat luonteeltaan määrällisiä tutkimuksia. Mielestäni niissä ei ole kiinnitetty aina riittävässä määrin huomiota käsitteellisten epäselvyyksien mukanaan tuomiin tutkimuksellisiin ongelmiin. Laadullisen lähestymistapani kannalta on kuitenkin ehdottoman tärkeää erottaa toisistaan kuolemaan kytkeytyvät emootiot ja asenteet. Emootio on suhteellisen lyhytkestoinen psyykinen tila, jonka laukaisee jokin kokijalle merkityksellinen tapahtuma (Helkama et al 2001). Kuolemanpelko ja -halu ovat esimerkkejä kuoleman emootioista. Asenne on puolestaan kokonaisvaltainen, myönteinen tai kielteinen suhtautumistapa johonkin sosiaalisesti merkitykselliseen kohteeseen (Helkama et al 2001). Kuoleman kieltäminen (*death dying*) ja kuoleman hyväksyminen (*death acceptance*) ovat esimerkkejä kuoleman asenteista.¹³ Sen sijaan kuoleman ahdistus voidaan ymmärtää kokonaisvaltaiseksi kokemukseksi tai olemisen tavaksi, jossa erilaiset emootiot ja asenteet risteävät (vrt. esim. Kastenbaum 1989).

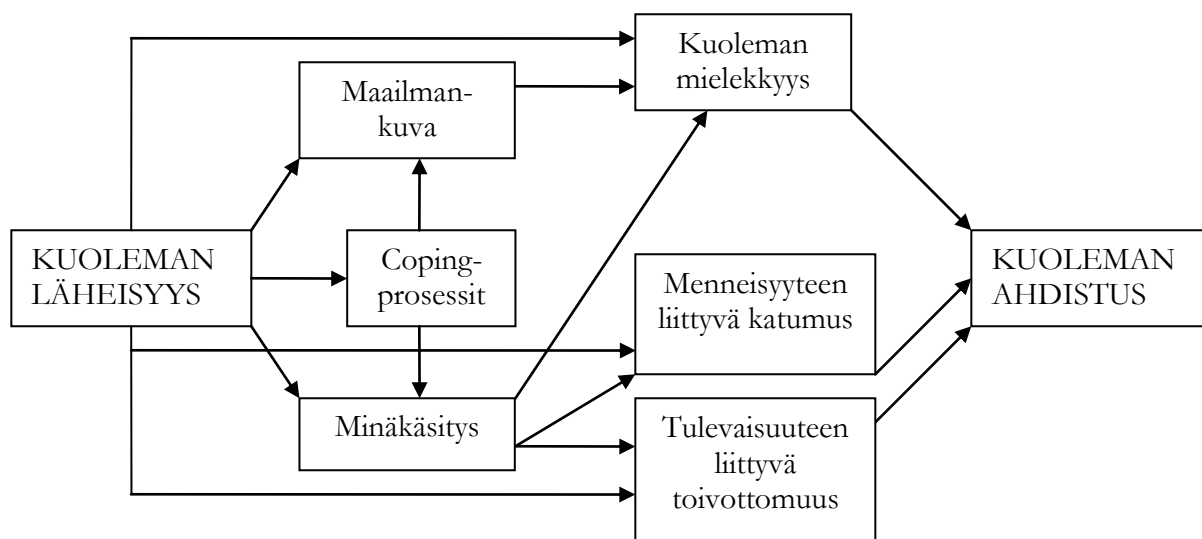
Nykyisessä psykologiassa ahdistus määritellään kokemukselliseksi tilaksi, joka on ”jonkin uhkaavan mutta epämääräisen tapahtuman jännittynyttä ja rauhattomaksi tekevää ennakointia; levotonta epätietoisuuden tunnetta” (Rachman 2004, 3).¹⁴ Siinä missä pelossa ihmisellä on selkeä uhka, jonka hän voi käsityksensä pohjalta tunnistaa, ahdistuksessa uhka on pikemminkin vertauskuvallista: senhetkinen tilanne ei ole sinänsä vaarallinen vaan uhkan tuntu syntyy siitä merkityksestä (”uhkamerkitys”), joka tilanteelle annetaan (ks. esim. Toskala 1995b). Vastaavasti, siinä missä pelko laukaisee pakenemiseen yllyttävän ärsykkeen, niin ahdistus lamaannuttaa, sillä ihminen ei tiedä, mitä pitäisi paeta, minne pitäisi paeta ja pitäisikö ylipäättäen paeta. Näin ollen Ahdistuksessa uhkasta tulee läpitunkevaa ja uhkan välttely alkaa hallita ihmisen päivittäistä elämää, sillä ihminen kokee olevansa jollakin epämääräisellä tavalla vaarassa. (Kastenbaum 1989.)

¹³ Tutkimuskirjallisuudessa tällaista erottelua ei kuitenkaan useinkaan tehdä vaan saatetaan puhua yleisesti ottaen kuoleman asenteista, jonka alle sijoitetaan kaikki mahdolliset kuolemaan suhtautumisen muodot.

¹⁴ Lääketieteen sanakirja (2007, versio 2.0a) määrittelee ahdistuksen pelon tunteeksi, ”joka johtuu sisästä tai ulkoa uhkaavan, huonosti tiedostetun vaaran ennakoimisesta”.

2.2.2. Kuoleman ahdistus -malli

Varsinaisena kuoleman psykologisena lähtökohtana on psykologien Andrian Tomerin ja Grafton T. Eliasonin kehittämä ”kuoleman ahdistus -malli” (*death anxiety model*), jonka he esittelivät ensi kertaa artikkelissaan ”Toward a Comprehensive Model of Death Anxiety” (1996). Tomerin ja Eliasonin mallin tarkoituksena on selittää kattavasti kuoleman läheisyyden (*death salience*) ja kuoleman ahdistuksen välistä suhdetta koskevaa monitulkintaisuutta ja ristiriitaisuuksia.¹⁵ Sitten he ovat testanneet mallin toimivuutta niin iäkkäämmillä (2000) kuin myös nuoremmilla (2005) aikuisilla. Mallin polttopisteessä on kysymys siitä, millä perusteilla ihmiset punnitsevat kuoleman läheisyydessä elämän ja kuoleman mielekkyyttä:



KAAVIO 1 Kuoleman ahdistus -malli (Tomer & Eliason 1996).

Kuoleman läheisyydellä viitataan siihen intensiteettiin, jolla yksilö tiedostaa kuoleman mahdollisuuden ja oman kuolevaisuutensa. Mallin lähtökohtana on ajatus siitä, että joutuessaan kuole-

¹⁵ Psykologiset tutkimukset ovat kuoleman läheisyyden ja ahdistuksen välisen yhteyden suhteen tuloksiltaan ristiriitaisia – esimerkiksi kuolemanpelon ja iän välinen korrelaatio ei ole odotettavan voimakas: ne, jotka ovat lähempänä väistämätöntä biologista kuolemaa (vanhukset), eivät kuitenkaan välttämättä koe voimakkaampaa ahdistusta lähestyvän kuoleman suhteen (Kastenbaum 1992). Itse asiassa joidenkin tutkimusten mukaan iäkkäämmät pelkäävät kuolemaa vähemmän kuin nuoremmat aikuiset (Neimeyer & Van Brunt 1995; Wong, Reker & Gesser 1994; Cicirelli 2001). Toisaalta, jotkut tutkimukset puolestaan osoittavat kuoleman ahdistuksen selkeää ja jatkuvaa kasvua biologisen iän muassa, voimistuen nuoruudesta kohti vanhuutta (Neimeyer, Moore & Bagley 1988). Kun taas joidenkin tutkimusten mukaan iän ja kuoleman ahdistuksen välinen suhde on pikemminkin kurvilineaarinen niin, että kuoleman ahdistus on voimakkaimmillaan keski-ikässä (Gesser, Wong & Reker 1987). Vastaavasti myös kuoleman ahdistuksen ja yksilön terveydentilan välinen suhde on huomattavasti oletettavaa moniselitteisempi. Aikaisemman tutkimuksen valossa niin iän kuin terveydenkin yhteys kuoleman ahdistukseen on pikemmin ympäripyöreä kuin yksiselitteisen suoraviivainen (Neimeyer & Van Brunt 1995). Näin ollen kuoleman läheisyys ei selitä riittävässä määrin kuoleman ahdistusta.

man läheisyyteen yksilö käsittelee tapahtunutta ja sen vaikutuksia omien sisäistä ja ulkoista maailmaa koskevien uskomustensa pohjalta (minäkäsitys & maailmankuva), toisaalta hän voi samanaikaisesti pyrkiä muokkaamaan siihenastisia uskomuksiaan vastaamaan paremmin senhetkistä tilannetta (coping-prosessit).¹⁶

Tomerin ja Eliasonin (1996) mukaan kuoleman ahdistusta voidaan selittää kolmen eri tekijän yhteisvaikutuksesta käsin. (1) ”Menneisyyteen liittyvä katumus” (*past-related regret*) viittaa yksilön elämälleen asettamiin täyttymättömiin odotuksiin, jotka olisi pitänyt siihen mennessä saavuttaa, mutta jotka ovat jääneet saavuttamatta. (2) ”Tulevaisuuteen liittyvä toivottomuus” (*future-related regret*) viittaa yksilön uskomukseen, jonka mukaan hän ei ennätä tai kykene saavuttamaan haluamia tavoitteita ennen kuolemaansa. Turhautuminen, pettymys, katumus ja toivottomuus oman elämänsä suhteen ilmenevät kuoleman läheisyydessä lisääntyvänä kuoleman ahdistuksena.

Vastaavasti Tomer ja Eliason viittaavat (3) ”kuoleman mielekkyydellä” (*meaningfulness of death*) yksilön käsitykseen kuolemasta joko positiivisena tai negatiivisena, järkeenkäypänä tai järjetömänä. Kuoleman mielekkyyttä voidaan Tomerin ja Eliasonin mukaan pitkälti arvioida suhteessa kuoleman hyväksymiseen. Paul T.P. Wong (1994; 2008, 66) on jakanut yhdessä kollegoidensa kanssa kuoleman hyväksymisen muodot kolmeen eri ulottuvuuteen: (a) neutraali hyväksyntä (*neutral acceptance*), (b) lähestyvä hyväksyntä (*approach acceptance*), sekä (c) pakeneva hyväksyntä (*escape acceptance*). Neutraalilla hyväksymisellä viitataan näkemyksiin, jossa kuolema hyväksytään väistämättömänä elämän loppuna. Lähestyvällä hyväksymisellä viitataan näkemyksiin, jossa kuolema nähdään porttina parempaan tuonpuoleiseen elämään. Pakenevalla hyväksynnällä viitataan käsityksiin, joissa kuolema nähdään parempana vaihtoehtona tuskalliselle elämälle.

¹⁶ Alkuperäisessä kuoleman ahdistus -mallissa (1996) puhutaan yhtäältä yksilön itseä koskevista uskomuksista (*beliefs about the self*), toisaalta hänen maailmaa koskevista uskomuksistaan (*beliefs about the world*). Erilaisia coping-prosesseja ovat muun muassa elämänarvointi (*life review*) ja -suunnittelu (*life planning*), ”kulttuurinen identifioituminen” (*identification with one's culture*) sekä ”itsensä ylittämisen prosessit” (*self-transcending processes*). Esimerkiksi elämänsuunnittelulla yksilö voi pyrkiä mukauttamaan omia odotuksiaan, toiveitaan ja päämääriään tulevaisuuden suhteen paremmin nykyistä tilannetta ja resursseja vastaaviksi – ja tätä kautta vähentää tulevaisuuteen liittyvää toivottomuutta. Toisaalta, elämänarvioinnin avulla yksilö voi pyrkiä rakentamaan mielekkäämmän kertomuksen omasta menneisyydestään, joka samalla muokkaa hänen käsitystään omasta itsestään eli itseä koskevia uskomuksia. Nämä tekijät vaikuttavat sekä yhdessä että erikseen käsityksiin kuoleman ja elämän mielekkyydestä.

2.3. Elämän merkitys -teoria

Mikäli me haluamme elää todella tietoisina olemassaolostamme emmekä vain hetkestä toiseen, meidän täytyy ennen muuta voida tuntea elämämme merkitseväksi ja tärkeäksi. Elämän merkityksen oivaltaminen on silloin meidän suurin tarpeemme ja vaikein saavutuksemme. Monet ovat menettäneet elämänhulnusa ja lakanneet yrittämästä, kun eivät ole löytäneet tarkoitus elämälleen. Elämän merkitys ei selviä kenellekään yhtäkkiä jossakin tietystä iässä kronologisen kypsyys myötä. Päinvastoin juuri selvä oivalus siitä, mikä merkitys omalla elämällä on tai pitäisi olla, on merkinä sisäisen kypsyys saavuttamisesta. Se taas on pitkän kehityksen lopputulos: kunakin ikäkautena me pyrimme löytämään ja meidän täytyy löytää elämäämme merkitystä, joka on sopusoinnussa meidän siihenastisen sisäisen kehityksemme kanssa. (Bettelheim 1994 [1975], 9.)

Roy F. Baumeisterin (1991; 1996) mukaan ihmisellä on myötäsytynyt tarve kokea elämänsä merkitykselliseksi.¹⁷ Elämän merkitys (*meaning of life*) rakentuu neljästä keskeisestä tekijästä käsin, jotka tyydyttävät elämän mielekkyyden kannalta välttämättömiä tarpeita ja joiden puute altistaa ahdistukselle, kärsimykselle, tyhjyyden ja merkityksettömyyden kokemuksille. Näistä Baumeister käyttää nimitystä elämän ”alemmman tason merkitykset” (*low-order meaning*). Baumeisterin mukaan ihmiset, jotka kykenevät tyydyttämään nämä neljä tarvetta, kokevat elämänsä yleisesti ottaen mielekkääksi.

Ensimmäinen tarve on (1) **tarkoitus** (*purpose*), jolla viitataan siihen, että ihmisellä on tarve tulkita tapahtumat tarkoitukselliseksi. Tarkoituksellisuus sitoo yhteen sellaisetkin tapahtumat, jotka ovat ajallisesti etäällä toisistaan – mikään ei tapahdu syyttä, vaan maailmassa ilmenevillä seurauksilla on aina aiheuttajansa, johon ne voidaan palauttaa. Filosofisessa mielessä voitaisiin puhua intentionaalista ajattelusta, ihmisen päämääräsuuntautuneisuudesta. Tarkoitus viittaaakin yhtäältä ulkoisiin päämääriin (*goals*), toisaalta sisäisiin täyttymyksiin (*fulfillment*).¹⁸ Ihminen voi

¹⁷ Vrt. Spiro 1987. Kulttuuriantropologi Melford E Spiro (1987, 209) mukaan ihmisellä on luontainen halu tietää, ymmärtää ja löytää merkitys. Spiro (1987, 206) katsoo, että inhimillinen käyttäytyminen on intentionaalista eli tarkoituksellista: sitä motivoi aina jonkin tarpeen (*need*) tyydyttäminen. Tarpeen käsitteellä Spiro viittaa yhtäältä psykologisiin haluihin (*desire*), toisaalta sosiologisiin puutteisiin (*want*). Vrt. edelleen ”Intentionaalinen psykologia”, jossa intentionaalisuudella tarkoitetaan psykologisia tiloja (aikomusta, uskomusta, halua, pelkoa jne.), jotka ovat suuntautuneet kohti jotakin seikkaa. Ne ovat propositionaalisia eli sisällöllisiä asenteita, joilla voi olla kaksi suuntaa: joko (1) maailman esittäminen (= uskomukset) tai (2) maailman muuttaminen (=halut/puoltavat asenteet; pyrkimys vaikuttaa asiantiloihin maailmassa). Intentionaalisten tilojen välillä on sisällöllinen yhteys (ei kausaalinen). Esim. uskomuksella on sisältö, josta käsin voidaan päätellä joukko muita uskomuksia, mutta ne eivät seuraa kausaalisesti toisista uskomuksista. Tässä mielessä intentionaalisten tilojen rationaalisuus merkitsee sitä, että uskomukset ja halut ovat sisällöllisesti yhteensopivia, ja edelleen toiminnan rationaalisuus sitä, että yksilön käyttäytyminen on sopusoinnussa toimijan uskomusten ja halujen kanssa. Intentionaalisen psykologian mukaan inhimillistä toimintaa ohjaavat siis uskomukset maailmassa vallitsevista asiantiloista ja halut tiettyjen asiantilojen vallitsevuudesta. (Ks. esim. Carruthers & Smith 1996.)

¹⁸ Vrt. Ojanen (2005); Puolimatka & Airaksinen (1994). Psykologian professori Markku Ojasen (2005, 34) mukaan *tarkoitus* viittaa lopulliseen selitykseen tai päämäärään. ”Kun elämällä on tarkoitus, se tarkoittaa, että elämä on osa jotakin suurempaa kokonaisuutta tai suunnitelmaa”, hän kirjoittaa. Puolimatkan ja Airaksisen (1994, 218) mukaan elämän tarkoituksessa on kyse yksilön itselleen asettamista *päämääristä*: ihminen pyrkii saavuttamaan tietyn asian tai ottilan tai kehittämään itseään sisäisesti, saavuttamaan jonkin luonteenomaisuuden, jota hän pitää toivottavana.

kokea menneet, nykyiset ja tulevat tapahtumat merkityksellisinä, jos ne johtavat joko kohti toivottuja päämääriä (esim. työpaikka, varallisuus) tai täyttymyksiä (esim. onnellisuus, vapaudus).

Baumeisterin (1991, 36–41; 1996) mukaan toinen elämän merkityksellisyyden kannalta keskeinen tarve on (2) **arvo** ja **oikeutus** (*value and justification*). Toisin sanoen, tarve omata sellaiset luotettavat moraaliset kriteerit, joiden puitteissa ihminen voi arvioida omien valintojensa oikeutusta sekä määritellä tekonsa hyväksi ja suunnata omaa toimintaansa. Sanonnassa ”tarkoitus pyhittää keinot” kiteytyy se, millä tavoin ihminen voi pyrkiä oikeuttamaan omaa toimintaansa sen mukaan, mihin se on suuntautunut. Samalla tarve oikeuttaa kietoutuu tarpeeseen kokea toiminta tarkoituksellisenä. Ihmisellä on myös tarve löytää oikeutus niille teoille, jotka ovat suuntautuneet häntä kohden, niille tapahtumille, jotka ovat aiheuttaneet kärsimystä – toisin sanoen selittää oma ja toisen kärsimys ja maailmassa ilmenevä paha jollakin mielekkäällä tavalla.¹⁹

Kolmas tarve on (3) **vaikuttavuus** (*efficacy*). Ihmisillä on tarve uskoa, että he hallitsevat tapahtumien kulkua ainakin jossain määrin. Ihmisillä on tarve uskoa, että heidän toiminnallaan on merkitystä. Elämän mielekkyydessä ei ole siis kysymys vain siitä, onko ihmisellä arvokkaita päämääriä vaan yhtäläiseen siitä, missä määrin hän kykeneväinen saavuttamaan itselleen asettamansa päämäärät, elämälleen asettamat tavoitteet. (Baumeister 1991, 41–44.) Esimerkiksi ihmiset, jotka ovat jättäneet poliittisissa vaaleissa äänestämättä, perustelevat usein päätöstään toteamalla, ettei sillä olisi ollut kuitenkaan mitään merkitystä. Toisin sanoen, ihminen kokee, että se on aivan sama, äänestääkö hän vai jättääkö äänestämättä, koska sillä ei ole kuitenkaan mitään vaikutusta politiikan kulkuun. Vastaavasti esimerkiksi kansalaisjärjestötoiminnassa on läsnä voimakas usko omiin vaikutusmahdollisuuksiin tai ainakin pyrkimys lisätä tunnetta vaikuttavuudesta – käsitys siitä, että välinpitämättömyys ja passivoituminen eivät ainakaan edesauta maailman kehitystä toivottuun suuntaan.

Neljänneksi elämän merkityksen kannalta keskeiseksi tarpeeksi Baumeister (1991, 44–47; 1996) nimeää (4) **omanarvontunteen** (*self-worth*). Voidakseen kokea oman elämänsä mielekkääksi, ihmisen täytyy kokea itsensä jollain tapaa arvokkaaksi niin omissa kuin muidenkin silmissä.

Elämän tarkoituksen perustana voivat olla siis joko *suoritusarvot* – yksilö haluaa tehdä tai saada toteutetuksi elämänsä aikana jotakin itselleen arvokasta ja merkityksellistä – tai *persoonarvot* – hän haluaa kehittyä elämänsä aikana tietynlaiseksi ihmiseksi.

¹⁹ Tähän liittyen psykologiassa on tutkittu muun muassa ihmisten ”uskoa oikeudenmukaiseen maailmaan” (*belief in just world*; ks. esim. Chasteen & Madey 2003).

Omanarvontunne voi ilmetä niin itseluottamuksena, hyvänä itsetuntona, kokemuksena muiden ihmisten hyväksynnästä ja rakkaudesta. Kysymys ei ole niinkään toiminnasta ja teoista, kuten vaikuttavuudessa, vaan ominaisuuksista, persoonallisuudesta ja sisäisestä potentiaalista. Edelleen kysymys on tarpeesta kokea olevansa ainutlaatuinen – erityinen suhteessa muihin – mutta toisaalta tarpeesta kuulua joukkoon, käsittää itsensä merkitykselliseksi osaksi jotakin suurempaa.

Elämänmuutosten (*life change*) yhteydessä ihmisen elämänrakenne muuttuu ja samalla ihminen joutuu osaltaan luopumaan niistä asioista, jotka ovat aikaisemmin tyydyttäneet elämän merkityksen kannalta keskeisiä tarpeita (Baumeister 1991, 295–327; ks. myös Perho & Korhonen 1995). Äkilliset tai sietämättömän pitkälliset muutosprosessit aiheuttavat kärsimystä, joka voidaan ymmärtää elämän merkityksen puutteena. Tällöin yksi tai useampi elämän merkityksen kannalta keskeinen tarve ei löydy tyydytystään. (Baumeister 1991, 232–268.) Esimerkiksi vakava sairaus voidaan ymmärtää elämänmuutoksena, joka kyseenalaistaa vähintäänkin ihmisen vaikuttavuuden tunteen, mutta se voi kyseenalaistaa myös ihmisen itsensä käsityksen itsestään tai muuttaa muiden ihmisten suhtautumista, samalla kun ihminen menettää kykynsä tavoitella sellaisia päämääriä tai täyttymyksiä, jotka soivat ennen tarkoituksellisuutta hänen elämäänsä. Vakavassa sairaudessa ihminen voi kokea elämänsä mielekkääksi, jos hän kykenee arvioimaan uudelleen oman tilanteensa.²⁰

Baumeisterin (1991, 58–74) mukaan ihminen jäsentää elämäänsä myös ”ylemmän tason merkityksillä” (*high-order meanings*). Nämä ylemmän tason myyttiset merkitykset saavat usein keskeisen roolin sellaisissa olosuhteissa, joissa alemman tason merkitykset kyseenalaistuvat tai estyvät täyttymästä.²¹ Kysymys on asioiden ja tapahtumien välisiä suhteita koskevista perimmäisistä ennako-oletuksista, joista ihmiset eivät ole yleisesti ottaen edes tietoisia tai joita he eivät ole kykeneväisiä artikuloimaan huolimatta siitä, että ne kuitenkin vaikuttavat heidän käyttäytymisensä taustalla. Tällaisia oletuksia ovat ensinnäkin (a) ”myytti täydellisyydestä” (*myth of completeness*): oletus siitä, että kaikkeen on löydettävissä jokin ratkaisu tai vastaus. Toiseksi, (b) ”myytti yhtenäisyydestä” (*myth of consistence*): oletus siitä, että tapahtumat noudattavat johdonmukaisuutta. Kolmanneksi, (c) ”myytti jatkuvuudesta” (*myth of persistence*): oletus siitä, että asiat säilyvät pääpiirteissään ennallaan. Sekä neljänneksi, (d) ”myytti täyttymyksestä” (*myth of fulfillment*): oletus siitä, että lopullinen onni tai rauha lopulta löytyy. Ylemmän tason merkitykset

²⁰ Vrt. elämänarviointi ja -suunnittelu edellä.

