



Säröjä ja katveja suomalaisten surusuhteessa – kohti elettyä kuolemansurua

Mari Pulkkinen

FT, vapaa tutkija, tietokirjailija ja kouluttaja

Johdanto

Kun meille tärkeä ihminen kuolee, asemoidumme silmänräpäyksessä uudelleen: meistä tulee surevia.¹ Uusi status on paikallaan, sillä läheisen kuolemalla on syvälle käyviä merkityksiä. Se mullistaa paitsi arkisen elämän, myös identiteetit, maailmankuvat ja sosiaaliset roolit.

Läheisen menettäminen on tapahtuma, jolta harva aikuisikään elävä välttyy. Vaikka se siis tässä mielessä määrittää inhimillistä elämää, ymmärrys surun luonteesta ja siitä, mitä on olla sureva, on kapea ja arjesta irtautunut. Tieteellisissä tulkinnoissa tyydytään usein kliinisiin ja kaavamaisiin määritelmiin, jotka perustuvat kivettyneisiin esioletuksiin surusta dynaamisena, pääpainoltaan emotionaalisena prosessina. Sureminen taas nähdään psykologisten tunteiden työstämiseksi, jonkinlaiseksi mielen ponnistukseksi, jolle on eri aikoina nimetty erilaisia tavoitteita ja päämääriä (ks. esim. Pulkkinen 2016b; Walter 1999, 164–165; Valentine 2006).

Ymmärrys surun luonteesta nojaa oletukseen siitä, että myös surun kaltaiset inhimilliset ilmiöt olisivat jaettavissa patologisiin ja ei-patologisiin. Tutkimuksessa rajanveto on omiaan tuottamaan epätosia tulkintoja yhteiskunnallisesta todellisuudesta (ks. Honkasalo 2015, 115). Toisaalta myös tavallisia surevia suomalaisia askarruttaa, mikä surussa on normaalia (ks. Miettinen 2006, 129–130). Erityisen kimurantti kysymys sekä tutkijoille että sureville näyttää olevan surun kesto, jonka perusteella surua on usein patologisoitu. Psykologis-kliinisessä viitekehyksessä jo kuuden kuukauden ikäinen, intensiivisenä ilmenevä suru nähdäänkin pitkittyneeksi ja komplisoituneeksi, siis diagnosoitavaksi häiriöksi.²

Surevan yksilön kokemusmaailmasta käsin tarkasteltuna kysymys on monisyisempi, sillä läheisen kuoleman vaikutukset ovat monin tavoin perustavanlaatuisia ja pysyviä. Tapoja jäsenellä ja sanallistaa tätä kokemusta ei kuitenkaan ole. Osaltaan tämä juontuu siitä, että kuolemansurua on tutkittu verrattain tuoreena ja niin sanottuna akuuttina ilmiönä. Läheisten kuolemien pitkäaikaiset vaikutukset yksilöön ja hänen elämänsä eivät siksi ole tulleet näkyville. Toisekseen surevien arjesta on pitkään tiedetty hyvin vähän. Kiinnostus aiheeseen

¹ Ainoastaan leskille ja orvoille on erillinen nimityksensä. Teologi Harri Koskelan (2011, 312) ehdottama, lapsensa menettänyttä vanhempaa kuvaava termi varpo, jossa yhdistyvät sanat vanhempi ja orpo, ei ole yleistynyt.

² Vuonna 2018 julkaistu WHO:n tautiluokitusjärjestelmä ICD-11 sisältää ensimmäistä kertaa diagnoosin pitkittyneen surun häiriölle. Se voidaan antaa, jos surun oireet jatkuvat intensiivisinä vielä puoli vuotta läheisen kuoleman jälkeen. (WHO 2024) Suomessa uusi luokitus otettaneen käyttöön lähivuosina (THL 2023).

on kasvanut usein ammatillisista intresseistä käsin. Tavoitteena on tuottaa tietoja ja kehittää interventioita surevia työssään kohtaaville ammattilaisille, ei niinkään ymmärtää surevan kokemusta vuosikymmenien mittakaavassa. (Erjanti 1999, 18; Pulkkinen 2016b.)

Kypsään ikään ehtineen surun lisäksi vähälle huomiolle on jäänyt se, että menetykset kohdataan ja niitä surraan aina ajallisessa ja paikallisessa tapahtumaympäristössä. Nämä kuolemaa ja suremista ympäröivät kulttuurit, joista ei modernin jälkeisessä ajassa ole mielekästä puhua yksikössä, ovat jatkuvassa muutoksessa (ks. Walter 1999, 207–208). Muuttuvia ovat luonnollisesti myös läheisensä menettäneiden ihmisten elämäntilanteet eli ne elämäntilanteet, joissa menetystä eletään toteen. Tämän tulisi heijastua myös surutulkintoihin.

Yhtäältä surua ja surevia ympäröivää kulttuurista muutosta selittää yksilöiden aktiivinen halu muuttaa asioita – siis tahto tehdä ja toimia, nähdä ja ajatella, ehkä myös kokea, tuntea ja toisin (ks. Pajari 2014, 105–106). Toisaalta muutokseen ajaa se, että aika ajoin ihminen tulee luoneeksi todellisuuden, jossa totutut tavat ja käytännöt eivät enää toimi, ja niitä on sen vuoksi mukautettava. Niin nykyajasta kuin menneisyydestä onkin paikannettavissa murroskohtia, jotka ovat erityisillä tavoilla muokanneet suhdettamme kuolemansuruun. Toisinaan kyseessä ovat olleet laajemmat tapahtumakokonaisuudet, mutta joskus yksittäistenkin tapahtumien vaikutus on niin voimallinen, että jotakin muuttuu tai jopa murtuu pysyvämmiin. Usein syynä ovat äkillisesti kehittyvät, koko yhteiskuntaa koskevat poikkeukselliset olosuhteet kuten sodat tai pandemiat. Vaikka akuutit poikkeusolot väistyvät, jättävät murtokohdat jälkeensä vaikutuksia, joista saattaa muodostua uusi normaali.

Suomalaisten surua on pitkään voinut kuvata salatuksi ja sanattomaksi (Pulkkinen 2016b). Osin näin on edelleen, vaikka viime vuosikymmenien suremisen kulttuureita luonnehtiinkin lisääntyvä avoimuus. Tämä näkyy muun muassa siinä, että kuolemansurun teema on aiempaa enemmän esillä niin perinteisessä mediassa kuin digitaalisilla areenoilla, joilla menetyksistä kerrotaan ja niihin otetaan osaa yhä useammin. Suremisen ja myötäelämisen digitaalistuessa suremisen toiminnallinen ympäristö muuttuu ennennäkemättömän nopeasti. Samaan aikaan perinteinen rituaalinen kulttuuri on ohentunut. Esimerkiksi hautajaisiin osallistuttiin jo ennen koronarajoitusten aikaa aiempaa selvästi harvemmin (ks. Valtavaara 2018).

Uudehkoa suremisen kulttuuria on sekin, että perhepiirin tai uskonnollisen yhteisön sijaan surevia suomalaisia tukevat yhä useammin kriisiavun ammattilaiset sekä erilaisten terapeuttien, valmentajien ja vertaistukijoiden kirjava ja kasvava joukko (ks. esim. Huttunen & Pulkkinen 2021, 164–165). Sekä auttajat että surevat ponnistavat aiempaa moninaisemmista hengellisistä ja henkisistä taustoista. Yhteistä maailmankuvallista tarttumapintaa on vähänlaisesti. Huomio kohdistuu yksilön kyvykkyyteen auttaa itseään, kehittyä ja suunnata optimistisesti tulevaisuuteen (ks. Brinkmann 2016). Tämä ilmapiiri tuottaa yksilöön ja hänen tunteisiinsa keskittyvää toiveikasta surupuhetta, joka on ehkä vähemmän kliinistä mutta näyttää tuottavan yhä uusia tulkintoja, joihin tosielämän rosoiset kokemukset eivät sovi.

Tässä katsausartikkelissa tarkastelen suomalaisessa yhteiskunnassa ja kuolemansurua ympäröivissä kulttuureissa toisessa maailmasodassa ja sen jälkeen tapahtuneita murroksia ja kehityskulkuja sekä sitä, miten ne ovat heijastuneet suomalaisten surusuhteeseen. Surusuhteella viitataan siihen, miten kuoleman kautta tapahtuneiden menetysten suremiseen, kuolemansuruun ilmiönä sekä sureviin ihmisiin suhtaudutaan. Toisen maailmansodan lisäksi nostan esimerkeiksi koronapandemian, uushenkisyyden nousun sekä yhteiskunnan

psykologisoitumisen ja terapisoitumisen vaikutukset. Esitän, että nämä ovat yhdessä ja erikseen synnyttäneet suomalaisten surusuhteeseen säröjä ja katveja, jotka kaventavat entisestään käsitystä surusta, suremisesta ja surevista ja siten uusintavat suremisen kulttuureita, jotka eivät tunnista inhimillisen kokemuksen kirjoa. Ammennan tutkimuksesta ja tietokirjallisuudesta mukaan lukien esseistiikka sekä paikoin myös mediasta.

Rakentaakseni inhimillisempää surusuhdetta ja avatakseni moniäänisempää keskustelua kuolemansurun olemuksesta hahmottelen katsauksen lopuksi lyhyesti kulttuurin ja yhteiskunnan tutkimuksen pohjalta ponnistavaa humanistisfilosofista surukäsitystä. Tulkinta kertaa ja jatkaa vuonna 2016 julkaistussa väitöskirjassani esittämäni hahmotelmaa kuolemansurusta kokonaisvaltaisena kokemuksena (Pulkkinen 2016b). Siinä surua ei nähdä hyvän elämän esteeksi vaan pikemminkin sen edellytykseksi. Eettisenä orientaationani on toiminut ajatus siitä, että tieteellisten surukäsitysten tulisi pikemminkin valaista katveja kuin synnyttää uusia marginaaleja.

