

Pasi Heikura

”Anteeksi, en ollut tuntea teitä vaatteet päällä.”

Etnografinen tutkielma Tampereen Rauhaniemen avantouimareista

Tampereen Yliopisto
Sosiologian pro gradu -tutkielma
Helmikuu 2001.

Pasi Heikura

"Anteeksi, en ollut tuntea teitä vaatteet päällä."

Etnografinen tutkimus Tampereen Rauhaniemen avantouimareista.

Sosiologian pro gradu

Tampereen Yliopiston yhteiskuntatieteellinen tiedekunta

Helmikuu 2001. 89 sivua

Tutkielmassa tarkastellaan avantouintia sosiaalisena toimintana Tampereen Rauhaniemen kansankylpylän avantouimareiden kautta. Muodostavatko avantouimarit yhteisön? Millainen yhteisö kyseessä on ja mikä yksittäisistä kansankylpylässä kävijöistä tekee yhteisön? Samalla etsitään tulkintoja avantouinnin suosion kasvuun 1990-luvun lopulla.

Tutkielman pääasiallisena aineistona ovat kirjoittajan omat kokemukset, havainnot ja kerätyt dokumentit noin kuudeltasadalta käyntikerralta vuosina 1990-2000. Tämän lisäksi aineistona on Helsingin Sanomien ja Ilta-Sanomien avantouintia käsittelevät kirjoitukset 1990-luvulla.

Avantouinti-ilmiön sisältämiä kulttuurisia jäsenyyksiä tarkastellaan tutkielmassa sekä etnografisen lähestymistavan kautta että sosiologista yhteisö-keskustelua (esim. Bauman, Beck, Giddens, Lash, Tönnies, Schulze) hyödyntämällä.

Aluksi tarkastellaan myyttiä sauna-instituution suomalaisuudesta. Saunominen on tullut Suomeen idästä ja lännestä, mutta kun se muualla on hiipunut, Suomessa se on jäänyt elämään.

Avantouimarit eivät ole yksi yhtenäinen harrastusyhteisö vaan päälaajat poikkeavat toisistaan melkoisesti. Rauhaniemen kansankylpylä Tampereella on saunoista lähimpänä kaupungin keskustaa, ja tästä syystä se on suosittu ja sosiaalisesti avoin avantosauna. Tämä avoimuus on avantouinnin harrastajamäärän kasvun mukana kasvanut, ja samalla kävijäporukan tuttavallinen me-henki on vähentynyt. Vaikka yhteishenki Rauhaniemessä on etenkin aikoinaan ollut vahva, se ei välttämättä ulotu saunan ulkopuolelle.

Tekijän oma avantouintihistoria antaa erään näkökulman avantouimariksi kasvamiseen ja siihen, miten mutkattomasti avantouimarien avoin ja löyhä yhteisö otti noviisin vastaan. Avantouinti tuottaa yksilöllisen kokemuksen, mutta silti sosiaalisuus uimarien kesken on olennainen osa harrastusta.

Rauhaniemen avantouimarien yhteisön jäsenyyttä ei haeta eikä myönnetä joltain auktoriteetilta. Ryhmään kuulutaan tekemällä avantouimarin toimintoja – uiden, saunoen ja vilvoitellen. Toimimisen tapoja ja sääntöjä ei saunalla kukaan tai mikään opeta erityisesti. Kuitenkin harrastajat noudattavat tietynlaista säännöstöä, josta osa on yleistä saunakulttuuria, osa Rauhaniemen kansankylpylälle ja tilanteille omia sääntöjä.

Terveysvaikutukset eivät ole avantouimarien tärkein motiivi järjettömälle harrastukselleen. Vastustuskyvyn paraneminen ei ole yksiselitteisesti mitattavissa ja harrastajan kannalta tärkeämpi merkitys on toisaalta sosiaalisilla tekijöillä, toisaalta yksilöllisillä ja jopa yliruumiillisilla, hengen ja ruumiin dikotomian murtavilla kokemuksilla.

Lehdistössä avantouinnista on 1990-luvun aikana kirjoitettu yhä enemmän. Harrastus esitetään yhä useimmiten eksoottisena arktisen hulluuden ilmentymänä. Avantouintikilpailuihin keskittyvä julkisuus antaa usein karnevalistisen kuvan harrastuksesta, joka monille on kuitenkin hartauden lähde.

Sosiologisesti tarkasteltuna avantouimarien ryhmä näyttäytyy modernina baumanilaisena uusheimona mutta niin, että sen suhde kuluttamiseen on käänteinen. Vaikka avantouinnissa kohtaavat äärimmäiset olotilat, kylmä vesi ja kuuma sauna, kyseessä ei ole nk. extreme-laji. Avantouimari ei kaipaa "yhä uusille valloitettaville vuorenhuipuille" kuten modernia kulutusideologiaa toteuttavien extreme-urheilulajien harrastajat. Avantosaunomisessa nykyihmisen yksilöllisen elämyksen etsintä kohtaa vanhan yhteisöllinen kokemukserinteen ikään kuin taloudellisten järjestelmien ohitse.

Sisällys

1. Johdanto	1
2. Myytti suomalaisesta saunasta	9
3. Avantouinti ja avantosaunominen	14
Avantouimareiden lajit	14
Avantouinti Tampereella	18
Rauhaniemen kansankylpylän menneisyys	22
Rauhaniemen väki	24
Ryhmästä erottuminen	27
Avantosaunoajat Rauhaniemen ulkopuolella	30
4. Yksityinen kokemus	32
Elämäni ennen avantouintia	32
Avantouimariksi tuleminen	33
Vastaanotto Rauhaniemen saunalla	35
Yksityisen avantouintikokemuksen yhteisöllinen vaikutus	38
5. Yhteinen toiminta	40
Avantouintivälineet	40
Uima-asun tasa-arvoistava vaikutus	42
Säännöt ja ”säännöt”	47
Löylynheittokoodisto	49
Keskustelunaiheet	51
6. Miksi avannolle tullaan	59
Terveydelliset syyt	59
Psyykkiset ja sosiaaliset syyt	66
Yliruumiilliset kokemukset	71
7. Avantouintijulkisuus	73
8. Avantouimarien uusheimo	78
9. Lähteet	88

”Kun lenkin päälle käyn Mäntinrannassa avannossa ja sitten menen sumpille niin silloin tuntuu siltä, että asiat on kohdallaan, vaiikkei olisakaan.”

Jalmari, Tampereen Satakunnankatu v. 2000

1. Johdanto

Kaivoin keväällä 2000 kirjoituspöytäni laatikosta esiin pahviset alennuskortit, joilla olen käynyt saunomassa ja uimassa Rauhaniemen kansankylpylässä noin kymmenen vuoden ajan. Kortteja oli kuusikymmentä. Kullakin kortilla pääsee saunalle kymmenen kertaa. Niinpä viimeisten yhdeksän ja puolen vuoden aikana olen käynyt Rauhaniemessä avantouimassa noin kuusisataa kertaa.

Olin harrastanut avantouintia Rauhaniemen kansankylpylässä noin viisi vuotta, kun eräänä sunnuntaina katselin saunalle tullessani hankien keskellä uima-asuissaan vilvoittelevia uimarikollegojani. Tajusin silloin väläyksenomaisesti, että tässähän meillä on omalaatuinen yhteisö. Ei vain siksi, että he istuvat pakkasessa pelkät uima-asut vaatteinaan. Nämä ihmiset muodostavat yhteisön siksi, että he kaikki hakevat avantouintikokemusta, vaikka kyseinen kokemus on luonteeltaan kaikkea muuta kuin sosiaalinen. Nämä ihmiset tavallaan kuuluvat yhteen, mutteivät välttämättä tunne toisiaan nimeltä saati sitten ulkonäöltä Rauhaniemen ulkopuolella, kun heillä on vaatteet yllään. Ja lopuksi avantouimarien ryhmä on erityinen myös siksi, että ”normaali-ihmiset” pitävät (pitivät ainakin vielä 1990-luvun alussa) avantouintia aineenvaihdunnaltaan harvinaislaatuisten ihmisten toimintana. Niin harvinaislaatuisten, että sanan ”hullu” on usein katsottu kuvaavan parhaiten avantouimariksi tunnustautuvaa ihmistä. Tämä yhteisö muistuttaa hiukan muita tuntemiani yhteisöjä, mutta on kuitenkin aivan omanlaisensa. Tämän ryhmän harrastuksessa yhdistyvät yhteisöllisyys ja erakkomaisuus, menneisyys ja nykyaika, suomalaisuus ja globaalisuus, puhumattakaan avantouinnin metafysisistä ulottuvuuksista.

Satunnaiset vierailuni muilla avantosaunoilla osoittivat, että samaa asiaa voi harrastaa hyvinkin eri tavoin. Rituaalit ovat samat, mutta löylyjen lisäksi ilmapiiri, yhteisöllisyys ja suhtautuminen muihin ihmisiin vaihtelevat eri saunoilla selvästi.

Viime vuosikymmenen lopun lähestyessä huomasin Rauhaniemessä käydessäni olevani äsken mainittujen asioiden lisäksi keskellä orastavaa muotivirtausta. Rauhaniemessä kävijöiden määrä kasvoi vuosi vuodelta — kun aloitin harrastuksen kesällä 1990, saunalla kävi keskimäärin n. 70 ihmistä illassa; nykyään keskiarvo on ylittänyt sadan — ja uudet kävijät eivät vielä olleet lähelläkään keski-ikää. Myös tiedotusvälineissä alkoi nähdä juttuja avantouinnista yhä enemmän. Harrastuksen terveysvaikutusten ajoittainen raportointi sauna- ja terveystiedotuslehdissä ei enää ollut ainoa tiedotusvälineiden tapa käsitellä aihetta. Iltapäivälehtien toimittajat kävivät avannossa julkkisten kanssa ja jopa rocklehti Rumba kävi haastattelemassa pop-artista avantosaunalla. Harrastuksen suosion kasvua kuvastaa sekin, että keväällä 2000 tämän työn kirjoittajalta pyydettiin kirjoitusta avantouintia käsittelevään kirjaan Hyinen hurmio (Edita, 2000).

Päätin, että tutkin sosiologian opintojeni lopputyössäni Rauhaniemen avantouimareiden avantouintikulttuuria ja sosiaalisia erityispiirteitä. Onko kyseessä yhteisö, millainen yhteisö on kyseessä ja mikä näistä yksittäisistä ihmisistä tekee yhteisön, olivat kysymyksiä, jotka minua askarruttivat.

Koska kyseessä on oma erityiskulttuurinsa, etnografinen metodi tuntui tarjoavan parhaan lähestymistavan tutkimukselleni. Olinhan jo sitä paitsi vierailut monen vuoden ajan ”kentällä”, oleskellut siellä, osallistunut kentän tapahtumiin ja tehnyt samalla havaintoja.

Tutkimani kulttuurihan eli silloin ja elää yhä lähes ilman kirjoitettua perinnettä, joten lukemalla en voinut aiheeseen perehtyä. Tampereen Yliopiston kirjastossa oli pakko tulla siihen johtopäätökseen, että avantouintia ei ulkomaillakaan ole tutkittu ollenkaan. Tutkimusmateriaali oli siis kerättävä muulla tavalla.

Koska olin harrastanut avantouintia jo pitkään, ymmärsin, että avantouimarit kuuluvat avantouimarien — ja erityisesti Rauhaniemen avantouimarien — ryhmään omista yksilöllisistä syistään ja osallistuvat ryhmän olemassaoloon omilla tavoillaan. Tilastoimalla olisin saanut tietoa kävijöiden ikä-, sukupuoli- ja ammattijakautumista sekä tyypillisiä avannossa käynnin syitä. Haastattelemalla olisin saanut selville asioita haastattelemieni ihmisten elämästä ja avantouintiharrastuksesta. Haastattelutilanteessa minun olisi pitänyt esiintyä avantouimarien edessä ”tiedemiehenä”, joka yrittää olla tietämättä yhteisestä harrastuksestamme mitään. Tuloksena olisi ollut varmasti kiinnostavia elämänkaaria, mutta Rauhaniemen väen olemuksen kannalta olennaista tietoa ei välttämättä olisi kertynyt. Haastattelemalla olisin myös menettänyt asemani ”tavallisena” saunojana ja muuttunut ”tiedemieheksi”. Tämän tietenkin halusin ja haluan välttää; Rauhaniemen sauna on minulle rauhoittumisen paikka, enkä kaipaa kansasaunojilta yhtään enempää huomiota kuin se, mitä vanhana avannaamana siellä saan. Näin pilaisin tärkeän harrastukseni ja sitä kautta osan elämäni.

Avantouintipäiväkirjan pitäminen kilpistyi taas itse harrastukseen. Kylmässä vedessä uiminen ja saunassa saunominen saavat ajatukset liikkeelle ja usein lauteilla pääni paukkuikin uusista näkökulmista. Mutta tunninkin avannon ja saunan yhteisvaikutus tekee aivoista

kasan tyhjää tyytyväistä biomassaa, jolle voileivän tekemisen käytännön piirteiden hahmottaminen on juuri ja juuri sopiva haaste. Ja sitten jo uni viekin jalat alta. Näin en saanut mitään aikaiseksi iltaisin saunalla käynnin jälkeen.

