



This is a self-archived – parallel-published version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details. When using please cite the original.

AUTHOR Kaisa Vainio

TITLE Puiden merkitys emotionaaliselle kokemukselle lähiympäristössä

YEAR 2025

DOI 10.62443/psykologia.v60i4.162536

VERSION Publisher's PDF

CITATION Vainio, Kaisa (2025) Puiden merkitys emotionaaliselle kokemukselle lähiympäristössä. *Psykologia*, vol. 60, no. 4.

<https://doi.org/10.62443/psykologia.v60i4.162536>

LICENSE CC BY-NC-ND

Lectio praecursoria

Puiden merkitys emotionaaliselle kokemukselle lähiympäristössä

Kaisa Vainio

Puut ovat enemmän kuin kauniita kiintopisteitä maisemassa. Puut ovat muutakin kuin puutavaran lähteitä, muuta kuin ilmakehän hiilidioksidin sitoja, enemmän kuin linnun pesäpuita, aivan toista kuin vain maamerkkejä. Puiden läheisyys luo miellyttävän, rauhallisen ja terveellisen elinympäristön ihmisen elää, oli kyseessä sitten metsä, puisto tai kotipiha. Tutkimukseni selvittää, mitä kaikkea puut voivat olla ihmisen henkilökohtaisesta näkökulmasta. Väitän, että puiden merkitys ihmisten arjessa ja elämässä on niin vahva juuri siksi, että niillä voi olla monia merkityksiä – ne sekä tukevat ihmisen hyvinvointia ja auttavat mielekkään elämän jäsentämisessä. Tällaiset merkitykset käyvät ilmi ihmisten omasanaisten kertomusten lisäksi myös taiteessa ja myyteissä – niiden voima

piilee kyvyssä kannatella ja säilyttää universaaleja merkityksiä, jotka resonoivat meidän ihmisten mielissä ja tunteissa jopa kulttuurirajojen ylitse (Cusack, 2011; Hall, 2011).

Puut Mytologiassa

Puilla on keskeinen rooli monissa mytologisissa maailmanjärjestelmissä. *Kalevalassa* alussa oli Suuri Tammi. Pohjoismaisen mytologian Edda-taruston Yggdrasil-saarni yhdisti yllisen, alisen ja ihmisten maailman (Harva & Anttonen, 2019). Myös *Raamatussa* kuvatut Tiedonpuu ja Elämänpuu edustavat samankaltaisia erityisen voimallisia puita, samoin kuin J. R. R. Tolkienin kaksi maailmanpuuta: Telperion ja Laurelin.

”Hänen laulunsa piirissä vesat kasvoivat kauniiksi ja korkeiksi ja ne puhkesivat kukkaan: ja niin tuli maailmaan valinorin kaksi puuta. Kaikesta mitä Yavanna oli tehnyt, olivat ne maineikkaimmat, ja niiden kohtalosta kertovat kaikki esiaikojen tarinat. -- seitsemässä hetkessä kasvoi kummankin puun loisto täyteen kukoistukseen ja haipui taas tyhjiin; ja toinen heräsi aina elämään yhtä hetkeä ennen kuin toinen lakkasi loistamasta -- ja kaikkialla Valarin maassa ne olivat veden ja valon lähteinä. Niin alkoivat autuuden ajat Valinorissa, ja niin alkoi Ajan Lasku.” (Tolkien: Silmarillion)

Tällaisilla maailmanpuilla on olennainen tehtävänsä maailmankaikkeuden rakenteessa. Mytologiset maailmanpuut lopulta kaatuvat tai kaadetaan dramaattisella tavalla, ja maailmanjärjestys muuttuu. Niin käy myös Valinorin puille, kun pahan voimia edustava Melkor tuhoaa puut ja sitä myöten kaiken valon lähteen. Noiden puiden muisto – niiden ylimaallinen valo ja kauneus säilyvät Silmarilleiksi kutsuissa jalokivissä, Auringossa ja Kuussa – ja legendoissa.