Sota-ajan perintö: kunnialla ja arvokkaasti

Toinen maailmansota merkitsi suuria muutoksia suomalaisten kuolemisessa ja sotakuolemien suremisessa. Kotikuolemien aikakaudesta siirryttiin – tai pikemminkin oli siirryttävä – lyhyessä ajassa täysin toisenlaiseen todellisuuteen. Toisessa maailmansodassa kuoli noin 96 000 suomalaista eli noin 2,5 % kokonaisväestöstä. Kuolleista yli 97 % oli sotilaita. Sotatoimissa olleet miehet ja pojat kuolivat rintamalla sekä kenttä- ja sotasairaaloissa. Ruumiita koottiin kaatuneiden evakuoitikeskuksiin. Niissä kuolleista huolehtivat ennen kotiin lähettämistä lähiyhteisön sijaan lotat ja sotilaspastorit. (Kemppainen 2006; Kivimäki & Männistö 2016.)

Kesällä 1944 noin 4 % suomalaisista oli etulinjassa ja enimmilläänkin alle kuudennes väestöstä puolustuslaitoksen palveluksessa (Kivimäki & Männistö 2016, 70). Kuolemia tapahtui siis muuallakin kuin sodassa. Kaatuneita surevien omaisten näkökulmasta ero entiseen oli kuitenkin merkittävä. Sen lisäksi että kotirintama menetti mahdollisuuden hyvästeihin, se jäi paitsi tärkeinä pidetyistä toimista ja rituaaleista, joita kuolemiseen ja ruumiin käsittelyyn oli perinteisesti liittynyt. Tämä synnytti ristiriitaisen tilanteen: Menetyksiä oli ympärillä aiempaa enemmän, mutta surevien rooli kuoleman ja kuolleiden ruumiiden äärellä kapeni.

Omaisten keskeiseksi rituaaliseksi ja toiminnalliseksi velvollisuudeksi jäi osallistuminen sankarihautajaisiin. Niiden järjestelyistä vastasivat omaisten sijaan usein suojeluskunnat ja lotat. Sosiaalishistorioitsija Ilona Kemppainen kirjoittaa, että tämä johti surun henkilökohtaisuuden korostumiseen ja siihen, että tilaisuuteen latautui paljon tunnetta. Ilmapiiriä kehysti myös se, että kansakunnan kerrottavana oli niin sanottu suuri sotatarina. Sen nimissä menetyks tuli kohdata kiitollisena ja jopa ilolla, olihan annettu kallis uhri isänmaalle. Muunlaisten reaktioiden – joita arvatenkin oli – ilmaisemista ei pidetty soveliaana. Vaatimus kohdistui etenkin sureviin äiteihin. (Kemppainen 2006, 147, 248; Kivimäki & Männistö 2016, 142).

Julkisen tunneilmaisun tyrehtyttäminen on johtanut siihen, että kuolemansuru näyttäytyy yhä painokkaammin emotionaalisesti yksityisenä ilmiönä. Sureminen on edelleen 2000-luvulla suomalaisille korostuneen henkilökohtaista (Miettinen 2006, 3). Syvimpien surunilmausten peittelemisen vaatimus – ja ehkä myös sankarihautajaisten perintö – näkyy yhä siinä, että surun

kyyneleet halutaan salata. Varsinkin hautajaiset hahmotetaan asiaksi, josta tulee suoriutua kirjaimellisesti ”kunnialla ja arvokkaasti”. (Pulkkinen 2016b, 178–182, 307; 2017, 125–131.)

Sota-ajan pitkälliset jäljet näkyvät siinä, miten suomalaiset ymmärtävät kuolemansurun. Mieli- ja kielikuvissa surusta on tullut sinnikäs ja sankarillinen suoritus ja suremisesta yksityisen mielen suojissa tapahtuva vaikeiden tunteiden käsittelyn prosessi, jonka kunniakkaasta läpikäymisestä sureva ihminen on itse vastuussa. Perinnön siirtymiseen seuraaville sukupolville on vaikuttanut se, että sotien jälkeisessä Suomessa lapset kasvatettiin siihen, että surun tuli olla hillittyä ja näkymätöntä. Äärimmillään lasten surunilmaukset vaiennettiin väkivalloin. (Pulkkinen 2016b, 373–374) Lapsuuden historiaa ja tunteita tutkinut Antti Malinen onkin todennut, että sotien jälkeisenä aikana perheissä korostettiin ylipäätään käyttäytymiseen, puheeseen ja tunteiden ilmaisuun liittyvän itsesääntelyn taitoa. Myös lasten tuli oppia, mistä asioista oli soveliasta puhua, eivätkä sotaan liittyvät muistot lukeutuneet niihin. Omillaan pärjäämisen eetoksen hengessä lastenkin oletettiin ratkaisevan hankaluutensa itse. (Malinen 2019, 375–376.)

Sotien seurauksena vuosina 1939–1945 noin 55 000 lasta jäi sotaorvoksi eli menetti isänsä sodassa. Osa jäi isättömäksi varhaisina vuosinaan, osa jo ennen syntymäänsä. Vaikka kaikki eivät faktisesti voi muistaa tapahtunutta, ovat menetykset vaikuttaneet sotaorpojen elämänsäkokemukseen kokonaisvaltaisesti. Tästä huolimatta sotaorpojen surua ovat ympäröineet hiljaisuudet, ja menetyksistä ja niihin liittyvästä surusta on alettu puhua vasta viime vuosina. (ks. Kanninen & Nylund 2023) Sotaorpojen surua voikin kutsua äänioikeudettomaksi suruksi (*disenfranchised grief*), sillä se on jäänyt vaille sosiaalista tunnustusta (ks. Doka 1989).

Sodan surusuhteelle jättämä perintö on johtanut kuvitelmaan siitä, että olisi olemassa oikeanlainen ja sallittu tapa surra läheisen kuolemaa. Asenne on havaittavissa suomalaisten tavassa hahmottaa omaa suruaan mutta myös niissä tavoissa, joilla surevia arjessa ja ammatillisissa yhteyksissä kohdataan. Surevat suomalaiset kertovatkin saaneensa usein osakseen toisenlaista osanottoa kuin toivoisivat. Ikävimmäksi koetaan menetystä vähättelevä ja surua kiirehtivä ilmapiiri. Toisinaan surevat ovat tosin kärsimättömiä myös oman surunsa suhteen ja kantavat huolta siitä, ettei se mene ohi. (Pulkkinen 2016b; 2017)

Covid-19-pandemia: Koronakuolemat ja huono suru

Rantauduttuaan Suomeen alkuvuonna 2020 koronaviruspandemia kasvatti sota-ajan tavoin kuolleiden määrää tuntuvasti lyhyessä ajassa. Tilanteen yhteiskunnallista haastavuutta lisäsi se, että samalla kun piti huolehtia tavallista huomattavasti suuremmasta määrästä kuolleita, oli hoidettava kuolevia ja sairaita sekä suojeltava väestöä uusilta tartunnoilta. Poikkeuksellinen tilanne pakotti moniin sellaisiin toimintatapoihin, joita harva olisi osannut kuvitella osaksi nykyaikaisia suomalaisia kuoleamisen ja suremisen käytäntöjä. Mediasta saattoi lukea, että etenkin tehohoidossa koronapotilaita kuoli eristetyissä sairaalahuoneissa ilman mahdollisuutta omaisten läsnäoloon tai hyvästeihin, ja ruumiita päädyttiin säilyttämään kylmäkonteissa tilanpuutteen vuoksi (ks. esim. Mäntymaa 2024; Palmén 2020).³

³ Kuolleiden määrä on Suomessa kohonnut ajoittain hyvin korkeaksi myös akuutin pandemiavaiheen jälkeen. Ks. THL 2024b. Koronasta ja osin väestön ikääntymisestä johtuen ruumiita on jouduttu säilyttämään poikkeuksellisissa olosuhteissa edelleen vuonna 2024. Ks. Mäntymaa 2024.

Myös hautajaisiin osallistujien määrää rajoitettiin. Aina edes lähimmät omaiset eivät saaneet osallistua tilaisuuteen, ja hautajaistunnelmia välitettiin omaisille etäyhteyksin. (ks. Kylätasku 2020) Korona-aikana hautajaisiin osallistuneiden tunteita artikkelissaan tarkastellut teologi Auli Vähäkangas (2021) onkin todennut, että rajoitukset hankaloittivat omaisten suremista. Korona-ajan hautajaiset sekä niiden järjestäminen herättivät osallistujissa ristiriitaisia tunteita ja henkistä painetta. Kuvaavaa on, ettei esimerkiksi vihaa ja epätoivoa ilmaistu Vähäkankaan pandemia-aikana keräämässä kirjeaineistossa niinkään suhteessa itse menetykseen kuin pandemiarajoitusten muuttamiin käytännön järjestelyihin.

Vähäkankaan mukaan osa korona-ajan hautajaisiin osallistuneista näytti pohtineen erityisellä tavalla elämän ja kuoleman merkityksellisyyttä. Tämä korostaa kuoleman ja surun kontekstuaalista luonnetta ja sitä, että poikkeusajan kokemuksista on tarjoutunut sureville monia sellaisia merkityksiä ja kysymyksiä, joita tavanomaisissa olosuhteissa ei välttämättä olisi herännyt. Joillekin läheisen kuolema on voinut näyttäytyä normaalina, koska epidemia tekee kuolevaisuuden näkyväksi ja kuolemia on enemmän (Vähäkangas 2021, 47–49, 51). Toisille kyseessä on sen sijaan menetys, jonka ei olisi tarvinnut tapahtua, jos virukseen olisi suhtauduttu riittävän vakavasti (pandemian vakavasti ottamisesta ks. Pihlström 2021).