Pian tajusin, että olin niin sisällä tutkimuskohteessani, että ”ulkopuolisen tutkijan” rooliin hyppääminen tuntui teennäiseltä, koska olen ”sisäpuolinen”. Näin päädyin etnografisessakin mielessä varsin perinteiseen tutkimusmenetelmään: kerron kaiken, mitä tiedän avantouinnista noin kymmenen vuoden ja noiden kuudensadan uintireissun kokemuksella. Enhän ole istunut saunanlauteilla tuppisuuna silmät ja korvat kiinni. Olen oppinut avantouinnista kyselemällä, vaihtanut kokemuksia ja ajatuksia muiden avantouimareiden kanssa. Olen ollut utelias saunan toiminnasta ja ihmisten suhtautumisesta harrastuksen eri aspekteihin. Lopulta oli tunnustettava, että minulla oli todennäköisesti kaikki tarvitsemani aineisto jo valmiina päässäni. Se täytyi vain lajitella ja kirjoittaa ylös järjestelmälliseen muotoon.

Kirjoittajan asianosaisuuden lisäksi normaalista etnografisen tutkimuksen standardista työni poikkeaa siinä, että ”kentälle” eli avannolle mennessäni minulla ei ollut mielessäni tutkimus, teoria eikä tiede ylipäätään. Harrastukseni mahdolliset tieteelliset mahdollisuudet ja kunnianhimot tulivat vasta monta vuotta ”tutkimustyön” alkamisen jälkeen. Tämä merkitsee sitä, että koska olen pitkän linjan Rauhaniemen avantouimari, olen ainakin yhtä paljon tutkimukseni kohde kuin tutkija. Tämän huomasin konkreettisesti usein tutkimusta kirjoittaessani: välillä minun oli vaikea nähdä, mikä avantouinnissa ja avantouimareissa on ulkopuolisesta kiinnostavaa ja etnografisen

tutkimuksen kannalta oleellista. Harrastuksen ja Rauhaniemen väen ominaispiirteet olivat minulle niin itsestäänselviä, että tutkimusta eteenpäin vieviä kysymyksiä oli hankala esittää. Toisaalta toivon, että pitkällisen harrastaneisuuden vuoksi saatoin nähdä asioita, joita en olisi nähnyt, jos olisin päättänyt ensin tehdä tutkimusta ja vasta sitten lähtenyt kentälle vaikkapa kokonaiseksi talveksi. Jos etnografisen tutkimuksen perinteeseen kuuluu se, että jonkinlaisen ”tieteellisen valtakulttuurin” edustaja esittää näkemyksensä kohteena olevasta ”toisesta” kulttuurista, tässä työssä on siis mukana ”toisen” kulttuurin näkökulma itseensä. Niinpä huomaan kirjoittaneeni enimmäkseen kohteen ehdoilla ja avantouimareiden ”paikalliskulttuurin” sisältä. Omaa avantouintihistoriaani selvittäessäni kirjoitan myös palan omaa elämäkerrallista tarinaani. Näin työni edustaa etnografisen tutkimuksen suuntausta, jossa pyritään tavoittamaan ihmisten omia tapoja luoda ja rakentaa sosiaalisia rakenteita ja tulkintoja niistä.

Etnografisen tutkimuksen alkumuotona ja etnografisen alkukertomuksen esikuvana pidetään usein vanhoja kauppiaiden, merimiesten ja sotilaiden matkakuvauksia oudoista kulttuureista (Eräsaari 1994). Niinpä omaakin työtäni siivittivät sellaiset teokset kuin William H. Prescottin (1796-1859) yksityiskohtaisen kiehtova Meksikon valloitus (1843), espanjalaisen munkin Fray Diego de Landan (1524-1579) kirja Kertomus Jukatánin asioista (1566) ja suomalaisen tutkimusmatkailija G.A. Wallinin kirjoituksista vuosilta 1843-1850 koottu Tutkimusmatkoilla arabien parissa (1989).

Ensin mainitun kirjan kirjoittaja oli 1800-luvulla elänyt yhdysvaltalainen kirjallisuusmies, joka sokeuduttuaankin kykeni kadehdittavan perinpohjaisella työllä herättämään arkistojen tiedot eläväksi reportaasiksi. Diego de Landa taas oli espanjalainen munkki,

joka levitti kristinuskoa Jukatanin niemimaalla niin innokkaasti, että katolinen kirkkokin pelästyi isän raakoja otteita. Hän muun muassa poltti merkittävän osan ”pakanallisten” maya-intiaanien kirjallisesta perinteestä suurella roviolla 1561 Manín kaupungissa. Rangaistukseksi julmasta lähetystyöstä de Landan esimies Francisco Toral passitti tämän takaisin Espanjaan, jossa sitten syntyi perinpohjainen selonteko Jukatanin oloista, kaiketi puolustukseksi tehdyistä rikkomuksista. Kun lukee tätä pieteetillä ja ymmärtäen kirjoitettua kirjaa mayojen ajanlaskusta, uskonnosta, arjesta, ruokavaliosta, kirjoitusmerkeistä, Jukatanin kasveista ja eläimistä, tuntuu oudolta, että kirjoittaja on tehnyt työnsä eräänlaisena rangaistuksena. Ahvenanmaalla syntynyt Georg August Wallin taas on yksi merkittävimpiä suomalaisia tutkimusmatkailijoita. Hänen kutsumuksensa tutkia arabien elämää ja kulttuuria sai hänet opiskelemaan arabian kielen ja islamin uskon eri vivahteita niin, että harva arabi osasi pitää häntä eurooppalaisena. Niinpä hän saattoi vierailla Mekassa (1845) ja pysyä hengissä; tuohon maailmanaikaan vääräuskoisilla ei ollut pyhään kaupunkiin mitään asiaa. Eurooppaan palattuaan Wallin kaipasi aina autiomaan öitä ja karua vaelluselämää hänen arvostamiensa beduiinien joukossa.

Suoranaista vertailukohtaa en voinut mainituista opuksista tietenkään ottaa, enhän ollut lähtöisin niin eri kulttuureista kuin Prescott ja de Landa mayojen tai Wallin arabien joukossa. Itse tutkimuksen kirjoitustyyliin teokset kuitenkin varmasti vaikuttivat. Olin vaikuttunut mainittujen kirjojen selkeästä ja ongelmattomasta esittämistavasta, joka niin monesti puuttuu moderneista sosiologisista kirjoituksista. Etnografisille tutkimuksille nykyään pakollinen kirjoittajan oman roolin ja kulttuurisen lähtökohdan pohdinta ja spekulointi sillä, mitä tutkija näkee tai ei näe puuttuivat noista yli sata vuotta sitten

kirjoitetuista kirjoista tyystin. Ja silti lukijana kuitenkin osasin tulkita kirjoittajien huomioita heidän edustamansa ajan ja kulttuurin siivilän läpi.

Niinpä koska minulla ei asianosaisena ollut mitään mahdollisuuksia häivyttää tutkimuksesta itseäni, päädyin siihen, että yritän pitää henkilökohtaisen suhteeni tutkimuskohteeseen niin esillä, että lukija osaisi tehdä subjektiivisista sanoistani yleisempiä tulkintoja. Tavallaan tutkimukseni lopputulos syntyy vasta lukijan päässä, koska tutkimukseni sinänsä on osa tutkimuksen kohdetta, Rauhaniemen avantouintikulttuurin kirjallinen tuote.

Kirjoittaessani tätä kertomusta Rauhaniemen asioista huomasin, että suurin osa kirjoittamistani asioista on lakannut olemasta, hiukan samalla tavalla kuin muinaiset Meksikon kulttuuritkin. Avantouinnin suosion lisääntyminen on mullistanut kansankylpylän elämän, joten olen huomannut kirjoittavani kadonneesta maailmasta. Mutta toisaalta: mitä muuta mikään elettyyn elämään tai tosiasioihin perustuva teksti tai tiede voi koskaan olla kuin selvitystä entisestä? Eräänlaista jälkiviisautta, siis.

Rauhaniemen ja koko Suomen avantouimariyhteisö elää muutoksen aikoja. Viime vuosien suosion kasvu on tehnyt pienen piirin pakkomielteestä valtaväestön hauskan harrastuksen. Entistä nuoremmat ovat alkaneet harrastuksen ja voi olla, että sellaiset yhteiskunnan ilmiöt kuten korostunut tehokkuusajattelu ja kiristynyt työelämä ovat asettaneet jonkinlaisen tilauksen vaikkapa avantouinnin kaltaiselle edulliselle ja nopealle rentoutumiskeinolle.

Avantouintiharrastuksen monien ulottuvuuksien kannalta on kuitenkin sääli, jos se typistetään osaksi terveydenhuoltoa, työelämän kuntoutusterapiaksi tai tavaksi piiskata itsensä yhä parempiin suorituksiin työelämässä. Sillä parhaimmillaan avantouinti muistuttaa meitä siitä, että kaikelle hohumiselle on olemassa vaihtoehto. Se muistuttaa meitä siitä, että turhista maallisista asioista stressaamisen voisi oikeasti lopettaa ja alkaa elää kuin ihminen.

Puolet avantouimareista käy uimassa saunan kanssa ja suurin osa kokeilee harrastusta saunan kanssa, joten aloitan tutkimukseni selvittämällä saunan juuria ja sen myyttistä suomalaisuutta. Sen jälkeen tarkastelen avantouintikulttuuria kokonaisuutena sekä sen eri alalajeja. Sitten hahmottelen tamperelaista avantouintimaisemaa ja kerron lyhyesti Rauhaniemen kansankylpylän historiasta.

Sen jälkeen koetan luoda yleiskuvan siitä, millaisia ihmisiä Rauhaniemen avantouimarit ovat ja miten kävijäkunta on muuttunut 1990-luvun aikana. Jotkut saunojista ovat muodostuneet jostain syystä ”kuuluisammiksi” kuin muut ja niinpä esittelen heistä muutamia. Myös saunan talkoolaiset ovat oma lukunsa, onhan Rauhaniemen saunan ylläpito yhä osittain vapaaehtoista harrastustyötä. Seuraavaksi tarkastelen, miten vakituiset Rauhaniemen-kävijät ovat ryhmä siviilissä, saunan ulkopuolella.

Oman avantouimarihistoriani alkaa luonnollisesti elämästä ennen avantouintia ja etenee satunnaisten kokeilujen kautta puolitahattomasti avantouimariksi tulemiseen. Noviisin vastaanotto Rauhaniemen saunalla ja avantouinnin yhteisölliset ulottuvuudet nousevat tätä kautta luontevasti esiin.

Jatkan selontekoani hahmottamalla avantouimareille yhteistä toimintaa tarkastelemalla harrastuksen konkreettisia välineitä, uima-asuja ja Rauhaniemen saunan käyttäytymissääntöjä — kirjoitettuja ja kirjoittamattomia. Tähän kuuluvat myös keskustelunaiheet, löylynheiton sääntelyn menetelmät ja avantouimarien suhde konkreettiseen ympäristöön, luontoon.

Avantouimariryhmän kuvailun jälkeen siirryn pohtimaan syitä, miksi ihmiset aloittavat avantouinnin ja miksi osa jatkaa sitä. Jaottelen syyt terveydellisten ja psyykkisten syiden lisäksi ylituomailisten kokemusten tuntemuksiin, jotka usein ovat keskusteluissa jääneet avantouinnin terveysvaikutusten erittelyn jalkoihin. Pyrin myös vastaamaan kysymykseen, miksi avantouinnin suosio on 1990-luvun aikana lisääntynyt. Miksi avantouinti on vastaus yhä useampien ihmisten kysymyksiin, ja millaisiin kysymyksiin se on vastaus.

Koska avantouinnin suosio on lisääntynyt, tutkin myös, miten avantouintia käsittelevä lehtikirjoittelu on muuttunut 1990-luvun aikana. Käsittelyssä on yhden vakavaa tiedotusparadigmaa noudattavan sanomalehden (Helsingin Sanomat) ja yhden viihteellisemmin maailmaa hahmottavan julkaisun (Ilta-Sanomat) avantouintia käsittelevät kirjoitukset 1990-luvulta.

Lopuksi selvitän, millaisia jäsenyyksiä sosiologinen kirjallisuus antaa avantouinti-ilmiölle ja miten avantouimarien ryhmä soveltuu nykyaikaisten sosiologisten ajattelijoiden ajatuksiin moderneista ryhmistä. Tutkin, voiko Zygmunt Baumannin uusheimo-käsitettä soveltaa avantouimareihin ja miten avantouimarit sopivat

nykyaikaisiin ryhmäteorioihin. Miten nämä teoriat vastaavat kysymyksiin Rauhaniemen avantouimarien yhteisön erityislaadusta, ja siitä, mikä näistä yksittäisistä ihmisistä tekee yhteisön?

Kylmään veteen on helpointa mennä saunan kautta, joten aluksi tutkin, mistä sauna on Suomeen tullut.

2. Myytti suomalaisesta saunasta

Myytti saunan suomalaisista juurista on vahva mutta vähintäänkin kyseenalainen. Usko harrastuksen kotimaisuuteen istuu syvässä, vaikka saunankaltaisia hikoilutiloja on tavattu monina eri aikoina useiden kansojen keskuudesta. Venäläisillä, turkkilaisilla, muinaisilla roomalaisilla, japanilaisilla ja intiaaneilla on ollut ja monilla yhä on omat saunansa. Ensimmäisiä kirjallisia kuvauksia saunomisesta ovat Herodotoksen kuvaukset muinaisten skyyttien hikoilukylvyistä. Höyrykylpyjen esihistoria voidaan ulottaa myös maailman vanhimpaan tunnettuun lääketieteelliseen teokseen, intialaiseen sanskritinkieliseen Ayur Vedaan. Siinä hikoilukylpyä ("sveda") suositetaan yleiseen terveydenhoitoon. Kyseisessä teoksessa korostetaan hikoilun merkitystä ihmisen terveydelle ja luokitellaan kaikkiaan kolmetoista erilaista hikoilutapaa. Hikoiluttamista kuumalla lehmänlannalla, hiekalla, vesihöyryllä ja vuoteen alle sijoitettuun lääkeliuskeruukkuun upotetuilla hehkuvilla kivillä ovat muutamia muinaisia intialaisia hikoilunkäyttötapoja.