²¹ Vrt. Giddens (1991) ”ontologinen turvallisuus” (*ontological security*).

muodostavat laajimman mahdollisen kehyksen, jonka puitteissa ihminen voi jäsentää omaa elämäänsä. Yleisesti ottaen ihmisillä ei ole tarvetta tietoisesti artikuloida merkityksellisyyden tunnettaan ylemmän tason merkityksin. Baumeister (1991) katsoo, että ihmiset orientoivat elämäänsä ylemmän tason merkityksin nimenomaan sitoutuessaan henkilökohtaisesti uskonnollisiin, ideologisiin tai elämänfilosofisiin näkökantoihin.

2.4. Teoriaohjaava sisällönanalyysi

Sisällönanalyysi on laadullisen aineiston perusanalyysimenetelmä. Sitä voidaan pitää paitsi yksittäisenä metodina, myös väljänä teoreettisena kehyksenä, joka voidaan liittää osaksi erilaisia analyysikonaisuuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 93.) Laadullisessa analyysissä puhuttaessa erotetaan tavallisesti toisistaan *induktiivinen* (yksittäisestä yleiseen) ja *deduktiivinen* päättely (yleisestä yksittäiseen). Aineistolähtöinen sisällönanalyysi liitetään yleensä induktiiviseen päättelyyn, kun taas deduktiivinen päättely liitetään tavallisesti teorialähtöiseen tutkimukseen. Tästä jaottelussa jätetään huomiotta *abduktiivinen* päättely, joka on kolmas tieteellisen päättelyn logiikka. Se yhdistyy tavallisesti teoriaohjaavaan (teoriasidonnainen) sisällönanalyysiin, joka on minun menetelmällinen lähtökohtani tässä tutkielmassa. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 96–97.)

Edellisissä luvuissa olen esitellyt niin kehityspsykologisia käsityksiä varhaisesta aikuisiästä, kuoleman psykologisen kuoleman ahdistus -mallin sekä sosiaalipsykologisen elämän merkitys -teorian. Tarkoitukseni ei ole kuitenkaan testata näiden teoreettisten mallien toimivuutta oman aineistoni valossa. Sen sijaan ne ohjaavat tutkimusaineistoni analyysia ja siitä tuottamiani havaintoja. Olen sisäistänyt positivistisen tieteenihanteen kritiikistä kummunneen käsityksen ”havaintojen teoriapitoisuudesta”. Siksi analyysini on jo lähtökohtaisesti *teoriaohjaava*. Tarkoitin tällä sitä, että olen pyrkinyt edellä eksplikoimaan ne käsitteellistykset, joiden näkökulmasta tarkastelen omaa tekstiaineistoani. En tuota ”puhtaita” havaintoja, koska sellaisia ei ole olemassaakaan, vaan tuotan teoreettisia havaintoja. Tuottamisella viittaan konstruktivistiseen tieteenkäsitteeseen sekä toisaalta tutkimusprosessiin kirjoitusprosessina, jossa sen lisäksi että havainnot ilmenevät jo lähtökohtaisesti teoriapitoisina, ne myös ilmaistaan kielelliseen asuun puettuna, joka on minun subjektiivinen rakennelmani.

Filosofi David K. Henderson on muotoillut teoksessaan *Interpretation and Explanation in the Human Sciences* (1993) näkemyksensä ihmistieteellisen tutkimuksen tulkinnallisista periaatteista. Hendersonin mukaan tulkinta etenee kahdessa vaiheessa, jossa kussakin nojaututaan erilaisiin periaatteisiin. Tulkinnan ensimmäisessä vaiheessa nojaututaan ”suopeuden periaatteeseen” (*the principle of charity*), jonka avulla muodostetaan alustava tulkintakehys. Tässä vaiheessa tulkitsejä olettaa, että tutkittavien uskomukset ovat tosia ja ristiriidattomia. Tulkinnan toisessa vaiheessa siirrytään ”selitettävyyden periaatteeseen” (*the principle of explicability*), jossa suopeaa tulkintaa korjataan suhteessa aineiston kokonaisuuteen ja teoreettisen viitekehyksen tarjoamaan – tässä tapauksessa psykologiseen – ymmärrykseen.

Seuraavassa lähden analysoimaan nuorten aikuisten kirjoituksia näistä teoreettisista ja menetelmällisistä kehyksistä käsin. Keskeisen analyysiani ohjaavan kehyksen muodostavat Tomerin ja Eliasonin kuoleman ahdistus mallissaan muotoilema ymmärrys kuoleman läheisyyden ja kuoleman ahdistuksen suhdetta määrittävistä tekijöistä eli menneisyyteen liittyvästä katumuksesta, tulevaisuuteen liittyvästä toivottomuudesta ja kuoleman mielekkyydestä; sekä sosiaalipsykologinen ymmärrys ihmisestä elämän merkityksiä koskevista tarpeista käsin motivoituvana olentona. Yhdessä nämä psykologiset kehykset muodostavat teoreettisen synteesin, josta käsin orientoituneen tarkastelemaan nuorten aikuisten kirjoituksia kuolevaisuudesta. Tämän pohjalta tavoitteenani on tuottaa aineistostani paras mahdollinen kuvaus, tulkinta ja selitys.

3. ÄKILLISESTI KUOLEVAINEN

3.1. Poissaoleva kuolevaisuus

Suhtautumiseni kuolemaan on aiemmin ollut ehkä tyyppillinen nuorille: ikääntyneemmät ihmiset kuolevat ja kuolema ei liity itseeni mitenkään. Oma kuolevaisuuttani en siis ole juurikaan tullut pohtineeksi. Vaikka olen hyvin tiedostanut, että nuoretkin ihmiset kuolevat, silti olen itse ajatellut olevani jotenkin sen ulkopuolella? olen odottanut automaattisesti itse eläväni vanhuuteen asti. (Kk5)

Analyysini aluksi tarkastelen nuorten aikuisten kirjoituksissa ilmeneviä tapoja *kieltää* oma kuolevaisuus, joka luo samalla pohjan seuraavien lukujen kärsimyksen ja kuoleman ahdistuksen teemoille. Kirjoitus (Kk5), josta olen edellä siteerannut vain lyhyen alkukatkelman, käsittelee kokonaisuudessaan kuoleman kieltämisen ja ahdistumisen välistä jännitettä. Yllä olevassa aineistolainauksessa esitellään joukko henkilökohtaista kuolevaisuutta koskevia oletuksia, joihin on aikaisemmin sitouduttu ja joita pidetään nuorille tyyppillisinä:

- (1) vanhusten kuoleminen on luonnollista;
- (2) elämä jatkuu odotettavasti vanhuuteen;
- (3) minä *itse* olen haavoittumaton, vaikka myös nuoret voivat kuolla

Kuolevaisuuden kieltäminen merkitsee tässä sen kieltämistä, että kuolema olisi itselle *ajankohtainen*: kuolevaisuuden ajatellaan aktualisoituvan vasta siinä vaiheessa, kun se on ”luonnollista”. Ranskalaisen sosiologin ja yhteiskuntateoreetikon, Jean Baudrillardin, mukaan kuoleman ulossulkeminen tapahtuu biologisoimalla se, muuttamalla se ”luonnolliseksi” (ks. Arppe 1992, 134). Nuorten aikuisten kirjoituksissa vanhusten kuoleman luonnollistamisen voikin nähdä tapana etäännyttää kuolema, niin että se on mahdollista kohdata tarvitsematta käsitellä sitä suhteessa omaan kuolevaisuuteen.²²

Kuolema ei ole osunut kovin lähelle omassa suvussa tai ystäväpiirissä, mutta joidenkin kaukaisempien ihmisten kuollessa on tullut usein mietittyä, että sama rajallisuus koskettaa myös omaa elämää. Luulen, että oikeasti kuolema on silti ollut minulle paljolti ”se tapahtuu muille” -asia. (Kk12)

²² Tämän tyyppinen ajatusmalli on omiaan eristämään paitsi kuoleman ja kuoleamisen, myös vanhukset muun elämän piiristä (vrt. Gothóni 1987, 141–142). Carol Komaromy ja Jenny Hockey (2001) ovat tutkimuksessaan englantilaisen vanhainkodin työntekijöiden keskuudessa tunnistaneet vastaavan diskurssin, jonka taustalla he näkevät selkeän pyrkimyksen etäännyttää kuolema aikuisten valtaapitävästä ryhmästä. Yksinkertaisuudessaan tämä tapahtuu erottamalla toisistaan ”aikuisen” ja ”vanhuksen” kategoriat, mikä tuottaa edelleen jaon ”meihin” ja ”heihin”. Näin kuolema liitetään meistä erilliseen *toisenteen*, vanhusten kategoriaan, heidän ominaisuudekseen. Näin kuolema nähdään kuuluvan vain vanhuuteen ja vanhan ihmisen kuolema ymmärretään ongelmattomana, ”luonnollisena”. Vrt. luku ”Epikuroslainen nautinto ja kuolemanpelosta vapautuminen”.

Kuoleman etäännyttäminen tapahtuu liittämällä se yhtäältä asioihin, jotka eivät kosketa itseä, sekä toisaalta ihmisiin, jotka eivät ole kovin läheisiä – joiden kuolemalla ei ole merkitystä oman elämän suhteen. Kuolema on poissaoleva, näkymätön, epätodellisen kaukainen, jossakin ha-
massa tulevaisuudessa, liian kaukaisessa ollakseen kiinnostava, merkityksellinen. Kuolema on ulkoistettu johonkin ”toiseen”, joka ei ole ”minä”:

Luulenkin, että kuolema ja kuolevaisuus vaikuttavat elämääni negaation kautta. Se on taustalla oleva to-
tuus, jota en liitä omaan ajatteluuni. Tässä vaiheessa on syytä selvittää, että puhuessani ”ajattelustani”
tarkoitoin sitä minää, joka koen olevani ja jonka vain minä itse voim ”kokonaan” tuntea. Ruumiini, vaikka
tietenkin on tärkeä osa kokonaisuutta ja vaikuttaa minään, on ulkoinen. Kuolemaa en liitä minääni, mutta
ruumiiseeni se ylettää. Ja tämä on mielestäni se negaatio josta puhuin. Sijoittamalla kuolemaan liittyvät
ajatukset ruumiiseeni tai muihin ihmisiin ja ympäristöön tavallaan ulkoistan kuoleman. Sitä ei ole olemas-
sa sisäiselle minälleni. Ulkoistaminen on varmaan nuoruudesta johtuvaa. Kuolema, jonka länsimaissa lii-
tämme vanhuuteen, on kyllin kaukana ja näin voimme tehdä elämänratkaisujamme pohtimatta sitä. (Kk1)

Jari Nurmen (1992) tutkimuksen mukaan nuorten aikuisten tulevaisuuteen orientoituminen rajoittuu niihin tekijöihin, jotka ovat omalla kohdalla odotettavissa. Nuorella aikuisella olisi kognitiiviset edellytykset kuvitella vanhuutta (abstraktina), mutta hänen voi olla vaikea nähdä itsensä vanhuksena, siihen liittyvine rajoitteineen (konkreettisenä). Siksi kuolemakaan ei tunkeudu kaikessa konkreettisuudessaan nuoren aikuisen tajuntaan. Silmiinpistävää yllä olevassa katkelmassa (Kk1) on se, kuinka kuoleman etäännyttämisen taustalta paljastuu määritelmän mukainen kartesiolainen ihmiskäsitys.²³ Kuolema on negaatio, jonka kautta yksilö määrittelee itsensä irrottautumalla ajatuksen tasolla omasta ruumiistaan, muista ihmisistä ja maailmasta ympärillään. Ihmisen yksilöllisyys näyttäytyy kiinteänä ja muuttumattomana suhteessa toiseuteen, joka jää itsen ulkopuolelle – siihen osaa todellisuutta, johon kuolemalla on valtansa ja vaikutuksensa. Toisaalta juuri kuoleman etäännyttäminen mahdollistaa sen ajattelemisen, analysoimisen ja siitä puhumisen²⁴, jopa omien hautajaisten suunnittelemisen:

²³ Kartesiolaisessa traditiossa yksilön ”minä” (tässä: ”ajatteluni”) erotetaan henkisenä tietoisuutena kaikesta ulkoisesta materiasta, myös yksilön ruumista. Ajattelevan minän vastapoolina on fyysinen, ulottuvainen, osista koostuva maailma. Ruumis on ikään kuin astia, jossa mieli pitää asuntoaan. Kyse on siis klassisesta mieli/ruumiserottelusta. Ruumis on kaikkea sitä, mitä moderni biologia, fysiologia ja anatomia voivat ruumiin mekanismeista kertoa, mutta ihmisen ajattelu on jotain aivan muuta, erillinen substanssi – asia, jonka voi, kartesiolaisen tradition mukaan, todentaa ajattelemalla ajatteluaan, tarkastelemalla itseään ajattelun prosessissa. (Laine & Kuhmonen 1995) Vrt. sosiologi Zygmunt Bauman (1992, 129–160), joka kirjoittaa teoksessaan ”Mortality, Immortality and Other Life Strategies” kuolevaisuuden dekonstruomisesta (*deconstruction of mortality*). Modernissa ajassa ja yhteiskunnassa kuolevaisuus Baumanin mukaan hajotetaan tai puretaan niin, että ihminen ei enää kuolekaan omaan kuolevaisuuteensa vaan kuoleminen nähdään seurauksena ruumiintiloista, jotka ovat lääketieteellisin menetelmin manipuloitavissa. Näin ollen kuolemiselle voidaan lähes poikkeuksetta löytää jokin paikannettavissa oleva syy – vakava sairaus, onnettomuus, murha jne. – joka olisi periaatteessa voitu ehkäistä tai parantaa tietyn lääketieteellisen toimenpitein. Kuolemasta tulee näin tietystä mielessä kontingenttia – jotakin sellaista, joka on viime kädessä riippuvaista lääketieteellisten hoitojen tehokkuudesta ja terveiden elämäntapojen ylläpidosta. Toisin sanoen, kysymys on pitkälle viedystä elämänhallinnasta.

²⁴ Aili Nenolan (1985, 73–74) mukaan myös kaikki psykologiset, sosiologiset, historialliset ja antropologiset tutkimukset voidaan nähdä oireena kuoleman kieltävästä ilmapiiristä. Nenolan mukaan vaikuttaakin usein siltä,

Oma kuolevaisuus ja mm. omien hautajaisten miettiminen on minusta tuntunut aina luonnolliselta. (...) Tuntui kuitenkin turvalliselta miettiä omaa kuolemistaan siinä mielessä, että olin terve ja olen terve eikä kuolema siis sairaudesta johtuen ole jatkuvasti läsnä. Tuntui siltä, että asiaa voin miettiä kaikessa rauhassa, mutta eihän itse kuolema kosketa minua kuitenkaan vielä vuosiin. Asian tarkastelemista etäältä toisin sanoen. Näiä, sillä koskaanhan emme tiedä lähdön hetkestä. (Kk14)

Nuorten aikuisten kirjoituksissa kuolevaisuuden kieltämisen teeman voikin nähdä kuvauksena siitä, millä tavoin kuolema liitetään mielekkäällä tavalla osaksi elämän kokonaisjärjestelmää. Luonnollisiin syihin palautettava ”luonnollinen kuolema” on hallittavissa ja ennustettavissa, koska se noudattaa tiettyjä säännönmukaisuuksia, joita voidaan asianmukaisin toimenpitein muunnella ja kontrolloida. Kieltämällä kuoleman ajankohtaisuus, luonnollistamalla se elämänmuutokseksi, joka aktualisoituu vasta vanhuudessa, nuori aikuinen voi jatkaa elämäänsä, koetella rajojaan, ilman absoluuttisen uhkan tuntua:

Luulen, että itseni ja sukupolveni käsitys verrattuna vanhempieni tai isovanhempieni ikäisten suhtautumiseen elämän arvokkuudesta ja kuoleman vakavuudesta on erilainen. Nuoremmat eivät välttämättä pidä elämää niin arvokkaana lahjana. Elämää voi tuhllata, hengissä pysymiseen ei välttämättä panosteta, kuolemasta voidaan vitsailla ja kuolemaan voidaan liittää glamouria. Kuoleman kanssa voidaan flirttailla, oman elämän ja kuoleman rajaa voidaan koetella esimerkiksi käyttämällä rajusti päihteitä ja lääkkeitä, käyttäytymällä itsetuhoisesti tai harrastamalla riskialttiita lajeja. Pyritään elämään hetkessä, kunhan vaan saadaan riittävän vahvoja kokemuksia - ei väliä vaikka seurauksena olisi kuolemakin. (Kk5)

Yllä siteerattu kirjoitus yltyy moraaliseksi puheenvuoroksi, jonka kärki – yleistävästä sävystään huolimatta – on kuitenkin hyvin itsekriittinen kyseenalaistaen henkilökohtaisten käsitystensä mielekkyyden ja oikeutuksen. Se on puheenvuoro vastuuttomuudesta ja välinpitämättömyydestä, jotka ilmenevät äärimmillään kuolemahakuisuutena. Kirjoituksen mukaan elämän arvokkuus on yhteydessä kuoleman vakavuuteen – toisin sanoen, mitä suuremman uhkan kuolema aiheuttaa, sitä suuremman merkityksen se langettaa elämän ylle.

”etteivät ne ole muuta kuin yksi yritys lisää kieltää kuolema saattamalla se tieteellisen tarkastelun kohteeksi, analysoimalla se osiin, lyhyesti sanottuna etäännyttämällä kuolema tutkimuskohteeksi”.

3.2. Kärsimyksestä esiinpistävä kuolevaisuus

Olen opiskellut sosiaalialaa ja syvälliset ja vaikeatkin aihepiirit ovat olleet täysi-ikäisyydeksi varttumiseni jälkeen aina läsnä. Useisiin aiheisiin törmäsin nuorempana vähän kuin varoittamatta, ymmärtämättä aikaisemmin kyseisiä ahdistuksen aiheita olevan olemassakaan tai ainakaan koskettavan minua läheltä. Tällaisia ovat esimerkiksi psyykkiset sairaudet, läheisen menettäminen päihteille, seksuaalirikokset, itsemurhat. En tiedä oliko tässä yksi syy mikä sai minut pohtimaan omaa elämäni ja kuolemani. Ainakin se on ollut syy, mikä on saanut minut ymmärtämään elämän moninaisuutta ja sen synkkiäkin puolia. (KK14)

Ihmiselämä kaikkine elämänvaiheineen ja kehityksellisine haasteineen on fyysis- psyykkis- sosiaalinen muutosprosessi, jonka sivutuotteena syntyy kärsimystä. Suhteellinen kärsimys on hyvän elämän reunaehto, mielihyvän varjopuoli, maailmassa olemisen kustannus. Voidaan ajatella, että kuhunkin elämänvaiheeseen liittyy sitä määrittelevä ja sille luonteenomainen kärsimyksensä, joka on osa tavanomaista elämää ja joka edesauttaa yksilön kehittymistä kohti seuraavan elämänvaiheen haasteita (vrt. Utriainen 2004, 226). Yleensä kärsimys kuitenkin tunnistetaan varsinaiseksi kärsimykseksi vain silloin, kun se yltyy suhteettomaksi.²⁵ Suhteettomassa kärsimyksessä elämän muutosprosessi joko kiihtyy tai hidastuu niin rajusti, äkillisesti tai pitkällisen sietämättömäksi, ettei ihmiseltä löydy riittäviä fyysisiä, psyykkisiä ja/tai sosiaalisia resursseja sen käsittelemiseksi. Toisin sanoen, kärsimys kyseenalaistaa ihmisen kyvyn tuottaa elämää jäsentäviä merkityksiä (vrt. Honkasalo, Utriainen & Leppo 2004).

Kuolema on piste, jossa elämän muutosprosessi katkeaa. Kirjoituksissaan nuoret aikuiset kertovat monista kärsimyksen aiheista, kuten masennuksesta ja läheisen kuolemasta. Kärsimyksellä on usein juurensa syvällä lapsuudessa ja nuoruudessa, mutta toisinaan kysymys on hyvinkin tuoreista elämänmuutoksista. Nämä kokemukset ovat samalla keskeisin selittävä tekijä varhaiselle kuolematietoisuudelle – ymmärrykselle siitä, että elämä on rajallista, että minä itse olen rajallinen. Kyseenalaistamalla kirjoitusten nuorten aikuisten olettamukset henkilökohtaisesta havoittumattomuudesta, elämän jatkuvuudesta ja kestävyydestä kärsimys luo tarpeen pohdiskella elämän ja kuoleman mielekkyyttä. Kärsimyksen myötä kuolemasta tulee elämässä läsnä oleva ja ajankohtainen kysymys, joka täytyy ratkaista sen myötä, kun sitä ei kykene enää täysin kieltämään. Kirjoitusten nuoret aikuiset ovat tietoisia elämän rajallisuudesta ja kuoleman väistämättömyydestä, mutta *epätietoisia* kuoleman ajankohdasta. Tämän yhtälön ratkaisemattomuus luo pohjan kuoleman ahdistukselle:

²⁵ ”Suhteellisella” viitataan yhtäältä kohtuulliseen ja ”suhteettomalla” kohtuuttomaan kärsimykseen. Toisaalta viitataan ”suhteellisella” sellaiseen kärsimykseen, joka on jossakin käsitettävässä merkityksessä muuhun elämään, kun taas ”suhteetonta” on sellainen kärsimys, jossa tällaista merkityssuhdetta ei kyetä tavoittamaan.

Mitä nyt muistan ala-asteajoista mitään, niin masennuin joskus kolmannen luokan tietämissä. Olin hyvin ahdistunut. Tulin miettineeksi masennuksen syitä tässä (varhais?)aikuisiällä (24v.), ja tulin siihen tulokseen, että masennuin siksi, että pelkäsin vanhempieni kuolemaa. Kukaan ei koskaan selittänyt minulle, miksi ihminen kuolee, ja mitä järkeä koko elämässä oikeen on. (Kk3)

ajattelin vastata kyselyysi koska aihe on minulle erittäin henkilökohtainen ja tuore. menetin avomieheni kolme kuukautta sitten yllättäin ja traagisesti. olimme yhdessä melkein yhdeksän vuotta, aloimme seurustella 16 vuotiaina ja sain viettää hänen kanssaan yhden suuren osan elämästäni. suru on siis vielä kovin tuoretta ja epäusko hänen kuolemastaan valtava. sanotaan että aika parantaa mutta kuoleman lopullisuus ja sen hyväksyminen vie varmasti aikaa. siinä siis syy siihen miksi olen joutunut pohtimaan kuolemaa ja tulevaisuutta. (...) joku sanoi että eihän sinun tarvitse vielä miettiä tuollaisia asioita kun olet vielä nuori ja sinulla on elämää edessä. on kuitenkin ajateltava noitakin asioita siksi että elämää ei koskaan tiedä varmuudelta, joku aamu voi olla viimeinen, aivan niinkuin sekin aamu kun rakkaani lähti töihin ihan normaalisti ja illalla häntä ei enää ollut. (Kk6)

Kuoleman ahdistuksessa kärsimyksenä ilmenevä elämän mielettömyys ja kuoleman elämälle muodostama uhka lankeavat yhteen. Kuolemaan liitetyt uhkamerkitykset – ”huolet” – heijastelevat niitä elämän mielekkyyden kannalta keskeisiä tarpeita, jotka orientoivat kirjoitusten nuorten aikuisten käyttäytymistä ja heidän elämäänsä ylipäätään. Käytän termiä ”huoli” sen tarjoamien merkitysulottuvuuksien vuoksi. Kielitoimiston sanakirjan (versio 2.0) mukaan ”huolella” voidaan viitata niin mielen levottomuuteen, huolestumiseen, murheeseen, suruun, pelkoon, hättään, ahdistukseen kuin tuskaankin. Se kantaa muassaan myös huolenpidon ja hoivan merkityksiä. Edelleen uskontotieteellisestä näkökulmasta ”huoli” viittaa niin sanottuun perimmäiseen huolenaiheeseen (*ultimate concern*)²⁶, ”joka asettaa kaikki muut huolet alisteisiksi ja joka itsessään sisältää vastauksen kysymykseemme elämän tarkoituksesta” (Tillich 1963, 4). Seuraavaksi siirryn tarkastelemaan yksityiskohtaisemmin sitä, miksi ja millä tavoin kuoleman ahdistus synnyttää kirjoitusten nuorissa aikuisissa huolta elämän mielekkyyden suhteen.