Ulkopuolisille yksittäinen viruksen uhri edustaa joka tapauksessa omaisia helpommin kasvotonta massaa, yhtä monista, joiden kuolemia ei taudin luonteen eikä kuolleiden korkean iän, perussairauden tai muun haurauden vuoksi olisi voitu estää. Tämänkaltaisen suhtautuminen on omiaan altistamaan omaiset kokemukselle jo edellä mainitusta äänioikeudettomasta surusta. Koronakuolemien kohdalla riski on korostunut siitä syystä, että kuolleet olivat pääosin verrattain iäkkäitä, ja vanhojen ihmisten kuolemien suremiseen suhtaudutaan ylipäätään korostuneen vähätellen (ks. THL 2024a; Pulkkinen 2016b).

Tämän kaltaisella asenteella ohitetaan se, että menetys on aina subjektiivinen kokemus ja kuollut läheinen lopullisesti poissa arkisesta elämänpääpiiristä riippumatta siitä, kuinka vanha, sairas tai hauras hän kuollessaan oli. Taustalla vanhan, sairaan tai hauraan ihmisen kuoleman vähättelemissä näkyy irrationaalinen kuvitelma ja toive siitä, että yksilön kuolemiselle olisi olemassa jokin oikea aika tai järjestys. On tyyppillistä ajatella, että lasten kuuluu kuolla vasta vanhempiansa jälkeen ja iäkkäiden tai sairaiden ensimmäisenä. Tosiasiassa nokkimisjärjestyksestä ei ole, vaikka tilastotieto ja kuoleman yhä tehokkaammin loitolla pitävä lääketiede saattavat hämätä niin ajattelemaan. (Huttunen & Pulkkinen 2021)

Yksi mahdollinen pandemian perintö surusuhteelle onkin se, että vanhojen, sairaiden ja hauraiden ihmisten kuolemiin liittyvän surun vähättely juurtuu yhä syvemmälle. On myös mahdollista, että läheisensä menettäneet kokevat itsekkin yhä useammin, ettei näissä kuolemissa olisi surtavaa. Ikääntyvän väestörakenteen yhteiskunnassa tämä tuo yhä lähemmäs sosiologi Clive Sealen jo vuosikymmeniä sitten hahmottelemaa suruttoman (*grief free*) yhteiskunnan dystopiaa. Siinä hitaasti haurastuvan vanhan ihmisen elämän päättyminen ehditään asteittain kohdata jo ennen kuoleman tapahtumista, eikä surtavaa sen jälkeen enää ole. (Ks. Seale 1998, 201.)

Kuolemaan liittyviä teemoja monista näkökulmista tutkineet Sara Knox ja Julie Rugg kirjoittavat *Mortality*-lehden pandemioita käsittelevässä teemanumerossa, että niin sanotuissa kriisitilanteissa, joissa kuolleisuus kohoaa tavanomaista korkeammaksi, kuolemat ovat usein huonoja (*a bad death*). Tälle altistaa kirjoittajien mielestä etenkin se jo edellä kuvattu tilanne, jossa sekä kuolemat että niihin kytkeytyvät tavat muodostuvat poikkeuksellisissa oloissa

vieraiksi verrattuna siihen, mihin olemme tottuneet. (Knox & Rugg 2022, 389) Ajatuksen voisi laajentaa koskemaan myös suremista, sillä korona-aika näyttää tuottaneen paitsi huonoja kuolemia, myös huonoa eli ei-hyvää surua (hyvästä surusta vastinparina hyvälle kuolemalle ks. Pulkkinen 2017, 17–19).

Eriytyvät maailmankuvat: tarpeeseen toivottuja taivaita

Läheisen kuolema vaikuttaa surevan ihmisen (uskonnolliseen) maailmankuvaan monin tavoin. Muutoksia koetaan esimerkiksi spiritualiteetissa ja Jumala-kuvassa, kuten lapsensa menettäneiden kokemuksia tutkinut teologi Harri Koskela (2011) on väitöskirjassaan todennut. Vaikutus on kahdensuuntainen, sillä vastaavasti uskonnollisuuden ja henkisyyden kentällä tapahtuneet kulttuuriset muutokset heijastuvat siihen, miten yksilöt kokevat menetyksensä ja surevat niitä.

Tällä hetkellä suremisen kulttuureita värittää alati laajeneva uushenkisyyden kenttä (ks. esim. Enges & Koski 2015; Mahlamäki & Opas 2022). Vaikutus näkyy varsinkin siinä, miten kuoleman ja menetyksen lopullisuuteen suhtaudutaan. Monista perinteistä ammentavat, instituutioihin nojaamattomat ajatus-, arvo- ja uskomusmaailmat toimivat kasvualustana aiempaa moninaisemmille käsityksille elämän jatkumisesta kuoleman jälkeen. 2000-luvun alun surevien suomalaisten tuonpuoleista koskevissa tulkinnoissa yhdistyivät luovasti eri uskontoperinteiden ja maailmankatsomusten ainekset, tosin usein kristillisen kuvaston ja sanaston kautta ilmaistuina. Konkreettisimmillaan nämä joskus varsin lapsekkaasti kuvatut ”taivaat” ovat sureville paikkoja, joista käsin kuolleet pilven päällä istuen tarkkailevat läheistensä elämää maan päällä. (Pulkkinen 2017, 319–320.)

Myös tiedeorientoituneilla ihmisillä näyttää olevan moninaisia ja joskus uskonnollisiakin käsityksiä tuonpuoleisesta. On esitetty, että yli puolet tiedeorientoituneista suomalaisista ajattelee jonkin ihmisyydessä jatkuvan kuoleman jälkeen. Näin saattaa olla silloinkin, kun kuoleman uskotaan merkitsevän yksilön loppua. (Haimila & Muraja 2023). Surevat puolestaan saattavat uskoa tuonpuoleisen olemassaoloon ilman, että käsitys elämän jatkumisesta kuoleman jälkeen jäsenyisi minkään uskontoperinteen tai edes uskonnolliseksi mielletyn maailmankuvan varaan. Uskon sijaan kyseessä saattaa olla välttämättömyys: surevan on kerrottava itselleen jonkinlainen tuonpuoleinen sietääkseen elämänsä menetyksen kanssa. Niin sanottu tapaamisteoria saatetaan tarvita, sillä ajatus siitä, ettei kuollutta läheistä enää missään muodossa kohtaisi, on surevalle liian musertava. (Pulkkinen 2016b, 254–259.)

Surevien tarve ja taipumus pitää yllä jatkuvia siteitä (*continuing bonds*) vainajaan on ollut surututkimuksessa näkyvästi esillä 1990-luvulta lähtien. Siinä missä liiallista ripustautumista menetyksen kohteeseen pidettiin aiemmin merkinä epänormaalia tavasta surra, nähdään siteiden jatkuminen sekä pyrkimys niiden ylläpitämiseen nykyisin normaaliksi ja mielekkääksi. (Klass, Silverman & Nickman 1996) Täysin uudenlaisia aineksia siteiden jatkamiseen tarjoaa yhteiskunnan digitalisoituminen. Sen tarjoamat mahdollisuudet vedonnevat myös niihin sureviin, joiden on mahdotonta kertoa itselleen tuonpuoleisia, sillä yhteyden ylläpitäminen digitaalisin keinoin ei sitä edellytä.

Teknologian mahdollistamat suremisen tavat ovat olleet arkea niin kauan, kun teknologiaa on ollut olemassa. Toisin kuin vain muutama vuosikymmen sitten, monilla surevilla on nykyisin kellastuneiden valokuvien lisäksi menettämästään läheisestä ehkä laajamittainenkin

digikuvien, videoklippien, ääniviestien ja somesisältöjen arsenaali. (Ks. Krueger & Osler 2022.) Generatiivisen tekoälyn ansiosta nykysurevat voivat myös käydä chat-keskusteluja niin sanottujen death botien kanssa kuvitellen, että toinen osapuoli on menetetty läheinen (ks. Lindemann 2022). Vainajabotit lisäävät siteisiin vastavuoroisuuden elementin ja tarjoavat siten mahdollisuuden uudenvuorisiin läheisyyden tapoihin (*habits of intimacy*) (Krueger & Osler 2022). Dialogi tosin on rajattua ja keinotekoisia, sillä botin reaktiot perustuvat kuolleen jättämään digitaaliseen jalanjälkeen sekä siihen, mitä botille on vainajasta opetettu.

Tutkijat ovat olleet erimielisiä siitä, hämärtävätkö vainajabotit käsitystämme kuoleman lopullisuudesta. Onko botin kanssa kommunikoivalle itsestään selvää, että yhteys on teknologian luoma illuusio? Keskustelua on käyty myös ihmisten itsemääräämisoikeudesta sekä mahdollisuudesta säilyttää arvokkuutensa kuolemansa jälkeen: Onko oikein, että meidät valjastetaan digitaalisiksi korvikkeiksemme kuolemamme jälkeen? (Ks. Bao & Zeng 2024; Krueger & Osler 2022; Lindemann 2022; Stokes 2021.)

Kysymykset ovat tärkeitä, sillä tulevaisuudessa menetettyjen läheisten digitaalinen läsnäolo surevien arjessa saattaa olla huomattavasti kokonaisvaltaisempaa. Jo nyt vainajan stillkuvista ja ääninäytteistä voidaan muodostaa uskottava liikkuva hahmo, jonka kanssa sureva voi käydä verkkopalaveria muistuttavaa ”keskustelua” reaaliajassa, kuvan ja äänen kera (ks. Xu et al. 2024). Laajennetun todellisuuden avulla ihmisen olemusta, liikettä ja ääntä voidaan jäljitellä tätäkin kokonaisvaltaisemmin, ja tulevaisuudessa surevien saattaa olla mahdollista aistia menettämänsä läheinen joko lisätyssä todellisuudessa tai vaikkapa kotiympäristössään eräänlaisena digitaalisena kloonina. (Ks. esim. Krueger & Osler 2022.)

