

Linnun laulu on lohtu

Näkökulmia hiljaisten
alueiden merkitykseen

Outi Ampuja, dosentti/HY
johtava asiantuntija/Traficom

Valtakunnallinen meluntorjuntapäivä
26.3.2025



Mitä on urbaani hiljaisuus?





Terveys
&
hyvinvointi

- Kaupunkilaiset hakeutuvat hiljaisille alueille oleskelemaan, rauhoittumaan ja rentoutumaan.
- Hiljaisuus merkitsi hyvää yöunta, mielenrauhaa ja aikaa itselle ja omille ajatuksille.
- Hiljaisia alueita kuvailtiin ehdottoman tärkeiksi henkirei'iksi, joita ilman ei tulla toimeen
- Kaupunkien tekemien kyselyjen mukaan hiljaisilla alueilla ja reiteillä myös lenkkeillään, retkeillään, virkistäydytään ja tavataan ystäviä, kävellään, pyöräillään ja hiihdetään.
- Vrt. Suomalainen hiljaisuus –aineisto

Hiljaisuus



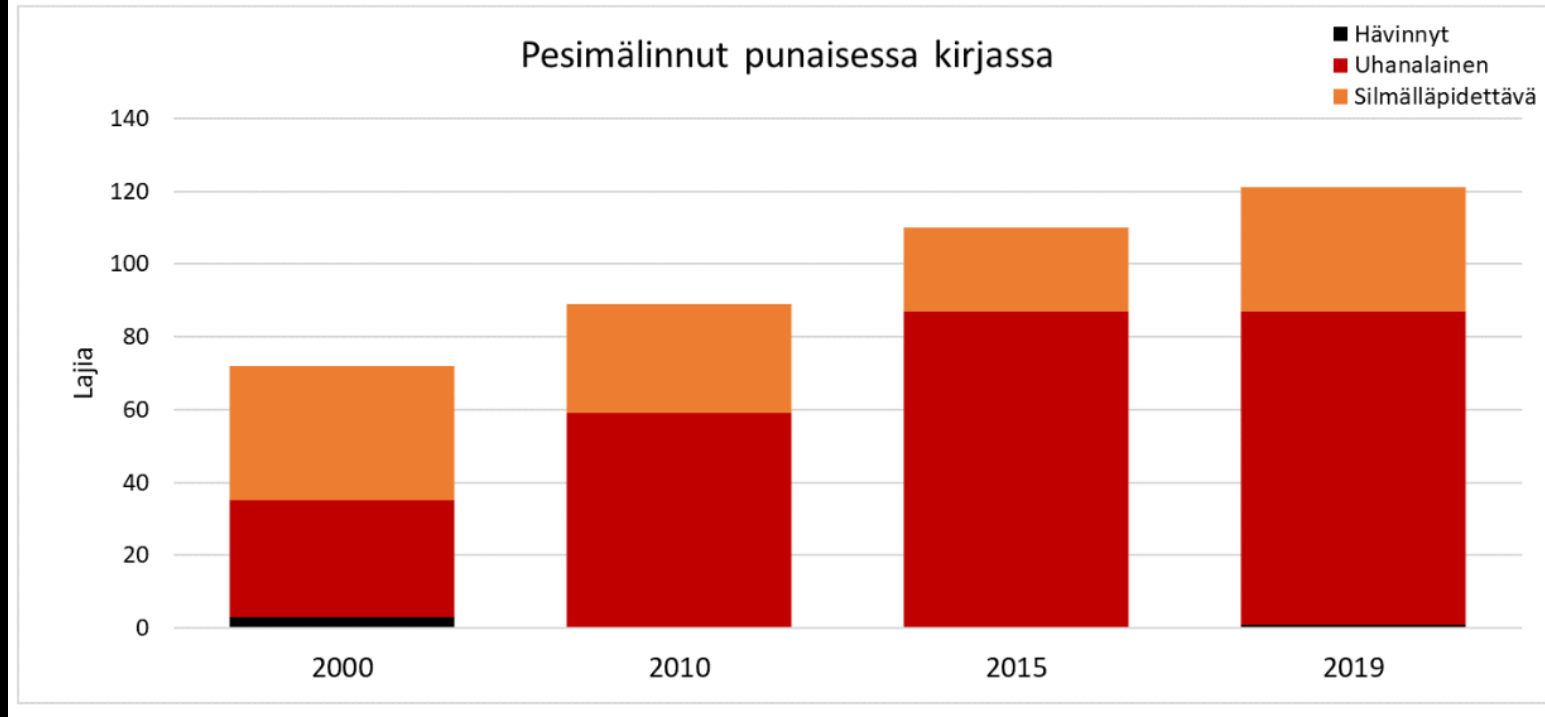
luo levollisuutta olemiseen
sitä tarvitaan lepoon ja voimien keräämiseen
antaa mielenrauhaa
auttaa jäsentämään asioita