²⁶ ”Religion is the state of being grasped by an ultimate concern, a concern which qualifies all other concerns as preliminary and which itself contains the answer to the question of the meaning of our life.” Perimmäisellä huolenaiheella viitataan yleensä ihmisen tarpeeseen pohtia ja etsiä ratkaisua olemassaoloa koskeviin kysymyksiin, kuten ”mitä tapahtuu kuoleman jälkeen” tai ”mikä on elämän tarkoitus”. Tillichin ohella perimmäisen huolenaiheen kautta uskontoa ovat pyrkineet määrittelemään muun muassa uskontotieteen klassikot Clifford Geertz (1986), Robert Bellah (1970) sekä Jacques Waardenburg (1986). Uskonnon määrittelyminen funktionaalisesti – eli kysymällä: mikä on uskonnon tehtävä? – johtaa kuitenkin lopputulokseen, jossa uskonnon merkitysala kattaa kaikki arvo- ja normijärjestelmät, jotka orientoivat inhimillistä käyttäytymistä. Funktionaalista uskonnon määrittelyä voidaankin kritisoida liiasta kaiken kattavuudesta, väljyydestä: ei vain uskonnot vaan mikä tahansa elämäntarkoitus tai ideologia (esim. marxismi, nationalismi yms.) voi täyttää samaa tehtävää. Uskonnon määrittely perimmäisen huolenaiheen kautta orientoitumisjärjestelmäksi onkin huono uskonnon määrittely, mutta erinomainen elämäntarkoituksen määrittely. (Vrt. Ketonen 1997, 29–31.)

3.2.1. Huoli elämän tarkoituksellisuudesta

Mitä sitten alkoholisti-isän ja maanis-depressiivisen äidin tytär ajattelee kuolevaisuudestaan? Itselleni kysymys kuolevaisuudesta on pikemminkin kysymys elämästä. En usko tuonpuoleiseen enkä sielunvaellukseen, joten kuolema merkitsee minulle lähinnä elämän loppua. Elämällä on rajattu kesto, mutta sen pituus on salattu. Tuona aikana olisi onnistuttava tekemään sovinto elämän kanssa, tehtävä siitä oma ja mielellään vielä voittopuolisesti hyvä. (Kk2)

Eriksonin psykososiaalisen vaiheteorian mukaan inhimillinen kehitys huipentuu sen kahdeksannessa vaiheessa, jota hän nimittää ”minän integraatioksi” eli eheydeksi. Yleensä tämä vaihe liittetään vanhuuteen: kuoleman läheisyys saa yksilön tarkastelemaan elämäänsä taaksepäin, arvioimaan ja jäsentämään sen kulkua, jonka kautta elämä voi löytää tarkoituksensa. Vaihtoehtoisesti, jos ihminen tässä kuoleman läheisyydessä kokee, että hänen elämänsä on valunut hukkaan; toisin sanoen, että hän ei ole kyennyt mielekkäällä tavalla ratkaisemaan kulloisessakin kehitysvaiheessa ilmenneitä ristiriitoja ja jännitteitä, hän kokee elämänsä tarkoituksettomaksi. Jälkimmäinen vaihtoehto ajaa yksilön Eriksonin mukaan epätoivoon, joka ilmenee voimakkaana kuoleman ahdistuksena; kykenemättömyytenä hyväksyä se, ”että aika on lyhyt, liian lyhyt, jotta voisi yrittää alkaa uutta elämää ja koettaa saavuttaa integraatio muita teitä”. (Erikson 1962, 254–255.)

Baumeisterin (1991) mukaan elämän tarkoituksellisuus on sidoksissa sille asetettuihin päämääriin ja täyttymyksiin. Näin ollen kuolema uhkaa elämän tarkoituksellisuutta siinä määrin kuin se kyseenalaistaa sen päämäärät ja täyttymykset. Yllä siteeratusta aineistokatkelmassa (Kk2) kuoleman uhka lankeaa niin ”sovinnon”, ”omaksi tekemisen” kuin ”hyvyyden” ylle. Kirjoituksessa on läsnä paitsi tietoisuus elämän rajallisuudesta ja siihen liittyvästä kuoleman väistämättömyydestä, myös tietoisuus kuoleman ennakoimattomasta luonteesta – elämälle rajattu aika voi kuluu umpeen minä hetkenä hyvänsä. Tietoisuus elämän rajallisuudesta ja kuoleman äkillisyydestä luo kirjoitusten nuorissa aikuisissa tarpeen arvioida omaa elämäänsä:

Tieto kuolevaisuudestani ei enää saa minua niinkään miettimään kuolemanjälkeisyyttä vaan elämää. Alan olla sen ikäinen jo (tai voida henkisesti sen verran paremmin), että mietin toisinaan sitä, mitä olen elämälläni tehnyt ja mitä olisi mahdollisesti pitänyt tehdä tai saavuttaa tähän mennessä. (Kk2)

Mietin mihin tähänastinen elämäni on kulunut ja miltä tulevaisuus näyttää. Onko edessä mitään parempaa, vai onko loppuelämä yhtä kivuliasta. (...) Alkoi tuskallinen prosessi, jonka kuluessa olen läpikäynyt menneisyyttäni ja lapsuuttani. (Kk16)

Kysymys on siis ensinnäkin menneisyyteen liittyvästä katumuksesta ja katkeruudesta. Kirjoituksissaan nuoret aikuiset arvioivat kulunutta elämäänsä sen valossa, mitä he ovat kokeneet ja saavuttaneet heijastellen sitä omiin toiveisiinsa siitä, mitä he olisivat halunneet kokea ja saavuttaa siihen mennessä. Menneisyyden menetetyt tilaisuudet yllyttävät tulevaisuuteen liittyvää toivot-

tomuutta, sillä kokemus hukkaan valuneesta menneisyydestä kasaa kaiken elämän tarkoituksellisuuteen liittyvät paineet tulevaisuudelle – tulevaisuuden pitäisi täyttää ja korvata kaikki kulu-
neen elämän pettymykset. Mitä suuremmaksi ristiriita toivottujen ja todellisten päämäärien ja
täyttymysten välillä muodostuu, sitä enemmän kuolema ahdistaa:

Kuolema pakottaa meidät tekemään ratkaisuja. Nuorena emme vain tajua sen johtuvan kuolemasta. Nuorena ajattelemme: ”jos nyt en toimi, menetän tilaisuuden.”. Tilaisuudet ovat vahvasti sidoksissa aikaan. Monet näkevät elämänsä janana tai tienä, jonka varrella on eri risteyskohtia, eli tilaisuuksia, jotka vaativat ratkaisunsa. Tämä tie on tarina, joka etenee ajassa. Ajattelenkin, että nuorille kuolema on tilaisuuksien menettämistä. Pelko menettää tilaisuus on kuolemanpelkoa. (Kk1)

Vuosi tai pari sitten näin unta, jossa lääkäri kertoi minulle minulla olevan enää pari kuukautta elinaikaa. Olin unessa todella ahdistunut ja kauhuissani. Tuntui, että en ollut saanut mitään valmiiksi ja elämäni oli mennyt valmistautumisessa johonkin, jota ei ikinä ehtisikään tapahtua. Herätessäni olo oli yhä kauhistunut, vaikka ymmärsin aika nopeasti, että kyseessä oli uni enkä oikeasti ollut kuolemassa. Uskon tuon yön opettaneen, että en todellakaan ole vielä oikeasti valmis luopumaan omasta osastani maan päällä. (Kk12)

Kuolemassa ei siis ahdistakaan niinkään se, mitä tapahtuu kuolemanjälkeen vaan se, mitä jää tapahtumatta ennen kuolemaa. Elämä muodostuu tilaisuuksista ja kuolema merkitsee ”tilaisuuksien menettämistä” (Kk1). Elämä itsessään on ikään kuin tilaisuus, joka ei toistu, jonka voi joko käyttää tai jättää käyttämättä. Kuoleman ahdistuksen ytimenä on pelko kesken jäävästä elämästä.²⁷

Kuolemassa pelottavinta on sen lopullisuus. Tunnistan itsessäni jonkinlaisen irrationaalisen pelon siitä, etten vielä haudassakaan saa rauhaa, jos asiat jäävät kesken. (Voiko elämää koskaan valmiiksi saada?) Mutta erityisesti minua pelottaa, että en elämässäni saa rauhaa, jos vanhempani kuolevat ennen kuin suhteemme ovat vähemmän solmussa. (KK2)

Toinen seikka, joka kuolemassa ahdistaa, on pelko siitä, että asiat jäisivät kesken. Osa asioistani - mm. lapseni - alkavat olla aika valmiita. Osa taas keskeneräisiä. Eivät ne ehkä merkittäviä asioita sinänsä ole, mutta itselleni tärkeitä. (KK17)

Luvun alussa siteerattu katkelma (Kk2), jossa viitattiin yhtäältä ”alkoholisti-isään” ja ”maanis-depressiiviseen äitiin”, toisaalta elämän kanssa tehtävään ”sovintoon”, lankeavat edellisen lainauksen perusteella yhteen: elämän kanssa tehtävä sovinto merkitsee itsen ja vanhempien välisen suhteen selvittämistä. Samalla se merkitsee menneisyyteen liittyvästä katkeruudesta vapautumista: kyseisen kirjoituksen alkupuoli kuvaa pitkällisesti sitä, millaista on ollut kasvaa nuoreksi aikuiseksi uskonnollisessa kodissa, jossa vanhemmat eivät ”ole kyenneet elämään ihantei-

²⁷ Vrt. Paulaharju (1995 [1924], 89): ”Eläessä kesken jääneet työn aloitukset ovat kuolinhetkellä haittana. Kuolija voi ajatella ja kiusautua, jotta nekin jäivät kesken”. Siksi käsillä olevat keskeneräiset teokset on ennen kuolinhetkeä poltettava, että sairas saisi rauhassa täältä erota.” Nykyaikaisen psykologian vanhenemista koskevien tutkimusten pohjalta on esitetty arvio, jonka mukaan käsitys haluttomuudesta kuolla keskeneräisten asioiden (*unfinished business*) vuoksi on melko yleinen (Tobin, Fullmer & Smith 1994).

densa (ja uskonnollisen yhteisöme ihanteiden) mukaisesti” (Kk2). Kuoleman lopullisuus uhkaa elämän tarkoituksellisuutta, sillä kuolemassa kaikki ne päämäärät ja täyttymykset, joita ei ole ennättänyt saavuttaa, jäävät lopullisesti saavuttamatta. Nuorten aikuisten kirjoituksissa pelko kesken jäävästä elämästä näyttäytyy eksistentiaalisena stressinä: elämä on ikään kuin projekti, joka muodostuu keskeneräisistä asioista, jotka pitäisi saattaa tiettyyn määräpäivään (*deadline*) mennessä valmiiksi. Ihminen on kuitenkin välistä äkillisesti kuolevainen ja siksi hän on oman elämänsä suhteen epätietoinen elämänsä määräpäivästä, kuolemansa ajankohdasta:

Tavallaan on pelottavaa, kun tiedostaa, ettei näitä asioita voi kiirehtiä, mutta elämää on kuitenkin jäljellä vain rajatusti. Ja että vaikka minä olisin minkälainen, niin ei ole sanottua, että siltikään saavuttaisin toivomani asiat. (Kk2)

Olen tullut miettineeksi, kuinka rajallista elämä lopulta on, ja paasaan aina muille siitä, kuinka elämää pitää elää tässä ja nyt, koska muuten ei ehkä ikinä ehdi nauttia niistä hedelmistä, joiden eteen on nähnyt vaivaa. Valitettavasti en juurikaan elä niin kuin saarnaan. Nautin toki elämän pienistä iloista rajattuina annoksina, mutta elämäni suuri linjaus tuntuu olevan se, että vapaus alkaa, kun kaikki koulut on käyty ja olen löytänyt työn, jota haluan tehdä loppuelämäni. (...) Aina kun ajattelen mahdollista äkillistä kuolemaani, pohdin, että kaikki tekemiseni jäisivät pahasti kesken. (KK12)

Tällä hetkellä koen edelleen olevani aika huteralla pohjalla, ja siksi mietityttää, että ehdinkö ennen kuolemaani löytämään kaipaamani seesteisyyden ja tasapainon itseni ja maailman kanssa. (Kk16)

Kirjoitusten nuoret aikuiset kokevat, että heidän elämänsä on vasta aluillaan, että heidän elämänsä vielä aivan kesken ja että he itse ovat keskeneräisiä. Elämä voi kuitenkin lakata ennen kuin se on päässyt edes kunnolla alkuun, ennen kuin nuori aikuinen on kyennyt selvittämään itselleen, miten haluaisi elämänsä käyttää, ennen kuin hän on ehtinyt elää oman elämänsä haluamalla tavalla, ennen kuin hän on ehtinyt saavuttamaan kaikki elämälleen asettamat päämäärät ja kokea elämältään toivomat täyttymykset.²⁸

Tulevaisuuteen liittyvän toivottomuuden voi nähdä kiinnittyvän nuorten aikuisten kirjoituksissa juuri sellaisiin kärsimyksen sävyttämiin kokemuksiin, joissa elämän tarkoituksellisuus kyseenalaistuu, kun ihminen kokee olevansa kykenemätön saavuttamaan asettamiaan päämääriä ja täyttymyksiä tai kun elämälle ei enää löydy minkäänlaisia päämääriä ja täyttymyksiä, joita kohti suuntautua. Tulevaisuuteen liittyvä toivottomuus voi olla luonteeltaan suhteellista tai absoluut-

²⁸ Kun eräältä 100-vuotiaalta naiselta kysyttiin, ajatteliko hän kuolemaa, hän vastasi: ”Totta kai, mutta en ehdi kuolemaan” (*Of course, but I'm too busy to die*). Tällä mentaalisesti ja fyysisesti aktiivisella naisella oli omassa elämässään mitä ilmeisimmin vielä niin paljon mielekäästä tekemistä ja tavoiteltavaa – hän oli liian kiireinen – ettei ajatus omasta kuolemasta tuntunut ajankohtaiselta. (Ks. Spilka et al 2003, 225.) Carla Penrod Hermann (2001) on tarkastellut laadullisessa tutkimuksessaan kuolevien potilaiden spirituaalisia tarpeita (*spiritual needs of dying patients*). Hän on luokitellut nämä tarpeet kuuteen luokkaan. Tutkielmani kannalta mielenkiintoisin luokka on ”tarve saattaa asiat valmiiksi” (*need to finish business*). Se jakautuu neljään alaluokkaan: (1) tehdä elämänarviointi, (2) saattaa elämäntehdävät loppuun, (3) hyväksyä senhetkinen tilanne, sekä (4) ratkaista katkerat tunteet. Toisin sanoen, se tarjoaa jäsenyksen sille, millä tavoin kuoleman läheisyyden nostattamasta kuoleman ahdistuksesta voidaan vapautua.

tista. Suhteellisessa toivottomuudessa nuorella aikuisella on toiveita, joiden saavuttamisen suhteen hän tuntee kuitenkin epävarmuutta ja kykenemättömyyttä. Absoluuttisessa toivottomuudessa kaikki toiveet ovat lakanneet olemasta, kaikki on ikään kuin jo menetettyä, eikä tulevaisuuden suhteen ole enää mitään odotuksia.

Haluaisin elämäni aikana tehdä jotakin hyvää, saada aikaan jotakin työni kautta, sekä yksityiselämässäni kasvaa ihmiseksi jonka läheisyydessä on hyvä olla, josta tarttuu muillekin turvaa, lämpöä ja myötätuntoa. Jos en tähän pysty likimainkaan, niin tuntuu siltä kuin elämäni olisi hukkaan heitetty. Ajatus kuolemasta aiheuttaa pelkoa siitä, että elämäni on turha. (Kk16)

Kuoleman ahdistuksessa kirjoitusten nuorten aikuisten elämä uhkaa menettää tarkoituksellisuutensa. Elämästä tulee ikään kuin kuoleman tahrataa ja tartuttamaa: miksi edes yrittää, jos kaikki on lopulta turhaa?

3.2.2. Huoli elämän arvosta ja oikeutuksesta

Kukaan ei koskaan selittänyt minulle, miksi ihminen kuolee, ja mitä järkeä koko elämässä oikeen on. (...)Eihän elämässä ole mitään järkeä jos mikään ei ole pysyvää. Mitä väliä on hyvillä teoilla ja rakkaudella? Mitä väliä on rakastaa ketään, jos häntä ei saa enää myöhemmin pitää kädessä? (Kk3)

Tarve oikeuttaa liittyy sellaisiin tekoihin ja tapahtumiin, joita olisi muuten vaikea hyväksyä. Menneisyys on menetettyä, tehtyä ei saa tekemättömäksi eikä tapahtunutta tapahtumattomaksi. Kuitenkin ihmisellä on halu selittää, miksi jotakin on tapahtunut, miksi hän on toiminut niin kuin on toiminut. Kuolema tuntuu pakenevan selityksiä, ja juuri siksi ihmisellä ehtymätön tarve selittää kuolemaa aina uudelleen ja uudelleen. Kuolema on mieletön, käsittämätön. Kysymyksen ”miksi ihminen kuolee” (Kk3) voi ymmärtää joko kysymykseksi kuoleman tarkoituksesta tai sen oikeutuksesta. Edellisessä luvussa olen käsitellyt kysymystä kuoleman tarkoituksesta elämän päämäärien ja täyttymysten näkökulmasta. Kuoleman oikeutuksessa on puolestaan kyse siitä, onko kuolema *hyväksyttävissä*. Tarkastelen tässä luvussa kysymystä siitä, millä tavoin kuolema kyseenalaistaa elämän arvon ja oikeutuksen, ja miksi kuoleman ahdistus nousee pintaan siellä, missä elämän arvo ja oikeutus ovat uhattuina.²⁹

²⁹ Sanotaan, että kuoleman edessä me kaikki olemme tasa-arvoisia. Tämä pitää paikkansa kuitenkin vain, jos kuolemaa tarkastellaan elämän neutraalina tosiasiana, sen päätepiirteenä. Kuten uskontotieteilijä Aili Nenola (1987, 74) kirjoittaa: ”Mutta tapa jolla kuollaan ja tapa jolla tullaan haudatuksi ja muistetuksi ei ole sama kaikille. Rikkaat ja köyhät ovat eriarvoisia myös kuolemassa ja sen jälkeen; niin ovat myös miehet ja naiset tai aikuiset ja lapset.”

Yllä siteeratussa aineistokatkelmassa (Kk3) kuoleman ahdistus ilmaistaan huolena siitä, että mil-
lään ei ole mitään väliä, jos kaikki kuitenkin loppuu kuolemassa. Se, mikä on elämässä arvokas-
ta, hyvää ja oikein, ei ole kuolemassa sen arvokkaampaa ja parempaa kuin mikään muukaan.
Kuolema on elämälle sokea: se ei noudata niitä oikeudenmukaisuuden, arvokkuuden ja rakkau-
den periaatteita, joiden varaan ihminen rakentaa oman elämänsä. Kuolema kyseenalaistaa us-
kon oikeudenmukaiseen maailmaan. Seuraavassa pitkä lainaus kirjoituksesta (Kk2), jossa yhdis-
tyy elämän arvon ja oikeutuksen sekä kuoleman ahdistuksen välisen suhteen kannalta lukuisia
eri teemoja:

Eräät varhaisimmat muistoni liittyvät siihen, että makaan yöllä sängyssäni ja olen peloissani. Pelkään
isääni, joka huutaa olohuoneessa. Pelkään isääni, joka pahoinpitelee äitiäni. Rukoilen Jumalalta apua. Kun
isäni vihdoon lähtee, en tiedä enää, mitä rukoilla. Pelkään yhtä paljon sitä, että isä palaa kuin sitä, että hän
ei enää koskaan tule takaisin kotiin. Näin jälkikäteen tarkasteltuna sanoisin, että pelkäsin noissa tilanteissa
kuolemaa – en omaani, mutta vanhempieni. Synnin palkka oli kuolema, ja tajusin, ettei vanhempieni
salatuissa tavoissa voinut kyse olla mistään muusta kuin juurikin synnistä. Uskonnon välittämä kuva
kuolemasta antoi toisaalta toivoa, toisaalta pelotti ja ahdisti. Oli taivas ja helvetti, mutta minä en tiennyt,
kumpaan olin menossa ja kumpaan vanhempani, varsinkin isäni. Olin jo lapsena taipuvainen ottamaan
itselleni liikaa vastuuta siitä, mitä ympärilläni tapahtui. Ajattelin, että jos minä vain olisin osannut olla
kiltimpi ja parempi tyttö, niin Jumala olisi estänyt isää juomasta. Tätä voimisti vielä eräs tapahtuma, kun
olin kuuden vanha. Olimme mökillä, isä oli töissä. Äiti sai yöllä sairaskohtauksen, johon minä
sisarruksistamme ainoana heräsin. Äiti pyysi minua rukoilemaan Jeesukselta, että hän parantuisi. Minua
pelotti hirveästi ja rukoilin niin kovasti kuin vain osasin. Äiti koki ihmeperantumisen ja sanoi, että minun
lapsenuskonni pelasti hänet. Tätä tarinaa äiti kertoi sitten seurakunnassa muillekin ja ihmiset vastasivat
ihailleen, kuinka vahva lapsenusko voikaan olla. Olin tietysti ylpeäkin siitä, että jotenkin minun ansiostani
Jumala ei antanut äidin kuolla. Mutta kyllä sellainen vastuu lapsen harteilla kovin painoikin. Etenkin
kaikissa niissä tilanteissa, joissa minun uskoni ei Jumalalle riittänyt.(Kk2)

Edellä siteeratussa aineistokatkelmassa (Kk2) ahdistus nousee elämän mielekkyyden ytimestä:
perheen sisältä. Martin Heideggerin (2000), mukaan emotiot ovat intentionaalisuudeltaan
kaksisuuntaisia: pelko on pelkoa jonkin kauhistuttavan *vuoksi* ja aina myös pelkoa jonkun *puoles-
ta*. Ahdistus on kuitenkin siinä mielessä poikkeuksellinen emotio, että siinä nuo *vuoksi* ja *puoles-
ta* lankeavat yhteen. Ahdistus on pelkoa, joka ”kavahtaa itseään”. (Vrt. Levinas 1996: 92.) Täs-
säkin isä on yhtäältä pelonlähde – se jonka *vuoksi* pelätään – toisaalta se, jonka *puolesta* pelätään:
isän lähtö ja palaamatta jääminen merkitsisi hänen kuolemaansa, kun taas isän jääminen ja pa-
luu merkitsisi äidin kuolemaa.