Uudenlaiset elävien ja kuolleiden rinnakkaiselon muodot ovat muuttamassa suremisen tapoja ja surevien kokemusmaailmaa. Tarve tapaamisteorioille saattaa vähentyä, kun sureville elintärkeä kohtaaminen voi tapahtua digitaalisesti milloin tahansa. Ilmiselvin seuraus liittyy kuitenkin mahdollisuuteen muistaa. Digitalisoituva suremisen kulttuuri nimittäin takaa, ettei surevien tarvitse tyytyä vain muistelemaan, sillä sureville tuttu unohtamisen pelko poistuu, kun läheisen ulkoiseen olemukseen, kehonkieleen tai vaikkapa hänen äänensävyynsä voi vainajan jättämän digitaalisen perinnön kautta halutessaan aina palata. Tämän voi ounastella muokkaavan surusuhtettamme perustavalla tavalla, sillä se ravistelee käsitystä siitä, mitä lopulta menetämme lopullisesti, kun läheisemme kuolee.

Terapisoitunut ja psykologisoitunut suru: good vibes only

Perinteentutkijat Pihla Maria Siim ja Anna Kinnunen kirjoittavat, että tulkitessaan ja kertoessaan omaa elämäänsä ihmiset hyödyntävät erilaisia merkityksellistämisen viitekehyksiä ja tapoja. Yksi tämän hetken yleisesti omaksutuista viitekehyksistä on kirjoittajien mielestä psykologiasta ammentava, niin sanottu terapoiva ja diagnosoiva kulttuuri. (Siim & Kinnunen 2023, 3.) Nyky-yhteiskuntaa onkin luonnehdittu jopa terapeutin vallan läpäisemäksi. Terapeuttisella vallalla viitataan vallankäytön muotoon, jossa päähuomio kohdistetaan yhteiskunnallisten rakenteiden epäkohtien sijaan yksilöön. Ilmiö ei liity ainoastaan terapeuttiin käytänteisiin, vaan monien tahojen koululaitoksesta työllisyyspalveluihin on nähty käyttävän terapeutista valtaa. (Brunila et al. 2021.)

Terapisoiva ja diagnosoiva eetos ympäröi myös surevia. Tämä näkyy siinä, että tavat sanoittaa kuolemansurua sekä jäsenellä sitä ilmiönä ovat psykologisoituneet (Pulkkinen 2016b).

Lisäksi surutulkinnossa korostuu yksilön vastuu surunsa hoidattamisesta pois tai pienemmäksi. Tueksi tähän on tarjolla psykiatrisen, psykologisen ja psykoterapeuttisen avun lisäksi lukemattomia erilaisia terapioita, hoitoja ja valmennuksia, joiden tarjoajia ei valvo mikään taho. Äärimmillään niissä opastetaan irti surusta muutamassa viikossa. (Ks. Huttunen & Pulkkinen 2021.)

Yksilön vastuuttaminen näkyy myös puheessa surun niin sanotusta työstämisestä. Taustalla kummittelevat surutyö-termin (*die Trauerarbeit*) isän Sigmund Freudin kirjoitukset, joissa Freud kuvasi työksi niin kuoleman kautta tapahtuneiden kuin muunkinlaisten menetysten suremista (ks. Freud 2005). Kielitieteilijä Tammy Clewell (2004) on luonnehtinut freudilaista surutyötä eräänlaiseksi hypermuistelun prosessiksi, jonka avulla läheisen olemassaolo pyritään muuttamaan kuvitteelliseksi olemassaoloksi. Surutyö tulee päätökseensä, kun sureva menettänyt arvioimalla vähitellen käsittää, mitä on menettänyt.

Työstämisen idean alkuperän, sisällön ja tarkoituksen monisyisempi jäsentely on tutkimuksessakin usein jäänyt tekemättä. Tästä huolimatta 1900-luvun vaikutusvaltaisimmat, surun yhteydessä yhä laajalti hyödynnetyt teoriat ovat rakentuneet sen varaan. Niitä yhdistää ajatus siitä, että suremisella on jokin tavoite. Surutyöläisen tulee saada työnsä tehdyksi esimerkiksi käymällä läpi tietyt surun tai kriisin vaiheet (ks. esim. Cullberg 1975; Kübler-Ross 1969).

Vaihemallit paljastavat suruteorioiden erkaantumisen arkisesta elämisestä. Ne eivät edes arkiarjittelun perusteella sovellu kaikkiin tapauksiin. Tämän osoittaa mallin soveltaminen vaikkapa vanhempansa menettäneen sylilapsen kokemukseen: Selvää on, että menetys vaikuttaa lapsen loppuelämään monin tavoin, mutta miten pieni lapsi suree käymällä läpi surun vaiheet?

Surevien on niin ikään odotettu toipuvan ja selviytyvän surustaan (ks. esim. Lindemann 1944; Stroebe & Schut 1999). Tämänkin tavoitteen tarkempi määrittely on usein jäänyt tekemättä. Tavoitteellisuuden korostaminen muistuttaa lähinnä siitä, että määräävin piirre psykologisessa surutulkinnassa on siihen sisäänrakennettu patologisoinnin periaate. Sen avulla pyritään kontrolloimaan etenkin surun kestoa asettamalla suremiselle kulloinkin vaihtuva tavoite.

Yksi terapisoituneen yhteiskunnan keskeisistä tunnuspiirteistä tiivistyy termiin resilienssi. Resilienssillä viitataan ihmisen mielen joustavuuteen ja kykyyn palautua vaikeuksista. Piirre on yhdistetty myös sureviin, ja yhdysvaltalainen psykologi George A. Bonanno (2004 & 2009) onkin huomauttanut yllättävän monen surevan olevan menetyksensä kohtaamisessa yllättävän resilientti.

Sietokykyisten surevien arvostuksesta viestivät hyvinvointimediassa ja aikakauslehdissä taajaan julkaistavat surevien selviytymistarinat. Kaareltaan ne heijastelevat suruteorioiden ja terapisoituneen yhteiskunnan hellimää ihannetta, jossa syvästä surusta edetään kohti hieman lievempää surua, sisäistä voimaantumista ja henkistä kasvua. Arkipuheessa jopa perinteiset osanotot ja surunvalittelut ovat korvautuneet voimien ja jaksamisen toivottelulla – ehkäpä siksi, että juuri niitä surevakin monen mielestä tarvitsisi. (Ks. Huttunen & Pulkkinen 2021.) Huomion keskittyessä surevan sinnikkyytteen ja voimavarantoihin vaille huomiota jää se, että todellisuudessa siihen, miten ihminen sietää vaikeita oloja, vaikuttavat merkittävästi muut ihmiset ja yhteiskunnan turvarakenteet (ks. Ungar 2013).

Surevat eivät ole suojassa myöskään vaatimukselta tavoitella onnellisuutta, josta on tullut länsimaisille ihmisille jopa jonkinlainen elämäntehtäviä (ks. Cabanas & Illouz 2019; Melender 2016). Onnellisuutta väitöskirjassaan tutkinut Ilona Suojanen (2021) puhuu *Onnellisuuspaineen alla* -teoksessaan onnellisuuspakosta. Se näyttää koskevan myös surevia, joiden velvollisuutena on yrittää pysyä menetyksestään huolimatta positiivisena. Tässä ilmapiirissä jopa toivosta on tullut asia, jota jokaisella kuuluisi olla (ks. Lehtinen 2019). Vaatimus jättää niukasti mahdollisuuksia menetyksen lopullisuuden ja peruuttamattomuuden syvälliselle kohtaamiselle. Lisäksi se kannustaa sivuuttamaan tai piilottamaan kipeimmät ja katkerimmat kokemukset. Kriittiset äänet puhuvat jopa julmasta optimismista (*cruel optimism*) (ks. Berlant 2011).

Vastavoimana kliiniselle sanastolle ja vahvuuden vaatimuksille näyttää viime vuosina yleistyneen pyrkimys kohti inhimillisempää surupuhetta ja -suhdetta. Kuvaavin esimerkki tästä on sekä mediassa että asiantuntijapuheessa usein esiintyvä tiivistys, jonka mukaan suru on rakkautta. Toisinaan tähän lisätään ikään kuin tarkennuksena, että ajan myötä suru muuttuu muotoaan ikäväksi ja kaipaukseksi. Tulkintojen yleisyydestä kertoo se, että Google-haut ”suru on rakkautta” ja ”suru on ikävää” tuottavat runsaasti niin asiantuntijoiden lausuntoja kuin populaareja tulkintoja, joissa suru rinnastetaan rakkauteen ja ikävään.

Hyvästä tarkoituksestaan huolimatta muotoilut jättävät huomiotta sen, etteivät lähimmäkään ihmissuhteet ole ainoastaan rakkaudellisia eivätkä rakkaudellisina alkaneet suhteet välttämättä pysy sellaisina. Kiinnymme ja kiinnitymme toisiimme monimutkaisemmin tavoin. Suremista selittää pikemminkin se, että oman elämämme kanssa tavalla tai toisella ristenneen elämän päätyminen merkitsee meille *jotakin*, sillä suremme myös ihmisiä, joita emme koskaan rakastaneet tai joita jopa vihaamme tai halveksimme. Emme myöskään välttämättä ikävöi niitä, joiden kuolemaa suremme. Itse asiassa suhteen rakkaudellisuutta ei voi käyttää mittarina edes surun intensiteetille. Vaikka läheiset suhteet ovat usein aihe suurelle menetykselle, voi sureminen tuntua raskaammalta nimenomaan silloin, kun suhde on ollut rakkaudeton tai siihen on jäänyt kipuja ja karheuksia. (Pulkkinen 2016b, 233–236.)