Saunan suomalaisuusmyytin historia ulottuu yli sadan vuoden taakse. August Ahlqvist kirjoitti vuonna 1871 teoksessaan "Länsisuomalaisen

kielen kulttuurisanoista” saunan syntyneen varhain itämailla, muuttuneen kreikkalaisten ja roomalaisten tavaksi, siirtyneen Bysantin maailmasta slaavien keskuuteen, sieltä liettualaisille ja heidän germaanisille naapureille Itämeren äärelle, jossa suomalaiset sitten vihdoinkin tutustuivat kyseiseen ”terveyttä tuovaan tapaan”.

Tohtori Max Buch hyökkäsi Ahlqvistia vastaan vuonna 1889 Suomen Lääkäriseuran julkaisussa. Hän todisteli historiallis-maantieteellisesti, kielitieteellisesti ja jopa Kalevalan henkilöiden elinaikaa määritellen (!) saunan olevan alkujaan suomalainen keksintö. Kun Ahlqvist puolestaan vastasi Buchin väitteisiin uusien tieteellisten todistein, oli käynnissä ”ensimmäinen saunan suomalaistamisen suuryritys”, kuten Martti Vuorenjuuri asian ilmaisee kattavassa saunahistoriikissaan *Sauna kautta aikojen* (1967).

Ahlqvistin ja Buchin ajoista lähtien sauna on lukemattomia kertoja yritetty selittää suomalaiseksi tai ainakin löytää jokin muista saunoista poikkeava ”supisuomalainen sauna”. Sauna on monille paitsi peseytymispaikka, myös isänmaallinen instituutio, jonka juuret ulottuvat syvälle kansamme esihistorian hämäriin. Tältä näkökannalta on jokseenkin kiusallista kuulla, että venäläiset kylpevät saunassa yhtä taajaan kuin suomalaiset tai että sauna olisi tullut Suomeen Ruotsista. Olemmehan tottuneet tv-mainoksia myöten pitämään faktana sitä, että ruotsalaiset eivät pidä löylystä samalla tavalla kuin sisukkaat suomalaiset. Tässä suomalaisessa tv-mainoksessa miesjoukko istuu saunassa. Yksi alkaa heittää löylyä tiiviiseen tahtiin. Osa miehistä kumartuu löylyn voimasta, alkaa puhua kiivaasti ruotsia ja poistuu vihdoinkin saunasta. Jäljelle jää kaksi miestä, jotka alkavat jymäköistä löylyistä nautiskellen puhua tuttavallisesti suomea.

Viimeisin saunan voimaperäinen suomalaistaja on ollut suomalainen kiuasteollisuus, joka on halunnut pitää maailman niukat, mutta ajoittain laajenevat kiuasmarkkinat itsellään ”patentoimalla” aidon saunan itselleen. Vuorenjuuri suhtautuu tällaisiin sauna-aatteen omimispyrkimyksiin jämäkän historiallisesti: ”Täsmälleen samalla tavallahan 1800-luvun alussa vannottiin venäläisen ja 1800-luvun lopussa turkkilais-roomalaisen saunan nimeen.”

Kustaa Vilkuna taas kiteyttää saunan suomalaisuuskysymyksen pätevästi Martti Vuorenjuuren Sauna kautta aikojen -kirjan esipuheessa (1967, 9):

”Suomi on siitä ihmeellinen maa, että täällä, periferiassa, on säilynyt useita ikivanhoja eurooppalaisia kulttuuri-elementtejä, jotka ovat tänne aikoinaan, kauan sitten, naapureiden välittämänä levinneet ja täällä etevän luontevasti suomalaistuneet mutta jotka ovat vanhemmilta kulttuurin rintamailta jo kauan sitten hävinneet. Muutamat näistä ovat luontuneet kansamme olosuhteisiin niin hyvin, että pidämme niitä itse keksiminämme. Sauna on tällainen supisuomalaiseksi hioutunut kulttuurilaina.”

Ensimmäiset kirjalliset merkinnät suomalaisten saunomistavoista ovat 1600-luvulta. Kuvauksissa huomiota kiinnitetään vihtomisen lisäksi kylmässä vedessä tai lumihangessa pulahtamiseen saunonnan välillä. Myös n. 500 vuotta varhaisemmat kuvaukset venäläisestä bania -toiminnasta käsittävät hikoilun lisäksi kylmien kylpyjen elementin. Keskieurooppalaiset tutkimusmatkailijat päätyivät tuolloin loogisesti kirjoittamaan, että venäläisten/suomalaisten ihmisten kylmä/kuuma -

aistit ovat eri lailla kehittyneet kuin ”normaaleilla”, keskieuropalaisilla ihmisillä. Mitään kummallista venäläisten ja suomalaisten saunomistavoissa ei kyseisille tutkimusmatkailijoille kuitenkaan ollut.

Muuallokin Euroopassa saunottiin varsin ahkerasti aina uskonpuhdistukseen saakka, jonka jälkeen löylyttelyä alettiin karsastaa. Etenkin Pohjois-Saksassa asujaimisto oli niin estotonta, että sukupuolitautilien leviäminen oli yksi tuonaikaisen saunomisen terveydellisistä päävaikutuksista. Venäläinen sauna- eli baniakulttuuri muistutti pitkälle suomalaista saunomista ja se oli 1900-luvun alkuun saakka kiinnostuneiden länsieurooppalaisten tutkimusmatkailijoiden säännöllinen matkakirjoitusten aihe Suomentierailuiltaan. Aalandin mukaan venäläisen kansanperinteen piilottelu 1900-luvulla edesauttoi suomalaisen saunan tulemistä tunnetuksi kansainvälisesti.

Ruotsissa ja Norjassa sukupuolikurin löyhyys saunojen tiimoilla oli vain toinen saunojen vähenemisen syy. Lähes yhtä tärkeää oli puun säästäminen. Päivittäinen saunanlämmitys kulutti polttopuuta ja saunat myös lahosivat nopeasti. Mikkel Aalandin mukaan tuonaikaisen saunan ikä oli maksimissaan kaksitoista vuotta. Näistä syistä bastukulttuuri muuttui 1700-luvun alkuun mennessä päivittäisrutiinista lähinnä joulurituaaliksi ja lääkinälliseksi toimeksi.

Suomessa ei ole tarvinnut löylyttelyyn puuttua ainakaan puupulan vuoksi. Maamme vähäisen asukasmäärän ja suuren pinta-alan vuoksi metsiämme ei ole koskaan tarvinnut juuria myöden parturoida pelloksi tai laitumeksi. Suomalaiset ovat lisäksi mielellään hakeutuneet asumaan erämaihin — apunaan varmaan Ruotsinvallan

aikainen pyrkimys asuttaa Venäjän rajamaat Ruotsin kruunun alamaisilla, osin pakolla, osin taloudellisia vapauksia tarjoamalla. Vaikka Savon laajoja erämaita kaskettiin ahkerasti pelloksi, uudisraivaajajoukko ei kasvanut niin suureksi, että metsistä olisi tullut pulaa. Ja kuten Samuli Paulaharju todistaa teoksessaan ”Karjalainen sauna” (1982), tässä raivaamistyössä oleellista osaa näytteli sauna: ensimmäiseksi rakennus, joka rakennettiin oli sauna, jossa asuttiin ensimmäiset vuodet kotieläinten kanssa. Vasta muutaman vuoden kuluttua rakennettiin tupa, mutta saunaa käytettiin senkin jälkeen saunomiseen, synnytykseen ja erilaisten tavaroiden kuivaamiseen.

Saunan kuumuus on varmasti kiehtonut suomalaisia myös maamme kylmän ilmaston vuoksi. Norjassa ja Ruotsissa Golf-virta tekee ilmastosta leudon vielä hyvinkin pohjoisessa, mutta Suomessa tämä lenseys sekoittuu siperiaanisen ilmaston kanssa Niinpä meillä joetkin jäätyvät talvella, joten jo pesuveden sulattamiseksi ja lämmittämiseksi on tarpeen erityinen paikka, jossa on kuuma ja jossa voi kastella paikkoja ilman pelkoa esim. vaatteiden kastumisesta ja tätä kautta palelemisesta.

Niinpä sauna ei ole ollut vain puhdistautumispaikka tai vapaa-ajanviettopaikka. Talonpoikaisessa kulttuurissa sauna on oleellinen osa elinkeinon harjoittamista. Siellä on kuivattu lihaa, pellavia ja viljaa, siellä on synnytetty ja hoidettu sairauksia. Ja vasta töiden jälkeen tulee saunan puhdistava ja rituaalinen merkitys.

Tämä tärkeä rooli talonpoikaiskulttuurin sisäänrakennettuna osana selittää myös sitä, miksi sauna on Suomessa säilynyt, kun se muualla on unohdettu. Maantieteellisten, kielellisten, uskonnollisten ja

valtiollisten syiden vuoksi sivilisoitumiskehitys on kulkenut meillä eri tahtia kuin muualla Euroopassa. Haarukalla syöminen tuli Suomen kansan harrastukseksi myöhemmin kuin muualle, joten on ymmärrettävää, että vaikkapa alastomuuden häpeäminen — eräs merkittävä ”sivistyksen” mittari — on niin ikään saapunut maahamme myöhemmin. Eikä talonpoikaisen Suomen kaupungistumisestakaan ole vielä kovin monta sukupolvea.

Sauna on suomalaisille myös nostalginen jäännös talonpoikaiskulttuurista. Kerrostalosaunassa käydään viikottain, mutta aina muistetaan muistuttaa, ettei sähkökiukaan löyly voita vaikkapa maalla sijainneen syntymäkodin puukiukaan kotoisia löylyjä tai järvenrannalla sijaitsevan kesämökin saunan löylyjä.

Kesämökkielämä merkitsee harrastajilleen sisimmässä sijaitsevan ”luontoihmisen” tarpeiden täyttämistä vastapainona rahaan sidotun ”kaupunki-ihmisen” pakonomaiselle elämälle. Saunominen luonnon helmassa on paluuta maatalviljelleiden esi-isiemme yhteyteen.

Myös tyypillinen saunaruoka makkara liittyy saunojan pitkään talonpoikaiseen perinteeseen. Makkara on yksinkertainen ja konstailematon lihan, jauhon ja suolan rasvainen liitto, jonka kypsentämiseen ja syömiseen ei tarvita monimutkaisia välineitä eikä valmisteluita. Se syödään käsin suupielet rasvassa ilman sivistyksen painolastia ja päälle ryystetään huikka olutta suoraan pullonsuusta. Makkara paitsi korvaa saunan hikoiluissa tyhjenneitä suolo- ja hiilihydraattivarastoja, myös liittyy saunojan maanviljelysyhteisön ravintoketjuun.

3. Avantouinti ja avantosaunominen

Avantouimareiden lajit

Avantouimareista puhutaan usein yhtenä ryhmänä, vaikka harrastus voidaan jakaa kahteen toisistaan hyvinkin paljon eroavaan lähestymistapaan. Jaan tässä avantouimarit sen mukaan, käyvätkö he vedessä saunan kanssa vai ilman saunaa.

Perinteinen käsitys avantouinnista ei pidä sisällään saunomista. Sen mukaan karaistuneet ihmeyksilöt poikkeavat aamuhämärissä työmatkallaan hyisessä vedessä ja saapuvat työpaikalleen puhkuen yli-ihmismäistä energiaa, jota riittää läpi vuorokauden. Tämän lajin harrastajat ovat vakiintuneen ymmärryksen mukaan etupäässä keski-ikäisiä tai vanhoja naisia, koska naisten kehon rasvaprosentti on suurempi kuin miesten, ja näin he vakiintuneen uskomuksen mukaan kestävät kylmää paremmin kuin miehet.

Noin puolet avantouimareista käy vedessä kuitenkin saunan säestyksellä (Suomen Latu ry:n Avantouintitutkimus 2000), jolloin laji on melkoisesti erilainen. Avantosaunareissuun aikaa menee tyypillisesti puolisentoista tuntia, kun taas pelkässä avannossa piipahtajat selviävät noin kymmenellä minuutilla.

Avantosaunomisrupeamaan kuuluu yleensä useita käyntejä avannossa, kun taas en ole koskaan nähnyt enkä kuullut ihmisestä, joka kävisi avannossa ilman saunaa useammin kuin kerran käyntikertaa kohti.

Avantosaunominen on usein myös seurallisempaa toimintaa kuin pelkkä avantouinti. Avantosaunat ovat yleensä — helsinkiläisiä alan laitoksia lukuunottamatta, jotka ovat enemmänkin samanmielisten klubeja — yleisiä saunoja, ja koska käyntikerrat ovat pidempiä kuin pelkässä avannossa, ihmiset viettävät keskenään enemmän aikaa.

Kumpaakin harrastetaan sekä yksin että tuttavan seurassa. Avantosaunominen on kuitenkin seurallisuusmielessä lähempänä saunomista kuin avantouintia. Myös kokemuksellisesti lajit eroavat toisistaan melkoisesti. Saunominen tuo avantouimiseen oman vivahteensa, jota kaikki pelkän avannon ystävät eivät arvosta. Saunominen kuluttaa voimia, josta syystä avantosaunakäynnin jälkeen olo on hyvinkin raukea. Pelkässä avannossa käyntikin rentouttaa yllättävän tehokkaasti (suorituksen keston nähden), mutta niin totaalista raukeutta se ei aiheuta kuin saunomiseen yhdistettynä. Eikä myöskään nälkää ja janoa, jotka ovatkin tyypillisiä saunomisen seurauksia.