Puu voidaan nähdä vertauskuvana, jonka avulla kuvataan tietoisien ihmisyyden syntyä, kulttuurin luomista ja ihmisen suhdetta maailmaan. Kalevalaisen Suuren Tammen osaset olivat alku monelle ihmisen arvostamalle maalliselle hyvälle. Puulla ja ihmisellä on siis jonkinlainen olennainen ja läheinen suhde: ihmisen tietoisuuden syvimpiä kysymyksiä kuvataan usein juuri puun symboliikalla (Harva & Anttonen, 2019). Myytit ovat yhteistä kulttuuriperintöä, ajattelun ja mielikuvituksen jaettua aines- ta. Kulttuuristen puumyyttien voidaan edelleen nähdä vaikuttavan nykyihmisen ajatteluun, sillä myyttejä toistetaan ja toisinnetaan uusissa tarinoissa.

Modernin fantasiakirjallisuuden isänä pidetyn J. R. R. Tolkienin luomassa Keskimaa-mytologiassa yhdistyvät monet keskeiset historialliset puumyytit. Hänen luomansa Keskimaa-mytologia pohjaa useisiin eurooppalaisiin tarinaperinteisiin ja maailmanlaajuisiin, myös karjalaiseen *Kalavalaan* (Korpua, 2022). Tolkienin kirjoitukset eivät edusta niinkään todellisuuspa- koa, vaan niiden on tarkoitus yhdistää moderni

ihminen uudelleen ihmisen sisäiseen ja kulttuuriseen maisemaan ja vaikuttaa siihen, miten olemme vuorovaikutuksessa muiden ihmisten, maiseman ja luonnon kanssa. Tolkienin teoksilla on klassikkokirjallisuuden status, ja niillä on ollut voimakas vaikutus taiteen ja populaarikulttuurin lisäksi useisiin sukupolviin lukijoita. Kun menestystrilogia *Taru sormusten herrasta* julkaistiin toisen maailmansodan jälkeisessä Euroopassa, tarinat vetosivat laajaan lukijakun- taan humanilla arvomaailmallaan.

Arkiset puut

Puiden materiaaliset hyödyt tuntee hyvin jokainen suomalainen. Mikä on vähemmän tunnet- tua, on se mitä puihin liitettävät arvot näkyvät ihmisen elämässä, arjessa ja maailmankuvas- sa tänä päivänä. Puiden tarjoamat aineettomat hyödyt ovat merkittäviä. Puut auttavat luomaan haluttuja ympäristöjä, jotka tukevat laadukasta arkea ja virkistystä, edistävät sosiaalisia yhteyksiä ja edistävät yhteisön vakautta (Wolf, 2004). Ne auttavat ihmisiä nauttimaan ympäris- töstään ja tarjoavat puitteet leikille, levolle ja luovuudelle (Laaksonharju, Dwyer ym., 1992; Tyrväinen ym., 2003). Puut ovat usein näkyviä, vakaita elementtejä ympäristöissämme, ja niistä tulee aistikokemusten, muistojen ja tunteiden paikkoja (Hadavi, 2017; Jones, 2011).

Tutkimuksessani minua kiinnosti, miten puiden ja ihmisten vuorovaikutus toteutuu meidän arkisessa todellisuudessamme. Tämän- kaltaisessa tutkimuksessa on haasteensa, sillä ihmisiltä voimme kysyä heidän kokemuksis- taan, mutta puilta emme. Tässä piti siis luottaa niiden ihmisten, jotka lempipuistaan kertoivat, arvioihin asiasta. Tukea analyysille saimme myös puuteemaisesta nykyrunoudesta, jota ei muuten ollut vaikea löytää – havaitsimme, että puu- metsä- ja luontoteemat ovat erittäin keskeisiä nykypäivänä julkaistussa suomalai- sessa runoudessa (Lummaa ym. 2023).