Kurottavia säröjä, valaistavia katveja

Sotien jälkeisen ajan suomalaiset ovat tottuneet piilottamaan surunsa ja hillitsemään sen julkista näyttämistä. Kulttuurintutkija Mona Mannevuon (2020) hahmottelemalle, tehokkuuteen pyrkivälle ja ahkeralle ihmiskoneelle läheisen kuoleman sureminen on näyttäytynyt luontevasti nimenomaan sinnikkäänä työnä. Surutyö on mielletty päänsisäiseksi urakaksi, jossa lorvailulle tai ylettömälle tunteellisuudelle ei ole ollut sijaa, ja jonka loppuunsaattaminen on ollut jokaiselle kunnia-asia.

Suorittamista ja salailua korostava suremisen tyyli heijastelee kulttuuria, jossa romahtaminen ei ole sallittua eikä menetysten syvästi sureminen toivottavaa. Tämä kulttuurinen perintö on pitänyt surunilmaukset poissa julkisilta paikoilta ja usein myös perhepiiristä, ja lopulta sulkenut ne vertaisryhmiin ja ammattiauttajien vastaanottohuoneisiin. Samalla suremisesta on tullut koko yhteisöä koskettaneen, rituaalien rytmittämän arkisen elämisen sijaan korostuneen yksilöllistä, yksityistä ja yksinäistäkin psykologista puurtamista. Rytmia ja raameja sille ovat tarjonneet korkeintaan vaiheteoriat huolimatta siitä, että maailman kenties nimekkäimmät surututkijat ovat vedonneet niistä luopumiseksi (ks. Stroebe, Schut & Boerner 2017).

Sota-ajan tavoin myös koronaviruspandemia kavensi toiminnallisen suremisen edellytyksiä. Toisin kuin muutokset kuoleman kulttuureissa yleensä, uudet kulttuuriset käytänteet ja osin normitkin realisoituivat lyhyessä ajassa (vrt. Pajari 2014, 87). Niiden mahdollisia pidempiaikaisia vaikutuksia suomalaisten surusuhteeseen lienee liian aikaista arvioida. Jotakin voi päätellä siitä, että yhteiskunnallisessa keskustelussa ja mediassa läheisensä pandemiassa menettäneet eivät ole juurikaan kelvanneet edes muodikkaiden selviytymistarinoiden sankareiksi.

Koronamenetyksiin liittyy vaikeita kysymyksiä, jotka ansaitisivat tulla käsitellyiksi. Ikääntyvässä ja pitkäaikaissairastavassa Suomessa, jossa vanhustenhoito, muu terveydenhuolto ja elämän loppuvaiheen hoito herättävät jatkuvaa keskustelua, olisi tarpeellista puhua myös iäkkäiden tai perussairaiden ihmisten (korona)kuolemien suremiseen liittyvästä vaikenemisen ja vähättelyn kulttuurista. Se toistaa sisäänpäin kääntyvän, hiljaisuuksia rakentavan suremisen perinnettä, josta olisi aika luopua. Kuvaavia esimerkkejä ovat paitsi sisällissodan kauhut, myös sotaorpojen vuosikymmeniksi vaiettu mutta yhtä kaikki elämänmittainen suru.⁴

Parhaimmillaan pandemian kaltaiset, koko yhteiskuntaa koskettavat uhat tarjoavat tilaisuuden jaetun haavoittuvuuden kokemiseen ja kohtaamiseen yhteisönä. Yhteisellä poikkeusolojen maaperällä yksilöiden yksilölliset elämäntapahtumat kuten menetykset voisivat kutoutua osaksi yhteistä kokemusmaailmaa sen sijaan, että niiden kanssa eläminen näyttäytyy ainoastaan yksityiseksi rajautuvana psykologisena ponnisteluna. Yksityinen muistelu voisi kasvaa sen tosiasian yhteiseksi, aktiiviseksi muistamiseksi, että olemme perusolemukseltamme menettäjiä ja menettäviä (ks. Huttunen & Pulkkinen 2021). Tämä voisi mullistaa suremisen perinteen ja tehdä surusta myös jaetun, intersubjektiviisen kokemuksen. Näin ei näytä koronapandemian seurauksena käyneen. Sosiaalishistorian professori Sakari Saaritsa onkin todennut, etteivät merkittävätkään poikkeustilanteet aina johda yhteiskunnalliseen asioiden puntarointiin eivätkä ne välttämättä muuta ihmisten arkea ja toimintaa pysyvästi. Ihmisillä on Saaritsan mielestä pikemminkin taipumus sinnitellä vaikeuksissa ja palata sitten nopeasti poikkeustilaa edeltävään elämäntapaansa. (Vallinkoski 2023.)

Osaltaan surun jaettavuutta on ohentanut maailmankuvien moninaistuminen. Siinä missä aiempia surevien sukupolvia yhdisti kristillisen tuonpuoleiseen nojaava toiveikkuuden maisema, ovat nykysurevien tulkinnat elämän jatkumisesta kuoleman jälkeen korostuneen yksilöllisiä. Henkilökohtaisiin tarpeisiin syntyneitä ajatuskudelmia, joilla ei ole yhteisesti jäsentyvää uskomuspohjaa, on vaikeaa tehdä ymmärrettäväksi edes niille, jotka surevat samaa vainajaa. Tämä jättää surevat helposti yksin myös lähiyhteisöissään.

Tarpeeseen kerrotut taivaat herättävät väistämättä kysymyksen siitä, kuinka rehellistä suru voi olla, jos erilaiset tuonpuoleisuuskuvat ja tapaamisteoriat eivät ole uskottavia edes sureville itselleen. Tärkeä eettinen kysymys on myös se, minkälaisiin ja kenen tuonpuoleisuuskäsityksiin perustuvat tulkinnat, joita sureville ammattiavun piirissä tarjotaan. Hakiessaan evankelisluterilaista kirkollista sielunhoitoa, suomalainen sureva todennäköisesti tietää, minkälaiseen

⁴ Kirjoittaessaan sisällissodan muistamisesta ja unohtamisesta muistitietoa ja vaikeaa kulttuuriperintöä tutkinut folkloristi Ulla-Maija Peltonen (2013, 201) kuvailee sodan jaetun historiallisen trauman ”työstämisen” olevan luonteeltaan vaikean muiston perinpohjaista selvittämistä. Peltosen mukaan edes toistuva puhuminen ei tässä kontekstissa riitä työstämiseksi, koska sillä ainoastaan kielletään sureminen ja hämärretään muistamista koskeva tärkeä kysymys.

kontekstiin tuki sijoittuu. Kasvavan hyvinvointiterapeuttisen ja vertaistuellisen kentän kohdalla tilanne on toinen ja tarjottujen ”taivaiden” ja tuen taustat moninaisia ja valvomattomia.

Samansuuntaista pohdintaa liittyy digitalisoituvaan suremisen kulttuuriin: Etäännyttävätkö vainajabotit ja tekoälyn luomat kloonit surevat paitsi kuoleman lopullisuudesta myös rehellisestä surusta? Onko sureminen keinotekoisista tai jopa epärehellistä, jos se perustuu uskotteluun ja asioihin, joihin sureva ei itsekään usko? Niin tarpeeseen kerrotut taivaat kuin digitaaliset vainajahahmot kertovat surevien tarpeesta pitää yllä yhteyttä menetettyihin läheisiin siitä huolimatta, että yhteys jäisi yksipuoliseksi. Samalla ne kertovat siitä, mikä surussa on vaikeinta: lopullinen luopuminen siitä, että voimme havaita läheisemme aistein. Eettiset näkökohdat on syytä huomioida samalla kun uudet suremisen tavat ja teknologiat voi nähdä tämän yhteyden ylläpitämisen ja siten suremisen mahdollistajiksi.

Kenties syvimmällä tavalla surusuhteestamme kertoo lopulta se, että tekoälyn mahdollistamia uudenlaisia suremisen tapoja on kritisoitu paitsi siitä, että ne sekoittavat käsitystä todellisuudesta, myös sillä perusteella, että ne pitkittävät surua (ks. Bao & Zeng 2024; Liu 2023). Huoli liian kauan jatkuvasta surusta toistaa ajatusta siitä, että pitkällä tähtäimellä suru ja sureminen olisivat olemukseltaan haitallisia. Siksi myös uudet suremisen tavat ymmärretään suremisen mahdollistajien sijaan surusta eroon pääsemisen välineeksi.

Surusta pois pyrkiminen muistuttaa resilientin ihanneihmisen karikatyyristä, joka taustoittaa suomalaistenkin surusuhdetta. Tässä ihmiskuvassa pysyvälle surulle ei ole sijaa. Jokaisen velvollisuudeksi nähdään selättää surunsa sinnikkäästi, kunkin ajan tarjoamia välineitä hyödyntäen. Vaikutelmaa täydentää pehmeäksi tarkoitettu puhe surusta rakkautena ja ikävänä. Ajatteleminen ja toivomme olevamme olentoja, jotka kiinnittyvät toisiinsa ensisijaisesti rakkaudellisin, haikeansuloisin sitein. Todellisuudessa ihmisten välit ovat huomattavasti rosoisempia. Toisinaan se on rakkautta painavampi peruste syvälle surulle, mutta edes uusimmat surutulkinnat eivät tätä huomioi.

Miten sitten kuroa umpeen katveja ja synnyttää surusuhdetta, jonka varaan voisi rakentua aidosti inhimillisiä ja rehellisiä suremisen kulttuureita? Tilausta olisi ainakin käsitteellisesti kestäville (moni)tieteellisille surutulkintoille, jotka eivät patologisoi inhimillistä kokemista vaan valaisevat katveja ja samalla huomioivat surevan ihmisen ja ihmisten välisten suhteiden kokonaisvaltaisuuden. Tämä edellyttää, että kuolemansurua tarkastellaan kokemuksena, ilmiönä ja käsitteenä, joka koskettaa ihmistä tunteita ja tunnetiloja laajemmin ja on aina olemukseltaan myös ruumiillinen, sosiaalinen ja kulttuurinen. Siinä uskonnon, kulttuurin ja perinteen tutkijoiden käsite- ja menetelmäpakista voisi olla paljonkin hyötyä (ks. Pulkkinen 2016a, 2).