Avannossa käyminen syventää saunomisen vaikutusta, kylmä kylpy tasapainottaa kuumia löylyjä ja huonokin löylynsietäjä voi jatkaa lauteilla tavallista saunomista pidempään. Sauna auttaa nostamaan kehon lämpötilaa kylmässä vedessä käymisen välillä ja avannossakin voi näin käydä useamman kerran. Yhteisvaikutus alkaa tuntua jo parin kierroksen jälkeen, neljännellä kierroksella hyvän olon kutina ihon alla on jo sitä luokkaa, että on pakko tehdä vielä yksi kierros, jos aika antaa myöten.

Avantosaunominen on aloittelijalle helpompi tapa harrastaa avantouintia kuin ilman saunaa, edellyttäen, että saunominen sinänsä ei tunnu vastenmieliseltä.

Kokemukseni pelkästä avantouinnista Tampereen Mältinrannassa vuosina 1998-2000 eivät täysin romuta käsityksiä tarmoa pursuvista aamu-uijista. Yli-ihmismäisen energian virtaaminen kehoon on kuitenkin varsin yksilöllistä, osa Mältinrannassa tapaamistani uimareista käy jopa nukkumaan aamuisen liikunnan ja sen jälkeisen avantouinnin jälkeen.

Myös käsitys siitä, että avantouinti pitää sijoittaa aamuun on karkea yleistys. Suurin osa uimareista yhdistää kylmän pulahduksensa työmatkaan, mutta kävijävihkon mukaan liikenne Mältinrannan avannossa ja pukukopissa on lähes ympärivuorokautista. Ensimmäisen käyvät vedessä aamuyöllä ja suurin osa viikon merkinnöistä on toki noin klo 06:n ja klo 10:n välissä, mutta uimarien virta jatkuu tasaisesti läpi iltapäivän ja illan. Viimeiset näkemäni merkinnät ovat kello 23:n tietämissä. Merkintöjen ympärivuorokautisuus oli minulle suuri yllätys. Se oli myös melkoinen henkilökohtainen helpotus: enää minun ei tarvitse potea huonoa omaatuntoa, jos en ole aamulla jaksanut tai ehtinyt ”poiketa reiällä”, kuten tamperelainen sanonta asian ilmaisee. Voin hyvin harrastaa raikasta harrastustani milloin parhaiten ehdin. Pian myös luuloni siitä, että iltaan sijoittuva pulahtaminen Tammerkoskessa veisi yöneni (”avantouintihan virkistää”!) osoittautui virheelliseksi. Aamuinen kylmä kylpy luonnollisesti virkistää, mutta illemmalla se rentouttaa.

Avantouinnin ja sauna-avantouinnin raja kulkee harrastajien keskellä varsin selvänä. Monet avantouimarit eivät pidä sauna-avantouinnista, ”koska se väsyttää” ja ”siihen menee aikaa”. Suuri osa sauna-avantouimareista taas pitää pelkkää avannossapulahtelua hyisenä hommana, jota vain todella karaistuneet harrastavat. Myös usko pelkän avantouinnin rentouttaviin ja mielihyvää tuoviin vaikutuksiin on sauna-avantouimareiden keskuudessa pienehkö. Kaikenkaikkiaan sauna-avantouintia voisi pitää mukavuutta rakastavien ihmisten toimintana, johon ei liity lainkaan niin paljon ”epämukavia” asioita kuin pelkkään avantouintiin.

Kolmas avantouimareiden laji ovatkin sitten ne harvat, jotka harrastavat kylmiä kylpyjä sekä saunan kanssa että ilman. Meitä on kokemusteni mukaan hyvin vähän. Mutta ehkä into korvaa lukumäärän vähyden: eräs tamperelainen pastori käy aamuisin Kaukajärvellä aamu-uinnilla ilman saunaa ja iltaisin Rauhaniemessä uimassa saunan kanssa lähes joka päivä.

Itselleni kahden eri tavan yhdistäminen helpottaa elämää. Avantosaunominen vie niin paljon aikaa, että muu elämä ja harrastukset alkavat mahdollisesti kärsiä, jos viikon illoista menee neljäkin silkkaan lauteilla istuskeluun. Voin kuitenkin supistaa nuo illat kahteen tai kolmeen, kun käyn välipäivinä Mältinrannassa hakemassa kylmä-annokseni.

Avantouinti Tampereella

Tampereella on neljä yleistä avantosaunaa: Kaukajärvi, Kaupinoja, Rauhaniemen ja Suomensaaren saunat. Saunoja ylläpitää yleensä jokin yhdistys. Esimerkiksi Kaupinojan saunan taustayhdistys on Tampereen Talviuimarit ry ja Rauhaniemen seura on Tampereen Työväen Uimarit (TaTU) ry. Suurin osa saunoilla kävijöistä ei kuulu kyseisiin seuroihin. Noin kymmenen vuoden aikana en ole Rauhaniemessä törmännyt seuran aktiivisen ydinjoukon ja TaTU:n entisten uimarien lisäksi muihin seuran jäseniin. Kaupinojalla Talviuimarien yhdistys tuntuu olevan aktiivisempi jäsenhankinnassaan. Tai sitten tuntemani tuoreet talviuimarit, jotka ovat vuoden tai kahden harrastuksen jälkeen kutsuttu liittymään seuraan, ovat innokkaampia yhdistysihmisiä.

Yhdistysten jäsenyyteen ei kuulu etuisuuksia kuten alennuksia, omia vuoroja tms. Saunominen maksaa eri saunoilla jotakuinkin saman verran, tällä hetkellä n. 15 markkaa kerralta. Rauhaniemen saunalle voi hankkia 10 kerran alennuslipun 120 markalla (eläkeläiset ja opiskelijat 100 markkaa). Kaupinojan saunalle voi maksaa koko vuoden saunamaksut kerralla noin 800 markalla.

Rauhaniemen saunan arkiaskareita kuten saunan lämmittämistä, lippujen myyntiä ja saunojen pesua hoitaa viikolla yksi palkattu työntekijä. Viikonloppuisin hommista vastaa yksi tai kaksi talkoolaista kerrallaan. Talkoolaiset ovat uimaseuran aktiiveja, joko entisiä uimareita tai junioriuimarien vanhempia.

Tampereen neljästä saunasta Rauhaniemen sauna on lähimpänä kaupungin keskustaa. Kaupinojan sauna on Näsijärven rantaa pitkin kilometrin kauempana. Kumpikin on auki joka päivä suunnilleen samoin aukioloajoin. Arkisin saunat aukeavat iltapäivällä ja sulkevat kahdeksan tienoilla. Viikonloppuisin (lauantaisin ja sunnuntaisin) kiukaat pihahtavat jo puolenpäivän jälkeen ja lauteiden pesu aloitetaan kuuden hujakoilla.

Vuodesta 1999 lähtien lisääntyneet kävijämäärät — pahimmillaan saunaan on joutunut jonottamaan — ovat saaneet Kaupinojan saunan kokeilemaan talvisaikaan pidennettyä aukioloaikaa kolmena päivänä viikossa: sunnuntaisin, tiistaisin ja torstaisin sauna on ollut auki tunnin pidempään. Rauhaniemenkin saunojista monet kävisivät saunassa mielellään myöhemmin. Töistä ei aina ehdi aikaisemmin ja saunareissun uuvuttamana olisi hyvä käydä suoraan nukkumaan.

Aukiolokokeilun aikana saunoja on Kaupinojalla riittänyt jatkoajallakin. Pahin ruuhka on yleensä hälvennyt ja lauteilla on sopivan rauhallista. Kiuas voi kuitenkin olla väsähtänyt ja lämmin vesi on yleensä loppunut suihkuista. Jos kiuas taas ei ole viimeisillään, voi saunoja joutua keskelle vakiokävijöiden löylykilpailua, mikä ei kaikista ihmisistä tunnu miellyttävältä.

Saunojen kävijäkunnat eroavat jonkin verran toisistaan. Rauhaniemeen on lyhyt matka keskustasta, joten siellä kävijöiden vaihtuvuus on suurinta. Kaupinojan saunalla on puulämmitteinen kiuas, metsäinen ympäristö ja hirsiset ulkoseinät, joten saunapuristit ja suomalaista eksotiikkaa hakevat ulkomaalaiset suosivat sitä. Talviuimarien sauna ovat myös Suomen ladun rekisteröimä, ja siellä

avantouinnissa kilpaileminen on paremmassa kurssissa kuin vaikkapa Rauhaniemessä kävijöiden keskuudessa. Kaupinojan avantoa pidetään suurempana kilpailuihin harjoittelijoita varten ja siellä on myös uitu avantouinnin SM-kisojen alueellisia karsintoja.

Kaupinojan saunan perinteinen maine perustuu kiinteän kävijäporukan yhteisyyteen ja heidän keskinäisiin ankariin lölykilpailuihin. En koskaan ehtinyt käydä Kaupinojan vanhalla saunalla, jonka tilalle rakennettiin uusi komea hirsisauna 1990-luvun lopulla, mutta Rauhaniemessäkin liikkuu paljon värikkäitä tarinoita isojen karvaisten pipopäisten karjujen kilpailuhenkisestä lölykulttuurista.

Tavallinen tapa parantaa lölynkestävyyttä on kuulemma ollut nauttia aspiriinia ennen saunalle menoa. Näin kipu ei tunnu yhtä pahasti selkänahassa. Niinpä eräskin Kaupinojan päivittäissaunoja hakeutui lääkärille ankaran hartiakutinan vuoksi. Lääkärin ei tarvinnut kauaa tutkia potilasta, kun kävi ilmi, että miehen yläselkä oli täynnä himokkaasta lölynlyönnistä saatuja vesirakkuloita. Nykyään kyseisenlaiset toisen ja kolmannen asteen palovammat saunojen keskuudessa ovat harvinaisia.

Kova lölynotto sopii parhaiten tietynikäisille miehille. Ensimmäinen sydänkohtaus, ohitusleikkaus tai muuta vaivat ovat saaneet monet Kaupinojan lölyveteraanit siirtymään Rauhaniemen kohtuullisemmin lämmitettyjen kiukaiden pariin. Rauhaniemessäkin käy jonkin verran kovien lölyjen ystäviä, mutta koska kävijäkunta on niin kirjavaa, he eivät pääse toteuttamaan itseään aivan yhtä estottomasti kuin vaikkapa Kaupinojalla.

Lielahdessa sijaitseva Suomensaaren sauna ja Kaukajärven soutukeskuksessa sijaitseva Kaukajärven sauna ovat kävijämääriltään pienempiä kuin edellämainitut, lähempänä Tampereen keskustaa sijaitsevat paikat. Niinpä niiden ilmapiiri on tuttavallisempi.

Kovien löylyjen ystävät ovat viime vuosina löytäneet Kaukajärven avantosaunan perjantai-iltapäivät. Siellä perjantain ensimmäinen tunti on rauhoitettu löylykilpailijoille, jolla on pyritty käsittääkseni onnistuneesti hillitsemään ”tavallisia” saunoja häiritsevää liioittelevaa kiukaan pihisyttämistä.

Kerran seurasin Rauhaniemessä kahden Kaukajärven veteraanin herkuttelevaa kerrontaa löylykamppailuistaan. Nämä kaksi keski-ikäistä miestä istuivat saunan seinustalla avannon ja saunan välissä tavalliseen tapaan. Äijien jutustelu alkoi sen päiväisten löylyjen kommentoinnilla. Löylyt eivät tuntuneet heistä tarpeeksi kovilta ja he alkoivatkin muistella Kaukajärven perjantai-iltapäivien kuumuuksia. Yllättävää keskustelun sävyssä oli se, että siinä ei ollut tippaakaan uhoa, vaan herrat alkoivat käkättää pikkuhiljaa yhä enemmän ja enemmän. Lopulta Kaukajärven kovien löylyjen ajattelemisen ja sanallinen kuvailu nauratti heille kyyneleet silmiin, vaikka ulkopuoliselle oli mahdoton löytää heidän puheistaan mitään selkeätä tai edes piilotettua syytä naurulle.

Tajusin, että olin juuri päässyt seuraamaan mitä termi ”löylynlyömä” tarkoittaa. Muistin sen kerran 90-luvun lopulla, kun tavallaan vahingossa huomasin saunoneeni tavallisen tunnin sijasta kaksi tuntia. Oloni oli niin raukea ja hyvä, etten voinut estää, muutaman

naurahduksen lipsahtamista suustani. Onneksi istuin yksin ulkona vilvoittelemassa, etten saanut itse löylynlyömän mainetta.

Ilman saunaa Tampereella pääsee avantoon kolmessa paikassa: Hervannassa, Kaukajärvellä ja Mältinrannassa. Avannoilla on lämmitetty pukukoppi ja virrankehitin avannon pitämiseksi auki. Mältinrannan pukukoppia ylläpitää Avantouintiseura Tampereen Norpat ry. Kopissa ei ole päivystystä vaan uimarit käyvät kopissa omilla avaimillaan. Avaimen saa normaalilla Abloy-avaimen kopiointihinnalla eräästä keskustan lukkoliikkeestä. Sana lukkoliikkeen nimestä kulkee avantouimarien keskuudessa perimätietona. Ehkä sen saa tietää kaupungin ulkoiluvirastostakin, mutta minulta itseltäni meni muutamia vuosia ennen kuin sain asian selville entiseltä Mältinrannan vakioasiakkaalta, joka kävi myös Rauhaniemessä.