Emmanuel Levinasin (1996, 92) mukaan ”huoli toisen kuolemasta on [...] hänestä otetun vas-
tuun perusta”. Vastuullisuus merkitsee, Levinasin sanoin, ”käskyä antaa ja palvella – mutta [...]
myös käskyä olla jättämättä toista yksin, edes kestävämmän edessä”. Vastuu toisesta
merkitsee siis velvollisuutta pitää hänestä huolta huolimatta sen itselle aiheuttamasta kärsimyk-
sestä. Yleisesti ottaen voidaankin ajatella, että vastuu tyydyttää elämän merkityksen kannalta

keskeisiä tarpeita, kuten tarkoituksellisuutta, arvokkuutta ja vaikuttavuutta. Vastuuseen kiinnit-
tyy kuitenkin aina myös syyllisyys, erityisesti silloin, kun ihminen on kykenemätön sitä kannat-
telemaan. Baumeisterin (1991, 239) mukaan syyllisyyttä voidaankin pitää eräänä ahdistuksen
muotona. Syyllisyydessään ihminen kokee tehneensä jotakin väärin. Samalla se ilmaisee merki-
tyksen puutetta siinä mielessä, että yksilö on kykenemätön *oikeuttamaan* omaa toimintansa.
Edellä lainatussa katkelmassa (Kk2) syyllisyyden läpitunkevuus ja oikeuttamisen mahdottomuus
konkretisoituu rukouksessa, kun ihminen ei enää tiedä, mitä toivoa; minkä vuoksi ja puolesta
rukoilla: kuoleman uhka väijyy jokaisen vaihtoehdon yllä.³⁰

Nuorten aikuisten kirjoituksissa huoli elämän arvosta ja oikeutuksesta heijastelee usein epävar-
muutta ihmisen tuonpuoleisesta kohtalosta. Kuoleman uhkamerkitys kiinnittyy ”helvetinpel-
koon”, käsitykseen kuolemanjälkeisestä rangaistuksesta, ”synnin palkasta” (Kk2) ja Jumalan
tuomiosta; epävarmuuteen siitä, säilyykö kärsimyksen ja merkityksettömyyden sävyttämä olotila
myös kuoleman jälkeen, kenties loputtomana ja entistä pahempana:

uskon siis taivaaseen ja helvettiin ja täällä eletty elämä määrää sen, kumpaan joutuu. ottaako Sanan
vastaan ja pääsee Taivaan kotiin, vai kieltäkö Jumalan ja joutuu siitä syystä ikuisen kadotukseen. (...)
pelkään edelleen. lähinnä sitä kipua, joka siitä aiheutuu ja läheisten jättämistä (varsinkin poikani), mutta
myös Jumalan tuomiota. (Kk7)

tappaisin itseni, vaikka tällä sekunnilla, jos mua ei mietityttäisi, että mitä on kuoleman jälkeen... mä uskon
jeesukseen ja tiedä olevani pelastettu, mutta pelkään, että, jos tapan itseni, niin sitten oon helvetissä---
(Kk11)

Kyseisissä kirjoituksissa heijastellaan kristillistä käsitystä ihmisen kaksoisluonteesta yhtäältä
rajallisena ja ruumiillisena olentona, kuolevaisena, toisaalta sielullisena ja kuolemattomana, Ju-
malan kuvana, joka joko palaa Jumalan tykö tai joutuu ikuisiksi ajoiksi kadotukseen. Kuoleman
lopullisuus rajaa tämänpuoleisen ruumiillisen ja rajallisen elämän, jonka perusteella ihmisen
tuonpuoleinen kohtalo määräytyy. Kuoleman merkitys rakentuu suhteessa kristillis-dualistiseen
kuolemäkäsitykseen, jossa ”taivas” ja ”helveti” erotetaan jyrkästi toisistaan. Tällöin esimerkiksi
itsemurha nähdään usein rikkomuksena Jumalan tahtoa vastaan, jonka seurauksena olisi tuon-

³⁰ Rukous ja rukoileminen toistuvat nuorten aikuisten kirjoituksissa ja siksi onkin syytä sanoa pari sanaa niiden
luonteesta. Psykologisessa mielessä rukous voidaan ymmärtää uskonnollisen viitekehyksen mahdollistamana
resurssina, sosiaalisesti omaksuttuna selviytymiskeinona. Kirjoituksissa sen voimin yhtäältä lievitetään äkillisen
kuoleman läheisyyden nostattamaa epätoivoa, toisaalta se näyttyy huolenpitona läheisestä suurimmassa
mahdollisessa hädässä: rukouksen avulla ihminen voi kokea ylittävänsä oman rajallisuutensa (*self-transcending process*)
kiinnittymällä osaksi jotakin ”ihmistä suurempaa”. Samalla se kuitenkin alleviivaa ihmisen rajallisuutta. Yhtä kaikki,
rukouksella pyritään säilyttämään kontrolli myös sellaisissa tilanteissa ja sellaisten asioiden suhteen, joita ihminen ei
muutoin olisi kykenevä kontrolloimaan.

puoleinen rangaistus.³¹ Tästä muodostuu kuoleman ahdistuksen ja kärsimyksen kehä, jossa niin elämä kuin kuolemakin näyttävät mielettöminä, eikä mitään ulospääsyä näytä löytyvän.

Ajatus kuolemasta voidaankin kokea täysin käsittämättömäksi siinä mielessä, että ihminen ei välttämättä ymmärrä, millä perusteilla määräytyy se, joutuuko ihminen helvettiin vai pääseekö hän taivaaseen. Ristiriita ”taivaaseen pääsyn perusteista” (Kk2) voi johtaa lopulta luopumiseen kristillisestä uskosta:

Menetin uskoni Jumalaan vähitellen. Aloin kyseenalaistaa noin 18-vuotiaana toisaalta lapsuuteni Jumalan ja toisaalta vapaakristillisen Jumalan käyttäytymistä ylipäättään enkä ole uskonut minkäänlaiseen Jumalaan ainakaan pariin vuoteen. Jumalan menettäminen oli kivuliasta, maailmankatsomuksen perusteiden muuttuminen ei kaiketi voi muunlaista ollakaan. Ylitsepääsemätön ristiriita minun ja kristinuskon Jumalan välille tuli taivaaseen pääsyn perusteista. En voinut hyväksyä, että Jumala olisi niin pikkumainen, että valikoisi taivaaseen vain ne onnekkaat, jotka olivat osanneet valita oikean Jumalan. En halunnut taivaaseen, jossa minun pitäisi olla ikuisesti onnellinen samaan aikaan kun toiset kärsivät helvetissä. (Kk2)

Kysymys on nimenomaan oikeuttamisen vaikeudesta. Hyvä ja kaikkivaltias Jumala, jonka pitäisi viime kädessä taata maailman oikeudenmukaisuus, vaikuttaakin toimissaan ailahtelevaiselta ja epäjohdonmukaiselta.³² Tämä on samalla kuvaus ylemmän tason merkitysten romahtamisesta: menettäessään uskon kristilliseen Jumalaan, katoaa samalla usko täydellisyyteen (Jumalaan), johdonmukaisuuteen (Jumalan johdatukseen), ikuisuuteen (kuolemanjälkeiseen elämään) ja lopulliseen täyttymykseen (pelastukseen), jotka ovat sitä ennen taanneet niin elämän, kärsimyksen kuin kuolemankin mielekkyyden.

Edellä olen käsitellyt kirjoituksia, joissa läheisen kuolema muodostaa uhkan, joka ei kuitenkaan konkretisoitunut kirjoituksissa todelliseksi kuolemana. Itse asiassa vain kahdessa aineistoni kirjoituksessa (KK6; KK18) käsitellään läheisen kuoleman mukanaan tuomaa surua ja ahdistusta yksityiskohtaisesti. Yksittäisissä kirjoituksissa viitataan muun muassa veljien äkilliseen kuole-

³¹ Äkillinen, yllättävä ja valmistelematon kuolema on vanhastaan merkinnyt uhkaa ihmisen tuonpuoleiselle kohtalolle. Rauhottomista vainajista kertovat kertomusperinne rakentuu nimenomaan kuvauksista ennenaikaisesti kuolleista kulkijoista, ”sijattomista sieluista”. Nuorten aikuisten kirjoituksissa ennenaikaisen kuoleman ja kuolemanjälkeisen olotilan välinen yhteys muodostuu ennen kaikkea suhtautumisessa *itsemurhaan*. Itse aiheutettu kuolema, henkilökohtaisen kuoleman jouduttaminen, tulkitaan kristillisessä viitekehyksessä usein rikkomukseksi Jumalaa vastaan, jonka seurauksena itsemurhaajan uskotaan joutuvan helvettiin. (Ks. esim. Pentikäinen 1968; 1990)

³² Juutalaiskristillisessä teologiassa kärsimystä on tarkasteltu perinteisesti teodikean (*theos* = jumala, *dikaios* = vanhurskas, oikeamielinen) viitekehyksestä: maailmassa ilmenevä kärsimys herättää kysymyksen pahan olemassaolosta. Teodikeat nähdäänkin pyrkimyksenä vastata pahan ongelmaan. (Ks. esim. Harjula 1986, 109–113.) Utrianen ja Honkasalo (2004, 13–15) huomauttavat, että systemaattisessa teodikeassa ollaan vain toissijaisesti kiinnostuneita inhimillisestä kärsimyksestä; ensisijainen huoli on luonteeltaan apologeettista: pyrkimyksenä on puolustaa kristillisen Jumalan hyvyyttä ja viattomuutta suhteessa Jumalan luomassa maailmassa ilmenevään pahaan.

maan (KK15) kuoleman pohdintojen alkusyynä, mutta läheisen kuolemaan liittyvää ahdistusta niissä ei käsitellä sen laajemmin. Seuraavassa lainauksessa kuoleman ahdistus kiinnittyy vaikeuteen *hyväksyä* kuoleman lopullisuus:

menetin avomieheni kolme kuukautta sitten yllättäin ja traagisesti. olimme yhdessä melkein yhdeksän vuotta, aloimme seurustella 16 vuotiaina ja sain viettää hänen kanssaan yhden suuren osan elämästäni. suru on siis vielä kovin tuoretta ja epäusko hänen kuolemastaan valtava. sanotaan että aika parantaa mutta kuoleman lopullisuus ja sen hyväksyminen vie varmasti aikaa. siinä siis syy siihen miksi olen joutunut pohtimaan kuolemaa ja tulevaisuutta. (Kk6)

Läheisen kuolema voidaan ymmärtää negatiivisena elämänmuutoksena, jonka käsitteleminen ja johonka sopeutuminen vaatii poikkeuksellisia resursseja. Kuoleman äkillisyys kyseenalaistaa luottamuksen elämän jatkuvuuteen ja muodostaa elämäkerrallisen katkoksen – elämä repeytyy kahtia: elämäksi ennen ja elämäksi jälkeen läheisen kuoleman. Kuolema näyttäytyy käsittämättömänä ja epätarkoituksenmukaisena ja siksi sitä on vaikea ymmärtää saati hyväksyä. Kärsimys on suhteetonta, sillä vaikka ihminen joutuu elämänsä kulussa väistämättä luopumaan rakkautaan, niin tällaiseen äkilliseen ja absoluuttiseen menetykseen ei olisi voinut mitenkään valmistautua. Samalla suhteeton menetys kyseenalaistaa tulevaisuuden suunnitelmat, sillä elämä ei ole enää sellaisena saatavilla kuin sen oli aikaisemmin kuvitellut. Tulevaisuuteen liittyvä toivottoisuus ja epävarmuus luo tarpeen pohtia elämän merkitystä uudelleen:

elämän raadollisuuden havaitsee vasta sitten kun on itse menettänyt jotain niin kallisarvoista ja rakasta kuin oman rakkaan. sitä ajatteli ennen kun luki lehdistä juttuja kuinka joku oli kuollut jossakin päin suomea jollakin tavalla että olenpa onnekas kun olen vielä tässä ja minulla menee hyvin. ei pystynyt tajuamaan että jossakin joku lapsi jäi ilman isää ja joku vaimo ilman miestä. kuoleman tuoma menetys laitto arvot tyystin uusiksi. (Kk6)

Menneisyyteen liittyvä katkeruus ilmenee vihana, joka on haluttomuutta antaa anteeksi, kykenemättömyyttä oikeuttaa ja hyväksyä läheisen kuolema:

aluksi olin vihainen sille joka näistä asioista päättää että vei minulta kaikkein rakkaimman ja jätti tänne yksin kulkemaan, selviämään tässä loputtomassa surussa. (Kk6)

Lausahdus ”aluksi olin vihainen sille joka näistä asioista päättää” (Kk6) on viittaus johonkin ”korkeampaan voimaan”, jota ei kirjoituksessa sen paremmin kuitenkaan täsmennetä. Yhtä kaikki, läheisen äkillisen kuoleman mukanaan tuoma kärsimys luo merkityksellisen tyhjiön siinä määrin kuin elämän mielekkyyks on ollut sidoksissa ”merkityksellisen toisen” läsnäoloon, molemminpuoliseen huolenpitoon ja kumppanuuteen entisessä elämässä. Kuten Ariès (1987, 472) on luonnehtinut ”toisen kuoleman” merkitystä: ”Yksi henkilö on poissa, ja koko maailma on tyhjä”.

3.2.3. Huoli elämänhallinnasta

Vaikeus päästää irti menneisyydestä ja suuntautua kohti tulevaisuutta heijastelee nuorten aikuisten kirjoituksissaan ilmaisemaa huolta elämänhallinnasta. Tarve vaikuttaa asioiden ja tapahtumien kulkuun ilmenee monilla eri tasoilla. Kuten aiemmin, kuoleman ahdistus kiinnittyy jälleen niin menneisyyteen liittyvään katkeruuteen kuin tulevaisuuteen liittyvään toivottomuuteenkin. Vaikuttavuudessa on kuitenkin viime kädessä kyse tästä hetkestä, nykyisyydestä, josta käsin merkitysten muodostaminen ja toiminta ohjautuvat. Elämänhallinta on siis yhtäaikaaisesti sekä tiedollinen että taidollinen prosessi. Kuoleman uhka kyseenalaistaa hallinnan tunteen siinä määrin kuin se ylittää ihmisen käsitys- ja toiminta kyvyn rajat.

on ollut raakaa huomata kuinka kiinni elämässä rakas oli ja kuinka salaman nopeasti kaikki sitten päättyikään. elämä loppui nopeasti ja se on herättänyt minussa jonkin näköistä pelkoakin. muutamien viikkojen jälkeen hänen kuolemastaan tuli välillä pelkotiloja joissa kuvittelin että joku toinen rakkaista läheisistä saattaa olla vaarassa ja minulle oli tärkeää että tiesin missä esim. pikkuveljeni liikkui kun hän oli kavereiden kanssa vaikka autolla liikenteessä. oli tärkeää saada puhelinyhteys läheisiin että tiesin heidän olevan kunnossa. (Kk6)

Yllä siteeratussa katkelmassa (Kk6) kuolemaan liittyvä ahdistus ilmenee pelkotilana, jossa ”hälytysjärjestelmä”, joka ei ole ennättänyt reagoida läheisen äkilliseen kuolemaan, jatkaa nyt hälyttämistään. Kuolemasta tulee kaikkialla läsnä oleva uhka, joka voi iskeä missä ja milloin tahansa. Tiivis yhteydenpito läheisiin näyttäytyy korostuneena pyrkimyksenä palauttaa hallinnantunne omaan elämään, pyrkimyksenä kontrolloida tapahtumia siinä määrin kuin se on vain suinkin mahdollista.

Nuorten aikuisten kirjoituksissa huoli elämänhallinnan menettämisestä palautuu kuitenkin usein varhaisiin lapsuuden ja nuoruuden kokemuksiin:

Mitä nyt muistan ala-asteajoista mitään, niin masennuin joskus kolmannen luokan tietämissä. Olin hyvin ahdistunut. Tulin miettineeksi masennuksen syytä tässä (varhais?)aikuisiällä (24v.), ja tulin siihen tulokseen, että masennuin siksi, että pelkäsin vanhempieni kuolemaa. Kukaan ei koskaan selittänyt minulle, miksi ihminen kuolee, ja mitä järkeä koko elämässä oikeen on. Koko elämäni olen tuosta 10-vuotiaasta asti ollut erittäin masentunut. Koulut jäivät käymättä, tuli muutettua 16-vuotiaana pois kotoa riidoissa, vanhemmat jäivät moniksi vuosiksi hyvin kaukaisiksi. Kuolemanpelkoa minulla on ollut siis pienestä asti, eikä se ole ollut lievimmistä päästä. Pahimpina hetkinä en saanut itseäni ylös edes ruokakauppaan. Jos mietin parhaimpia hetkiä yläasteesta tähän päivään, ne olivat ne illat kun olin juonut, eikä siksi ahdistanut. Alkoholia on tämä tyttö vetänyt napaansa aika paljon viimeisen 8v aikana. (Kk3)

kun tulin murrosikään, masennuin ja aloin kuunnella melodista metalli-musiikkia. sen haikeat melodiat saivat mieleni surulliseksi ja vastaavasti vahvat, vihaiset lyriikat saivat tuntumaan vahvaksi. ilmaisin kipua sisälläni tällä musiikilla. en tarkalleen ottaen muista mistä sain kimmokkeen, mutta pian aloin viiillellä itseäni. ensin kertakäyttö partaterin, sitten puukoilla ja lopulta oikeilla partaterillä. fyysinen kipu helpotti hetkeksi sisäistä tuskaani. kiinnostuin verestä ja aloin juoda sitä viiltelysessioideni aikana. rukoilin jotakin lopettamaan tuskani. tämä jokin oli saatana. aloin juoda ja se masensi entisestään. millään ei ollut mitään

väliä ja aloin suunnitella itsemurhaa. kuolemaa itsessään en ajatellut vielä tuolloin. halusin vain paeta kipua, johonkin. (Kk7)

Hallinnan menetykseen liittyy epätoivoiset yritykset palauttaa tunne edes jonkinlaisesta hallinnasta oman elämänsä suhteen. Itse asiassa elämänhallinta kuitenkin kutistuu pelkäksi ahdistuksen hallinnaksi. Varhainen ja ylenmääräinen päihteiden käyttö, itsensä viiltely ja saatanalle osoitetut rukoukset ovat konkreettisia tekoja, joiden turvin ahdistusta pyritään hetkeksi lievittämään ja pakenemaan todellisuudelta olotilaan, jossa mikään ei tunnu miltään. Kysymys on siis enemmän ahdistuksessa selviytymisestä kuin sen käsittelemisestä. Epätoivoiset yritykset hallita omaa ahdistusta johtavat tuskalliseen pyörteeseen, ahdistuksen kurimukseen, jossa kärsimys yltyy sitä mukaa, kun sitä pyritään hetkeksi helpottamaan. Ahdistus on sillä tavoin läpitukenveaa, että jälleen niin kauhun ja tuskan lähde kuin kohde – se jonka vuoksi ja puolesta pelätään – löytyy samasta pisteestä: omasta itsestä (Kk7) tai perheen sisältä (Kk3). Sisäistetyssä kauhussaan kirjoitusten nuoret aikuiset kääntyvät itseään vastaan ja muuttuvat itsemurhahakuisiksi. Itsemurhan suunnitteleminen on jälleen epätoivoinen tapa pyrkiä hallitsemaan hallitsematonta.

Edellä lainatuissa katkelmissa on kyse lapsuuden ja nuoruuden tuskallisista muistoista, jotka eivät vastaa sinänsä nuorten aikuisten kirjoituksissaan ilmaisemia käsityksiä ja kokemuksia nykyisyydestä. Pikemminkin ne pitää ymmärtää kontrastina, joiden tarkoituksena on heijastella elämän kulussa tapahtuneita muutoksia suhteessa omaan kuolevaisuuteen.³³ Yhtä kaikki, ne selittävät sitä, miksi kirjoitusten nuoret aikuiset kokevat elämänsä uhatuksi senkin jälkeen, kun akuutein tuska on helpottanut:

Pelkään edelleen, mutta pystyn nykyään edes jotenkuten elämään. Pelottavinta tässä on vaan se (niin naurettavalta kun se kuulostaakin), että JOS sattuisi käymään niin, että elämäkumppanini hylkäisi minut, ja joutuisin elämään elämäni yksin, en näkisi juuri mitään järkeä tässä maailmassa. (Kk3)

olen ollut nykyisen mieheni kanssa onnellinen, mutta edelleen levoton. se sama pelko on ajanut minua edelleen takaa saaden oloni rauhattomaksi. (Kk7)

³³ Vrt. ”narratiivinen minäpsykologia” (McAdams 1997; Hänninen 1999). Narratiivisen minäpsykologian mukaan elämäntarina (*life story*) voidaan nähdä yksilön tapana jäsentää elämänsä tapahtumia ja antaa niille merkityksiä. McAdams (1997) kirjoittaa elämäntarinasta identiteettinä. ”Henkilökohtainen myytti” (*personal myth*) on psykologinen rakenne, joka kehittyy hitaasti ajan myötä tuottaen elämään yhtenäisyyttä ja tarkoitusta. (McAdams 1997, 20) Minäkertomus rakentaa ja kokoaa yhteen yksilön elämän eri puolet luoden merkityksellisen kokonaisuuden. Henkilökohtainen menneisyys muistetaan ja koetaan eri aikoina aina uudesta näkökulmasta. Kerrontahetki vaikuttaa väistämättä siihen, mitä ja miten kerrotaan. Viatonta paluuta menneeseen ei ole. Kertomusta eteenpäin vievä jännite, dynamiikka, rakennetaan usein lapsuuden ja nykyisyyden välille. Tällaisen kerronnallisen rakenteen voi ymmärtää niin, että lapsuus toimii heijastuspintana, kuvastimena: sitä vasten ja sen kautta tutkitaan ja jäsennetään ellettyä elämää, sisäistä kokemusmaailmaa ja ulkoisen maailman muutoksia sekä omaa elämänkulkua. (McAdams 1997, 28–30; Hänninen 1999.)

Kuten luvun alussa toinkin jo esille, elämänhallinnassa on kyse nykyisyydessä tapahtuvasta tiedollisesta ja taidollisesta työskentelystä suhteessa niin yksilöllisesti tulkittuun menneisyyteen kuin ounasteltuun tulevaisuuteen. Kuoleman uhkamerkitykset kiinnittyvät yhtäältä huoleen kontrollin menettämisestä itsensä ja oman elämänsä suhteen, toisaalta huoleen siitä, että mitään lopullista kontrollia ei koskaan kyetä saavuttamaan:

Pelkään, että päädyn elämässäni toistamaan vanhempieni virheitä. Pelkään, etten lopulta ole lainkaan parempi kuin hän, jota olen aina vihannut, halveksinut ja pelännyt. (Ja kyllähän minä tiedänkin, etten sen parempi ole.) Pelkään ajautuvani huomaamattani tilanteeseen, jossa toistan kotoa oppimiani malleja. Pelkään, että ennen kuolemaani huomaan eläneeni vain varjoelämää – etten koskaan saavuttanut elämässäni niitä asioita, joilla on merkitystä. (Kk2)³⁴

Amerikkalainen tutkija Robert L. Gould (1980) on tarkastellut laajamittaisessa haastatteluihin ja terapeuttiseen ryhmätyöskentelyyn pohjautuvassa poikittaistutkimuksessa elämäntulkua ihmisen sisäisen kehityksen näkökulmasta. Hänen mukaansa pelot, ahdistukset ja itseen tai muihin kohdistuvat aggressiot ovat Gouldin mukaan eräänlaisia lapsuudestamme kumpuavia ”sisäisiä demoneita”. Ne rajoittavat ja estävät ihmisen yksilöllisyyden kehittymistä. Nämä pahansuovat ”demonit” ovat muodostuneet vanhemmilta ja kasvuympäristöstä sisäistetyistä uskomuksista, käyttäytymistavoista ja säännöistä. Yllä siteeratussa katkelmassa (Kk2) menneisyyteen liittyvä katkeruus heijastuu toivottomuudeksi oman tulevaisuuden suhteen. Kirjoituksen nuori aikuinen kokee olevansa sisäisesti kahlehdittu omaan menneisyytensä ja sen kautta omiin vanhempiinsa. Saavuttaakseen itsenäisen suhteen omaan menneisyyteensä nuoren aikuisen pitäisi Gouldin (1980) mukaan tiedostaa sisäiset demoninsa ja pyrkiä vapautumaan niistä. Vain tämän prosessin kautta nuori aikuinen voi muodostaa oman näkemyksensä elämästä.