Kohti elettyä surua

Edellä hahmotellut, suomalaisten surusuhteeseen eri aikoina syntyneet säröt ja katvealueet muistuttavat tarpeesta tavoitella tieteellisiä tulkintoja, jotka tunnistaisivat paremmin sekä kuolemansurun kokonaisvaltaisen luonteen että inhimillisen elämän ja sen kirjon. Uusien tulkintojen rakentamisessa olisi hyvä lähteä liikkeelle pohtimalla kuvaa (surevasta) ihmisestä. Vallalla olevia surutulkintoja näyttää nimittäin yhdistävän sitoutuminen tietynlaiseen, vaillinaiseen ihmiskäsitykseen. Se peilaa perinteistä länsimaista pragmaattishumanistista,

nykyajan hyvinvointibisneksen lietsomaa ihmiskuvaa, jossa ihmisen keskeiseksi tehtäväksi on nähty jatkuva henkinen kasvu sekä toiveikkuuden vaatimus.⁵ Ihminen nähdään hankalien tunteidensa ahkerana ja omavoimaisena ”työstäjänä” – usein sen kustannuksella, että surun ruumiilliset, sosiaaliset ja kulttuuriset ulottuvuudet jäävät vaille huomiota. Surutulkintoja yhdistää myös se, että surua on lähes aina tutkittu verrattain tuoreena, korkeintaan muutaman vuoden ikäisenä ilmiönä. Modernin ajan keskeiset suruteoriat ovatkin ylenkatsoneet etenkin sen seikan, että surevat elävät menetystensä kanssa loppuelämänsä. Samalla käsitys menetysten pitkäaikaisvaikutuksista on jäänyt syntymättä. (Ks. Pulkkinen 2016b.)

Kuva surusta nyrjähtää, jos kuolemansurun ilmiön ymmärtämisen lähtökohdaksi otetaan niin sanottu holistinen ihmiskäsitys, jossa ihminen määrittyy kaiken kokemansa summaksi. *”Maailma on annettu ihmisille kokemuksina”*, kuten filosofi ja psykologi Lauri Rauhala asian tiivistää. Ihmisenä olemisen voidaan nähdä perusluonteeltaan kokemiseksi. Yksinkertaisimmillaan tämä tarkoittaa sitä, että maailman ilmiöt ja niiden väliset suhteet merkitsevät meille aina jotakin. (Rauhala 2005; 2009.)

Selvää on, että jotkut kokemuksistamme ovat merkityksiltään huomattavasti painavampia kuin toiset. Syvästi merkityksellisiä, identiteetteihimme ja arkisiin elämiimme pureutuvia ydinkokemuksia voidaan kuvata yhteiskuntatieteellisestä tutkimuksesta lainatulla termillä elämäntapahtuma (*life events*). Elämäntapahtumat ovat eräänlaisia elämänkulun virstanpylväitä, jotka jakavat ja suuntaavat yksilön elämää ja halkaisevat kokemuksen ajasta. Ne ovat yksilöllisesti koettuja mutta samalla tyypiltään useimmille tuttuja ja siinä mielessä ihmisenä olemiseen kuuluvia tapahtumia. Sosiaaligerontologi Marjatta Marin muistuttaakin, etteivät pelkät *”sieluntilat”* tai niiden muutokset ole elämäntapahtumia. Elämäntapahtumat ovat luonteeltaan aina myös sosiaalisia, ja tämän vuoksi niitä myös normitetaan ja säädelään sosiaalisesti. (Marin 2001, 34)

Kokeminen itsessään tapahtuu kaikilla ihmisenä olemisen ulottuvuuksilla, ei ainoastaan tunteissa. Kokemiselle ei ole mielekästä määritellä tavoitetta eikä kokemuksista ”päästä yli”. Ne eletään ja niiden kanssa eletään, sillä kokemukset merkityksineen kutoutuvat pysyväksi osaksi kaiken kokemamme muodostamaa, alati karttuvaa ja uudelleen järjestyvää merkitysverkostoa. (Ks. Rauhala 2005; 2009.)

Ajan edetessä, verkoston tihentyessä ja merkitysten jäsenyessä suhteessa toisiinsa yhä uudenlaiseksi keitokseksi tarjoutuu myös elämäntapahtumista aina uudenlaisia merkityksiä. Tämä merkityksellistyminen jatkuu niin kauan kuin elämme tai olemme ylipäättään kykeneviä kokemaan. Ennen kaikkea inhimillinen ja rehellinen surukäsitys edellyttää siis sen myöntämistä, että elämäntapahtumista ei selviydytä siinä merkityksessä, että kerran tapahtuneesta olisi mahdollista päästä eroon tai että menetykset lakkaisivat merkitsemästä meille jotakin. Elämäntapahtumat eletään ja niiden vaikuttamina eletään – niin kauan, kunnes eläminen päättyy, emmekä edes voi varmuudella ennakoita, milloin elämämme päättyy, paitsi jos päätämme päättää sen. Siksi surusta selviytyminenkin on viime kädessä vain ja ainoastaan sitä, että olemme toistaiseksi elossa läheisemme kuoltua emmekä päättää elämäämme – siis jättäydymme eloon, toisin sanoen suostumme elämään menetyksemme kanssa.⁶

⁵ Eija Harmasen (1997, 248) mukaan esimerkiksi Elisabeth Kübler-Rossin (1969) laajalle levinneen vaiheteorian on nähty pohjaavan amerikkalaiseen, pragmaattishumanistiseen ajatukseen ihmisen jatkuvasta sisäisestä kasvusta. Ks. myös esim. Tonkin 1996.

⁶ Selviytymisestä, eloon jäämisestä ja eloon jättäytymisestä ks. Huttunen 2023, 110–111, joka viittaa suomentaja Markus Långiin.

Jos tieteellisten surutulkintojen halutaan heijastelevan surevien kokemusmaailmaa ja olevan edes auttavasti yleispäteviä, on syytä huomioida, että suru on luonteeltaan ennen kaikkea elettyä. Eletyksi ymmärrettynä kuolemansuruksi kelpaa kaikki se, mitä meille ja meissä sekä ympärillämme tapahtuu, kun menetämme itsellemme merkityksellisen ihmisen kuolemalle. Elämää luonnehtii se, että sitä eletään aina aiemmista kokemuksista muodostuneiden tieto- ja merkitysvarantojen varassa (Kivimäki 2019, 9). Tämä tulee näkyväksi, kun läheisen menettäminen kuolemalle tulkitaan elämäntapahtuman kaltaiseksi kokemukseksi, joka koetaan aina suhteessa aiemmin koettuun ja joka kutoutuu ja jää pysyväksi osaksi sitä, keitä olemme.

Näin ajateltuna suremisen voi määritellä elämiseksi menetykokemuksen vaikuttamana. Siten surevan status merkitsee yksinkertaisimmillaan sitä, että olemme joskus menettäneet kuolemalle meille tavalla tai toisella merkityksellisen ihmisen ja elämme tästä kokemuksesta jatkuvasti tarjoutuvien merkitysten vaikuttamina lopun ikäämme.

Suremisen ja surun olemusta voidaan avata syvemmin peilaamalla toisiinsa käsitteitä suru vs. elämä ja sureminen vs. eläminen. Siinä missä elämä on jotakin, joka on täällä ja jossa olemme, näyttäytyy myös suru jonakin, joka on täällä ja jossa olemme. Tässä mielessä suru on luonteeltaan olemisen tila eikä niinkään johonkin lopputulemaan johtava prosessi. Eläminen ja sureminen taas ovat niitä aktiivisia tapoja, joilla elämässä ja surussa ollaan. (Ks. Suorsan 2011, 192–194 tulkinta Klaus Holzkampin käsitteistä eläminen vs. elämä)

Perusolemukseltaan suru on siis surtua samassa mielessä kuin elämä on elettyä. Määritelmä korostaa menetyksen kokemisen sisäänrakennettua inhimillistä moninaisuutta. Se osoittaa, että suremisen tavat, siis tavat elää menetyksen vaikuttamana, ovat lähtökohtaisesti yhtä moninaisia ja yksilöllisiä kuin elämisen tavat. Ja kuten eläminen, myös sureminen tapahtuu aina kaikilla ihmisen olemuspuolilla, yhtäältä yksilön ainutkertaisen elämäntilanteen ja toisaalta kulttuurisysteemikunnallisen tapahtumaympäristön konteksteissa, jossa muutkin elävät elämiään. Tulkinta poistaa tarpeen mitata surun kestoa ja patologisoida tietynlaiset surun ilmaukset ja suremisen tavat. Vaille käyttöä jäävät myös kaavamaiset teoriat kuten vaihemallit, joissa erilaisia menetyksiä kohdanneiden erilaisten ihmisten erilaiset menetykokemukset on pyritty sovittamaan yhteen muottiin.

Siinä missä vakiintuneet surutulkinnat sijoittavat etenkin kypsään ikään ehtineen kuolemansurun normaaliksi mielletyn elämän ulkopuolelle häiriön kaltaiseksi ilmiöksi, asettuu suru uudelleen määritellyssä muodossaan nimenomaan elämään ja elämäksi. Tätä voisi kuvata vertaamalla surun luonnetta uskonnotutkimuksesta tuttuun eletyn uskonnon (*lived religion*) käsitteeseen (ks. esim. Vuola 2020). Jos suremisen nähdään olevan elämistä (menetyksen vaikuttamana), kuten edellä kuvasin, vastaa suru silloin olemukseltaan mitä suurimmassa määrin elettyä, jokapäiväistä elämää. Tulkinta vastaa niitä surevien tosielämän kokemuksia, joissa sekä suru että sureminen näyttäytyvät elämään ja elämänkulkuun lomittuvina eikä siitä irti leikattuna poikkeustiloina (Pulkkinen 2016b). Tässä mielessä suremista voisi kutsua luonteeltaan vernakulaariksi erotuksena sille kliiniselle ja kaavamaiselle suremiselle, josta vallalla olevat surutulkinnat kertovat (ks. Fingerroos, Hämäläinen & Savolainen 2020).