Kyseinen uimari oli lopettanut Mältinrannassa asioinnin sekä työmatkansa muuttumisen vuoksi että Mältinrannan pukukopissa tuolloin vallinneen ankaran valkosipulin tuoksun vuoksi. Itse en kopissa ole kyseistä tuoksua aistinut kuin satunnaisesti. Muita ummehtuneiksi luokiteltavia tuoksua kopissa voi aistia sitä enemmän. Näihin syynä ovat enemmän ehkä vanhan työmaakopin rakenteelliset ominaisuudet kuin asiakkaiden hygieeniset erityispiirteet. Kuitenkin tuoksu on niin merkittävä, että eräs uimariäitiään kopin ovelle seurannut pikkupoika pysähtyi ja huudahti: ”Täällähän haisee pierulle!”

Norppien jäseneksi ei ole pakko liittyä päästäkseen uimaan avantoon. Riittää, kun hakee avaimen ja maksaa 30 mk (vuonna 2000) keväisin ja syksyisin yhdistyksen tilille.

Rauhaniemen kansankylpylän menneisyys

Rauhaniemessä on harrastettu kansankylpylätöimintää vuodesta 1929, jolloin sen rakennukset valmistuivat. Alunperin — 1920-luvun alussa — tarkoitus oli rakentaa Rauhaniemeen Itä-Tampereen uimalaitos Mustanlahden uimalaitoksen vastapainoksi. Asia hautui kuitenkin kaupungin päättävissä elimissä liki kymmenen vuoden ajan ja kun rakennustoimiin viimein päästiin, oli aika ajanut ohi innokkaimman kilpauimisharrastuksen ja muotiin olivat tulleet niin sanotut kansankylpylälaitokset. Pääpaino ei ollut kilpailussa vaan auringonkylvyissä ja ”kevyessä uinnissa”. Niinpä Rauhaniemeen (silloin Romsinlahti) rakennettiin vain kansankylpylälaitoksen maanpäälliset osat ja vedenalaiset uimaratarakennelmat jätettiin tekemättä, koska pelättiin, etteivät ne kestäisi Näsijärven ankaria syysmyrskyjen ja jäiden painetta.

Kylpylälaitoksen toimintaa pyörittivät alkuvuosikymmeninä tamperelaiset uimaseurat Tampereen Uimaseura (perustettu 1904) ja Tampereen Työväen Uimarit (perustettu 1919) vuorotellen. Aluksi rakennuksessa oli päädyn kioskin lisäksi vain miesten ja naisten pukuhuoneet. Uimarannan ympärillä oli keltainen aita ja sisäänpääsymaksu oli aikuisilta 50 penniä ja lapsilta 25 penniä. Aita purettiin 1930-luvulla ja pukukopeissa asioiminen muuttui maksuttomaksi. 1933 suurimman kallion päähän rakennettiin siellä

yhäkin komeileva ponnahduslauta. Joskus kesäiltoina rannalle poikkesi torvisoittokunta Osmonpuistossa pidetystä puistokonsertista viihdyttämään runsasta kylpyläyleisöä.

Vasta vuoden 1957 alkukesällä kansankylpylään saatiin sauna, josta tuli heti varsin suosittu. Uintikausi jatkui syksyyn, ja kun paikalle tuotiin talveksi Ratinasta lämmitettävä pukukoppi, avantouintiharrastuksen edellytykset alkoivat olla erinomaiset.

Vuonna 1977 Tammerkoski-lehteen kirjoittamassaan artikkelissa Anna-Maija Urkola suree kylpylälaitoksen senaikaista kuntoa. ”Uimarantamme ei ollut enää entinen siisti, hyvässä kunnossa oleva itäisten kaupungiosien virkistyspaikka. Ne jotka olivat nähneet sen uutena ja kauniina, olivat hyvin surullisia, että rappeutuminen oli saanut tapahtua kaikessa rauhassa. Tänä vuonna on tosin tapahtunut muutos. Rauhaniemeä on ryhdytty kunnostamaan, joten vanha Rauhaniemi alkaa uuden jakson toiminnassaan.” (Tammerkoski 1977)

1970-luvun lopulle jatkunut kylpylän alennustila saattaa selittyä Näsijärven veden laadulla. Paperiteollisuuden jätevedet tekivät järven vedestä liki uimakelvotonta moneksi vuodeksi. Puhdistustoimenpiteet ovat kuitenkin tehneet järvelle hyvää ja sitä pidetäänkin reilusti puhtaampana kuin alajuoksulla Tampereen jälkeen sijaitsevaa Pyhäjärveä.

Rauhaniemen väki

Kun aloin käydä Rauhaniemessä kesällä 1990, vakiokävijöiden keski-ikä oli selvästi korkeampi kuin nykyään. Viime vuosina varsinkin opiskelijaväestö on löytänyt saunan ja toisaalta vanhemmasta päästä on väki vähentynyt joko sairauden, kuoleman tai muihin avantosaunoihin siirtymisen vuoksi. Vaikka vaivat ja sairaudet jäävätkin monilla avantoon, ikuista elämää se ei kuitenkaan takaa. Toisaalta olen kuullut vain yhdestä ihmisestä, joka olisi varsinaisesti ”poistunut kuninkaallisiin ilmavoimiin” kesken avantosaunomissession.

Miehet ja naiset ovat jotakuinkin yhtä innokkaita saunojia. Kuitenkin etenkin aiemmin sunnuntait olivat selvästi naisten päiviä, jotkin toiset viikonpäivät keräsivät taas enemmän miehiä. Nykyään samankaltaista sukupuolijakautumaa on vaikea tehdä. Miehet käyvät saunalla tyypillisesti yksinään, kun taas naiset saapuvat kahdesta neljään kokoisissa ryhmissä. Yleinen näky saunalla on myös miehen ja naisen pariskunta. Joskus on yllättävää huomata tutun uros- ja naarassaunojan poistuvan saunalta pariskuntana. Joskus parin jäsenten kuumuudensietokyky sekä tahti käydä löylyssä ja avannossa on niin erilainen, että kun toinen istuu ulkona auringossa vilvoittelemassa, toinen istuu ison saunan peränurkassa pipo silmillä ja karjuu lisää löylyä.

Vaikka avantouinnin harrastajissa on perhesuhteiltaan vakiintuneiden lisäksi myös naimattomia naisia ja miehiä, en ole huomannut Rauhaniemessä toimineen varsinaisen parinmuodostuksen näyttämönä juuri koskaan. Ehkä saunarauha on yhä kunnioitettu asia ja ehkä ihmiset hikoillessaan saunan lauteilla uima-asuissaan ovat sellaisessa sosiaalisessa tilanteessa, että seksuaalisen kiinnostuksen osoittamista

vastakkaista tai omaa sukupuolta kohtaan varotaan. Harrastuksen ja porukan vakinaisuus voi olla myös tilapäissuhteita ehkäisevä tekijä. Ajatus säännöllisestä saunomisesta useiden entisten heilojen kanssa ei välttämättä kiehdo kaikkia. Myös vaikutuksen tekeminen 120 asteen lämpötilassa lienee vaikeampaa kuin huoneenlämmössä, +0,5 -asteisesta vedestä puhumattakaan. Kesällä tilanne on tietenkin toinen, kun ranta toimii uimarantana.

Etenkin viikonloppuisin käyvä ns. *turistinuoriso* käy poikkeuksetta useamman ihmisen ryhmissä. Heillä saunomiseen liittyy usein juhlimiseen valmistautuminen tai juhlinnasta toipuminen. Kummallakin tavalla he ovat usein vakioporukkaa kovaäänisempiä, ja näin perisuomalaisen saunomishartauden kunnioittaminen ei ole heillä päällimmäisenä mielessä. Koska saunojapopulaatio kuitenkin on laajahko ja halutaan pitää avoimena, turistien kikattelu sekä kirkuminenkin avannon hyisessä sylissä mielihyvin sallitaan.

Vakioporukassakin on tietenkin ihmisiä, jotka eivät jostain syystä tule toimeen keskenään. Havaintojeni mukaan tällaiset epämukavuustuntemukset ihmisten välillä eivät seuraa siviilielämästä vaan johtuvat ihmisten käyttäytymisestä saunalla. Joko ihmiset eivät pidä toistensa jutuista, yli-innokkuudesta ilmaista itseään tai itsekeskeisyydestä löylynheittotilanteessa. Erittäin harvinaista on, että lauteet tyhjenisivät jonkun yksittäisen saunojan ansiosta. Suurin osa kävijöistä ymmärtää välttää puhumasta liian kovaan ääneen ilmeisen aroista aiheista, kuten politiikasta, uskonnosta ja sukupuolten välisestä tasa-arvosta. Yleisin lauteiden tyhjenemisen syy on tavallisimmin yli viiden kuupallisen löylyt.

Rauhaniemen kansankylpylässä on nykyään käytössä kaksi saunaa, iso sauna ja pikku sauna. Kun aloin harrastukseni Rauhaniemessä, pikkusauna oli auki erittäin harvoin. Aluksi sitä lämmitettiin tiistaisin niin sanottuna lenkkisaunana uimaseuran nuorten valmennettavien käyttöön. Kävijämäärien kasvaessa pikkusauna alkoi olla auki yhä useammin ja nykyään se ei ole kiinni muuta kuin remonttien aikana ja kesällä.

Pikkusaunan löylyt ovat hiukan erilaiset kuin isossa saunassa. Alunperin kiuas oli melko tehoton, ja saunan vanha huonojen löylyjen maine elää yhä. Kiuas kuitenkin säädettiin uudelleen 90-luvun lopulla ja nykyään sielläkin saa korvansa käretyttyä aivan helposti.

Pikku sauna on neliön muotoinen, kiuas on ovesta tulijan vasemmalla puolella eräänlaisessa alkovissa. Lauteet ovat nelikerroksiset, ja ne kiertävät huonetta kolmella sivustalla. Ylälauteille mahtuu mukavasti viidestä kuuteen saunojaa kullekin kolmelle seinälle. Iso sauna taas on pitkänomainen huone, jonka kiuas on ovelta katsoen suoraan edessä ja kolmiportaiset lauteet nousevat tilan kummallekin pitkälle seinustalle. Molemmille puolille mahtuu helposti noin tusina saunojaa.

Vaikka kummassakin on tehokas öljypolttimella toimiva kiuas, saunoilla on omat varsin eriytyneet kävijäkuntansa. Osa ison saunan ystävistä ei koskaan käy pikku saunassa ja päinvastoin. Osa ihmisistä taas käy n. joka toisella kierroksella isossa saunassa ja n. joka toisella kierroksella pikku saunassa. Ison saunan puolustajat puhuvat

paremmista löylyistä. Pikkusaunan kannattajat korostavat intiimimpää tunnelmaa ja löylyjen lempeyttä.

Ryhmästä erottuminen

Rauhaniemen saunan yhteisöllisyyden, eli tavallisen kävijän kannalta ns. *Rauhaniemen fiiliksen* kannalta 1990-luvun alusta on tapahtunut selvä muutos avoimempaan, vähemmän sisäpiirimäiseen suuntaan. Tähän on johtanut sekä avantosaunomisen kokema renessanssi, että muutaman intiimiä saunasosiaalisuutta luovan ja koossapitävän persoonan elämäntapojen muutokset.

Jutta on lopettanut saunomisen lääkärin määräyksestä. Sitä ennen hän piti yllä saunakuria rakastettavan iloisesti löylynheittäjän paikalta. Tutut saivat Jutalta kokkapuheensa hurmaavalla ruotsiksi korostavalla suomella ja hyväntahtoisesti hän *koetteli* myös vieraita sekä uusia kasvoja. ”Sanokaa Jutta, kun haluatte hyvää” oli hänen löylynheittomottonsa.

Matti eli Pikku-Matti, joka ennen kuolemaansa (n. 1995) saunoi päivittäin, ei varsinaisesti toiminut saunalla perinteisin sosiaalisin taidoin, koska ne puuttuivat häneltä. Hän oli saanut sodassa srapnellin sirpaleen päähänsä ja siitä lähtien hänet tunnettiin Tampereella itsekseen puhuvana hassuna ukkona, joka vapaan tajunnanvirtaisista jutuistaan huolimatta oli aina pukeutunut viimeisen päälle kolmiosaiseen ruskeaan miesten pukuun. Kädessään hänellä oli yleensä vanhanaikainen nahkasalkku ja noin kello yhdeksäntoista

kieppeillä hän oli säännöllisesti matkalla Rauhaniemeen saunomaan viimeiseksi tunniksi.

Saunan tarjoamien löylyjen jälkeen Matti jäi aina 30 viimeisen elinvuotensa ajan ylpeänä pesemään saunaa saunahoitajan kanssa. Matti oli kooltaan hyvin pieni, joten hän pääsi siivoamaan monia paikkoja, joihin täysikasvuisen aikuisen on vaikea päästä.

Matti oli tavallaan saunaporukan maskotti, jota piti kohdella hyvin hyvän saunaonnen takaamiseksi. Tavallaan hän toimi myös osoituksena siitä, miten saunayhteisö sulatti erilaisuutta. Vakioporukka jututti häntä usein Takon asioista (Matti oli ennen vammautumistaan ollut töissä Takolla, joka viimeisiin vuosiin saakka tarjosi hänelle lounaan työmaaruokalassaan) ja kiusoittelivat häntä lempeästi hänen naisseikkailuistaan, joista hän oli innokas kertomaan. Joskus Matti oli niin iloinen, että lauloi. Jos joku saunoja suhtautui Mattiin halventavasti naureskellen tai kielteisesti, hän samalla osoitti, ettei hän kuulu porukkaan tai että hän on turisti ja pelkää erilaisia ihmisiä.