Lukioikäisenä en enää asunut kotona. Vanhempani erosivat äitini aloitteesta sinä talvena, kun kävin yhdeksättä luokkaa. Samana talvena äitini oli yrittänyt itsemurhaa. Sitä ei minulle koskaan suoraan sanottu, mutta kyllä minä sen tiesin. Seuraavien vuosien aikana isälläni oli tapana soitella minulle humalassa ja pakottaa minut kuuntelemaan inhottavia, kauheita syytöksiään uhkaamalla tappaa itsensä, jos lopettaisin puhelun. Aivan liian monta vuotta minä vain itkin ja kuuntelin. Myöhemmin olen saanut lähes saman kohtelun myös äidiltäni. Hän oli sotkenut elämäni tietämättäni ja valehteli siitä minulle. Kun sain totuuden selville ja yritin pyytää häntä ottamaan vastuun teoistaan, sain vastaukseksi viestin, että jos hän kerran on niin huono äiti, niin hänen on varmaan tapettava itsensä. (Kk2)

Itsemurhauhkaukset näyttävät vanhempien epätoivoisena yrityksenä säilyttää kontrolli omaan lapseensa, joka pyrkii irrottautumaan omasta menneisyydestään ja omista vanhemmistaan kohti itsenäisempää ja omaehtoisempaa elämää. Vastuun, huolenpidon ja syyllisyyden tee-

³⁴ Vrt. A.W. Yrjänä (2007): ”Ja nytkö sen vasta näen, en ole ihmeellisempi kuin sinä, / sinä jota olen aina vihannut, halveksinut ja pelännyt. / Vierekkäisiin narun nokkiin ripustetut ressuskat, / ja sätkittyämme aikamme, meidät kuoppaan heitetään”, katkelma laulusta ”Kuoleman risteyksestä kolme virtaa pohjoiseen”, albumilta *Aion*.

mat toistuvat jälleen. Kenties vasta, kun nuori aikuinen on lakannut pelkäämästä omien vanhempien kuolemaa, hän voi alkaa elää omaa ja itsenäistä – vanhemmista irrottautunutta – aikuisen elämää.

Edellä olen käsitellyt erimuodoissaan sitä, millä tavoin hallinnantunteen menettäminen oman elämänsä suhteen on nostattanut kirjoitusten nuorissa aikuisissa kuolemaan liittyvää ahdistusta. Seuraavassa aineistokatkelmassa (Kk5) väkivallan, hallitsemattomuuden ja kuoleman uhkan teemat lankeavat poikkeuksellisen konkreettisella tavalla yhteen:

Viimeisimpinä kuukausina oman kuolevaisuuteni pohtiminen on tullut aiheelliseksi. Olen työskennellyt vaikeassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa. Väkivallan uhka varjostaa työtäni päivittäin ja olen joutunut tappouhkausten kohteeksi. Asiakkaiden uhkaava käytös ja uhkailu on saanut aikaan pelkoja ja väkivallan ja kuoleman pohtimista. Pelot ovat saaneet aikaan sen, että oman kuolevaisuuteni ajatus on ollut paljon mielessäni ja unissani. Työssäni olen tekemisissä ihmisten kanssa, jotka ovat aiemminkin tappaneet ja ovat tehneet selväksi, ettei tappamisen toteuttaminen ole heille jatkossakaan ongelma. Kohtaamieni tilanteiden vuoksi ajatuksissani kuolemista on tullut korostetusti asia, johon en voi itse vaikuttaa. Koska tiedän, etten itse tapa itseäni, voin vaan nöyryä odottamaan kuolemaa jonkun muun toimesta. Kuolema on jonkun muun kuin itseni tehtävä. Jos joku haluaa tappaa minut, hän voi tappaa koska tahansa. Pelot ovat pakottaneet olemaan varuillaan työpaikan ulkopuolellakin, tarkkailemaan ympäristöä entistä tarkemmin? odottaako kuolema seuraavan kulman takana. (Kk5)

Kuoleman elämälle muodostama uhka korostuu kirkkaimmin lauselmassa ”kuolemista on tullut korostetusti asia, johon en voi itse vaikuttaa”. Kirjoituksessa on läsnä voimakas avuttomuuden tunne kuoleman edessä. Kuolema ottaa konkreettisen hahmonsa ”uhkaavissa asiakkaissa”, joiden parissa ja joiden hyväksi kirjoituksen nuori aikuinen päivittäin työskentelee. Avuttomuus on nöyryymistä osaansa, ahdistuneisuus jatkuvaa varuillaan oloa. Kirjoituksesta kuvastuu elämä, jota eletään kuoleman ympäröimänä kohti kuolemaa. Tietoisuus kuoleman ennakoimattomasta luonteesta lankeaa yksin elämän hallitsemattomuuden kanssa. Yhdessä nämä ottavat muotonsa kuoleman ahdistuksessa.

3.2.4. Huoli itsen arvottomuudesta

Kuolevaisuuteen olen liittänyt myös ajatuksen oman elämäni arvottomuudesta, jos olen niin huono ihminen, että joku minut haluaa tappaa. (Kk5)

Tässä analyysini ensimmäisen osion viimeisessä luvussa käsittelemäni sitä, millä tavoin huoli itsen merkityksettömyydestä ja kuoleman ahdistuksesta lankeavat yhteen. Itse asiassa tässä yhdistyvät monet edellä käsitellyt teemat. Ensinnäkin, elämän tarkoituksettomuus kääntyy vaivattomasti käsitykseksi *itsen* tarpeettomuudesta, riittämättömyydestä ja kykenemättömyydestä. Toiseksi,

tehdystä tai tekemättä jätetyistä teoista kumpuava syyllisyys voi ilmaista itsensä myös sisäistetynä häpeänä siinä määrin kuin ihminen samastaa itsensä ja oman toimintansa. Kolmanneksi, kirjoitusten nuoret aikuiset kirjoitusten näyttäisivät arvioivan omaa merkitystään ja arvoaan pitkälti sen varassa, millä tavoin toiset heitä kohtelevat ja missä määrin he kokevat tulevaisuutta hyväksytyiksi muiden silmissä.

Mietin mihin tähänastinen elämäni on kulunut ja miltä tulevaisuus näyttää. Onko edessä mitään parempaa, vai onko loppuelämä yhtä kivuliasta. Osittain näitä pohdintoja on aiheuttanut kaksi vuotta sitten tapahtunut ero yli kymmenen vuotta kestäneestä avioliitosta. Liitto kestäessään ei ollut mitenkään kiiltokuvamainen, mutta minua vei eteenpäin visio itsestäni vanhempana, viisaampana ja varmempana, suuren perheen ja suvun yhtenä matriarkkana. Naisena, jolla olisi jotakin annettavaa muille, ja jota muisteltaisiin hyvällä. Eron jälkeen, yksin ja lapsettomana, piti miettiä elämää uudestaan. Alkoi tuskallinen prosessi, jonka kuluessa olen läpikäynyt menneisyyttäni ja lapsuuttani. Tällä hetkellä koen edelleen olevani aika huteralla pohjalla, ja siksi mietityttää, että ehdinkö ennen kuolemaani löytämään kaipaamani seesteisyyden ja tasapainon itseni ja maailman kanssa. (Kk16)

Baumeisterin (1991) mukaan persoonallinen täyttymys liitetään modernina aikana enenevässä määrin ihmisen sisäisiin potentiaaleihin. Ihminen voi kokea olevansa arvokas ja merkityksellinen suhteessa siihen, miten hyvin hän kokee täyttävänsä oman sisäisen potentiaalinsa. Voidaan sanoa, että ihmiselle, joka kokee täyttäneensä sisäisen potentiaalinsa, kuolema ei muodostaa itsen arvokkuuden kannalta niin suurta uhkaa kuin ihmiselle, joka kokee, että hän ei ole kyennyt täysipainoisesti hyödyntämään sisäistä potentiaalia.

Elämän rajallisuuden tiedostaminen laittaa miettimään, kuka minä olen ja mitä tältä ainoalta elämältäni haluan. Usein huomaan näiden kahden olevan keskenään ristiriidassa. Tavoittaakseni itselleni tärkeitä asioita minun pitäisi kyetä vapautumaan lapsuuteni luomista kahleista. Monin paikoin vapautumista onkin tapahtunut, mutta edelleen olen liian epävarma itsestäni ja liian varautunut muita ihmisiä kohtaan. Tavallaan on pelottavaa, kun tiedostaa, ettei näitä asioita voi kiirehtiä, mutta elämää on kuitenkin jäljellä vain rajatusti. (Kk2)

Edelleen yleisen psykologisen käsityksen mukaan yksilön itsetunto heijastelee todellisen minäkäsityksen (*actual self*) – millainen uskon olevani – ja ”ihanneminän” (*ideal self*) – millainen haluaisin olla – välistä eroa. Toisin sanoen, itsetunto on sitä parempi mitä lähempänä todellinen ja ihanneminä ovat toisiaan. (Ks. esim. Helkama et al 2001, 370.) Yllä siteeratuissa aineistokatkelmassa (Kk2; Kk16) ristiriita todellisen minän ja ihanneminän välillä voimistaa kokemusta henkilökohtaisesta arvottomuudesta ja elämän merkityksettömyydestä.

Pelkään, että päädyn elämässäni toistamaan vanhempieni virheitä. Pelkään, etten lopulta ole lainkaan parempi kuin hän, jota olen aina vihannut, halveksinut ja pelännyt. (Ja kyllähän minä tiedänkin, etten sen parempi ole.) Pelkään ajautuvani huomaamattani tilanteeseen, jossa toistan kotoa oppimiani malleja. Pelkään, että ennen kuolemaani huomaan eläneeni vain varjoelämää – etten koskaan saavuttanut elämässäni niitä asioita, joilla on merkitystä. (Kk2)

”Pelonhallintateorian” (*terror management theory*) mukaan hyvä itsetunto suojelee kuolemaan liittyvältä ahdistukselta (Greenberg et al 1992). Toisin sanoen, kun voimakas tietoisuus kuoleman läheisyydestä yhdistyy negatiiviseen minä- ja kuolemakäsitykseen, niin yhdessä ne yllyttävät kuolemaan liittyvää ahdistusta.

3.3. Kuolevaisuudesta esiinpistävä mielekkyys

Edellä olen käsitellyt kärsimyksestä esiinpistävää kuolevaisuutta, jota luonnehti kuoleman ahdistus, joka ilmeni huolena elämän mielekkyudesta. Seuraavaksi siirryn tarkastelemaan kuolevaisuudesta esiinpistävää mielekkyyttä. Toisin sanoen sitä, miksi ja millä tavoin kuolevaisuus voidaan kokea mielekkääksi niin suhteessa elämän kuin kuolemankin merkityksiin. Paul T. Wongin (2008) ”merkityksen hallinta teorian” (*meaning-management theory*) valossa kuoleman hyväksyminen voidaan jakaa kolmeen erilaiseen ulottuvuuteen: kuoleman (1) pakenevaan, (2) lähestyvään ja (3) neutraaliin hyväksymiseen. Täydennän Wongin jaottelua liittämällä sen Baumeisterin (1991) merkitysteorian yhteyteen: kuolema voidaan hyväksyä siinä määrin kuin se käsitetään tarkoitukselliseksi, arvokkaaksi ja oikeutetuksi, hallittavaksi sekä itsen kannalta positiiviseksi.

3.3.1. Vapaus valita elämän ja kuoleman väliltä

Kaikki asiat, jotka ovat olleet ymmärrykseni ulottumattomissa, laukaisivat reaktion toivoa kuolemaa ja ajatella sitä, jos kuolisin, minua ei olisi enää, en olisi kenenkään tiellä. (Kk18)

Psykiatriassa oltiin aikaisemmin sitä mieltä, että ahdistuneisuuteen usein liittyvä kuolemanpelko ehkäisisi itsemurhakuolemia. Tutkimuksen myötä on kuitenkin havaittu, että itse asiassa itsemurhapäätös toimii usein ahdistuneisuutta lievittävänä tekijänä niin, että juuri ennen varsinaista tekoa yksilön tuskaisuus helpottaa ja hän voi tuntea olonsa vapautuneeksi. (Henriksson et al 1995, 443–444.) Nuorten aikuisten kirjoituksissa ylipäätään ajatus siitä, että ihminen voi tehdä valinnan elämän ja kuoleman välillä, näyttäisi lievittävän ahdistusta ja lisäävän tunnetta mielekkyudesta:

En kuitenkaan muista tai usko, että olisin harkinnut itsemurhaa erityisen vakavissani. Sen mahdollisuus oli kuitenkin omalla tavallaan lohduttava; tuntui, että jos elämä tuntuisi joskus muodostuvan liian kamalaksi, olisi pakoreitti olemassa. (Kk12)

Ajatukset mahdollisuudesta kuolla oman käden kautta tuovat helpotusta, lievittävät ahdistusta. Jos kaikki on aivan toivotonta ja turhaa, voin aina valita kuoleman. Niinpä voin juuri nyt, tällä hetkellä valita elämän. (Kk16)

2003 olin täydellisen keuhkoveritulpan "kourissa" Kuopion Yliopistollisen Sairaalan teholla. Silloin oli mahdollisuus valita ihan oikeasti elämä tai kuolema. En ymmärrä miksi mutta valitsin elämän! Voi miten olisin monelta tuskalta säästynyt kun olisin kuollut siihen ja vielä se ettei se olisi ollut "itsemurha". (Kk18)

Sen sijaan, että kuolema näyttäytyisi uhkana, se ymmärretään potentiaalisena mahdollisuutena. Vapaus valita on itsestään selvästi kytköksissä hallinnantunteeseen. Samalla se ruokkii käsitystä, jonka mukaan ihminen itse omistaa oman elämänsä. Itse asiassa elämä voidaan nähdä jokapäiväisenä valintana, jonka ihminen tekee. Se, valitseeko elämän, on myös kysymys siitä, minkälaisen elämän ihminen valitsee. Sen ajatuksen läpikäyminen, että yhtä hyvin kuin elää ja olla olemassa, voisin kuolla ja lakata olemasta – ja että tämä kaikki on ehkä kuitenkin myös omassa käsissäni – voidaan tulkita voimaannuttavaksi kokemukseksi, jonka kautta elämänhalua voidaan vahvistaa.

Kuitenkin ainoana ulospääsynä merkityksettömästä ja kuoleman ahdistamasta elämästä voi näyttäytyä kuoleman hyväksyminen, nöyrytyminen siihen ajatukseen, että elämä ei johda mihinkään. Wongin (2008) termein voidaan puhua kuoleman pakenevasta hyväksymisestä. Orbachan (2008) mukaan ihminen, joka ei kärsimyksessään löydä merkitystä elämälle, kääntyy elämästä pois päin ja etsii merkitystä kuolemalle – muuttuu itsemurhahakukseksi.

Olen oikeastaan aina vain halunnut kuolla, mutta olen liian utelias ja liian elämänhaluinen kuolemaan. Ainoa, ja hyvin merkityksellinen syy, miksi ajattelin (en koskaan ihan vakavissaan) itsemurhaa oli se, että kuvittelin olevani vain mitätön pisara elontien meressä. Pisara joka haihtuu tuuleen eikä kukaan sitä enää koskaan muista. (Kk3)

Silloin mietin kun olin aivan yksin miten täältä pääsis, kuolis. Tuntui ettei minua kukaan kaipaa. Tunsin olevani kiusattu, hyljeksitty ja inhottava "sylkykoppi". (Kk18)

Yksinäisyys, hyväksynnän ja rakkauden puute; tunne siitä, että pyörii vain "muiden jaloissa" ilmenevät kirjoituksissa käsityksenä *itsen* arvottomuudesta. Se vaikuttaisi myös olevan se laukaiseva tekijä, joka saa harkitsemaan *itsemurhaa* vaihtoehtona loppumattomalle kärsimykselle. Siirrynkin seuraavaksi tarkastelemaan yksityiskohtaisesti kirjoitusta (Kk10), joka muodostuu kertomukseksi siitä, millä tavoin kokemus elämän mielettömyydestä ja käsitys kuoleman mielekkyydestä langetessaan yhteen ilmenevät kuoleman pakenevana hyväksymisenä.

Sairastan vakava-asteista masennusta ja psykoosipiirteistä persoonallisuushäiriötä. Olen useita kertoja suunnitellut itsemurhaa ja miettinyt erilaisia itsemurhatapoja. Kuolema on minulle keino päästä pois täältä tuskan keskeltä. Kuolema on minulle pimeys, olemattomuus, kun kaikki lakkaa. (Kk10)

Kuolema ei ole uhka, koska elämä on kärsimystä ja kuolema merkitsee kärsimysten lakkaamista. Merkityksen rakentaminen muodostuu päämäärien asettamisesta, toiminnan oikeuttamisesta sekä hallinnantunteen ja itseluottamuksen vahvistamisesta. Päämääräksi asetetaan kuolema, joka merkitsee kärsimysten lakkaamista erontekona elämälle, joka merkitsee kärsimysten jatkumista. Kuolema on itsessään tyhjä: peilintapaan se heijastelee elämää kääntäen kaiken päinvas- taiseksi; kuolema on elämän negaatio, ei-elämä, ei-kärsimys. Utriainen (2004, 226) kirjoittaa siitä, kuinka ”fantasia kaiken kivun ja kärsimyksen lakkaamisesta onkin oikeastaan kuoleman, täydellisen pysähtymisen ja ei-olemisen fantasia”. Kuoleman fantasiasta muodostuu lopullinen täyttymys, jonka myötä kaikki lakkaa olemasta.

Elämä vanhuksena jossain hoitolaitoksessa tai terveyskeskuksen vuodeosastolla olisi järkyttävää, olla vaipoissa ja syödä mautonta ruokaa. Olla dementoitunut ja voimaton oman itsensä suhteen. Aion kuolla ennen kuin tulen vanhaksi. En kaipaa pitkää elämää, kuolema ei minua pelota.

Minulla on kolme koira, joiden olemassaolo on saanut minut pysyttelemään toistaiseksi hengissä. Minulla ei ole niille paikkaa, koska vanhempani ovat hylänneet minut oman uskontonsa (Jehovan todistajia) takia, koska en suostunut jatkamaan heidän mielipuolisessa uskonnossaan. Joten koirieni täytyy kuolla ennen minua tai sitten minun täytyy löytää niille kodit ennen kuolemaani. Se kuitenkin on varmaa, että elämää ei ole niiden jälkeen. (KK10)

Kuoleman mielekkyys oikeutetaan elämän vastenmielisyydellä. Kirjoituksessa on läsnä myös tietty koston elementti suhteessa vanhempiin, jotka ovat hylänneet lapsensa oman uskontonsa takia. Kirjoitus pyrkii sanomaan, että tässä tilanteessa ja näissä olosuhteissa kuolema on *oikea* ratkaisu. Kuolema nähdään nimenomaan ratkaisuna ongelmaan, joka ilmentää valinnan mahdollisuutta elämän ja kuoleman välillä ja palauttaa tunteen hallinnasta. Vastaavasti myös itsemurhan suunnitteleminen on osoitus pyrkimyksestä kontrolloida omaa kuolemaansa. Vastaa- vasti kirjoitus on täynnä elementtejä, jotka korostavat elämän hallitsemattomuutta, kuten mielenterveyden ongelmat ja mielikuvat vanhuudesta, jossa ihminen on menettänyt kykynsä kontrolloida omaa elämäänsä ja pitää huolta itsestään. Kuolema asetetaan kaoottisen elämän vastapainoksi. Kirjoitus pyrkii sanomaan, että ellen kykene elämään, niin kykenen ainakin kuolemaan; kykenen vaikuttamaan siihen miten ja milloin kuolen. Itseluottamus kuoleman suhteen ilmenee kirjoituksessa päättäväisyytenä ja itsevarmuutena omien käsitysten suhteen. Elämän mielekkyys ja käsitys itsen arvokkuudesta on sen huolenpidon varassa, jota kirjoituksen nuori aikuinen antaa ja saa osakseen. Lemmikit muodostavat elämän mielekkyyden lähteen, kun taas kokemus vanhempien hylkäyksestä – huolenpidon puute – merkitsee elämän mielettömyyttä.

Nuorten aikuisten kirjoituksia kuolevaisuudesta voidaankin lukea ”kärsimyskertomuksina”, pohdintoina siitä, onko ihmisen monelle tuskalle ja äkilliselle kuolemalle altis elämä kaikkineen elämisen arvoista, mielekästä. Hamletin kysymyksessä – ollako vai eikö olla – kirjoitusten nuoret aikuiset punnitsevat elämän ja kuoleman välistä tyydytystä. Kysymys on kaiken aikaa mielekkyydestä, merkityksen tarpeesta – tarpeesta kokea itsensä arvokkaaksi ja kykeneväiseksi. Vapaus valita elämän ja kuoleman väliltä todistaa yksilön vaikuttavuudesta oman elämänsä suhteen. Siksi mahdollisuus kuolla oman käden kautta tyydyttää merkityksen tarvetta ja helpottaa kuolemaan liittyvää ahdistusta.

3.3.2. Merkityksellinen toinen ja elämän jatkuvuus

Tunnen löytäneeni tasapainon elämän ja kuoleman välillä omalla kohdallani. En toivo sitä, en pelkää sitä, hyväksyn sen että elämällä on rajallisuutensa. (Kk18)

Kognitiivisen uskonnotutkijan, antropologi Pascal Boyerin (2007, 234) mukaan, kaikkein tavanomaisin uskonnon selitys lähtee liikkeelle yleisinhimillisestä tarpeesta lievittää kuolemaan liittyvää ahdistusta. Tällöin ajatellaan, että kuoleman läheisyydessä juuri uskonto tuo lohdun ja laukee kuoleman ahdistuksen tarjoamalla näköalan tuonpuoleisesta elämästä, toivon yksilöllisestä kuolemattomuudesta – kuolemasta tulee ”ihana siirtymä Jumalan syliin”, kuten Martti Luther on todennut (ks. Huovinen 1981, 88–102).³⁵

Tässä luvussa tarkastelen nuorten aikuisten kirjoituksia kuoleman lähestyvän hyväksynnän näkökulmasta. Wongin (2008) mukaan kuolema ymmärretään tällöin siirtymänä parempaan tuonpuoleiseen elämään tai olotilaan. Kuolema ei siis merkitse vain maallisista kärsimyksistä vapautumista vaan – Baumeisterin (1991) termein – lopullista täyttymystä, jossa kaikki elämänsä koettu tuska ja ahdistus vihdoinkin sovitaan.

Tarkastellessani kuoleman ahdistusta käsitys kuolemanjälkeisestä elämästä ei kuitenkaan tarjonnut lohdutusta saati täyttymystä.³⁶ Pikemminkin se mahdollisti uuden tavan ahdistua kuolemas-

³⁵ Martti Luther on todennut myös seuraavaa: ”Elämässä tulee harjoittaa kuoleman ajattelemista ja vaatia sitä tulemaan luoksemme, koska se vielä on kaukana eikä ahdistu meitä. Mutta kuolemassa, kun se itsessään on jo aivan liian voimakkaana läsnä, sen ajattelemisen on vaarallista ja täysin hyödytöntä” (ks. Huovinen 1981).

³⁶ Boyer (2007, 236) toteaaakin, että antropologisen evidenssin valossa ”uskontojen näkemys kuolemasta on usein kaikkea muuta kuin lohdullinen”. Florianin ja Mikulincerin (1992; 2008: 45) tutkimusten mukaan uskonnolliset ihmiset ilmaisevat vähäisempää intrapersoonallista, mutta voimakkaampaa interpersoonallista ja transpersoonallis-

ta, sillä kristillis-dualistisesta näkökulmasta kuolema näyttäytyi joutumisena tuomiolle – ikään kuin syytetyksi omasta elämästään. Voimakas synnintunto näyttäytyi käsityksenä itsen syyllisyydestä, kykenemättömyydestä oikeuttaa oma toimintansa. ”Synti täällä, tuomio tuolla” -ajattelu ei ole tämän valossa omiaan lievittämään kuolemaan liittyvää ahdistusta. Toisaalta taas ajatus kuoleman lopullisuudesta, peruuttamattomasta erosta omista rakkaista ja läheisistä, joihin elämän mielekkyys kiinnittyy, tuntui nostattavan aivan omanlaisensa ahdistuksen.