Lopuksi: Hyvä elämä, hyvä suru

Suremisen rinnastaminen elämiseen (menetyksen vaikuttamana) linkittää toisiinsa kysymykset hyvästä elämästä ja hyvästä surusta. Rinnastus houkuttelee ajattelemaan, että elämä (menetyksen vaikuttamana) on hyvää silloin, kun suru on hyvää ja päinvastoin. Vakiintuneiden surutulkintojen vaikutuspiirissä sanapari hyvä suru edustaa lähtökohtaisen vierasta. Ajatus surusta hyvän elämän aineksena tai jopa sen edellytyksenä näyttäytyy anarkistisena ja järjenvastaisena toisin kuin esimerkiksi hyvä kuolema, joka on monilta areenoilta tuttu keskustelunaihe ja tavoiteltavana pidetty asia (Pulkkinen 2017, 17–19).

Kysymystä hyvän surun mahdollisuudesta ovat pohtineet ainoastaan filosofit. Heillekin päänsärkyä on aiheuttanut niin sanottu hyvän surun paradoksi: Kuinka suru voisi olla hyvää, kun se on tunnetusti usein samaan aikaan kivuliasta? Amerikkalainen nykyfilosofi Michael Cholbi on aiheeseen liittyvää filosofista keskustelua peratessaan kirjoittanut, että moraalista näkökulmasta katsottuna suru tekee elämästä rationaalista ja läpinäkyvää. (Cholbi 2021.) Vaikka myös Cholbin tulkinta surusta näyttää perustuvan siihen oletamaan, että suru on perusluonteeltaan emotionaalinen prosessi, joka tosin tuottaa myös toimintaa, on näkökulma tärkeä. Se rikkoo psykologisoituneessa diskurssissa vallinneen ajatuksen siitä, että suru olisi lähtökohtaisesti negatiivista pääomaa.

Paradigmanmuutosta ei voi tapahtua niin kauan, kun surun ajatellaan olevan este ihmisen hyvinvoinnille. Kuolemaan perehtynyt filosofi Shelly Kagan on hyödyntänyt käsitettä *ill-being* vastineena käsitteelle *well-being* kuvatessaan sitä, että elämään voidaan katsoa sisältyvän tekijöitä, jotka itsessään vähentävät tai lisäävät ihmisen pahoin- tai hyvinvointia. Rajanveto sen suhteen, mitkä asiat kuhunkin kategoriaan tulisi lukea, on ollut filosofeillekin vaikeaa. Kuolemansuru on yleensä tulkittu pahoinvointia tuottavaksi, siis itsessään pahaksi. Surun moniulotteisempi olemus paljastuu vasta kun huomioidaan surun linkittyminen sosiaalisiin suhteisiin: On parempi surra kuin olla surematta itselleen tärkeän ihmisen kuolemaa. (Ks. Kagan 2014.)

Suremisen moraalista lähtökohdasta ponnistava itseisarvo tulee ymmärrettävämmäksi, kun palataan kokemuksen määritelmään. Jos ja kun kokemuksen ajatellaan tarkoittavan sitä, että asiat merkitsevät meille jotakin, on pysyvän suremisen arvo suorastaan itsestään selvä. Moraalisessa mielessä voitaneen nimittäin pitää enemmän kuin suotavana, että toistemme kuolemat merkitsevät meille edes jotakin, eli että emme ole toistemme kuolemien suhteen välinpitämättömiä. Tarkoituksenmukaisena ei voitane pitää sitäkään, että läheistemme kuolemat lakkaisivat merkitsemästä meille jotakin, joten on tavoiteltavaa, että menetyksemme vaikuttavat meissä pysyvästi. Tästä näkökulmasta sureminen ei kipua aiheuttaessaankaan tuota pahoinvointia vaan päinvastoin lisää hyvinvointia.

Moraalisessa mielessä suru voidaan siis nähdä hyvän elämän edellytykseksi. Välttämätöntä onkin erottaa, onko ei-toivottua ja negatiivista lopulta läheisen menettäminen kuolemalle vai sen sureminen. Menetyksiä toivonevat osakseen harvat, mutta niiden sureminen – eli eläminen menetysten vaikuttamana – näyttäytyy joka tapauksessa toivottavalta ja tavoiteltavalta, joltakin joka tekee elämästä järjestyneempää. Vaihtoehto olisi suruton maailma, jossa toistemme kuolemat eivät merkitsisi meille mitään.

Kirjallisuus

Bao, Aorigele & Yi Zeng

2024 Embracing Grief in the Age of Deathbots: A Temporary Tool, not a Permanent Solution. *Ethics and Information Technology* 26(7).

<https://doi.org/10.1007/s10676-024-09744-y>

Berlant, Lauren

2011 *Cruel Optimism*. Durham: Duke University Press.

Bonanno, George A.

2004 Loss, Trauma and Human Resilience. Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist* 59(1): 2028.

<https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>

2009 *The Other Side of Sadness: What the New Science of Bereavement Tells Us About Life After Loss*. New York: Basic Books.

Brinkmann, Svend

2016 *Pysy lujana. Elämä ilman self-helpiä*. Suom. Heikki Eskelinen. Helsinki: Tammi.

Brunila, Kristiina, Esko Harni, Antti Saari & Hanna Ylöstalo (toim.)

2021 *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Tampere: Vastapaino.

Cabanas, Edgar & Eva Illouz

2019 *Manufacturing Happy Citizens: How the Science and Industry of Happiness Control Our Lives*. Polity Press.

Clewell, Tammy

2004 Mourning Beyond Melancholia: Freud's Psychoanalysis of Loss. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 52(1): 43–67.

<https://doi.org/10.1177/00030651040520010601>

Cullberg, Johan

1975 *Kris och utveckling*. Stockholm: Natur & Kultur.

Doka, Kenneth J.

1989 Disenfranchised Grief. – Kenneth J. Doka (ed.), *Disenfranchised Grief: Recognizing Hidden Sorrow*, 3–12. Lexington: Lexington Books.

Enges, Pasi & Kaarina Koski

2015 Kansanuskon suuntaviivoja muuttuvassa maailmassa. – Pasi Enges, Kirsi Hänninen & Tuomas Hovi (toim.), *Kansanuskosta nykypäivän henkisyys*, 15–45. Turun yliopisto.

Erjanti, Helena

1999 *From Emotional Turmoil to Tranquility – Grief as a Process of Giving in. A Study on Spousal Bereavement*. Acta Universitatis Tamperensis 715. Tampereen yliopisto.

Fingerroos, Outi, Niina Hämäläinen & Ulla Savolainen

2020 Mikä vernakulaari? *Elore* 1: 4–14.

<https://doi.org/10.30666/elore.95523>

Freud, Sigmund

2005 *Murhe ja melankolia ja muita kirjoituksia*. Suom. Markus Lång. Tampere: Vastapaino.

Haimila, Roosa & Elisa Muraja

2023 A Sense of Continuity in Mortality? Exploring Science-Oriented Finns' Views on Afterdeath. *OMEGA– Journal of Death and Dying* 88(1): 38–65.

<https://doi.org/10.1177/00302228211038820>

Harmanen, Eija

1997 *Sielunhoito sururyhmässä. Tutkimus ryhmän ohjaajan näkökulmasta Suomen evankelis-luterilaisessa kirkossa*. Suomalaisen Teologisen Kirjallisuusseuran julkaisuja 207.

Honkasalo, Marja-Liisa

2015 Yksi vai monta valkoisen miehen itsemurhaa? *Thanatos* 4(1): 107–149.

<https://journal.fi/thanatos/article/view/137421/85496>.

Huttunen, Katriina

2023 *Jälkikuolema. Epämukavia ajatuksia holokaustikirjallisuudesta*. Helsinki: Tammi.

Huttunen, Katriina & Mari Pulkkinen

2021 *Suremisen taito. Kirjoituksia kuolemansurusta*. Helsinki: Kustantamo S&S.

Kagan, Shelly

2014 An Introduction to Ill-Being. *Oxford Studies in Normative Ethics* (4): 261–288.

<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198722144.003.0012>

Kanninen, Katja & Marianne Nylund

2023 *Sotaorpojen tuki -projekti 2020–2023. Loppuraportti*. Kaatuneitten omaisten liitto ry.

https://kolry.fi/wp-content/uploads/2023/12/Sotaorpojen-tuki-projektin-loppuraportti_low.pdf

Kemppainen, Ilona

2006 *Isänmaan uhrit. Sankarikuolema Suomessa toisen maailmansodan aikana*. Bibliotheca Historica 102. Helsinki: SKS.

Kivimäki, Ville

2019 Reittejä kokemushistoriaan. Menneisyyden kokemus yksilön ja yhteisön vuorovaikutuksena. – Johanna Annola, Ville Kivimäki & Antti Malinen (toim.), *Kokemus näkökulmana menneisyyteen*, 9–38. Tampere: Vastapaino.

Kivimäki, Ville & Anssi Männistö

2016 *Sodan särkemä arki*. Helsinki: WSOY.

Klass, Dennis, Phyllis R. Silverman & Steven L. Nickman (eds.)

1996 *Continuing Bonds: New Understandings of Grief*. Series in Death Education, Aging and Health Care. Philadelphia: Taylor & Francis.

Koskela, Harri

2011 *Lapseni elää aina sydämessäni. Lapsen menetyksen merkitys vanhemman spiritualiteetin muotoutumisessa*. Kirkon tutkimuskeskuksen julkaisuja 114. Tampere: Kirkon tutkimuskeskus.