Puun ja ihmisen yhteys

Tehdään yhdessä lyhyt harjoitus. Kehotan teitä kaikkia sulkemaan silmänne hetkeksi ja muista-

maan erityisen puun elämässänne – puun, joka erottuu muista. Kuvittele se niin elävästi kuin pystyt. Missä tämä puu on? Miltä näyttää? Miltä sinusta tuntuu, kun lähestyt sitä? Mitä kuulet, haistat ja tunnet, kun seisot sen vieressä? Mitä muistoja tai tunteita tämä puu herättää sinussa? Nyt, kun palaamme nykyhetkeen, kysyn: Mitä ajatuksia ja tunteita muistelu sinussa herätti? Tämä yksinkertainen harjoitus paljastaa jotain universaalia: monet meistä tuntevat yhteyttä puihin. Tämän yhteyden juuret voivat olla ihailussa, nostalgiaa tai jopa rakkaudessa.

Tässä tutkimuksessa lähestyin aihetta kysymällä ihmisten lempipuista. Kävi ilmi, että puihin luotiin erilaisia suhteita – jotkut hoivavia, jotkut ihailevia, jotkut nostalgisia. Kävi ilmi, että puiden kanssa eläminen auttoi myös jäsentämään ihmisen omaa elämäntarinaa: heijastamaan ihmisen syntyä, kasvua, kukoistusta, sairastamista, kuolemaa ja ylisukupolvista jatkumoa. Pitkäikäisimmät puut todistavat sukupolvien vaihtumista, historiallisia tapahtumia, kaupunkien kasvua ja kylänraittien hiljenemistä.

Esimerkkinä rakkaudesta voidaan käyttää kuvausta hetkestä, jolloin Frodo koskettaa Mallorn-puuta Tolkienin *Taru sormusten herrasta* -teoksessa. Tämä yhteys puihin, kuten Tolkien niin runollisesti vangitsi, on enemmän kuin esteettistä arvostusta – se on emotionaalinen yhteys elävään olentoon.

”Frodo laski kätensä puun päälle tika-puiden viereen: Koskaan aiemmin hän ei ollut ollut niin yhtäkkiä ja niin innokkaasti tietoinen puun tunnusta ja puun ihon tekstuurista ja sen sisäisestä elämästä. Hän tunsu mielihyvää puusta ja sen kosketuksesta, ei metsänhoitajana eikä puuseppänä; se oli itse elävän puun iloa.” (Tolkien: *Taru sormusten herrasta*, Sormuksen saatue: VI, käännös kirjoittajan oma)

Puiden tietoisuus

Viimeaikainen tiede tutkii jopa puun persoonallisuuden käsitettä. Vaikka aiheesta edelleen kiistellään, on kasvavassa määrin tunnustettu, että puilla voi olla kykyjä aistimuksiin, kommu-

nikaatioon ja tietoisuuteen. Tämä näkökulma haastaa meidät pohtimaan uudelleen vuorovaikutustamme puiden kanssa. Tuleeko aika tunnustaa puiden tahdonvapaus ja itseisarvo, lähestyiden heitä kunnioituksella ja kiitollisuudella? Ihmisinä emme ole erillään ympärillämme olevista puista ja luonnosta – olemme kaikki yhteydessä toisiimme.