Nuorten aikuisten kirjoituksissa kuoleman lähestyvän hyväksynnän avulla pyritäänkin ratkaisemaan nämä kaksi ongelmaa samalla kertaa ja sen myötä vapautumaan kuolemaan liittyvästä ahdistuksesta. Näissä kirjoituksissa³⁷ kerrotaan usein pitkällisistä kärsimyksistä, joihin rakkauden löytyminen on vihdoinkin tuonut jonkinlaisen helpotuksen. Rakkauden myötä on kuitenkin säilynyt kuolevaisuuden langettama epävarmuus rakkauden kestävyydestä. Ajatus merkityksellisen toisen menettämisestä tuntuu sietämättömältä:

Pelkään edelleen, mutta pystyn nykyään edes jotenkuten elämään. Pelottavinta tässä on vaan se (niin naurettavalta kun se kuulostaakin), että JOS sattuisi käymään niin, että elämäkumppanini hylkäisi minut, ja joutuisin elämään elämäni yksin, en näkisi juuri mitään järkeä tässä maailmassa. Mielestäni ihmistä ei ole luotu kulkemaan yksin. (Kk3)

olen ollut nykyisen mieheni kanssa onnellinen, mutta edelleen levoton. se sama pelko on ajanut minua edelleen takaa saaden oloni rauhattomaksi. kuin olisin löytänyt mieheni ja lapseni viereltä paikkani maailmassa, mutta tuntien silti olevansa jollakin tavalla eksyksissä. kaikki oli tuleva muuttumaan taas. (Kk7)

Baumeisterin (1991) mukaan ylemmän tason myyttiset merkitykset saavat keskeisen roolin sellaisissa olosuhteissa, joissa alemman tason merkitykset kyseenalaistuvat tai estyvät täyttymästä. Ylemmän tason merkitykset muodostavat laajimman mahdollisimman kehyksen, jonka puitteissa ihminen voi jäsentää omaa elämäänsä merkitykselliseksi. Vertauskuvallisessa mielessä ne nostavat ihmisen vallitsevien olosuhteiden yläpuolelle. Turvautumalla absoluuttiseen rakkauteen (ylemman tason merkitykset) kirjoitusten nuoret aikuiset yrittävät kompensoida ihmisten välisen, suhteellisen rakkauden (alemmat tason merkitykset) riittämättömyyttä kärsimystä ja kuoleman uhkaa vastaan:

Nykypäivänä olen tämän tuskaisen mietiskelypolkuni kautta tullut siihen tulokseen, että Jumala on olemassa. En usko ihan samanlaiseen jumalaan kuin kristityt, vaan kaikkia olentoja (hyviä, ja myös pahoja

ta kuolemanpelkoa kuin ei-uskonnolliset ihmiset. Tämän perusteella vaikuttaa siltä, että sitoutuminen uskonnollisiin uskomuksiin ja käytäntöihin suojelee ihmisiä huolelta sen suhteen, mitä vaikutuksia kuolemalla on heidän ruumiilleen ja minuudelleen: ruumiista pidetään rituaalisesti huolta – ruumis hävitetään asianmukaisesti – tai se on kokonaan arvoton, koska yksilöllinen sielu (minuus) jää elämään. Samalla se kuitenkin yllyttää huolta sen suhteen, millaisia vaikutuksia kuolemalla on heidän läheisilleen, sekä toisaalta sen suhteen, mitä tapahtuu kuoleman jälkeen – esimerkiksi, pääsevätkö he taivaaseen vai joutuvatko helvettiin.

³⁷ Käsittelyni rajautuu tässä yhteydessä viiteen kirjoitukseen (Kk3; Kk6; Kk7; Kk14; Kk18)

= keskeneräisiä sieluja) rakastavaan, anteeksiantavaan, viisaaseen jumalaan. (...) Tulin siihen tulokseen, että jos on olemassa Pahaa, on oltava Hyvääkin. (...) Elämä alkaa vasta kun ymmärtää oman rajallisuutensa, ja oppii arvostamaan ja rakastamaan läheisiään. Silloin kun on nöyrä elämälle, ja sen luojalle, pahoille teoille ei ole paljon sijaa. (Kk3)

tuosta päivästä tuli minun uudestisyntymiseni päivä ja matka Jeesuksen luo alkoi. matka oli raskas syntieni taakka harteillani ja edelleen menneisyyteni painaa, mutta se on keventynyt. Jeesus on ottanut kipuni ja levottomuuteni pois ja tuonut rauhan. vasta nyt todella tunnen eläväni! (Kk7)

Rakastavasta, lempeästä ja oikeamielisestä Jumalasta – tulkitaan se sitten teologisemmin, kansanomaisemmin tai henkilökohtaisemmin – tulee kirjoitusten nuorille aikuisille ”ylemman tason merkityksellinen toinen”, joka täydentää ja turvaa alemman tason merkityksellisen toisen vajavaisen potentiaalilin elämän mielekkyyden tyydyttäjänä. Kysymys on itse asiassahan uskonnollisesta kääntymyksestä eli konversiosta, jossa ”uudestisyntynyt” ihminen kokee aloittavansa elämänsä alusta entistä vahvempana ja toiveikkaampana. Sen myötä ihminen kokee ylittävänsä henkilökohtaisen kuolevaisuutensa – siis itsensä.³⁸ Kuoleman uhka lankeaa ihmisen ylle, mutta sen uhka ei ole absoluuttinen eikä lopullinen. Kuolevaisuuden mielekkyys on siinä toivossa, jonka se herättää paremmasta elämästä, kuten yllä siteeratussa katkelmassa sanotaan ”jos on olemassa Pahaa, on oltava Hyvääkin” (Kk3). Toivossa on hyvä elää, kuten sanotaan. Tulevaisuuteen liittyvä toiveikkuus hälventää menneisyyteen liittyvän katumuksen ja katkeruuden: syntinen, kuoleman ahdistama elämä on saanut sovituksensa sen myötä, kun ihminen on vapautunut elämään, joka johtaa ikuiseen täyttymykseen.

Merkitysten tasolla tapahtuvat muutokset eivät ole nuorten aikuisten kirjoituksissa kuitenkaan aina näin voimakkaita huolimatta siitä, että muutokset itse elämässä ovat äärimmäisen kokonaisvaltaisia. Seuraavassa katkelmassa (Kk6) tulee kuitenkin hyvin esille se, millä tavoin ylemmän tason merkitykset auttavat selviytymään ja jäsentämään sellaisia tapahtumia, joiden työstämiseen alemman tason merkitykset ovat riittämättömiä:

kuoleman tuoma menetys laittoi arvot tyystin uusiksi. oli pakko alkaa ajatella mitä nyt kun hän on mennyt? aloin pohtimaan sitä mitä on kuoleman jälkeen. onko rakkaalla nyt hyvä olla, minne hän meni? ehkä taivaaseen ja katselee minua pilven päältä hymyillen ja auttaen jaksamaan eteenpäin. en ole koskaan ollut järin uskovainen ihminen mutta nyt olen alkanut ajatella että ehkä hänen kuolemallaan oli jokin merkitys jonka joskus tulen tajuamaan. aluksi olin vihainen sille joka näistä asioista päättää että vei minulta kaikkein rakkaimman ja jätti tänne yksin kulkemaan, selviämään tässä loputtomassa surussa. nyt olen päässyt kai jotenkuten sinuiksi asian kanssa että rakas on nyt turvassa, taivaassa taivaan omien enkelten kanssa. joka päivä on kuitenkin sitä että yrittää selviytyä parhaansa mukaan ja yrittää ajatella että elämä jatkuu vaikka välillä ei siltä tunnukaan. (Kk6)

³⁸ Vrt. Tomer & Eliason (1996, 357–358), jotka nimeävät yhdeksi selviytymiskeinoksi (*coping process*) ”itsensä ylittämisen prosessit” (self-transcending process).

Kirjoituksessa (Kk6) tasapainoillaan kuoleman ahdistuksen ja hyväksymisen välisellä alueella. Suruprosessi on vasta aluillaan. Mahdottomalta ja käsittämättömältä tuntuva tilanteessa, jossa elämä on vaarassa ajautua kaaokseen, turvautuminen ylemmän tason merkityksiin näyttää palauttavan jonkinlaisen mielekkyyden ja järjestyksen olemiseen. Kirjoituksessa on läsnä luottamus kaiken takana piilevään johdonmukaisuuteen ja tarkoituksellisuuteen, vaikka ihminen itse ei kykenekään sitä vielä ymmärtämään. Lohduttavat mielikuvat edesauttavat irrottautumaan siitä raa'asta todellisuudesta, joka läheisen kuoleman myötä on jäänyt jäljelle. Elämä jatkuu, sittenkin, täällä ja tuonpuoleisessa.

Elämä jatkuu tuonpuoleisessa. En pysty kuvittelemaan hautajaisia ilon juhlaiksi, mutta uskon vakaasti, että elämä jatkuu ja kohtaan kaikki minulle rakkaat vielä kuolemani jälkeenkin. Tämä positiivinen usko helpottaa vaikean asian pohtimista. Tuntuu kuin kuolema ei olisikaan lopullista. (Kk14)

Jeesus kuoli myös minun syntieni tähden ja näin ollen on ottanut minun syntini pois. minä olen saava ikuisen elämän, jos vain pysyttelen tällä kapealla tiellä. kerran luin jostakin kirjasta, että: "hautaus ei ole umpikuja. se on vain tie Taivaan kotiin." allekirjoitan tuon lauseen aivan täysin. kuolemaa ei tarvitsisi pelätä, sillä sitten kunhan aika koittaa, sen taipaleen kuljettuaan pääsee kotiin! (Kk7)

Nyt olen Jumalan Valtakunnan täällä maanpäällä löytänyt ja rauha on tullut sen myötä. Ja jaksan odottaa sitä Jumalan aikaa. Ymmärrän nyt, että se on se parhain aika. (Kk18)

Ensinnäkin, kuoleman lähestyvä hyväksyminen edellyttää kuoleman lopullisuuden kieltämistä: kuolema on siirtymä, jonka jälkeen elämä jatkuu toisessa olotilassa. Toiseksi, kuoleman lähestyvä hyväksyminen edellyttää käsitystä kuolemanjälkeisen olotilan autuudesta suhteessa tämänpuoleiseen kärsimykseen. Elämässä koettu epäoikeudenmukaisuus hyvitetään kuolemanjälkeisellä täyttymyksellä. Vaikka hyvä ja oikea toiminta on voinut johtaa maallisessa elämässä kärsimykseen, niin taivaassa hyvä ja oikea toiminta johtavat kärsimyksestä vapautumiseen; pahuus ja vääräys tuomitaan oikeudenmukaisesti.

3.3.3. Epikuroslainen nautinto ja kuolemanpelosta vapautuminen

Siirryn seuraavaksi tarkastelemaan kirjoituksia (Kk4; Kk9; Kk13; Kk15), joissa ei ilmaista minikäänlaista kuolemaan liittyvää ahdistusta. Niissä on kuitenkin läsnä tietoisuus elämän rajallisuudesta ja kuoleman ennakoimattomasta luonteesta, minkä vuoksi kysymys kuoleman hyväksymisestä ei ole epäolennainen. Käsityksissään kuolemasta kirjoitukset edustavat stoalais-epikuroslaista traditiota, jossa kuolema ymmärretään ”yksilöllisyyden ehdottomana päätepisteenä”. Kirjoitukset heijastelevatkin hämmästyttävällä tavalla nimenomaan epikuroslaisen koulukunnan

perustajan, Epikuroksen (341–270 eaa.), systematisoimia opinkappaleita mielihyväperiaatteen mukaisesta elämästä ja pelottomasta suhtautumisesta niin jumaliin kuin väistämättömään kuolemaan.³⁹

On täysin luonnollista että elämä päättyy joskus. Tekee toki selväksi sen että huomisen varaan ei voi aina kaikkea laskea, koska elämä voi päättyä koska vain. (Kk4)

Olen varma että kaikki ihmisten tarinat erilaisista jumalista ovat väärin, mutta en sulje pois jumalan olemassaolon mahdollisuutta. Asenteeni uskontoja kohtaan on negatiivinen, ja kuulun Tampereen vapaa-ajattelijoihin. (...) Kylmä rationaalinen kantani on että olemme "koneita" (eläimiä) jotka yksinkertaisesti menevät rikki jossain iässä. Olemassaololla voi olla vain henkilökohtainen tarkoitus, minulla se on nautinnot. (Kk9)

Uskontohistorian tutkimus aloitti oman kuolemani ajattelun ja käsittelyn. Tutkimuksen ja tiedon saannin myötä ajatus on tasaantunut ja siitä on tullut hyvin luonnollinen osa elämää. En esimerkiksi pelkää kuolemaa. (...) Haluan korostaa, että olen antiteisti. Tähän päätökseen tulin tutkimusteni kautta. Uskovaisuus korreloi voimakkaasti kuolemanpelon kanssa ja on ollut mielenkiintoista ja erittäin helpottavaa tutkia asiaa ja tiedostaa, että se on yhtä luonnollinen asia kuin syntymäkin. (Kk13)

Kirjoituksissa toistuu käsitys ”luonnollisesta kuolemasta”. Kuolema on yhtä kuin biologinen kuolema, osa elämän luonnollista kiertokulkua; kylmä fakta, johon voi suhtautua ilman sen suurempia tuntemuksia. Kuoleman mielekkäisyys on sen luonnollisuuden perustuvassa säännönmukaisuudessa.⁴⁰

Silmiinpistävää näissä kirjoituksissa on niiden poleeminen suhde uskontoon – jälkimmäisessä kirjoituksessa (Kk13) ”uskovaisuutta” tarjotaan selitykseksi kuolemanpelolle. Uskontokritiikin kärki osoittaa ”helvetinpelkoon”, pelkoon kuolemanjälkeisestä tuomiosta. Kirjoitukset antavat ymmärtää, että uskomukset kuolemanjälkeisestä elämästä ja käsitykset jumalallisesta rangaistuksesta synnyttävät turhaa ahdistusta, sillä biologisen kuoleman myötä ei jää jäljelle mitään yksilöä, joka voisi *kokea* epämiellyttäviä oloiloja, kuten helvetin tuskia.⁴¹ Pelottomuus kuoleman edessä selittyy siis tämän valossa välinpitämättömyytenä kuolemanjälkeisen olotilan suhteen:

Kun kuolen, ruumiilleni saa tehdä mitä tahansa, enkä välitä jos joku puhuu pahoja asioita minusta, sillä en ole niitä kuulemassa. (Kk9)

³⁹ Epikuroslaisen elämänfilosofian mukaan ”ihmisen onnellisuus perustuu mielihyvän tavoittelulle, koska se on ainoa itsessään hyvä asia, ainoa asia, jota kannattaa tavoitella sen itsensä vuoksi, ei välineenä johonkin muuhun”. Epikuros katsoi, että ihmisten jumalia, kuolemaa ja kuolemista kohtaan tuntemat *pelot* olivat merkittävin este suurimman mahdollisimman inhimillisen mielihyvän saavuttamisessa. Epikuroksen jumalakäsitystä voi luonnehtia *deistiseksi* siinä mielessä, että jumala tai jumalia on kyllä olemassa, mutta ne eivät ole täydellisyydessään vähääkään kiinnostuneita ihmisten asioista eivätkä puutu niihin ”käskemällä, kieltämällä tai rankaisemalla kuolevaisia”. (Ks. esim. Häyry 2003, 69.)

⁴⁰ Vrt. luku ”Piilevä kuolevaisuus”.

⁴¹ Vrt. Ketonen & Saarinen 1987. Epikuroslaisen filosofian mukaan kuolemanpelko on turhaa silloin, kun se ymmärretään pelkona siitä, mitä tapahtuu kuoleman jälkeen, koska ruumiin hajotessa myös Epikuroksen materiaaliseksi ymmärtämä sielu hajoaa eikä kuolemanjälkeisellä olotilalla ole siksi kokijaa.

Olen vain antanut tiedoksi, että kaikki käyttökelpoiset elimeni saa käyttää tieteelliseen tutkimukseen ja henkien pelastamiseen kuolemani jälkeen. Se, mitä lopuille tehdään on yhdentekevää. Pieni toive on, että vakaumustani kunnioitettaisiin, eikä jäännöksiäni haudattaisi "siunattuun maahan". Tämä on kuitenkin toisarvoinen asia. Polttohaudaus kuulostaa kauneimmalta vaihtoehdolta; tuhkat sirotellaan johonkin paikkaan jonka joku tiesi minulle mieluiseksi. (Kk13)

Jotenkin "hoksannut" ettei täällä ollakaan ihan hirveän kauaa välttämättä, ikinä ei tiedä milloin joku (tai itse) lähtee. (...) Mutta jokainen lähtee joskus, niin ei sitä sen kummemmin tarvitse sitten pelätä. Varsinkaan kun en tuonpuoleiseen usko, niin sitten se on vaan "game over". (Kk15)

Kuolema näyttäytyy prosessina, ”joka häivyttää oman subjektinsa”, kuten Ketonen ja Saarinen (1987) sen ilmaisevat. Edellä siteeratut ilmaukset, kuten ”jokainen lähtee joskus” (Kk15), ”enkä välitä jos joku puhuu pahoja asioita minusta” (Kk9), kuvastavat sitä, millä tavoin kyseisten kirjoitusten nuoret aikuiset etäännyttävät itsensä omasta kuolemastaan. Itsen kuolema on niin kuin kenen tahansa kuolema, sillä ”jokainen lähtee joskus” (Kk15). Itse asiassa kokeva yksilö väistää oman kuolemansa, sillä kuollut ”minä”, ei ole ”minä” lainkaan; kuolemalle jää vain kalmo, eloton ruumis, johon kyseisten kirjoitusten nuoret aikuiset eivät samaista nykyistä itseään.

Suhtautuminen henkilökohtaiseen kuolevaisuuteen on ollut edellä lainatuissa katkelmissa korostuneen rationalisoivaa – tunteista riisuttua – paikoin jopa kyynistä. Kuitenkaan kuolema ei jää näissä kirjoituksissa vaille merkitystä vaan se nähdään elämää motivoivana raja-arvona, joka nostattaa halun elää täysipainoisesti ja kokea mahdollisimman paljon niin kauan kuin se vielä on mahdollista:

Asiat on tehtävä nyt, koska huomista ei välttämättä ole. Toisaalta eipä tuo kuollutta haittaa jos jotain jää kesken. Ja ainahan elämän päättyessä jotain jää kesken, elämä saattaa tulla valmiiksi (loppua) yllättäen. Siksi pitää toimia sen mukaan että ehkä on huomenna kuollut, mutta ottaa sekin huomioon ettei välttämättä ole. (Kk4)

Haluan joka päivä elää yhden päivän lisää, koska elän tavoitteille joita en ole saavuttanut. Loppujen lopuksi haluan vain nautintoja, ja kuolema merkitsee nautintojen loppumista. (Kk9)

Eläväisenä ihmisenä tunnen toisinaan "kiirettä". Janoan uusia kokemuksia, mahdollisuuksia päästä näkemään maailmaa niin paljon kuin mahdollista jne. Ymmärrys ja tietoisuus oman aikani rajallisuudesta saa aikaan tavallaan hingun elää niin täysipainoisesti kuin itse katson mahdolliseksi. (Kk13)

Eipä juuri muuta, kuin että hieman harmittaa jos jotain jää kesken. Hyvin suurella todennäköisyydellä näin käy, koska jos tota alkaa oikein pelkäämään/itkemään, niin sitten ei edes tohdi aloittaa mitään. (Kk15)

Sen sijaan, että kuolema muodostaisi uhkan, se ymmärretään haasteena. Tietoisuus kuoleman ennakoimattomuudesta kehottaa elämään viivyttelämättä, ”tarttumaan hetkeen” (lat. *carpe diem*), niin ettei kuolemansa hetkellä tarvitsisi ”harmitella” (Kk15) käyttämättä jääneitä tilaisuuksia,

elämättä jäänyttä elämää.⁴² Edelleen ajatus siitä, että jos kuolemaa ”alkaa oikein pelkäämään/itkemään, niin sitten ei edes tohdi aloittaa mitään” (Kk15) lähentelee jälleen klassista epikurolaista ajattelua: koska kuolema on väistämätöntä, sitä on turha murehtia etukäteen – ihminen vain lisää kärsimyksiään pohtimalla sellaisia asioita, joita ei voi muuksi muuttaa, joihin ei voi itse viime kädessä vaikuttaa.

Pohdin lopuksi kirjoitusten antamia selityksiä pelottomuudelle kuoleman edessä. Kirjoituksissa viitataan eksplisiittisesti vain yhdentyypiseen kuolemanpelkoon: helvetinpelkoon. Kuoleman ahdistuksessa ei ole kuitenkaan kysymys vain niistä peloista, joita kuolemaan liitetään. Se, että näissä kirjoituksissa ei ilmaista kuolemaan liittyvää ahdistusta huolimatta siitä, että niissä on läsnä ymmärrys elämän rajallisuudesta ja kuoleman ennakoimattomasta luonteesta, selittyy oman teoreettisen jäsennykseni valossa sillä, että kirjoitusten nuoret aikuiset kokevat oman elämänsä nykyisellään varsin mielekkääksi – mikään ei näytä uhkaavan elämän tarkoituksellisuutta, sen arvoa ja oikeutusta, elämänhallintaa ja positiivista minäkäsitystä. Elämän mielekkyys on sidottu tähän hetkeen. Toisin kuin kaikissa muissa kirjoituksissa, menneisyyteen viitataan kirjoituksissa vain ohimennen eikä sen suhteen ilmaista minkäänlaista katumusta tai katkeruutta. Tulevaisuuteen ei näytä erityisemmin huolestuttavan.

Yritän elää hedonistisesti, painottaen nuoruutta, mutta silti jättäen terveellisen ja nautinnollisen elämän mahdollisuuden keski-ialle. Varaudun keski-ikään taloudellisesti ja yritän pystyä kohtuullisen terveenä. En välitä mitä minulle tapahtuu 60–70 vuotiaana. (Kk9)

Edellä siteeratussa katkelmassa (Kk9) ilmastaan nuoruudenihanne – toive siitä, että maltillisella nautiskelulla ja elämänhallinnalla voidaan turvata nuoruuden, taloudellisen hyvinvoinnin ja terveyden jatkuvuus myös vastaisuudessa; kuitenkin niin, että on samantekevää, mitä vanhuudessa tapahtuu. Vanhuus voi myös näyttäytyä ajanjaksona, jolloin oma terveys, kyky hallita omaa elämänsä ja saavuttaa nautintoja väistämättä heikkenevät ja ainoaksi toiveeksi jää pikainen ulospääsy ”ilman turhaa kitkuttelua” (Kk4) tai kuten toisessa kirjoituksessa asia ilmaistaan:

Mutta jos joskus sairastun/telon itseni todella pahasti (mallia ollaan muiden tiellä) niin sitten sitä (kuolemaa) joutuu varmaan jouduttamaan. (Kk15)

Tässä seurataan jälleen vahvasti epikurolaisen filosofian mukaista linjaa, jonka mukaan hyvä elämä muodostuu inhimillisten halujen mukaisesta elämisestä, jossa mielihyvän tavoittelu ja kärsimyksen välttäminen voivat olla ainoat itsessään arvokkaan ihmiselämän päämäärät. Kuole-

⁴² Viitaten epikurolaisten kuolemasuhteeseen filosofi Matti Häyry (2003, 68) kirjoittaa: ”Ihmisenä olemiseen liittyvät olennaisesti odotukset, joita meillä on tulevaisuuden suhteen, ja ajatus näiden odotusten jäämisestä täytty-mättä voi hvinkin järkevästi harmittaa meitä”.

man neutralisoiminen perustuu elämän neutralisoimiseen kaikesta kärsimyksestä, ”staattiseen mielihyvään”, joka on tuskan poissaoloa. Näin ollen siellä missä ei ole kärsimystä, ei ole myöskään kuoleman ahdistusta – ja huolettomuus oman elämän suhteen, ilmenee huolettomuutena oman kuoleman suhteen: mielekästä elämää seuraa mielekäs kuolema.