Krueger, Joel & Lucy Osler

2022 Communing with the Dead Online. Chatbots, Grief, and Continuing Bonds. *Journal of Consciousness Studies*, 29(9–10): 222–252.

<https://doi.org/10.53765/20512201.29.9.222>

Kylätasku, Taneli

2020 Koskettaminen ei käy, mutta korona-ajan hautajaisissa on muita tapoja jakaa surua – pappien työtä rajoitukset hankaloittavat, *Kirkko & Kaupunki* 6.5.2020.

<https://www.kirkkojakaupunki.fi/-/korona-ajan-hautajaisissa-rajoitukset-erottavat-ja-yhdistavat-saattovakea>, 20.5.2024.

Kübler-Ross, Elisabeth

1969 *On Death and Dying*. New York: Touchstone.

Lehtinen, Ilja

2019 Toivottomuuden puolesta. Essee 15.7.2019, *Medium.com*.

<https://iljalehtinen.medium.com/toivottomuuden-puolesta-5a86266eae4d>, 17.5.2024.

Lindemann, Erich

1944 Symptomatology and Management of Acute Grief. *American Journal of Psychiatry* 101: 141–148.

<https://doi.org/10.1176/ajp.101.2.141>

Lindemann, Nora Freya

2022 The Ethics of 'Deathbots'. *Science and Engineering Ethics* 28:60.

<https://doi.org/10.1007/s11948-022-00417-x>

Liu, Ginger

2023 Grief is Artificial: Death in the Hands of Big Tech. Death tech companies and scientists explore AI and grief. *Medium.com*, 29.6.2023, <https://medium.com/technology-hits/grief-is-artificial-death-in-the-hands-of-big-tech-and-science-deba060bf95f>, 21.5.2024.

Mahlamäki, Tiina & Minna Opas (toim.)

2022 *Uushenkisyys*. Tietolipas 275. Helsinki: SKS.

Malinen, Antti

2019 Ristinkantajat – Maalaisemäntien sisäiset ristiriidat ja niiden sielunhoidollinen käsittely toisen maailmansodan jälkeisessä Suomessa. – Johanna Annola, Ville Kivimäki & Antti Malinen (toim.), *Kokemus näkökulmana menneisyyteen*, 367–396. Tampere: Vastapaino.

Mannevu, Mona

2020 *Ihmiskone töissä. Sotienjälkeinen Suomi tehokkuutta tavoittelemassa*. Helsinki: Gaudeamus.

Marin, Marjatta

2001 Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. – Anne Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.), *Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa*, 17–48. Tampere: Vastapaino.

Melender, Tommi

2016 *Onnellisuudesta*. Helsinki: WSOY.

Miettinen, Sonja

2006 *Eron aika. Tyttärien kertomuksia ikääntyneen vanhemman kuolemasta*.

Yhteiskuntapolitiikan laitoksen tutkimuksia 4. Helsinki: Yliopistopaino.

<https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/26459429-67f7-46e0-b578-d5991d29b3aa/content>

Mäntymaa, Eero

2024 Helsingin vainajatilat ovat niin täynnä, että vainajia siirretään nyt peltihalliin Tattarisuon teollisuusalueelle, *Helsingin Sanomat* 17.1.2024. <https://yle.fi/a/74-20069985>, 20.5.2024.

Pajari, Ilona

2014 Kuolemanrituaalit Suomessa. – Outi Hakola, Sari Kivistö & Virpi Mäkinen (toim.), *Kuoleman kulttuurit Suomessa*, 87–106. Helsinki: Gaudeamus.

Palmén, Tiia

2020 Näin koronapotilaita hoidetaan teho-osastolla – osaa potilaista pidetään enimmäkseen mahallaan: "30–50 prosenttia kuolee tehohoidosta huolimatta", *MTV Uutiset* 15.4.2020.

<https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/nain-koronapotilaita-hoidetaan-teho-osastolla-osaa-potilaista-pidetaan-enimmakseen-mahallaan-30-50-prosenttia-kuolee-tehohoidosta-huolimatta/7790584#gs.92rs5a>, 20.5.2024.

Peltonen, Ulla-Maija

2013 Sisällissodan muistaminen ja unohtaminen. – Jaakko Hämeen-Anttila, Kimmo Katajala, Ari Sihvola & Ilari Hetemäki (toim.), *Kaikki syntyy kriisistä*, 200–214. Helsinki: Gaudeamus.

Pihlström, Sami

2021 Vakavuuden hämärtyminen saa asioiden tärkeysjärjestyksen unohtumaan. *Etiikka.fi*, 4.3.2021. <https://etiikka.fi/vakavuuden-hamartyminen-saa-asioiden-tarkeysjarjestyksen-unohtumaan/>, 22.5.2024.

Pulkkinen, Mari

2016a *Lectio praecursoria. Läheisen menettäminen kokonaisvaltaisena kokemuksena: voisiko surun ymmärtää toisin? Uskonnotutkija* 5(2).

<https://journal.fi/uskonnotutkija/article/view/64636>

Pulkkinen, Mari

2016b *Salattu, suoritettu ja sanaton suru. Läheisen menettäminen kokonaisvaltaisena kokemuksena*. Väitöskirja. Uskontotieteen laitos, Helsingin yliopisto.

Pulkkinen, Mari

2017 *Surun sylissä. Suomalaisten kokemuksia menetyksestä*. Helsinki: Kustantamo S&S.

Rauhala, Lauri

2005 *Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyysseja ja sovelluksia*. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala, Lauri

2009 *Henkinen ihminen. Henkinen ihmisessä & ihmisen ainutlaatuisuus*. Helsinki: Gaudeamus.

Seale, Clive

1998 *Constructing Death. The Sociology of Dying and Bereavement*. Cambridge: Cambridge University Press.

Stokes, Patrick

2021 *Digital Souls: A Philosophy of Online Death*. London: Bloomsbury Publishing.

Stroebe, Margaret S. & Henk Schut

1999 The Dual Process Model of Coping with Bereavement: Rationale and Description. *Death Studies* 23(3): 197–224.

<https://doi.org/10.1080/074811899201046>

Stroebe, Margaret S., Henk Schut & Kathrin Boerner

2017 Cautioning Health-Care Professionals: Bereaved Persons Are Misguided Through the Stages of Grief. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, 74(4): 455–473.

<https://doi.org/10.1177/0030222817691870>

Suojanen, Ilona

2021 *Onnellisuuspaineen alla. Kun onnesta tuli pakko*. Helsinki: Gaudeamus.

Suorsa, Teemu

2011 Kokemuksen yksilöllisyys, yhteisyys ja yhteiskunnallisuus. – Timo Latomaa & Teemu Suorsa (toim.), *Kokemuksen tutkimus II. Ymmärtävän psykologian syntyhistoriaa ja kehityslinjoja*, 174–231. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)

2023 ICD-11-diagnoosiluokituksen käyttöönotto. <https://thl.fi/aiheet/tiedonhallinta-sosiaali-ja-terveysalalla/koodistopalvelu/yhteisty-ja-projektit/icd-11-diagnoosiluokitusten-kayttoonotto>, 16.5.2024

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)

2024a Koronaan ajallisesti liittyvät kuolemat (30 vrk), tartuntatautirekisteri.

http://meta.thl.fi/codes/wild/measure/n_deaths_ttr/1/leaf, 22.5.2024.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)

2024b Kuolleisuus oli Eurostatin mukaan Suomessa tavallista korkeampi marraskuussa 2023 – taustalla korona ja väestön ikääntyminen. <https://thl.fi/-/kuolleisuus-oli-eurostatin-mukaan-suomessa-tavallista-korkeampi-marraskuussa-2023-taustalla-korona-ja-vaeston-ikaantyminen->, 20.5.2024

Tonkin, Lois

1996 Growing Around Grief – Another Way of Looking at Grief and Recovery. *Bereavement Care*, 15(1): 10.
<https://doi.org/10.1080/02682629608657376>

Ungar, Michael

2013 Resilience, Trauma, Context, and Culture. *Trauma, Violence & Abuse*, Vol. 14(3): 255–266.
<https://doi.org/10.1177/1524838013487805>

Valentine, Christine

2006 Academic Constructions of Bereavement. *Mortality* 11(1): 57–78.
<https://doi.org/10.1080/13576270500439274>

Vallinkoski, Anu

2023 Järisyttävätkin yhteiskunnalliset muutokset etenevät usein rauhanomaisesti ja pikku askelin. *Yliopisto-lehti* 10/2023. <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/politiikka/jarisyttavatkin-yhteiskunnalliset-muutokset-etenevat-usein-rauhanomaisesti-ja-pikku-askelin>, 20.5.2024.

Valtavaara, Marjo

2018 Hautajaisiin osallistuu entistä vähemmän vieraita – ”Joskus ei tule ketään, mutta puheen pidän silti”, sanoo pappi. *Helsingin Sanomat* 8.4.2018.
<https://www.hs.fi/paivanlehti/08042018/art-2000005633336.html>, 17.5.2024.

Vuola, Elina

2020 *Eletty uskonto. Arjen uskonnollisuudesta ja sen tutkimuksesta*. Tietolipas 265. Helsinki: SKS.

Vähäkangas, Auli

2021 Tunteiden vuoristorataa korona-ajan hautajaisissa. *Diakonian tutkimus* 2: 35–54.
<https://journal.fi/dt/article/view/111091/66241>

Walter, Tony

1999 *On Bereavement. The Culture of Grief*. Maidenhead, Philadelphia: Open University Press.

World Health Organization (WHO)

2024 ICD-11. International Classification of Diseases 11th Revision. The global standard for diagnostic health information. <https://icd.who.int/en>, 16.5.2024.

Xu, Sicheng et al.

2024 VASA-1: Lifelike Audio-Driven Talking Faces Generated in Real Time. Microsoft Research Asia. <https://arxiv.org/pdf/2404.10667>, 21.5.2024.