Puun persoonallinen tietoisuus ei ole uusi keksintö. Jo *Kalevalassa* puilla ja kasveilla kuvataan olevan oma henkensä, oma tahtonsa ja omat toiveensa. Kun esimerkiksi Lemminkäisen äiti etsii alamaailmaan eksynyttä poikaansa, hän kääntyy puiden puoleen saadakseen opastusta. Tammi vastaa, puhuen äänellä, huokailien ja taitavasti ihmisten kielellä. Hän kertoo, että hänellä on omiakin huolia, eikä välitä huolehtia kysyjän pojan perään. (Hall, 2011)

Puhuvat puut ovat harvinainen ilmiö kansanperinteessä. Mutta suomalaiskarjalaisessa *Kalevalassa* niitä esiintyy. Ehkä juuri Kalevalasta J. R. R. Tolkien omaksui esikuvan puhuville puille Keskimaa-mytologiaansa (Hall, 2011; Korpua, 2022). Tolkienin teksteissään puilla on oma elämänsä, omat tavoitteensa ja omat murheensa. Ja niillä on pitkä muisti ja kauna niitä kaltoinkohdelleita liikkuvia olentoja kohtaan.

Puiden kosto

”Kuunnellessaan he alkoivat ymmärtää metsän elämää, ja jopa tuntea itsensä muukalaiseksi paikassa, jossa kaikki muut olivat kotonaan. Vähän väliä hänen tarinoihinsa ilmaantui Vanha Halavaukko ja Frodo sai nyt tietää tarpeekseen ja oikeastaan enemmänkin sillä se ei ollut mukava tarina. Tomin sanat paljastivat puiden sydämet ja ajatukset, jotka olivat usein synkkiä ja outoja, täynnä vihaa niitä kohtaan, jotka kulkevat vapaina maan päällä, jyrsien, purren, rikkoen, hakaten: tuhoojia ja tunkeilijoita. Metsää ei turhan vuoksi kutsuttu vanhaksi metsäksi, sillä se oli tosiaan ikaikainen, jäännös suunnattomista unohdetuista metsistä; ja siellä elivät yhä puiden isien isät vanhetten yhtä hitaasti kuin vuoret ja muistaen ajan, jolloin ne olivat ruhtinaita. Lukemat-

tomat vuodet olivat täyttäneet ne ylpeydellä ja juurista nousevalla viisaudella, mutta myös pahuudella. Eikä yksikään ollut vaarallisempi kuin Suuri Halava. Sen sydän oli mätä, mutta sen voima vehreä; ja se oli ovela ja tuulten herra; ja sen ajatus ja sen noinen henki veti maasta voimaa ja se levittäytyi pienempien juurilankojen tavoin maahan ja näkymättämin oksankärjin ilmaan, kunnes sillä oli vallassaan melkein kaikki puut aidalta hautakeroilte asti. ” (Tolkien: Taru sormusten herrasta, Sormuksen saattue: VI)

Tolkienin tarinassa Vanha Halavaukko kosta ottamalla hobitit vangiksi. Tolkienien mytologian tavoin puiden kosto on yleinen teema suomalaisessa kansanperinteessä. Usko siitä, että kauhea kohtalo seuraa pyhien puiden vahingoittajaa, saa tukea lukuisista kansantarinoista, joissa näin käy (Haavio 1992). Suomalaisen kansanperinteen ja historian tutkimus paljastaa, että kun kristillisen opin leviämisen myötä pakanuutta yritettiin kitkeä suomalaisista, kaadettiin myös pyhät puut. Mutta puiden kaatajia oli vaikea löytää, sillä kansa pelkäsi puiden kosta, ja usein papit joutuivat itse tarttumaan kirveeseen.

Tutkimukseni puukertomuksissa näkyi suuri huoli lempipuiden kohtalosta. Ihmiset ovat valmiita tekemään kaikenlaista varjellakseen heille tärkeitä puita. Sanoisin että tätä käyttäytymistä ei ohjaa niinkään järkisyyt, vaan tunne – oli se sitten kiintymystä, arvostusta, pelkoa tai kunnioitusta. Saimme jopa kertomuksia missä uskottiin puun kaatamista seuraavaan epäonneen ja myös lempipuun ja ihmisen kohtalon yhteyteen.