3.3.4. Kuolevaisuuden katarsis

En usko kuolemanjälkeiseen elämään. Luulen että kuolemaa kuvataan parhaiten biologian näkökulmasta. Elintoiminnot romahtavat, psykologinen persoona tuhoutuu ja ruumis alkaa pilaantua. En kaipaa tähän yhtälöön mitään lisää, tuskin edes eksistentiaalisen filosofian piiristä poimittuja. (Kk17)

Analyysini viimeisessä luvussa keskityn tarkastelemaan kirjoituksia⁴³, joissa luodaan mielenkiintoinen kontrasti edellisen luvun ”epikurolaisille”. Samoin kuin edellä, myös näissä kirjoituksissa kuolema ymmärretään yksilöllisyyden ehdottomana päätepisteenä, elämän luonnollisena loppuna. Toisin kuin edellä, näiden kirjoitusten valossa tämä ei kuitenkaan tee tyhjäksi kuolemaan liittyvää ahdistusta: huolta ei tarvitse kantaa kuolemanjälkeisestä elämästä vaan elämästä ennen kuolemaa.⁴⁴ Näin ollen kuolema muodostaa elämän mielekkyyden näkökulmasta todellisen ongelman, joka vaatii ratkaisunsa, jotta sen voisi hyväksyä.

Kuten verinäytettä otettaessa haluan katsoa neulaa, jotta tiedän milloin kirpaisee, haluaisin tietää milloin kuolen. Vihaan yllätyksiä ja odottamattomia sattumia - etenkin näin vakavien asioiden yhteydessä. Ihmisellä on tietyt eloonjäämisrefleksit. Kukapa ei onnettomuuteen joutuessaan kamppailisi kauhun vallassa henkensä edestä? Toivon itse ennakoitavissa olevaa kuolemaa, johonka voisin sopeutua. En halua kamppailla, vaan hyväksyä. Pahin kuolema itselleni olisi juuri äkillinen sydän- tai muu kohtaus, kauhun vallassa tuleva äkkiloppu. Haluan pikemminkin hiipua pois, sanoa jäähyväiset elämälle sellaisena kuin se on kohdallani muodostunut. Haluan läpielää myös oman loppuni. (Kk17)

Yllä siteeratussa katkelmassa (Kk17) kuoleman mielekkyydelle ja sen hyväksymiselle asetetaan useita limittäisiä ehtoja kuten toive ”ennakoitavissa olevasta kuolemasta” ja ”tietoisien kuoleman” ideaali.⁴⁵ Tietoisuus ja ennakoitavuus viittaavat molemmat kuoleman hallittavuuteen. Yhtäältä kyse on tarpeesta käsitellä kuolemaa tiedollisella tasolla – tietää sen ajankohta – toisaalta tarpeesta säilyttää kontrolli myös kokemuksellisella ja emotionaalisella tasolla. Toive ennakoit-

⁴³ Keskityn lähinnä kahteen kirjoitukseen (Kk16; Kk17)

⁴⁴ Ks. tarkemmin esim. luku ”Huoli elämän tarkoituksellisuudesta” (s. 21–25).

⁴⁵ Vrt. Miettinen (2006). Sonja Miettisen (2006) yhteiskuntapolitiikan laitokselle tehdyssä väitöstutkimuksessa, *Eron aika: Tyttäreiden kertomuksia vanhemman kuolemasta*, analysoidaan tyttäreiden ”menetykset kertomuksia” tarkoituksena eritellä sellaisia skriptejä, joiden varassa vanhemman kuolemaan valmistaudutaan ja siitä selviydytään. Miettinen katsoo, että modernissa yhteiskunnassa kuolemaa ei enää kohdata enää niinkään tradition eikä uskonnon vaan ennen kaikkea asiantuntijatietoon perustuvan ”psykologisen skriptin” varassa. Tätä skriptiä luonnehtii kuoleman hyväksyminen elämän luonnollisena osana ja pyrkimys kuolinprosessin tietoiseen läpikäymiseen. (Emt., 140–141.)

tavissa olevasta kuolemasta, joka voidaan ymmärtää tietoisien kuoleman välttämättömänä ennakkoehtona, asettautuu vastahankaan kuoleman ennakoimattomuuden kanssa. Tietoisuus kuoleman ennakoimattomuudestaan on yksi niistä ratkaisevista tekijöistä, jotka selittävät kirjoitusten nuorten aikuisten kuolemaan liittyvän ahdistuksen luonnetta ja intensiteettiä. Ajatus siitä, että kuolema voisi ehkä kuitenkin olla ennakoitavissa, näyttäisi näin huojentavan siihen liittyvää ahdistusta.

Yleisesti ottaen halu valmistautua omaan kuolemaan voidaan ymmärtää elämänsuunnittelun eräänä muotona, osana sitä prosessia, jonka myötä kuolema voidaan lopulta hyväksyä (vrt. Tomer & Eliason 1996). Paitsi, että se on pyrkimystä hallita sitä, joka uhkaa kaiken hallittavuutta, se on pyrkimystä säilyttää ja turvata oma *arvokkuus* myös kuolemassa.

Kuoleman hyväksymisessä, joka näyttäytyy tässä Wongin (2008) termein jälleen kuoleman neutraalina hyväksyntä, ei ole kuitenkaan kysymys vain niistä positiivisista merkityksistä, joita liitetään kuolemaan vaan niiden suhteesta niihin merkityksiin, joiden välityksellä elämän mielekkyyttä arvioidaan.

Usein sanotaan että tieto lisää tuskaa. Itse olen kokenut kuitenkin tietämisen paljon tärkeämmäksi kuin välittömän mielihyvän tavoittelun. Mitä vähemmän on salattavaa, kiellettävää ja torjuttavaa, sitä helpompi on olla. Tämä pitää paikkansa myös kuolemasta. Itse ajatus voi olla synkkä - taidan kuulostaa synkältä aina puhuessani kuolemasta - mutta kun sitä voi käsitellä, voi muutoin elää vapaammin. (...) Kollaa kestävyhtyeen kappale "Jäähvyäiset aseille" kuvaa tässä tuntojani hyvin: olen valmis laskemaan haarniskani ja kulkemaan. Niin, kuolevaisuus on raskas asia, mutta kun sitä ei tarvitse kieltää, jää enemmän aikaa muulle. (Kk17)

Tietoisuus kuolemasta ja elämän rajallisuudesta voi toimia potkuna perseelle. Aikaa ei ole rajattomasti, minun elämäni ei ala huomenna tai joskus tulevaisuudessa, vaan tämä päivä ja tämä hetki on minun elämäni, sellaisena kuin se on. Kuinka haluan elää tämän hetken, elämäni? Haluanko pelätä ja suojautua elämältä, kivulta? Vai haluanko todella elää ja kokea niin paljon kuin mahdollista, vaikka se olisi pelottavaa ja saattaisi tehdä kipeääkin? Kukaan ei tule ja pelasta minua, en tule koskaan saamaan hyvitystä elämäni alussa kärsimistä vääryyksistä, ei ole mahdollisuutta kelata aikaa taaksepäin ja aloittaa uudestaan alusta, ehjempänä ja parempana. Mutta voin ajatella, että tässä hetkessä voin toimia eheyttäkseni itseäni. Ja minun piti kulkea tieni päästäkseni sinne missä olen, tässä ja nyt. (Kk16)

Elämän mielekkyys ei ole mielihyvässä vaan tietoisessa kokonaisvaltaisuudessa ja avoimuudessa elämän haasteille ja mahdollisuuksille. Kuoleman ahdistuksessaan kirjoitusten nuoret aikuiset kamppailevat aikaa vastaan. Aika jatkaa väijäämättä kulkuaan ja ihminen voi valita raahautuukosen mukana väkisin ja kapinoiko elämänsä kulkussa sattuneita tapahtumia vastaan katkeroituneena pitäen niitä vääryytenä. Tai hän voi päästää irti siitä, mikä on jo muutenkin menetettyä ja keskittyä elämään sellaisena kuin se on eikä sellaisena kuin sen olisi pitänyt olla ja pyrkiä tässä hetkessä toimimaan parhaalla mahdollisella tavalla niin, että tulevaisuudessa ei tarvitsisi katua sitä,

mikä nykyisyydessä on jäänyt tekemättä.⁴⁶ Tunnustamalla raskaidenkin, surullisten, vaikeasti hyväksyttävien asioiden olemassaolon, ne voi kokea saavansa omaan hallintaan: kesyttää.⁴⁷

Kuoleman ahdistuksessa elämästä muodostuu pakomatka, jossa kirjoitusten nuoret aikuiset etsivät suojaa mistä vain voivat sen löytää. Kuitenkin kuolemaa voi paeta vain pakenemalla kuolemaan. Näissä kirjoituksissa lakataan pakenemasta, ei enää etsitä piilopaikkaa vaan mennään sinne minne elämä kuljettaa. Siellä missä on elämää, on myös kuolemaa, sillä altistua elämälle, on altistua kuolemalle. Vain niin kauan kuin ihminen on kuolevainen, hän on myös elossa – ja kuolevaisuudessaan hän elää kohti kuolemaansa:

Ajattele kuolemaa ja sen symboleja objektiivisesti. Ymmärrä että sinä, samoin kuin jokainen, haluat kuolla. Ympäroï itsemi kuolemalla, mutta älä silti kuole. Tämä on suuri valaistuminen - se seuraa tämän taidon harjoittamisesta. (...) Tämä on myös voimakkaimman kristusmystiikan taustalla vaikuttava voima, ja syy eräiden kristittyjen suureen viisauteen ja voimaan. Ajattele vanhan ajan rohkeaa pappia, joka siunaa ruttoon kuolevia jossakin saksalaisessa keskiajan kaupungissa. Kaikki jotka eivät ole ymmärtäneet tätä periaatetta ovat paenneet - kardinaalit, lääkärit ja kauppiat. Pakeneminen johtaa päättömyyteen. Se on turhaa ja siksi johtaa väijäämättä ennenaikaiseen kuolemaan jonkin onnettomuuden uhrina. (Kk8)

Hyväksyessään oman kuolevaisuutensa ihmisen ei tarvitse enää kantaa huolta siitä, että hän kuolee. Sen sijaan tärkeää on se, millaisen elämän hän elänyt ennen kuolemaansa. Yllä siteeratussa kirjoituksessa (Kk8) kuoleman ahdistuksesta vapauttaa ymmärrys siitä, että ihminen itse ei ole sen arvokkaampi kuin kukaan muu; itsen elämä tai kuolema on täysin merkityksetön, jos se on pelkkää pakenemista, välttelyä ja suojautumista. Merkitykselliseksi nousee sen sijaan se, millä tavoin ihminen voi palvella muita – vaikka omalla kuolemallaan. Tällöin ihminen voi kokea säilyttävänsä oman arvokkuutensa niin kuollessaan kuin jäädessään henkiin. Elämä saa merkityksensä vain suhteessaan kuolemaan. Itse asiassa vasta elämän rajallisuudessa – kuoleman uhkaa vasten – kirkastuvat ne syyt, minkä *vuoksi* ihminen elää ja kenen *puolesta* ihmisen kannattaa jatkaa omaa elämäänsä:

Ajatus kuolemasta auttaa aina hetkittäin muistamaan mikä on tärkeintä elämässä. Minulle oikeastaan ainoat ehdottoman tärkeät asiat ovat rakastaminen ja rakastetuksi tuleminen. Hyvän tekeminen ja myötätunto. Ihan liian usein arkipäivässä sitä vain kulkee automaattivaihteella, ja häviää tyhjänpäiväisten mukatarkeiden asioiden, toiveiden ja velvollisuuksien kiireeseen ja kaaoksen, unohtaan elämän keskeisten seikkojen tärkeysjärjestyksen. Tietoisuus kuolemasta on hyvä muistuttaja. (Kk16)

Näen kuoleman myös suurena mahdollisuutena ihan tämänpuoleisesta perspektiivistä. Kuolema koskettaa ihmistä, sekä kuolevaa että jälkeenjääviä. Tässä herää esiin suuria tunteita, jotka saattavat ravistella, jo-

⁴⁶ Filosofisessa mielessä nämä kirjoitukset lähentelevät antiikin stoalaista ajattelua, jossa pyrkimyksenä on ”sisäinen vapautuminen” ulkoisista tapahtumista, kuten kuolemasta (ks. Häyry 2003). Toisin sanoen, vaikka ulkoiset tapahtumat eivät ole meidän kontrollissamme, se ei tarkoita sitä, että sisäiset tapahtumamme eivät voisi olla meidän kontrollissamme: tapahtui mitä tahansa, niin vaikkemme voisi vaikuttaa tapahtumien itsensä kulkuun, voimme kuitenkin vaikuttaa siihen, miten *subtandumme* tapahtumiin.

⁴⁷ Vrt. Ariès (1974): ”kesytetty kuolema”.

pa ajaa suoranaiseen kriisiin. Mutta samalla kyseessä on myös tietty katartinen, puhdistava vaikutus. Itse en toki ole vielä kuollut, mutta olen kokenut tähän ikään mennessä erittäin voimakkaasti kuoleman yhdistävän, parantavan ja puhdistavan vaikutuksen. Voisi myös sanoa, että sen yhteydessä tulee näkyviin kaiken itseisarvo, kaiken väline- ja hyötyarvon haihtuessa olemattomiin. (Kk17)

Ensinnäkin, hyväksyessään henkilökohtaisen kuolevaisuutensa ihminen voi suunnata kaiken tarmonsä mahdollisimman täysipainoiseen ja kokonaisvaltaiseen elämään. Toiseksi, kuolemantaito (lat. *ars moriendi*) onkin itse asiassa elämäntaitoa, sillä elettyään elämänsä kuolemastaan tietoisena, saavutettuaan elämälleen asettamansa päämäärät ja täyttymykset, ihminen voi kohdata henkilökohtaisen kuolemansa vapautuneesti ja valmistautuneena, kokea sen mielekkääksi päätökseksi mielekkäälle elämälle.

Mutta mitä pidemmälle elämä itseäni kuljettaa - projektit valmistuvat, tai tulevat hylätyiksi - sitä valmiimpi alan olla kohtaamaan kuoleman. Tämä ei tarkoita halua lopettaa omat päiväni, vaan niiden rajallisuuden hyväksymistä. (Kk17)

4. KUOLEVAISUUDEN KUVASTIMESSA

4.1. Yhteenveto ja johtopäätökset

Tutkielmani lähti liikkeelle ihmettelystä, miksi nuori aikuinen ajattelee omaa kuolemaansa. Keräämäni tekstiaineiston pohjalta kysymyksenasetteluni muotoutui koskemaan kuolevaisuuteen liitettyjä merkityksiä. Tutkimushypoteesini mukaan kuolevaisuudessa on kyse yhtäläiseen niin kuolemalle kuin elämällekin annetuista merkityksistä. Tämän kysymyksenasettelun taustalle muotoilin teoreettisen jäsennykseni, jonka perusta pohjautuu Tomerin & Eliasonin (1996) kehittämään kuoleman ahdistus -malliin. Täydensin sitä Baumeisterin (1991) elämän merkitys -teorialla. Näiden kahden välinen synteesi muodosti sen keskeisen teoreettisen kehyksen, jonka ohjaamana olen pyrkinyt systematisoimaan keräämästäni tekstiaineistosta havaitsemiani säännönmukaisuuksia.

Varsinainen analyysini lähti liikkeelle nuorten aikuisten kirjoituksissaan ilmaisemista tavoista kieltää henkilökohtainen kuolevaisuus. Kirjoituksista paljastuu kolmenlaisia taustaoletuksia. Yleisesti ottaen kuolevaisuus luonnollistetaan vanhusten ominaisuudeksi, jonka myötä elämän odotetaan automaattisesti jatkuvan vanhuuteen. Edelleen huolimatta siitä, että myös nuoret voivat kuolla – esimerkiksi onnettomuuksissa – ne ovat kuitenkin poikkeuksellisia tapahtumia, jotka tuskin osuvat omalle kohdalle eikä kuolevaisuus siksi määrittele nuoren aikuisen minäkäsitystä. Toisin sanoen, kuolevaisuus eristetään itsen ulkopuolelle sille varattuun lokerikkoon, jotta illuusio itsen haavoittumattomuudesta voidaan säilyttää. Samalla kuitenkin kuoleman etäännyttäminen – sen tekeminen ei-henkilökohtaiseksi – mahdollistaa sen ajattelemisen, romantisoinnin, jopa hautajaisten suunnittelemisen.

Kuolevaisuuden kieltäminen merkitsee ennen kaikkea sen ajankohtaisuuden kieltämistä. Se on käsitettävissä ole osa maailman säännönmukaista järjestystä, jossa asiat jatkavat suhteellisen ennustettavaa kulkuaan. Nuorten aikuisten kirjoituksia voi lukea kertomuksina siitä, kuinka itseä ja elämää koskevat positiiviset illuusiot murtuvat. Suhteeton kärsimys kyseenalaistaa elämän itsestäänselvyden. Kirjoituksissa kerrotaan monista kärsimyksen aiheista, kuten masennuksesta ja alkoholismista, joilla on usein juurensa syvällä lapsuudessa ja nuoruudessa. Nämä kokemukset ovat samalla keskeisin selittävä tekijä varhaiselle kuolematietoisuudelle – ymmär-

rykselle siitä, että elämä on rajallista, että minä itse olen rajallinen. Ymmärrys elämän rajallisuudesta ja kuoleman väistämättömyydestä eivät kuitenkaan yksin riitä selittämään nuorten aikuisten kirjoituksissa ilmaistua kuolematietoisuutta, joka yltyy voimakkaimmillaan pelkojen ja kärsimysten sävyttämäksi kuoleman ahdistukseksi ja joka johtaa pahimmillaan toiveisiin kuolemasta. Kuolevaisuuden merkityksiin liitettyjen pelkojen ja toiveiden ytimen muodostaa ymmärrys ihmisen ”äkillisestä kuolevaisuudesta”.

Yhtä hyvin kuin elää ja olla olemassa, ihminen voi kuolla ja lakata olemasta. Kuolema on alati läsnä oleva uhka, kuolevaisuus on henkilökohtainen ja ajankohtainen kysymys. Kuolema on tässä ja nyt, ei jossakin hamassa tulevaisuudessa. Tietoisuus kuoleman ennakoimattomuudesta kyseenalaistaa sen käsitettävyyden, säännönmukaisuuden ja ennustettavuuden. Kirjoitusten nuoret aikuiset ovat tietoisia kuoleman väistämättömyydestä, mutta epätietoisia sen ajankohdasta. Kuoleman läheisyyden tuntu herättää tarpeen pohdiskella omaa elämää, sen merkitystä.

Teoreettisen jäsennykseni pohjalta ymmärrän kuoleman ahdistuksen kokonaisvaltaisena uhkana, joka lankeaa elämän mielekkyyden ylle. Toisin kuin kuolemanpelossa, jossa ihminen suuntautuu kuolemaan jonkin tietyn negatiivisesti sävyttyneen käsityksensä kautta, kuoleman ahdistus määrittelee ihmisen olemisen tapaa yleisemmällä ja täysipainoisemmalla tavalla. Kuoleman ahdistusta määrittelevät uhkameritykset heijastelevat niitä motiiveita, päämääriä ja huolia, jotka orientoivat yksilön arkipäiväistä käyttäytymistä ja hänen elämänsä ylipäätään.

Nuorten aikuisten kirjoituksissa kuoleman ahdistus ilmenee ensinnäkin huolena elämän tarkoituksellisuudesta. Tietoisuus kuoleman läheisyydestä herättää tarpeen arvioida kulunutta elämää. Ymmärrys hukatuista tilaisuuksista, täyttymättömistä odotuksista ja saavuttamattomista päämääristä ilmenee menneisyyteen liittyvänä katumuksena ja katkeruutena. Käsitys itsen ja oman elämän keskeneräisyydestä herättää myös pelon kesken jäävästä elämästä. Elämä näyttäytyy projektina, joka pitäisi saada tiettyyn määräpäivään mennessä valmiiksi. Epätietoisuus kuoleman ajankohdasta ja ymmärrys kuoleman lopullisuudesta nostattavat eksistentiaalisen stressin. Elämää yritetään kiirehtiä eteenpäin, mutta tulevaisuus näyttäytyy toivottomalta. Huoli elämän tarkoituksellisuudesta kääntyy käsitykseksi elämän turhuudesta – elämästä, joka kaikista ponnisteluista huolimatta ei tunnu johtavan haluttuihin päämääriin, ja lopulta kuolema pyyhkäisee kaiken kuitenkin mukanaan.

Toiseksi, kuolema langettaa uhkansa myös elämän arvon ja oikeutuksen ylle. Nuorten aikuisten kirjoituksissa kysymys on yhtäältä vaikeudesta hyväksyä läheisen kuolema, toisaalta epävarmuudesta kuolemanjälkeisen olotilan suhteen. Kuolema kyseenalaistaa uskon oikeudenmukaiseen maailmaan. Kuoleman ahdistus ilmenee syyllisyytenä – kykenemättömyytenä pitää huolta ja kantaa vastuuta merkityksellisestä toisesta kuoleman edessä. Toisaalta läheisen kuolema kyseenalaistaa elämän mielekkyyden siinä määrin kuin se on ollut sidoksissa vastavuoroiseen kumppanuuteen ja huolenpitoon. Kaikki, mikä elämässä on arvokasta, kuten rakkaus ja hyvän tekeminen, näyttävät menettävän merkityksensä kuolemassa. Kuolema näyttäytyy mielettömänä ja käsittämättömänä. Usko kuolemanjälkeiseen elämään ei näytä tarjoavan tässä suhteessa mitään lohdutusta – pikemminkin se synnyttää uuden ahdistuksen aiheen: epätietoisuuden kuolemanjälkeisestä kohtalosta.

Kolmanneksi, kuoleman ahdistus ilmenee huolena elämänhallinnasta. Kuolema näyttää kyseenalaistavan ihmisen kyvyn ja mahdollisuudet vaikuttaa elämänsä kulkuun. Tässä on jälleen läsnä kuoleman käsittämättömyys, sillä elämänhallinta on samanaikaisesti sekä tiedollinen että taidollinen prosessi. Kuolema tuntuu pakenevan ihmisen kontrollista. Esiin nousevat myös itsenäisyyden teema sekä epätoivoiset yritykset hallita omaa ahdistusta. Hallinnan puute ilmenee avuttomuutena ja nöyryytymisenä odottamaan omaa kuolemaansa.

Neljänneksi, kuoleman ahdistus pistää esiin itsen arvottomuudesta. Tässä yhdistyvät monta edellä käsiteltyä teemaa, sillä käsitys omasta elämästä ja itsestä lankeavat monessa suhteessa yhteen. Esimerkiksi elämän tarkoituksettomuus kääntyy vaivattomasti käsitykseksi itsen tarpeettomuudesta, riittämättömyydestä ja kykenemättömyydestä. Heikko itsetunto heijastelee paitsi riskiä todellisen ja ihanneminän välillä, myös sitä, millä tavoin toiset kohtelevat tai ovat kohdelleet kirjoitusten nuoria aikuisia. Yksinäisyydessään, rakkaudettomuudessaan ja kyvyttömyydessään täyttää sisäisen potentiaalinsa kirjoitusten nuoret aikuiset kokevat olevansa suojattomia kuoleman edessä.

Analyysini toisessa osioissa käsitelin kirjoituksia kuoleman hyväksymisen näkökulmasta. Tarkastelussani hyödynsin Wongin (2008) jaottelua kuoleman pakenevaan, lähestyvään ja neutraaliin hyväksyntään. Täydensin sitä Baumeisterin teoriolla elämän merkityksistä. Lähtökohtanani oli ajatus siitä, että kuolema on hyväksyttävissä siinä määrin kuin se voidaan kokea tarkoitukselliseksi, arvokkaaksi ja oikeutetuksi, hallittavaksi ja omaa arvoa ylentäväksi tai säilyttäväksi.