Rauhaniemen sauna oli Matille sen verran tärkeä paikka, että hän järjesti 70-vuotisjuhliensa toisen puoliskon saunalla. Hän oli myös erittäin suosittu, kyseisen juhlan vastaanotolla hänen kotonaan oli käynyt satoja ihmisiä.

Kake on ulkoisesti raskaan sarjan saunojan perikuva, kalju, karvainen lihasvuori, eikä hän pane sauna-asiantuntijan mainetta lainkaan pahakseen. Ennen vanhaan, kun Kaupinojan sauna tunnettiin vielä tyhmänrohkeiden löylynheittokilpailujen paikkana, Kake oli siellä

vakioasiakas. Hänen saunomisennätyksensä on seitsemän tuntia yhteen mittaan. Nykyään Kake viihtyy paremmin alalautteilla eikä hän enää sauno kovin kauaa. Mutta 1990-luvun alussa hän oli yksi Rauhaniemen saunan keulakuvista. Hän opetti noviiseille, miten löylyä heitetään, hieroi tarvittaessa muiden hartioita ja ärähti tuimasti, jos löylynheitto tai yleinen meininki niin vaati.

Kaken omistavan huolehtiva suhtautuminen Rauhaniemen saunoihin, on tulkittu monesti omavaltaiseksi oppimestariasenteeksi muita saunoja kohtaan, mikä on asettanut hänet poikkiteloin osan vakioporukkalaisista kanssa. Tämän vuoksi häntä enää harvoin tapaa saunalla iltapäivän ensimmäisten, ns. vanhusten tuntien jälkeen. Hän on myös muuttanut Rauhaniemen pääsaunasta nk. pikkusaunaan, jolla on aivan oma kannattajakuntansa. Olen kuullut, että Kaken saunanvaihto olisi johtunut siitä, että kaikki eivät ymmärtäneet Kaken vastuullista asennetta saunomiseen ja pahoittivat mielensä (sekä Kaken mielen) kritisoimalla tämän saunamajuriutta.

Nykyään Kake huolehtii iltapäivisin pikkusaunan löylynheitosta ja maustaa osan löylyvedestä eukalyptuksella. Niinpä pikkusaunaa kutsutaankin joskus ”Kaken pesulaksi”. Kake hoitaa myös talkoolaisen velvollisuuksia ja on mukana vaativissa tehtävissä, kuten kiuskivien vaihdossa. Kivet vaihdetaan neljä kertaa vuodessa ja saunojen kahteen kiukaaseen menee yhteensä 500 kiloa kiviä. Kivet myös pestään ennen kuin ne laitetaan kiukaisiin. Näin ollen Kaken huoli kiukaiden hyvinvoinnista on itsestäänselvä.

Pekka on saunan isännöitsijä. Eläkkeellä olevana Rauhaniemen veteraanina hän huolehtii saunanhoitajan ja Kaken kanssa kiukaiden

kivien vaihdosta, öljypoltinten kunnosta ja muista vastaavista asioista. Vaimoineen hän oli ensimmäisiä, jotka aikoinaan ensimmäisenä syksynäni alkoivat tervehtiä minua tuttavallisemmin, hyväntuulisen isännän ja emännän varmuudella. Pariskunta käy saunalla jotakuinkin päivittäin.

Anna-Liisa on yksi ahkerimmista Rauhaniemen asiakkaista kesäisin ja talvisin. Hän saattaa kuluttaa aikaa saunalla useita tunteja päivässä myös talvisaikaan. Astuessaan saunaan Anna-Liisa tervehtii lauteilla istujia reippaalla ”huomenta!” -tervehdyksellä, oli vuorokaudenaika mikä tahansa.

Vaikka Rauhaniemen avantosauna on maksullinen ja sen päivittäisiä rutiineja pyörittää palkattu työntekijä, saunan jokailtaiseen siivoukseen osallistuu yleensä myös muutama vapaaehtoinen asiakas. Siivoamiseen kuuluu paitsi lauteiden huuhtelu, harjaus ja huuhtelu, suihkuhuoneen lattian pesu, kiukaan vesikaivon tyhjennys – Pikku-Matin bravuuri ja – pukuhuoneiden siivoaminen.

Suurin osa saunojista ei koskaan jää auttamaan saunanhoitaja Jarmoa, vaikka mies leikillisesti monille harjaa tarjoaakin. Muutama saunoja taas tulee saunalle vartavasten viimeisille minuuteille auttaakseen puhdistamisissa. Auttamisesta koituvan mielihyvän lisäksi näiden talkoolaisten palkkana on loppulöylyt. Kun paikat on siivottu, auttajat saavat käydä vielä kerran järvessä ja saunoa rauhallisissa jälkilöylyissä.

Mitään sääntöä sille, ketkä jäävät Jarmoa auttelemaan, en ole havainnut. He ovat miehiä ja naisia, eivätkä välttämättä uimaseuran

jäseniä. Osa on normaalisaunoja sosiaalisempia, niitä ihmisiä, jotka luovat ja osallistuvat aktiivisesti saunan sosiaalisiin tilanteisiin. Ehkä heidän asenteensa saunomiseen Rauhaniemessä on jollain lailla kokonaisvaltaisempi kuin vain asiakkaan roolissa pitäytyvillä saunojilla, vaikkei silti välttämättä omistavampi. He eivät koe siivoamista vaivaksi, vaan osaksi rantaelämän iloja. Jos saunomisesta nauttii, sen eteen myös iloiten näkee hieman vaivaa. Pitäähän suuri osa suomalaisista ylimpänä ilonaan kesäistä ruumiillisen työn jaksoa kesämökillä.

Avantosaunajat Rauhaniemen ulkopuolella

Koska Rauhaniemessä saunotaan uima-asussa, saunoja on hankalahkoa tunnistaa Rauhaniemen ulkopuolella. Tästä johtuu usein kuultu sanonta, ”anteeksi, en ollut tuntea teitä vaatteet päällä”, johon liittyvää intiimiä — ja joskus leikillisen eroottistakin — aspektia mielellään hieman korostetaan.

Lausahdusta ei toisaalta kuule turhan usein. Suurin osa vakiosaunojista tyytyy tervehtimään kadulla, mitään ylitiivistä menkeä Rauhaniemen porukkaan kuulumiseen ei liity. Ne, joihin on saunalla tutustunut paremmin, tulevat enintään juttelemaan helpommin, ja päinvastoin. Toisaalta olen joskus törmännyt Tammelan torin kahvilateltassa pöytäkunnalliseen tuttua avantouimariporukkaa. Voi siis olla, että kaikki muut avantouimarit ovat keskenään ystäviä tai jopa sukulaisia ja tapaavat päivittäin minulta salaa.

Vaikka avanto ja saunominen siis yhdistää harrastajiaan, tietty ystävällinen hajurako siviilissä itsestäänselvästi pidetään. Yleensä harrastuksista nimittäin riittää puhumista, mutta avantosauomisesta puhumisessa ei kovin paljon variaatioita ole. Lähinnä voidaan päivitellä sen aiheuttamaa riippuvuutta, ihailta riippuvuuden aiheuttamaa hekumaa ja vertailla, kuinka usein saunalla käydään.

Usein saunomisesta puhuminen johtaa terveydellisiin, liikunnallisiin ja ravitsemuksellisiin keskusteluihin. Saunomisen vaikutusten vertailu ja saunomisen ”jälkihoito” kuuluvat myös helposti saunojen saunan ulkopuolisten kohtaamisten puheenaiheisiin. Toiset nimittäin keskittyvät mielellään saunomaan ilman turhanaikaista turpakäräjöintiä, jolloin aikaa tällaisille vertailuille ei ole. Tässä mielessä saunojat voidaan jakaa kahteen osaan: toiset miettivät saunomisen vaikutuksia tarkkaan, toisille riittää se, että uni tulee, kalja maistuu ja makkara tekee tehtävänsä.

4. Yksityinen kokemus

Elämäni ennen avantouintia

Minusta ei koskaan pitänyt tulla avantouimaria. Olin koko ikäni pitänyt avantouintia äärimmäisyyslajina, jota jotkut kummalliset ihmiset jostain syystä harrastavat ja johon minulla ei ollut mitään

tarvetta tutustua. Joen rannalla kasvaneena uiminen ja saunominen ovat kumpikin olleet minulle tuttuja ja miellyttäviä asioita, mutta erityistä vetoa kylmässä vedessä pulikointia kohtaan en ollut koskaan tuntenut. Luulen, että koska en tuntenut ketään alan harrastajaa, olin siinä uskossa, että avantouintiin kykenevillä on sellainen erityislahja, että he pystyvät kestäämään kylmää eri lailla kuin normaalit ihmiset.

Ensimmäisen kerran kävin kylmässä vedessä joskus 1980-luvun lopulla silloisen tyttöystäväni vanhempien mökillä Anttolassa piruuttani, yllättääkseni muut läsnäolijat. Vaikka ele oli tarkoitettu lähinnä kepposeksi, huomasin yllätyksekseni, ettei kylmä vesi tuntunut kovin pahalta. Yllätys oli myös se, miten hyvä olo tuli saunassa kylmän kylvyn jälkeen.

Pulahtaminen jäi tuolloin siis kertaluontoiseksi tepposeksi. Pian sen jälkeen palkkasimme yhtyeeni autonkuljettaja-miksaajaksi ystävämme Jussin, joka on myös innokas saunoja. Otimme tavaksi saunoa aina, kun mahdollista ja etsiä talvisin kieriskelyhanki saunan lähimmän uloskäynnin läheisyydestä. Moinen ei läheskään aina ollut mahdollista, joten kun hanki järjestyi, kyseessä oli juhlapäivä.

Kerran kävin pyörimässä keskellä yötä pimeässä majapaikkamme takapihan hangessa, joka tuntui jo kierähdellessä kovalta. Kun pääsin sisälle ja katsoin kylpyhuoneen peiliin, tajusin, miksi hanki oli kova. Takapiha oli perheen kahden koiran painipaikka, joten olin täysin koirankarvojen ja muun kyseisiin paikkoihin liittyvän lian peitossa. Onneksi pesutilat olivat sillä kertaa lähellä.

Kerraksi jäi myös kieriskely silloisen asuinpaikkani, tamperelaisen opiskelija-asuntola Vanhan Domuksen saunan oven edessä sijainneen lasten leikkipaikan kohdalla. Lumisen ulkoilun keskellä tajusin, että paikka oli täsmälleen tiukan uskovaisen talonmiehen parvekkeen alla, eikä näin ollen poliittisesti kovinkaan korrekti.

Avantouimariksi tuleminen

Kävin Rauhaniemen saunalla ensimmäisen kerran alkukesällä 1990. Olin asunut Tampereella opiskellen ja töitä tehden vuodesta 1982, mutta en ollut aiemmin kuullutkaan moisesta paikasta.

Rauhaniemen ranta on kesäisin suosittu uimaranta, eivätkä uimarannat minua tuossa elämänvaiheessa kiinnostaneet. Heinänuha teki ulkoilmaelämästä kesällä tuskallista ja ylipaino epävarmaksi ulkonäöstäni. Olin kiinnostuneempi pään sisäisistä asioista (mm. lukemisesta soittamisesta ja piirtämisestä) kuin raittiille ilmalle altistavista olemisen muodoista.

Mainittuna kesänä olin kuitenkin alkanut painon pudottamisen ja siihenastinen pitkäaikainen tyttöystäväni oli muuttanut ulkomaille. Moiseen elämänmuutosten sarjaan sopi hyvin uimarannan löytäminen ja oman minän asteittainen sopeuttaminen osaksi uimarannan ja yleisen saunan tuntemattomien ja vähäpukkeisten ihmisten tilapäistä ryhmää.

Rauhaniemen uimarantaelämä poikkeaa jonkin verran normaalista hiekkarantaoleskelusta. Ranta koostuu kahdesta osasta. Lasten puoli

on perinteinen matalapohjainen hiekkapoukama varsinaisessa niemessä sijaitsevan kylpylärakennuksen ja Kaupin metsän suojaisassa kainalossa. Näsijärven puoleinen ranta, ”aikuisten ranta”, koostuu kolmesta erikokoisesta matalasta kallioniemekkeestä, joille aurinko alkaa paistaa kesällä hieman puolenpäivän jälkeen. Ranta avautuu pohjoiseen, joten se ei ole helteelläkään pakahduttavan kuuma.

Laajan lastenpuolen, saunan ja omalaatuisen rantamuotoilun ansiosta Rauhaniemi on Tampereella suosittu etenkin varttuneemman väestön ja lapsiperheiden keskuudessa. Myös läheinen matonpesupaikka tuo rannalle matonpesusta kiinnostuneita ihmisiä, jotka eivät yleensä ole nuorimmasta päästä. Kallioniemekkeistä keskimäinen päättyy paitsi pomppulautaan, myös betonisiin portaisiin (10 askelmaa). Näitä portaita pitkin Rauhaniemen saunalla saunojat menevät uimaan kesäisin ja talvisin.

Saunan olemassaolo helpotti omaa sulautumistani Rauhaniemen uimarantaelämään. Saunojat ovat rannalla — ympärivuotisen harrastuksensa vuoksi — ikään kuin etuoikeutettuja kansalaisia. Valtaosa saunojista kesälläkin oli (ja on yhä) iältään lähempänä 50 kuin 25 ikävuotta, ja vuosien mahdollisesti suomat lisäpainot kannetaan iän antamalla mutkattomalla arvokkuudella. Ulkoinen olemus, oppiarvot, tulot tai mikään muukaan suorituksellinen meritoituminen ei vaikuttanut ryhmään pääsyyn tai sen toimintaan, pääasia oli se, että pitää saunomisesta.