Puiden parantava vaikutus

Tämänhetkisessä ympäristöntutkimuksessa on keskeinen teema luonnon hyvinvointivaikutukset. Tiedetään, että luonnonmukaiset paikat elvyttävät ihmisen mieltä, vähentävät stressiä ja auttavat keskittymisessä (Korpela ym., 2001; Hartig ym., 2003; Ulrich ym., 1991; Simkin ym., 2020). On todettu, että niillä on positiivi-

nen vaikutus myös fyysisistä sairauksista, tai leikkauksista toipumisessa. Puilla on keskeinen rooli ympäristön luojana, ja kuten tutkimuksemme osoittaa, myös hyvinvoinnin tekijöinä.

Luonnon tarjoamat aistikokemukset vaalivat myös emotionaalisia ja hengellisiä kokemuksia. Monille puut tarjoavat tilaa pohdiskelulle ja henkiselle kasvulle, mikä kannustaa pohtimaan ihmistä suurempia kysymyksiä (Rival, 1998; Abbot, 2021). Puiden koettiin myös vahtivan, hoivaavan ja tukevan ihmistä – puut pystyivät tarjoamaan rauhaa, turvaa ja lohtua sitä tarvitseville. Yllättävän monet kokivat puiden myös viestivät heille – joko sanoin tai sanoitta. Aineistossani tällaiset kertomukset olivat erittäin keskeisiä. Erityisen pysäyttäviä olivat kertomukset, missä yhteys suosikkipuuhun oli auttanut ihmistä toipumaan vaikean kasvuympäristön rasituksesta, sairaudesta, traumasta tai elämänkriisistä.

Myös suomalaisessa kansanperinteessä puut toimivat usein kumppaneina ja lohduttajina. Kantelettaren runot kuvaavat metsiä surullisten turvapaikkoina, joissa luonto ymmärtää ja lohduttaa yksinäistä. Tämä ihmisen tunteen ja luonnon välinen side on toistuva teema suomalaisessa kulttuurissa ja kirjallisuudessa (Seppä, 2020). Puut tarjoavat ihmisille ainutlaatuisia mahdollisuuksia kumppanuuden ja yhteyden kokemiseen – yhteyteen muihin lajeihin, luontoon, esivanhempimme ja jopa sisimpäämme. (Barry ym., 2023). Ne voivat ilmentää arvojamme, uskomuksiamme ja identiteettiämme. Kodin, työpaikan ja ihmissuhteiden vaihtuessa puut ovat kiinteitä, mikä tarjoaa meille jatkuvuuden ja maadoittumisen tuntua (Tuan, 2006). Mutta toisaalta puiden menettäminen aiheuttaa surua, menetyksen tunteita, ympäristön tuntumista vieraalta, jopa konflikteja ihmisten välille. Merkityksellisen puun menettäminen voi tuntua jopa siltä, että ihminen menettää osan itsestään (Pihkala, 2019)

Puiden ekologinen jälleenrakennus

”Ei edes näky, jonka Sam oli nähnyt [Galadrielin] peilissä ollut valmistanut heitä tähän -- Se on kaadettu! - huusi Sam. Ne ovat kaataneet Juhlapuun! Hän osoitti kädellään paikalle, jossa Bilbo oli pitänyt Jäähyväispuheensa puun alla. Puu lojui pellolla karsittuna ja kuolleena. Ikään kuin tämä olisi ollut viimeinen pisara, Sam purskahti kyyneliin. -- Puiden laita oli huonosti, sillä niitä oli Sarkun [Saruman] käskystä häikäilemättä kaadettu laajalta alalta; ja tätä Sam suri enemmän kuin mitään muuta. Kestäisi kauan ennen kuin vahinko olisi korjattu ja vasta hänen lapsenlapsenlapsensa saisivat nähdä Konnun sellaisena kuin sen kuului olla, hän ajatteli. Sitten hän eräänä päivänä muisti äkkiä Galadrielin lahjan. -- Niin Sam istutti vesoja paikkoihin, joista erityisen kauniita tai rakastettuja puita oli tuhottu ja hän pani hiukkasen kallista tomua maahan kunkin juureen. -- Pienen hopeapähkinän hän istutti Juhlaniitylle, jossa puu oli kerran kasvanut, ja hän mielti, mitä siitä mahtaisi tulla. -- Kevät ylitti hurjimmatkin toiveet. Hänen puunsa alkoivat versoa ja kasvaa ikään kuin olisi ollut kiire ja kaksikymmentä vuotta olisi pitänyt mahduttaa yhteen. Juhlaniityllä työntyi ilmoille kaunis nuori vesa: siinä oli hopeinen kaarna ja pitkät lehdet ja se puhkesi huhtikuussa täyteen kultakukkia. Se oli toden totta Mallorn -- sitä tultiin katsomaan matkojen takaa.” (Tolkien, *Taru sormusten herrasta; Kuninkaan Paluu*, IX)