Tarkoitukseni oli osoittaa, millä tavoin elämän ja kuoleman merkityksissä tapahtuvat muutokset lievittävät kuolemaan liittyvää ahdistusta. Toisin kuin edellä, tässä kuolevaisuuteen liitetään positiivisia merkityksiä.

Luku ”Vapaus valita elämän ja kuoleman väliltä” on selkeästi kytköksissä lukuun ”Huoli itsen merkityksettömydestä”. Kysymys on siitä pisteestä, jossa elämän mielettömyys ylittää kuoleman mielettömyyden. Kuolema ei muodosta enää uhkaa vaan se ymmärretään mahdollisuutena: kuolema on elämään sisältyvä äärimmäinen mahdollisuus. Ymmärrys siitä, että ihminen voi valita elämän ja kuoleman väliltä, palauttaa kirjoitusten nuorille aikuisille tunteen hallinnasta: oma elämä on viime kädessä omilla käsillä, ei vain ulkoisten voimien riipottavana.

Luvussa ”Merkityksellinen toinen ja elämän jatkuvuus” tarkastelin kirjoituksia, joissa on kyse kuoleman lähestyvistä hyväksynnästä. Kuolema voidaan kokea mielekkääksi siinä määrin kuin se säilyttää itsen ja merkityksellisen toisen välisen yhteyden ja siinä määrin kuin tämänpuoleinen kärsimys saa sovituksensa tuonpuoleisessa. Kuolevaisuus kaikkine kärsimyksineen ja ahdistuksineen voidaan kokea mielekkääksi siinä mielessä, että se herättää kirjoitusten toivon tuonpuoleista paremmasta elämästä – se ajaa kirjoitusten nuoret aikuiset etsimään jotakin itseä suurempaa ja kestävämpää. Kuolema merkitsee siirtymää alemman tason elämästä ylemmän tason elämään, jossa koittaa lopullinen täyttymys.

Toiseksi viimeisessä luvussa ”Epikurolainen nautinto ja kuolemanpelosta vapautuminen” tarkastelin kirjoituksia, jotka heijastelivat monessa suhteessa epikurolaisen filosofian käsityksiä elämästä ja kuolemasta. Näiden kirjoitusten mukaan kuolema ei muodosta ihmisen elämälle mitään uhkaa, sillä kuoleman myötä kokemuksellinen yksilöllisyys lakkaa olemasta eikä kuolemassa ole siksi mitään pelättävää. Kirjoitukset ilmentävät elämänfilosofiaa, jossa ei ole syytä murehtia menneitä eikä tulevaa, sillä todellinen elämä on vain tässä ja nyt. Kuolema on neutralisoitu elämän luonnolliseksi päätepisteeksi. Nämä kirjoitukset tulevat joiltakin osin lähelle alussa käsittelemiäni kuolevaisuuden kieltäviä kirjoituksia. Esimerkiksi käsitys ”luonnollisesta kuolemasta” ja kuoleman rationalisoiva etäännyttäminen muodostavat selkeän yhtymäkohdan edelliseen. Kirjoituksissa on kuitenkin läsnä tietoisuus kuoleman ennakoimattomuudesta, joka motivoi elämään mahdollisimman täysipainoisesti ja viivyttämättä, niin että kuoleman koittaessa ei tarvitsisi harmitella hukkaan valunutta elämää.

Analyysini viimeisessä luvussa ”Sisäinen vapautuminen ja elämän täysipainoisuus” tarkastelin kirjoituksia, joissa on moni yhtymä kohtia aineistoni ”epikuroolaisiin”. Kuoleman mielekkyys on kuoleman kaksoisluonteen hyväksymistä: kuoleman uhka on läsnä kaiken aikaa ja kun kuolema lopulta ja väistämättä koittaa, se on elämän ehdoton loppu. Kuolema ei ole muuta kuin elämän negaatio ja siksi kuolema voidaan hyväksyä vain suhteessa elämän mielekkyyteen. Mielekkään eli täysipainoisen elämän jälkeen kuolema on mahdollista ”neutraalisti hyväksyä”. Kuoleman mielekkyyteen liittyy kuitenkin myös toiveita ennakoitavissa olevasta kuolemasta ja halu valmistautua omaan kuolemaan. Nämä voidaan nähdä yhtäältä kompensaaationa kuoleman uhkamerkityksille, toisaalta pyrkimyksenä ulottaa elämän mielekkyyden kannalta välttämätön kokemus omasta vaikuttavuudesta, hallinnantunteesta ja kontrollista myös omaan kuolemaan.

4.2. Pohdintaa

Tutkielmani kykenee vain raapaisemaan niitä aihepiirejä, joita nuorten aikuisten kirjoituksista nousee esiin. Samalla se kuitenkin tarjoaa monia mahdollisia ja uskontotieteellisesti kiinnostavia tutkimusalueita. Työni on tiettävästi ensimmäinen uskontotieteellinen tutkielma, jossa hyödynetään Baumeisterin elämän merkitys -teoriaa. Nähdäkseni se voisi tarjota monia kiinnostavia näkökulmia moniin paljon tutkittuihin uskontotieteellisiin aihepiireihin, kuten esimerkiksi konversiotutkimukseen. Sen avulla voitaisiin pyrkiä selittämään myös sitä, miksi ihmiset ylipäättään hakeutuvat uskonnollisiin yhteisöihin ja minkälaisia tarpeita uskonnollinen usko ja uskonnolliset selitykset tyydyttävät. Kiinnostavaa olisi tutkia myös sitä, minkälaisia elämän ja kuoleman merkitysten tasolla tapahtuvaa työskentelyä liittyy sellaisiin äkillisiin elämänmuutoksiin, kuten puolison tai jonkun muun merkityksellisen toisen odottamattomaan kuolemaan. Tämän tyyppistä tutkimusta on tehty varsin runsaasti yhteiskunta- ja hoitotieteiden piirissä, mutta nähdäkseni uskontotieteellinen näkökulma voisi tarjota näihin tapauksiin aivan uudenlaisia kysymyksenasetteluita. Tärkeää olisi edelleen jatkaa nuorten aikuisten kuolemasuhteen selvittämistä. Tekstiaineistoni tarjosi kenties vain aavistuksia siitä, mitä näiden tutkielmani alussa viitattujen omia hautajaisiaan suunnittelevien nuorten aikuisten mielessä liikkuu. Tämän suhteen jonkin muotoinen hautaustoimistoetnografia voisi tuottaa konkreettisempia tuloksia.

5. BIBLIOGRAFIA

5.1. Lähteet

Vastaukset teemakyselyyn, 18 kpl. Tekijän hallussa, Helsinki.

5.2. Kirjallisuus

Achté, Kalle & Tapani Tamminen (1995). *Abdistuneisuus ja sen boito*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Ariès, Philippe (1974). *Western attitude toward death: from the middle ages to the present*. Lontoo: The Johns Hopkins University Press.

Ariès, Philippe (1987). *Hour of Our Death*. Harmondsworth: Penguin Books.

Arppe, Tiina (1992). *Pyhän jäännökset – ranskalaisia rajanylityksiä: Mauss, Bataille, Baudrillard*. Helsinki: Tutkijaliitto.

Bauman, Zygmunt (1992). *Mortality, Immortality and Other Life Strategies*. Cambridge: Polity Press.

Baumeister, Roy F. (1991). *Meanings of Life*. New York, London: The Guilford Press.

Baumeister, Roy F. & Brenda Wilson (1996). "Life Stories and the Four Needs for Meaning". *Psychological Inquiry*, 7, 322–325.

Bettelheim, Bruno (1994 [1974]). *Satujen lumous*. Juva: WSOY.

Boyer, Pascal (2007). *Ja ihminen loi jumalat: miten uskonto selitetään*. (Suom. Tiina Arppe.) Helsinki: WSOY.

Chasteen, Alison L. & Scott F. Madey (2003). "Belief in a Just World and the Perceived Injustice of Dying Young or Old". *Omega*, vol. 47 (4), 313-326. Baywood Publishing Co., Inc.

Cicirelli, Victor G. (2001). "Personal Meanings of Death in Older Adults and Young Adults in Relation to Their Fears of Death". *Death Studies*, 23, 663-683. Bruner-Routledge.

Dobzhansky, Theodosius (1971). *Biologia ja maailmankatsomus*. Porvoo, Helsinki: WSOY.

Dunderfelt, Tony (2006). *Elämänkaaripsykologia*. Helsinki: WSOY.

Elias, Norbert (1993). *Kuolevien yksinäisyys*. Helsinki, Gaudeamus.

Erikson, Erik H. (1962). *Lapsuus ja yhteiskunta*. Jyväskylä: Gummerus.

Florian, Victor & Shlomo Kravetz (1983). "Fear of Personal Death: Attribution, Structure, and Relation to Religious Belief". *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 44. No. 3, 600-607. The American Psychological Association, Inc.

Geertz, Clifford (1986). "Uskonto kulttuurijärjestelmänä". *Uskonto, kulttuuri ja yhteiskunta*, 88-138, (toim.) Juha Pentikäinen. Helsinki: Gaudeamus.

Gesser, G. & P. T. Wong & G.T. Reker (1987). "Death Attitudes Across the Lifespan: the Development and Validation of the Death Attitude Profile (DAP)". *Omega*, 18, 109-124.

Greenberg, J. et al (1992). "Why do People Need Self-esteem? Converging Evidence that Self-esteem Serves and Anxiety-buffering Function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 913-922.

Gothóni, Raili (1987). *Pitkääikäissairaana vanhuksen maailman ja uskonnollisuus*. Helsinki: Suomalaisen teologisen kirjallisuusseuran julkaisuja 149.

Gould, Roger L. (1980). "Transformations during Early and Middle Adult Years". *Themes of Work and Love in Adulthood*, 213-237, toim. Neil J. Smelser and Erik. H. Erikson. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.

Harjula, Raimo (1986). *Syällisyys, sairaus ja ihminen: syällisyys sairauden selityksenä eri kulttuureissa ja uskonnoissa*. Jyväskylä: Kirjapaja.

Heidegger, Martin (2000). *Oleminen ja aika*. (Suom. Reijo Kupiainen.) Tampere: Vastapaino.

Henderson, David K. (1993). *Interpretation and Explanation in the Human Sciences*. Albany: State University of New York Press.

Henriksson, Markus et al (1995). "Ahdistuneisuus ja itsemurhat". *Ahdistuneisuus ja sen hoito*, (toim.) Kalle Achté & Tapani Tamminen, 441-453. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Hermann, Carla Penrod (2001). "Spiritual Needs of Dying Patients: A Qualitative Study". *?*, Vol 28, No. 1, 67-72.

Honkasalo, Marja-Liisa & Terhi Utriainen & Anna Leppo (2004). "Esipuhe". *Arki satuttaa: kärsimystä suomalaisessa nykypäivässä*, 7-10, (toim.) Marja-Liisa Honkasalo & Terhi Utriainen & Anna Leppo. Tampere: Vastapaino.

Honkasalo, Marja-Liisa (2006). "Fragilities in Life and Death: Engaging in Uncertainty in Modern Society". *Health, Risk & Society*, 8(1), 27-41. Taylor & Francis.

Hänninen, Vilma (2000). *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopisto

Jetsu, Laura (2001). *Kahden maailman välillä: etnografinen tutkimus venäjänkarjalaisista hautausrituaaleista 1990-luvulla*. Helsinki: SKS.

Jylhänkangas, Leila (2004a). ”Uskonto ja kuoleminen”. *Uskonnon paikka: kirjoituksia uskontojen ja uskontoteorioiden rajoista*, 312–352, toim. Outi Fingerroos, Minna Opas & Teemu Taira. Helsinki: SKS.

Jylhänkangas, Leila (2004b), ”Kuolema ja kipu” [www-dokumentti]. – *Elore (ISSN 1456-3010)*, vol. 12 – 1/2005, (toim.) Outi Fingerroos & Kaarina Koski. [Viitattu: 25.4.2009]. Saatavilla: http://cc.joensuu.fi/~loristi/1_05/jyl1_05.pdf.

Jylhänkangas, Leila (2006). ”Eutanasia, uskonto ja kulttuuri”. *Elämänloppu vai kuoleman alku: hoitopäätökset kuoleman lähestyessä*, 137–153, toim. Juha Hänninen. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Kastenbaum, Robert & Ruth Aisenberg (1976). *The Psychology of Death (Concise Edition)*. New York: Springer Publishing Company.

Kastenbaum, Robert (1989). “Death Fear and Anxiety”. *Encyclopedia of Death*, (toim.) Robert & Beatrice Kastenbaum. Phoenix: Oryx Press.

Ketonen, Oiva & Saarinen Esa (1987). “Luopuminen ja kuolema”. *Suomalainen kuolema*, s. 19–46, (toim.) Kalle Achté, Pirkko Lahti & Laura Rouhunkoski. Helsinki: Yliopistopaino.

Komaromy, Carol & Jenny Hockey (2001). “Naturalizing’ death among older adults in residential care”. *Grief, Mourning and Death Ritual*, s. 73-81, toim. Jenny Hockey & Jeanne Katz & Neil Small. Bucking Ham, Philadelphia: Open University Press.

Koskela, Harri (2007). *Lapsen menetyksen ja vanhemman spiritualiteetti*. Joensuun yliopisto, teologinen tiedekunta, käytännöllisen teologian pro gradu -tutkielma.

Kusch, Martin (1986). *Kuolevan järjen kritiikki: kuusi luentoa*. Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunnan julkaisu nro 17.

Laiho, Satu (2006). *”Autuaita ovat muheelliset; he saavat lohdutuksen”? Nuorten aikuisten odotukset ja kokemukset hautauslaitoksesta*. Helsingin yliopisto, teologinen tiedekunta, käytännöllisen teologian pro gradu -tutkielma.

Latvala, Eila & Liisa Vanhanen-Nuutinen (2003). ”Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: Sisällön analyysi”. Sirpa Janhonen & Merja Nikkonen (toim.) *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*. Helsinki: WSOY.

Levinson, Daniel et al (1979), *The Seasons of a Man’s Life*. New York: Alfred A. Knopf.

Levinson, Daniel (1980). “Toward a Conception of the Adult Life Course”. *Themes of Work and Love in Adulthood*, s. 265-290, toim. Neil J. Smelser and Erik. H. Erikson. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.

McAdams, D. P. (1993), *The Stories We Lived By: Personal Myths and Making of the Self*. New York: William Morrow.

Miettinen, Sonja (2006). *Eron aika: Tyttäreiden kertomuksia ikääntyneen vanhemman kuolemasta*. Helsinki: Yliopistopaino.

Mikulincer, Mario & Victor Florian (2008), "The Complex and Multifaceted Nature of the Fear of Personal Death: The Multidimensional Model of Victor Florian". *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes*, s. 39-64, toim. Andrian Tomer, Grafton T. Eliason & Paul T.P. Wong. New York, London: Lawrence Erlbaum Associates

Neimeyer, R.A. & M.K. Moore & K. Bagley (1988). "A Preliminary Factor Structure for the Threat Index". *Omega*, 8, 251-265.

Neimeyer R.A. & D. Van Brunt (1995). "Death Anxiety". H. Wass & R.A. Neimeyer (toim.), *Dying: Facing the Facts*, 49-88. Washington DC: Taylor & Francis.

Nenola, Aili (1985). "Kuolema ja kärsimys naisten perinteessä". *Kuolema elämän keskellä*, s. 73–85, (toim.) Jan-Erik Ruth & Pirkko Heiskanen. Keuruu: Otava.

Ojanen, Markku (2005). *Elämän mieli ja merkitys*. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Orbach, Israel (2008). "Existentialism and Suicide". *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes*, s. 281-316, toim. Andrian Tomer, Grafton T. Eliason & Paul T.P. Wong. New York, London: Lawrence Erlbaum Associates

Paulaharju, Samuli (1995). *Syntymä, lapsuus ja kuolema: Vienan Karjalan tapoja ja uskomuksia*. Helsinki: SKS.

Pentikäinen, Juha (1990). *Suomalaisen lähti: kirjoituksia pohjoisesta kuolemankulttuurista*. Helsinki: SKS.

Perho, Hannu & Merja Korhonen (1995). "Siirtymien sijoittuminen ja sisältö varhaisaikuisuudessa". *Näkökulmia kehityspsykologiaan: kehitys kontekstissaan*, (toim.) Paula Lyytinen, Mikko Korhonen & Heikki Lyytinen, 248–255. Porvoo: WSOY.

Peräkylä, Anssi (1990). *Kuoleman monet kasvot: identiteettien tuottaminen kuolevan potilaan hoidossa*. Tampere: Vastapaino.

Porkka, Jouko (1984). *Kuoleman kanssa kasvokkain: tutkimus Helsingin yliopiston ensimmäisen ja neljännen vuoden opiskelijoiden uskonnollisuudesta ja kuolemanpelosta*. Käytännöllinen teologia. Kirkkososiologian linja. Pro gradu. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Puolimatka, Tapio & Timo Airaksinen (1994). "Elämän tarkoitus". *Merkitys*, s. 211–229, toim. Sara Heinämaa. Tampere: Tampereen yliopisto.

Rachman, Stanley. 2004. *Anxiety*. Second Edition. Hove & New York: Psychology Press.

Spilka, Bernard & et al (2003): *The Psychology of Religion: an Empirical Approach*. New York, London: The Guilford Press.

- Spiro, Melford E. (1987). "Religion: Problems of Definition and Explanation". *Culture and Human Nature: Theoretical Papers of Melford E. Spiro*, (toim.) Benjamin Kilborne & L.L. Langness, s. 187–222. Chicago, London: The University of Chicago Press.
- Tillich, Paul (1963), *Christianity and the Encounter of the World Religions.*. New York, London: Columbia University Press.
- Tomer, Andrian & Grafton T. Eliason (1996), "Toward a Comprehensive Model of Death Anxiety". *Death Studies*, 20: 343-365. Taylor & Francis.
- Tomer, Andrian & Grafton T. Eliason (2005), "Life Regrets and Death Attitudes in College Students". *Omega*, Vol 51 (3) 173-195. Baywood Publishing Co., Inc.
- Tomer, Andrian & Grafton T. Eliason (2008), "Regret and Death Attitudes". *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes*, s. 159-172, toim. Andrian Tomer, Grafton T. Eliason & Paul T.P. Wong. New York, London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Toskala, Antero (1995a). "Ihmisen muutosprosessit aikuisiällä – konstruktivistinen näkökulma". *Näkökulmia kehityopsykologiaan: kehitys kontekstissaan*, (toim.) Paula Lyytinen, Mikko Korkiakangas & Heikki Lyytinen, 343–358. Porvoo: WSOY.
- Toskala, Antero (1995b). "Ahdistus oppimisteoreettisesta ja kognitiivisesta näkökulmasta". *Ahdistuneisuus ja sen boito*, (toim.) Kalle Achté & Tapani Tamminen, 41–58. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Tuomi, Jouni & Anneli Sarajärvi (2002). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Utriainen, Terhi (1999), *Läsnä, riisuttu, puhdas: uskontoantropologinen tutkimus naisista kuolevan vierellä*. Helsinki: SKS.
- Utriainen, Terhi (2004):"Suojaavat kehykset ja alaston kärsimys". *Arki satuttaa: kärsimyksiä suomalaisessa nykypäivässä*, s. 226–252, toim. Marja-Liisa Honkasalo & Terhi Utriainen & Anna Leppo. Tampere: Vastapaino.
- Utriainen, Terhi & Marja-Liisa Honkasalo (2004): "Kärsimys, paha ja kulttuuritutkimus". *Arki satuttaa: kärsimyksiä suomalaisessa nykypäivässä*, s. 13–48, toim. Marja-Liisa Honkasalo & Terhi Utriainen & Anna Leppo. Tampere: Vastapaino.
- Waardenburg, Jacques (1986), *Usko ja uskonnot*. Helsinki: Gaudeamus.
- Waronen, Matti (1898), *Vainajainpalvelus muinaisilla suomalaisilla*. Helsinki: SKS.
- Vuorinen, Risto (1995). *Minän synty ja kehitys: ihmisen psyykkinen kehitys yli elämänkaaren*. Porvoo: WSOY.
- Wong, Paul T.P. (2008), "Meaning Management Theory and Death Acceptance". *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes*, s. 65-87, toim. Andrian Tomer, Grafton T. Eliason & Paul T.P. Wong. New York, London: Lawrence Erlbaum Associates

6. LIITTEET

LIITE 1a

KIRJOITA KUOLEVAISUUDESTA

Oletko ajatellut omaa kuolemaasi?

Valmistelen Helsingin yliopistoon pro gradu -tutkielmaa kuolemantietoisuuden vaikutuksista nuorten aikuisten (18–39 vuotta) elämäntutkimukseen. Olisin kiitollinen, jos aiheesta kiinnostuneet nuoret aikuiset kirjoittaisivat minulle ajatuksistaan. Kirjoituksessasi voit pohdiskella esimerkiksi seuraavanlaisia kysymyksiä:

Mikä on saanut sinut ajattelemaan omaa kuolemaasi?

Millaisia tunteita elämän rajallisuus sinussa herättää?

Millä tavoin kuolevaisuus määrittelee kokemustasi omasta itsestä ja elämästäsi?

Oletko suunnitellut tai tehnyt erityisiä valmisteluja oman kuolemasi suhteen? Miksi?

Voit lähestyä aihetta sellaisesta näkökulmasta, jonka koet henkilökohtaisesti läheiseksi, vapaalla tyylillä ja mieleisellä tekstinpituudella. Tarpeen tullen lisätietoja saa tiedustella sähköpostitse.

Lähetä kirjoituksesi 30.9.2007 mennessä postitse tai sähköpostitse.

Toivon, että liittäisit kirjoituksesi yhteyteen tiedot iästä, sukupuolesta ja kotipaikkakunnastasi.

Käsittelen vastaukset ehdottoman luottamuksellisesti.

Uskontotieteen laitos
Pyry Hannila, fil. yo
PL 59, 00014 Helsingin yliopisto
pyry.hannila@helsinki.fi

KIRJOITA KUOLEVAISUUDESTA

Oletko ajatellut omaa kuolemaasi?

Valmistelen Helsingin yliopistoon pro gradu -tutkielmaa kuolemantietoisuuden vaikutuksista nuorten aikuisten (18–39 vuotta) elämänkatsomukseen. Olisin kiitollinen, jos aiheesta kiinnostuneet nuoret aikuiset kirjoittaisivat minulle ajatuksistaan. Voit pohdiskella suhdettasi omaan kuolevaisuuteesi esimerkiksi seuraavanlaisten kysymysten pohjalta:

Mikä on havahduttanut sinut pohtimaan omaa kuolemaasi/ kuolevaisuuttasi?

Millaisia tunteita elämän rajallisuus sinussa herättää?

Tunnetko oman kuolevaisuutesi äärellä tarvetta pohdita omaa identiteettiä, elämän tarkoitusta tai muita olemassaolon suuria kysymyksiä?

Oletko suunnitellut tai tehnyt erityisiä valmisteluja oman kuolemasi subteen? Miksi?

Voit lähestyä aihetta sellaisesta näkökulmasta, jonka koet henkilökohtaisesti läheiseksi, vapaalla tyylillä ja mieleisellä tekstinpituudella. Tarpeen tullen lisätietoja saa tiedustella sähköpostitse.

Lähetä kirjoituksesi 30.9.2007 mennessä postitse tai sähköpostitse. Toivon, että liittäisit kirjoituksesi yhteyteen tiedot iästä, sukupuolesta ja kotipaikkakunnasta.

Käsittelen vastaukset ehdottoman luottamuksellisesti.

Uskontotieteen laitos
Pyy Hannila, fil. yo
PL 59, 00014 Helsingin yliopisto
pyry.hannila@helsinki.fi