uudistaa, puhdistaa ja lohduttaa
ei vaadi mitään
jousta aina

Hiljaisuus luontokokemusten sanoittamisessa

- "Hyvin rauhallista, vain luonnon ääniä, lintujen laulua, aaltojen kohinaa rantakiviin - nämä ovat hyvin rauhoittavia ääniä, tunnen sulautuvani itsekini osaksi ikiaikaista luontoa. Kaikki ihmiskiireet ja huolet etääntyvät ja tuntuvat turhilta. On hyvä olla." (Helsinki 2020, s. 12)
 - "Kun äänettömyys muuttuu hiljaisiksi ääniksi luonnossa, tunnen sulavani yhdeksi sen kanssa. Tällainen hiljaisuus on minulle sidottu yksin luonnossa olemiseen. Se on kuin huone, johon astun sisään tyhjänä ja vastaanottavaisena. Tulen pois ehjänä, lääkittynä ja vahvempana." (KRA 246-247)
 - "Hiljaisuus oli siinä: keveys ja haihtuminen, ympärillä hyörinä, joka ei ihmisestä piittaa. Korvia kutittavat apilanlehdet, siritys ja surina ja harakankellojen kahina. Yllä omia menojaan menevät pilvet ja siemenhahtuvat." (KRA 705)
 - Hiljaisuudessa voi aistia luonnon mahdin ja suuruuden, sillä "voima ei tarvitse ääntä." (SLS, v. 1927 s. vastaaja).
- > lohdullisuus, jopa onni

Suomessa uhanalaiset lintulajit



Lähde: BirdLife

Kuinka tärkeitä hiljaiset alueet ovat?

- Kaikki kyselyyn vastanneet pitivät hiljaisuutta hyvin tärkeänä (Hämeenlinna 2005)
- 84 % vastaajista piti hiljaisia alueita erittäin tärkeinä asuinympäristössään (Helsinki 2020)
- Hiljaisten alueiden olemassaoloa kotien läheisyydessä sekä yleisemmin Vantaalla pidetään erittäin tärkeänä (Vantaa 2024)
- 69 % vastaajista piti hiljaisia alueita erittäin tärkeinä (Espoo 2016)

Vastaavia tuloksia on saatu muistakin maista, ja lisäksi hiljaisia alueita toivotaan suojeltavan nykyistä paremmin ja niillä vierailaan ahkerasti (vrt. esim. Booi & Berg 2012).

Kenelle hiljaiset alueet ovat tärkeitä (tai ketkä vastaavat kyselyihin)?

- Helsinki: 30-49 -vuotiaat suurin ryhmä
- Espoo: 50 % vastaajista 40–59 v., 28 % 20–39 v., 4 % alle 19 v.
- Vantaa: 28 % 31–59 v., 7 % vastaajista nuorempia, 75 % vastaajista työelämässä
- Vrt. Suomalainen hiljaisuus –aineisto
 - ”Mikro on aikamme käki”

”Kuulokekansalaiset”

- V. 2004-2006 syntyneistä (N = 57) vastaajasta
 - n. 40 % kuulokkeilla 2-4 h/vrk, n. 23 % 1-2 h/vrk., n. 20 % 4-5 h/vrk
 - Eniten kuunneltiin musiikkia, toiseksi useimmiten muuta somesisältöä ja kolmanneksi useimmin podcasteja.
- Kyselyn vastanneista 90 % on pohtinut jatkuvan kuulokkeiden kuuntelun mahdollisia vaikutuksia kuulon heikentymiseen ja tinnituksen syntyyn, tai ainakin kertoo olevansa tietoinen riskistä.



Lukiolaisten lempiäänet?

- Ykkösenä aaltojen liplatus, linnun laulu, puiden lehtien kahina ja sateen ropina
- Kakkosijalla musiikki; usein oma lempikappale tai tietyn instrumentin ääni. Moni vastaaja nimesi sekä luonnon äänet ja musiikin lempiäänekseen, tilanteesta riippuen.
- Teknologisia ääniä ei käytännössä mainittu lempiääniksi.
- "Lempiääneni on linnunlaulu."
- "Minun lempiääneni on lehtipuun kohina tuulessa."
- "Lempiääneni on sateen ropina kattoon tai esim. sateenvarjon pintaan sekä ukkosen jyrinä."
- "Kun olen veneessä, ja vesi osuu veneeseen. On vaikea kuvailla, että miksi, mutta se on vain jotenkin niin rauhoittavaa."



Resonoiva hiljaisuus?

Luovat perspektiiviä

Kauniita, jos ahdistaa, luonto ja sen äänet helpottaa oloa
ja antaa energiaa

Tuovat turvallisuuden tunteen

Mielen tasaavia ääniä

Saa minut tuntemaan oloni paremmaksi ja kotoisaksi

Luonto on
"hiljentymisen mestari"
ja sieltä löytyvä hiljaisuus
"auttaa kantamaan ihmisenä olemisen taakkaa"

(KRA 615-617).

Monikriisien aika



- Synergiaedut
- Merkitys korostuu entisestään?
- Hiljaisuuden kokeminen omakohtaista eikä "tuolla jossain"
- Positiivisia tarinoita

*"Mitä äänekkäämmäksi ja kuluttavammaksi ympäröivä maailmamme
käy, sitä tärkeämpi on meidän pitää huolta tästä aarteestamme,
luonnosta, jonka hiljaisuudessa voimme saada voimia ja helpotusta
ihmisenä olemiseen."* (KRA 246-247)