Tolkienin tarinassa Konnun jälleenrakennus sodan jälkeen ei ole vain rakennusten korjauksista. Se näkyy saastuttavan myllyn purkamisena, saastan siivoamisena, sodan ja rappion jälkien peittämisenä ja lopulta luonnontilaisuuden palauttamisena. Erityisesti puiden istuttaminen haltiavaltakunnan mullalla höystettyyn maahan on teko, jonka myötä kauneus, runsaus ja onni palaa seudulle ja kukoistaa ennennäkemättömällä tavalla. – ”Eikä kukaan ollut sairas ja kaikilla oli mukavaa paitsi niillä, joiden piti leikata ruohoa.” (Tolkien, *Taru sormusten*

herrasta; Kuninkaan Paluu, IX)

Biofiliahypoteesi (Wilson, 1984) esittää, että ihmisillä on sisäsyntyinen kiintymys elävään maailmaan ja luontoon. Tämä luonnon ja ihmisen välinen side on välttämätöntä inhimilliselle hyvinvoinnille. Rakkaus puita kohtaan niin estetiikassa, myyttien maailmassa kuin aistien ja tunteiden maailmassa ilmentävät tätä yhteyttä. Emotionaalinen ja sosiaalinen hyvinvointimme näyttävät kasvavan yhteyden myötä, tapahtui se sitten puiden hoitamisen, ihailun tai muistelun kautta (Keyes, 2005).

Tutkimukseni osoittaa, että puilla on tärkeä rooli mielekkään ja terveellisen ympäristön luomisessa ihmiselle, puhumattakaan muista lajeista. Siksi ei ole samantekevää, miten kohtelemme elinympäristöjemme puita. Tutkimukseni, joka tarkasteli ihmisen ja puun välisiä suhteita useista näkökulmista, paljasti, että suhteet puihin ovat monipuolisia ja syvästi merkityksellisiä. Ne liittyvät ihmisen identiteettiin, hyvinvointiin ja ympäristöarvoihin. Tärkeää on, että puut eivät ole vain passiivisia objekteja ympäristössämme; ne ovat olentoja, joiden kanssa muodostamme kumppanuuksia, usein syvästi henkilökohtaisia ja merkittäviä.

Yhteytemme puihin tarjoaa myös mahdollisuuksia laajempaan kulttuuriseen muutokseen. Edistämällä dialogisempia, vastavuoroisia suhteita puiden kanssa voimme alkaa purkaa ihmisen ja luonnon välistä eroa. Sen sijaan, että katselisimme puita pelkästään niiden hyödyllisyyden kannalta, voisimme sen sijaan nähdä ne tämän planeetan kumppaneina ja yhteisasukkaina, jotka ansaitsevat huolenpitoa ja solidaarisuutta.