Niin aloin käydä saunalla säännöllisesti muutaman kerran viikossa potkupalloilu-urakan jälkeen. Joskus sattui sadepäivä, mutta se ei

haitannut. Päinvastoin koiranilma helpotti uutta harrastustani, koska auringosta riippuvaiset ”turistit” eivät tällöin häirinneet keskittymistä saunomiseen ja uimiseen.

Ensimmäisen kerran huomasin merkkejä niin sanotusta riippuvaisuudesta eli koukussa olemisesta eräällä työmatkalla Helsingissä. Helteisen työpäivän jälkeen olisi ollut tilaisuus lähteä viettämään iltapäivää paikallisen väestön kanssa terassille, mutta minut valtasi outo levottomuus. Tajusin, että jos nyt nousen Tampereen junaan, ehdin vielä pariksi tunniksi Rauhaniemeen puljaamaan (saunomaan ja uimaan). Hyvästelin seuran kömpelösti ja kiiruhdin junaan hikisenä, mutta onnellisena kuin lapsi jouluaattoiltapäivänä. Junalle hätäily ei jäänyt siihen. Yhä edelleenkin tuntuu usein siltä, että ainoa järkevä asia, mitä Helsingissä voi tehdä, on nousta Tampereen junaan.

Pikkuhiljaa yleistyi myös toinen riippuvaisuuden merkki. Jos en jostain syystä ollut ehtinyt saunalle vaikkapa viikkoon, aloin selvästi ärsyyntyä helpommin. Samansuuntainen vaikutus oli mielestäni näihin aikoihin tapahtuneella painonpudottamisellani. Luulen että kun painoni alkoi taas 90-luvun puolivälissä hitaasti kohota, muutuikin taas leppoisammaksi, mutta olen huomannut avannonpuuteärtymyksen toistuvan usein myöhemminkin. Useat avantouintitoverini ovat vahvistaneet ilmiön olevan heillekin tuttu. Avantouinti pidentää pinnaa eli kasvattaa henkistä kipukynnystä, mutta jos ei ole vähään aikaan päässyt pulahtamaan, hermot voivat kiristyä yllättävällä tavalla.

Kun sitten olin Rauhaniemessä saunomassa jonain sunnuntaina lokakuussa ensimmäisen syysmyrskyn aikana, tajusin, että rannan kesäväestö oli lopullisesti kadonnut ja jäljellä oli vain avantouimareita. Huomasin olevani itse hiukan samaa lajia, mutta koska en ollut käynyt jäissä kuin kerran sattumalta, en voinut pitää itseäni vielä avantouimarina.

Vasta tammikuussa 1991, kun kävelin saunasta kalliota pitkin kohti pimeää reikää tähtien kimmeltäessä pääni päällä tajusin, että tässä sitä mennään. Jotain oli muuttunut. Olin tekemässä jotain sellaista, mikä vuotta aiemmin olisi ollut täysin mahdotonta kuvitella joskus tapahtuvaksi. Olin kävelemässä tähtikirkkaan pakkastaivaan alla kohti sysimustaa hyistä reikää, jonka ympärillä lumi kajasti hämärässä.

Vastaanotto Rauhaniemen saunalla

Avantouinti ei ollut 1990-luvun alussa kovin yleinen kansanhuvi. Niinpä Rauhaniemen saunallakin käynyt porukka tunsu tuohon aikaan toisensa melko hyvin ainakin ulkonäöltä.

Kesällä uimaranta tuo saunaankin uusia kasvoja — samalla kun vannoutuneimmat talviuimarit taas eivät saunalla kesäisin käy. Niinpä en paikkaan ajautuessani törmännyt mihinkään sisäpiiriin tai suljetun kerhon tyyppiseen yhteisöön. Ihmiset tulivat ja menivät, mutta en voinut olla huomaamatta, että osa saunojista tunsu toisensa hyvin ja loi saunomiseen sosiaalisuutta ja kodikkuutta. Pian huomasin, että he tunsivat toisensa siksi, että he olivat siellä aina, tai ainakin 2-4 kertaa viikossa. Ja he olivat olleet siellä aina jo monen vuoden ajan. Opin

myös, että monille — etenkin vanhemmille ihmisille, etenkin jo eläkkeellä oleville — päivittäinen saunareissu on tärkeä sosiaalinen rituaali: tavataan tuttuja ja ihmetellään, mikseivät muut tutut ole paikalla.

Saunaporukka oli siis ryhmä nimenomaan saunan vuoksi, ei minkään ulkopuolisen syyn, kuten työpaikan, naapuruuden tai saman musiikkimaun. Päinvastoin, hyvin harvoin keskusteluissa viitattiin ulkopuoliseen elämään niin, että olisin tajunnut, mitä ihmiset tekevät elääkseen. Sauna ei ollut ryhmälle ylimääräinen arkipäivän lisuke, niin kuin sauna on vaikkapa urheiluporukalle. Sauna oli ryhmän olemassaolon edellytys, jota ilman ryhmää ei olisi ollut olemassa.

Koska aloin harrastuksen kesällä, olin jo syksyn tullessa tuttu naama osalle vakioporukasta. Talvella, kun loputkin talviuimarit saapuivat avannon äärelle ja saunaporukan ryhmä oli tiiveimmillään, olin jo osa ryhmää. Vaikka tietoisesti sosiaalisesti varovainen jäsen, jäsen kuitenkin.

Vaikka osalle avantouimareista on luontevaa käyttäytyä sosiaalisesti ja keskustella toisaalta yleisesti ja toisaalta tuttavan kanssa kahdestaan, osa ei ota kontaktia muihin ihmisiin välttämättä lainkaan. Heille sauna ei ole ystävyysuhteiden tai sosiaalisten kykyjen tärkein toteuttamipaikka tai sosiaalinen viiteryhmä. Heille saunassa tärkeää on saunominen, mietiskely, hiljentymisen ja omasta olosta nauttiminen.

Olen itse hiukan enemmän jälkimmäistä saunojatyyppeä, joten minusta oli hurmaavaa se luonnollisuus, jolla Rauhaniemen

saunaporukka otti uuden hiljaisen tulokkaan vastaan: ei kummastellen, ei puhumaan pakottaen ei tyrkyttäen, vaan toverillisesti hiljaa hyväksyen. Näin minusta ainakin tuntui. Ehkä saunalla kukaan ei huomannut uuden likinäköisen (hankin piilolasit talvella 1990, jotta minun olisi helpompi käydä avannossa) nuoren miehen ilmestymistä kuvioihin.

Vieraanvaraisuus alkaa jo pukuhuoneesta. Rauhaniemen pukuhuoneeseen tulijat sanovat reippaasti päivää (tai iltaa), johon huoneessa jo olevat vastaavat samalla lailla, vaikka tulija ei olisikaan ollut tuttu. Samoin tehdään saunaan mennessä. Reipas kuuluva vuorokaudenaikaan sopiva tervehdys saa vastaukseksi moniäänisen mörähdyksen, eikä outojen ihmisten viereen ole lainkaan hankala mennä istumaan.

Pian uskalsin mennä istumaan saunaan myös peremmälle. Ujona vasta-alkajana jäin ensimmäisen talven aikana istumaan mahdollisimman lähelle ovea. Mutta kun kuulin, että ovensuussa on saunan kuumin paikka, minun oli pakko rohkaistua ja hakeutua peremmälle leudompiin lölyihin.

Yksityisen avantouintikokemuksen yhteisöllinen vaikutus

Avantouinnin aiheuttama fyysinen ja henkinen olotila on totaalisuudessaan vaikeasti kuvailtava. Se on myöskin hyvin yksityinen olotila. Siihen vaikuttavat mm. kokijan fyysinen kunto, koko, ikä, harrastaneisuus, uintipäivän aiemmat tapahtumat, milloin on viimeksi syönyt, miten paljon on juonut kahvia, käveleekö

avantoon paljain jaloin vai tossujen kanssa, onko ennen avantoon menemistä käynyt vaikkapa lenkillä ja se, miten kauan avannossa jaksaa lillua.

Kokemuksen yksityisyys tekee avantosaunan sosiaalisuudestakin omansalaista. Avantouimareiden ryhmä ei kokoonnu ”ryhmän ilon ja nautinnon” vuoksi vaan ”omaa yksityistä kokemusta etsivät” yksilöt muodostavat ryhmän. Tavallaan on jopa harhaanjohtavaa puhua yhdestä ryhmästä, koska erittäin harvoin saunalle sattuu täsmälleen sama ryhmä kuin jollain aiemmalla kerralla.

Avannossa uiminen ja saunominen ei sinänsä myöskään vaadi osallistumista ryhmän toimintaan tai olemassaoloon. Rauhaniemen sauna on yleinen sauna ja sinne voi tulla kuka tahansa, maksaa pääsymaksu ja uida ja saunoa tarpeensa mukaan. Toiminnan tavoitteeseen pääseminen ei edellytä itsensä esittelyä ja omien taustojen sekä tarpeiden selvittämistä. Eikä aiempien ryhmän jäsenten suosituksia, kuten joissain saunaseuroissa.

Silti olen kokenut Rauhaniemen saunalla merkittävää yhteenkuulumisen tunnetta ja joskus erittäinkin vahvaa varmuutta ryhmän jäsenyydestä. Se ei näy yhteishenkeä kohottavina huutoina, velvoittavien valojen vannomisena eikä jäsenmaksujen maksamisena. Ainoa merkki voi olla avannosta nousevan tutun avantouimarin hymyilevä katse suoraan silmiin, kun häntä häntä vastaan kävelee avantoon mennessä. Siihen voi liittyä huokaus, nautinnollisen raukea voivottelu tai vain pään pudistelu lievästi hymyillen. Etenkin jotenkin rankoilla keleillä — kovilla pakkasilla tai syysmyrskyn aikaan — asia

voidaan ilmaista vaivihkaisella ”on tämäkin hullun hommaa” - päivittelyllä. Johon voi vastata tai ei tarvitse vastata.

Vaikka avantouinnista saatu olo on kullakin yksityinen ja omansa, kaikilla se on yhtä vahva ja samansuuntainen. Tämä ja useita vuosia kestävä havainto siitä, että ”tuokin ihminen pitää tästä yhtä paljon kuin minä ja on yhtä riippuvainen tästä kuin minä” voi luoda omalaatuisen ja sanattoman yhteisymmärryksen ihmisten välille. Euforista yhteisymmärrystä ei tarvitse vahvistaa pidemmällä keskusteluilla, eikä oikeastaan voikaan, koska vaikuttavimmillaan avannosta nousijan tunne on kirjaimellisesti sanoinkuvaamaton.

Ruumiillisen ja ylitruumiillisen hyvän olon aistimuksiin liitettynä tällainen samanmielisyyden aistiminen auttaa parhaimmillaan ymmärtämään sanattomasti kaikkia maailman ihmisiä, eläimiä ja maailmankaikkeuden lakeja. Ikään kuin olisi rakastunut ja kohteena olisi koko maailma.

5. Yhteinen toiminta

Avantouintivälineet

Rauhaniemen saunalla ei ole missään varsinaisia ohjeita tai sääntöjä siitä, miten avantouimariutta ja saunomista harrastetaan. Kansankylpylään ei ole edes omaa tienviittaa. Tässä mielessä paikka muistuttaa maaseudun tanssilavoja, joihin ei koskaan ole opasteita päätteiltä, koska ”kaikkihan tietävät, missä se on”.

Edes uima-asupakosta ei missään ole mainintaa. Tämän asian suurin osa ilmeisesti oivaltaa, koska olen kuullut vain yhdestä kerrasta, jolloin asiakas — nuori saksalaismies — on ilmestynyt sauna ovelle täysin alastomana. Pukeutumiskoodi kuulemma valkeni hyvähoksottimiselle turistille erittäin nopeasti.

Ainoa kansankylpylän kylpemiseen liittyvä ohjekyltti sijaitsee suihkuhuoneessa. Siinä pyydetään suomeksi ihmisiä käymään suihkussa ennen saunaan menoa. Edes saunanhoitajan kopin ovella ei ole ohjetta saunamaksuista.

Mitään erityisiä sääntöjä avantouintiin ei tavallaan ole olemassakaan. Kuitenkin suuri osa uimareista tekee jotakuinkin samat asiat jotakuinkin samassa järjestyksessä: kuittaa saunamaksun, vaihtaa pukuhuoneessa uimahousut jalkaan, käy avannossa tai menee suihkun kautta saunaan, käy avannossa, vilvoittelee seinustalla ja menee taas saunaan. Avannon, vilvoittelun ja saunan muodostamia kierroksia toistetaan haluttu aika – esim. kolme tai neljä kierrosta – jonka jälkeen on vuorossa suihku ja pesu. Sitten avantouimari poistuu pukuhuoneeseen suoraan tai pikaisen avantovisiitin kautta ja kävelee tyytyväisenä sekä punaposkisena pois saunalta.

Vaikka uimarit kiertävät avannon, vilvoittelun ja saunan väliä omaan yksilölliseen tahtiinsa, se on monilla kuitenkin yhtä pitkä. Tämän huomaa hyvin siitä, että huvittavan usein avantoon kävellessä samat ihmiset tulevat vastaan kuin edellisellä kierroksella samassa kohdassa. Normaalina talvikelillä tällaisen kierroksen mitta on omalla kohdallani jotakuinkin neljännestunti.