Puiden rooli voi kasvaa tulevaisuuden kaupunkiympäristön suunnittelussa sekä ihmistä luontolähtöisesti. Luontolähtöisessä suunnittelussa lisäämme kaupunkivihreän määrää, jotta luonnon monimuotoisuus voisi paremmin. Ihmislähtöinen suunnittelu voi kehittää viheralueita siten, että myös ihmiselle löytyy kiintopisteitä levähtää, rentoutua, luoda muistoja, jäsentää ajatuksia ja arvoja sekä saavuttaa yhteys luontoon. Puut ovat tähän oivallinen kumppani, sillä meillä ihmisinä on jo taipumusta kääntyä puiden puoleen niin materiaalisissa kuin emotionaalisissa tarpeissamme. Puita ei tule vain hoitaa ja säästää, niitä on myös istutet-

tava tulevaisuutta ajatellen. Se on lahja luonnolle, itsellemme ja tuleville sukupolville.

Usein tutkimus, tämäkin tutkimus, ottaa kantaa siihen, mitä on tehtävä paremman nykyympäristön ja tulevaisuuden luomiseksi. Monia päätöksiä ja valintoja tehdään jossain toisaalla – kaupunkisuunnittelun, viheralueiden hoidon ja metsänhoidon tasolla. Puut ovat kuitenkin jokaisen meidän lähellä arkisissa ympäristöissä. Siksi vetoan teihin. Meillä on toimijuutta. Muistakaa puuta, joka on tehnyt teihin vaikutuksen. Vaalikaa sitä ja käykää tapaamassa sitä.

Ja sitten, istuttakaa puu. Miettikää, mikä teille on tärkeää, istuttakaa puu sen kunniaksi.

Ehkä lapsellenne tai lapsenlapsellenne, vielä tuleville sukupolville että he voivat kokeilla rajojaan siihen kiipeämisessä. Tai esi-isille, heidän muistokseen ja kunniakseen. Istuttakaa pihapuu, suojelupuu kodillenne. Istuttakaa puu luonnon monimuotoisuudelle tai ilmastotekonä. Istuttakaa puu tuntemattomalle ihmiselle tai eläimelle, että hän voisi levätä sen varjossa kuumana päivänä. Istuttakaa puu lintujen ja oravien iloksi. Ja istuttakaa puu sen itsensä takia – se on elävä toinen olento, johon sinun teoillasi on vaikutus, ja jolla voi olla vaikutus sinuun.

Kaisa K. Vainion metsätieteiden alan väitöskirja ”Lempipuut: Lajienvälisen ystävyyden näkökulma puusuhteiden moninaisuuteen” tarkastettiin Itä-Suomen yliopistossa 13.12.2024. Vastaväittäjänä toimi Ann Ojala (Luonnonvarakeskus, Helsinki) ja kustoksena Eeva-Stiina Tuittila (Itä-Suomen yliopisto). Väitöskirja on saatavissa osoitteesta: <https://doi.org/10.14214/df.359>

Lähteet

Abbot, S. (2021). Approaching nonhuman ontologies: Trees communication and qualitative inquiry. *Qualitative Inquiry*, 27, 1059–1071. <https://doi.org/10.1177/1077800421994954>.

Barry, N.M., Bang, M., Bruce F., & Barajas-López, F. (2023). “Then the nettle people won’t be lonely”: Recognizing the personhood of plants in an indigenous STEAM summer program. *Cognition and Instruction*, 41, 381–404. <https://doi.org/10.1080/07370008.2023.2220852>.

Cusack C. M. (2011). *The sacred tree: ancient and medieval manifestations*. Cambridge Scholars.

Dwyer, J. F., Mcpherson, E.G., Schroeder, H.W., & Rowntree, R.A. (1992). Assessing the benefits and costs of the urban forest. *Journal of Arboriculture*. <https://doi.org/10.48044/jauf.1992.045>.

Haavio, Martti. (1951) 1992. ”Pyhät puut.” Teoksessa M. Haavio, M. Kuusi ja L. Honko (toim.) *Esseitä kansanrunoudesta* (s.47–78). Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Hadavi, S. (2017) Direct and Indirect Effects of the Physical Aspects of the Environment on Mental Well-Being. *Environmental Behaviour*, 49, 1071–1104. <https://doi.org/10.1177/0013916516679876>.

Hall C. M., James, M., Baird, T, (2011), Forests and trees as charismatic mega-flora: Implications for heritage tourism and conservation. *Journal of Heritage Tourism*, 6, 309–323. <https://doi.org/10.1080/1743873X.2011.620116>.

Hartig T., Evans G. W., Jamner, L. D., Davis, D. S., & Gärling T. (2003). Tracking restoration in natural and urban field settings. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 109–123. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(02\)00109-3](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(02)00109-3).

Harva, U & Anttonen, V. (2019). *Elämänpuu: uskontotieteellisiä tutkielmia*. (2. uudistettu laitos) Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Jones, O. (2011). *Materiality and Identity – Forests, Trees and Senses of Belonging* (s. 159–177). https://doi.org/10.1007/978-94-007-1150-1_11

Kellert S. R., & Wilson E. O (2013). *The Biophilia hypothesis*. Island Press.

Keyes C.L.M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73, 539–548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>.

Korpela K.M., Hartig, T., Kaiser, F.G., & Fuhrer, U. (2001). Restorative experience and self-regulation in favorite places. *Environment & Behavior* 33, 572–589. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0013916012197313>.

Korpua, J. (2022). *Tolkien ja Kalevala*. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Laaksoharju, T., & Rappe, E. (2017). Trees as affordances for connectedness to place— a framework to facilitate children’s relationship with nature. *Urban For Urban Green*, 28, 150–159. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2017.10.004>.

Lummaa, K., Vainio, K., Korrensalo, A., Takala, T., & Tuittila, E.-S. (2023) Itseksi puiden kanssa: Identiteettiä jäsentävät puut suomalaisessa nykyrunoudessa ja lempipuuaiheisessa verkkokyselyssä., *Elore* 30, 34–58. <https://doi.org/10.30666/elore.126754>

Pihkala, P. (2019). *Mieli maassa? Ympäristötunteet*. Kirjapaja.

Rival, L. (toim.) (1998) *The social life of trees: anthropological perspectives on tree symbolism*. Routledge.

Seppä, T. (2020) Katsooko metsä ihmistä? Suomen Kansan Vanhat Runot ja lajienvälinen kommunikaatio. *Kirjallisuudentutkimuksen aikakauslehti Avain*, 17, 22–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.30665/av.98306>.

Simkin, J., Ojala, A., & Tyrväinen, L. (2020) Restorative effects of mature and young commercial forests, pristine old-growth forest and urban recreation forest – A field experiment. *Urban For Urban Green*, 48. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2019.126567>.

Tolkien, J. R. R. (2007). *Taru sormusten herrasta. (The Lord of the Rings, 1954–1955.)* (Suom. K. Juva & E. Pennanen. Runot suom. P. Pekkanen. Tarkistettu laitos, uudistettu oikeinkirjoitus.). WSOY.

Tolkien, J. R. R. (1979). *Silmarillion*. (Suom. K. Juva, runot suom. P. Pekkanen). WSOY

Tuan, Y-F. (2006). ”Paikan taju: aika, paikka ja minuus.” Teoksessa P., Aarnipuu (toim.) *Paikka: eletty, kuviteltu, kerrottu*. Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Tyrväinen, L., Silvennoinen, H., & Kolehmainen, O. (2003) Ecological and aesthetic values in urban forest management. *Urban For Urban Green*, 1, 135–149. <https://doi.org/10.1078/1618-8667-00014>.

Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11, 201–230. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7).

Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/9780674045231>.

Wolf, K. L. (2004). Economics and public value of urban forests. *Urban Agriculture Magazine*, 13, 31–33.