Suurimmalla osalla uimareista on jalassaan uimatossut tai -sukat. Tossuja ei tarvita uimista varten vaan kävelemiseen jäisellä kalliolla. Toiset käyttävät tossuja myös estääkseen jalkasienitautien leviämisen. Hyvin yleisiä valkoisia kumiverkkorakenteisia Fashy-avantouintitossuja myydään kaupungilla mm. muutamassa kemikaliossa, joiden pitäjät ovat alan harrastajia. Kerran unohdin tossuni kotiin talvipakkasilla, joten avantoon oli kipitettävä paljain jaloin. Ensimmäinen kerta oli järkyttävän jäätävä, mutta seuraavilla kerralla huomasin jo pikkuhiljaa nauttivani hyisestä hipsuttelusta. Kosketus jäiseen kallioon ikäänkuin teki touhusta konkreettisempaa ja läsnäolon tuntu kasvoi huomattavasti. Uintiurakan jälkeisen palelun sain estettyä huuhtelemalla jalat kuumalla vedellä ennen pukeutumista. Niinpä tuosta päivästä lähtien olen jättänyt tossut kotiin.

Talven 1999-2000 jälkeen tossujen merkitys on toisaalta vähentynyt senkin takia, että Rauhaniemen rantakalliolle saunan asennettiin lämpömatto, joka johtaa suoraan saunan ovelta avantoon. Tämä on helpottaa kulkureitin pitämistä jäättömänä, eikä liukasteluja tapahdu enää vanhaan malliin.

Monet osaavat myös käyttää istuma-alustoja saunoessaan. Osalla on mukanaan pyyhe tai erityinen vaahtomuovinen pefletti, muut käyttävät vanerilevyjä, jollaisia roikkuu suihkuhuoneen seinässä. Pefletin käyttöön ei missään säännöin yllytetä, eivätkä kaikki niitä ymmärrä käyttää, vaikka polttavan kuumat lauteet siihen ankarasti vihjaavatkin.

Uima-asun tasa-arvoistava vaikutus

Rauhaniemen avantosaunalla, kuten millä tahansa yleisellä saunalla, voi käydä kymmeniä kertoja ilman, että kanssasaunojista paljastuu ulkoisesti mitään muuta kuin mitä uimapukuun pukeutuneesta märästä ihmisestä voi paljastua.

Lähes kymmenen vuoden kokemuksen perusteella on pakko todeta, että suomalaiset uima-asut eivät ole kantajilleen edes sen vertaa viesti kuin ns. normaalit vaatteet. Etenkään miesten uimahousuista ei voi päätellä oikeastaan mitään. Halvannäköiset, räikeän mauttomat uimahousut eivät ole merkki kantajansa köyhyydestä tai kouliintumattomasta mausta, koska kauppoissa saatavilla olevat uimahousut yleensä ovat halvannäköisiä ja räikeän mauttomia. Uimahousut ovat avantosaunojille käyttövaate, joita etenkin ahkerilta tapasaunojilta kuluu vuosittain useita. Niinpä niiden ulkoiseen olemukseen ei ilmeisestikään kiinnitetä suurempaa huomiota, kunhan ne ovat ehjät eivätkä haise, kuten joistakin materiaaleista tehdyt uima-asut helposti alkavat tehdä.

Oma lukunsa uima-asuissa ovat kalliinnäköiset urheilulliset ”ammattuurheilijoiden” uima-asut. Tavallisten harrastajienkin huolellinen sonnustautuminen urheiluvälinevalmistajan kalleimpiin lajivetimiin on tuttua vaikkapa maastopyöräilyharrastuksen pukeutumiskulttuurista. Avantouinnissa ei ole mahdollisuuksi tehdä itsestään yhtä prameaa vaatekatalogin mannekiinia kuin pyöräilyssä, mutta kyllä Speedon tukevapohjaiset joustokangaspäällysteiset uintikengät (n. 150 mk) saavuttavat kunnioittavia katseita ja kysymyksiä jalkineiden saatavuudesta. Avantosaunomisasujen ja -varusteiden kalleus ja ”hyvyys” ei kuitenkaan kerro kantajastaan muuta kuin että harrastaako hän mahdollisesti kilpauintia ”siviilissä”,

onko hän tai hänen sukulaisensa töissä urheiluvälineliikkeessä vai onko kyseessä ylipukeutumisen harrastaja.

Yksi oleellisimmista seikoista uimahousujen kohdalla avantouimarien keskuudessa on se, muistaako ottaa ne mukaan. Kun saunallakäynnistä tulee rutiinia ja sitä tehdään viikottain useita kertoja, on vain todennäköistä, että uimahousut unohtuvat kotiin silloin tällöin. Rauhaniemessä ei kuitenkaan joudu tällaisessa tilanteessa pulaan, koska kanssasaunojen huonomuistisuus auttaa: miesten pukuhuoneen siivouskomerosta löytyy useimmiten suppea, mutta riittävä valikoima erilaisia miesten uimahousuja, joista yleensä löytyy omakin koko tai ainakin sinne päin.

Eräs miespuolinen avantotoveri kertoi kerran löytäneensä jostain kaupasta todella edulliset sekä hyvätuntuiset uimahousut ja ostaneensa niitä kaukonäköisesti yli kymmenet, koska ainahan niitä kuluu. Onnellisena mies sitten harrasti saunomista ja uimista muutamat vuodet hyvälaatuista uimapöksyvarastoon maltilla kuluttaen, kunnes mies saapui Rauhaniemeen ja tajusi pukuhuoneessa unohtaneensa ne viimeisetkin uimahousut kotiin. Vanhana kettuna hän kuitenkin tiesi varahousujemmasta ja kääntyi saunanhoitajan puoleen. Kun saunanhoitaja sitten saapui avaamaan siivouskomeron ovea, komerosta löytyi tuttu näky: laaja valikoima miehen sinne vuosien varrella unohtamia edullisia ja hyvälaatuisia, vähän käytettyjä uimahousuja.

Naisten uima-asuissa vaihtelu on laajempaa. Niidenkään perusteella ei kuitenkaan voi päätellä kantajansa yhteiskunnallista asemaa samalla

tavalla kuin arkivaatteista. Enintään ne kertovat jotain omistajansa suhteesta elämään, uintiharrastukseen ja muotiin.

Vaatetuksen lisäksi myös muut ihmisten asemaa jäsentävät merkit ovat saunalla vähissä. Kampaukset latistuvat suihkussa ja järvessä yleensä takaraivolle suitability märeiksi lättänäiksi. Koruja ja kelloja harvat viitsivät kuumissa löylyissä pitää. Silmälaseja jotkut käyttävät sinnikkäästi lauteillakin. Lasien huurtumisen löylyssä voi ehkäistä huljauttamalla lasit saunaan astuttua vaikka löylykiulun vedessä. Silti kehykset polttavat kuumuudessa melkoisesti ja yleensä likinäköiset ihmiset saunalla tyytyvät luonnon tarjoamaan osaansa.

Kävin itsekkin saunalla puolisen vuotta vajaanäköisenä ennen kuin hankin piilolasit. Tuolloin huomasin, että silmälasittomuus syventää saunomisen yksityistä kokemista, koska kauempana olevat ihmiset muuttuvat yksilöistä sumuiseksi massaksi. Jos lauteilla käy kuitenkin tuttuja tai jopa ystäviä, joita pitäisi ainakin muodollisesti tervehtiä, näkemättömyydestä voi muodostua kiusallinen sosiaalinen vamma. Ympäristöstä piittaamattomuudesta voi jopa välittyä ylimielinen kuva.

Saunalla kävijöiden iho ja ruumiinrakenne paljastavat toki kantajistaan paljon. Lauteilla näkee lieviä kaljamahoja, kehonrakentajia, solariumissakävijöitä, sitkeäkehoisia pitkänmatkanjuoksijoita, pyöreänurheilullisia uimareita, massiivisia kaljamahoja, spastisista pakkoliikkeistä kärsiviä puhevammaisia, kokovartalotatuoinnin puolivälissä olevia saunoja ja erittäin paljon aika tavallisia ihmisiä.

Talvisin etelänmatkailun vaikutukset näkee saunojasta välittömästi rusketuksena ja matkustaminen onkin yleinen ja suosittu

keskustelunaihe saunalla. Myös toisten ruumiillisista yksityiskohdista voidaan keskustelu alkaa, joskin suurta huomaavaisuutta noudattaen. Vasen lonkkani leikattiin teini-iän liikuntavamman vuoksi ja tästä kannan muistona vaaksan mittaista arpea vasemmassa reidessäni. Noin vuosikymmenen aikana minulta on vain pari kertaa leikkisästi kysytty, onko kyseessä sotavamma.

Kerran taas minun oli pakko päästä Rauhaniemeen, vaikka olin polttanut vasemman käteni kuumalla vedellä. Istuminen lauteilla toinen käsi kylmävesiastiassa sai ansaittua huomiota ja ihmiset alkoivat innokkaasti kertoa omia kokemuksiaan mitä kammottavimmista palovammasattumuksista. Eräänkin kertoja tuttu oli lievässä humalatilassa huuhdellut kaverinsa pään kesämökkisaunan vedenkeittoastiasta ottamallaan kiehuvalla vedellä. Pään iho oli palanut pahasti ja tapauksesta toipumiseen meni yli vuosi. Oman pienen palovammani tuskat pienuivat kertomuksia kuunnellessa.

Vaatteettomuudella on siis vahva tasa-arvoistava vaikutus. Jos ei tunne ihmisiä, lauteilla ei voi erottaa, kuka on bussikuski, kuka yliopiston assistentti, kuka pastori, kuka vasta alkoholismistaan eroon päässyt akateeminen pitkäaikaistyötön.

Seurasin kevään 2000 tohtoripromootiomarssia parvekkeeltani katsoakseni moniko opiskelutovereistani on jo hatunväitellyt tohtori. Heitä en tummasta joukosta tunnistanut, mutta neljästä viiteen miekankantajaa oli yllättäen tuttuja avantosaunan lauteilta. Muutaman avannolla käyvän bussin- tai taksinkuljettajan ammatin on voinut

päätellä heidän sonnustauduttua pukuhuoneessa virka-asuunsa uintiturakan jälkeen.

Saunan parkkipaikalla voi tehdä alkeellista autososiologiaa. Uimareilla on niin uusia farmari-Mersuja kuin hyvinpidettyjä rättisitikoita. Tuliteriä sähköitä urheiluautoja ei juuri näe. Muutenkin liikkuminen noudattelee hyvin ympäröivästä yhteiskunnasta tuttuja sääntöjä: yksinäiset naiset ja nuoret kulkevat saunalle kävellen, pyörillä sekä bussilla. Yksinäiset miehet ja pariskunnat saapuvat paikalle yleensä omalla autolla.

Säännöllisen saunallakäynnin ja muihin ihmisiin tutustumisen seurauksena usein on oman ja muiden ammatin tai yhteiskunnallisen aseman paljastuminen. Osa saunojaporukasta tietää toisistaan hyvinkin, minkä alan ihmisiä kukin on. Sittenkään alussa omaksutut saunojaroolit eivät heti muutu. Siviilirooli kuitenkin tavallaan jää pukukoppiin. Jos puhuja haluaa syventää keskustelua tuntemattomien saunojiensa kanssa henkilökohtaisemmalla panoksella, se tuodaan ilmi usein ikäänkuin hieman anteeksipyydellen. Esimerkiksi ammatin kautta saatuihin tietoihin saatetaan vihjata ympäripyöreästi: ”...minä kun olen lääkealalla...”.

Tällainen minuuden paljastamisen välttäminen voidaan tulkita paitsi pidättyvyytenä omien asioiden suhteen, myös kohteliaisuutena muita kohtaan. Kolmas syy olla tilittämättä omia asioita on se, että itse pääasian, avantosaunomisen kannalta, ihmisten arvoasemat ovat merkityksettömiä. Saunan kuumuudessa tai avannon syvältä kouraisevassa syleilyssä ei ole eroa, onko avantouimari tullut paikalle bussilla vai mersulla. Jos taas haluaa osallistua tai lietsoa keskusteluja

lauteilla, siinä ei myöskään saa tasoitusta tai erityistä arvontoa pelkän siviiliaseman vuoksi.

Olen usein pohtinut, miten saunominen on vaikuttanut suomalaiseen yhteiskuntaan. Siinä, missä ranskalainen talonpoika tarttuu traktorimarssiaseeseen vääryyttä koettuaan, hänen suomalainen virkaveljensä lämmittää lauantaina saunan, löylyttelee tunnin ja huoahtaa vaimon kanssa saunan verannalla pyyhe lantiolla, että ”eipä nuo maalliset murheet meitä tässä paljon paina”.

Ja oikeassahan hän on. Vaikka shamanismi on maassamme historiaa, suurimmalla osalla suomalaisista on saunomisen kautta luontainen tuntuma arkimaailman yläpuolelle. Sillä eihän saunominen ole pelkkää pesemistä vaan hengen ja ruumiin sulautumista toisiinsa ja koko universumiin. Mukana ovat kaikki neljä elementtiä: maa (kiukaan kivet), ilma (löyly), tuli (kiukaan tuli tai vastukset) ja vesi. Ja lauteilla kykkijä on se viides elementti. Voisiko tämä saunan arkimaailmasta irrottava vaikutus näkyä suomalaisten kiihkottomassa asenteessa yhteiskunnallisiin asioihin?

Se, että rikkaat ja köyhät ovat saunoessaan yhtä lailla löylyn armoilla voisi olla yksi osatekijä suomalaisyhteiskunnan tasa-arvoperinteen syntymisessä. Saunomisharrastus läpäisee suomalaisen yhteiskunnan harvinaisen tehokkaasti. Perheet saunovat yhdessä. Liikeasioita ja politiikkaa hoidetaan saunassa. Firmat ja urheiluporukat järjestävät saunailtoja. Eriarvoisten ihmisten istuminen rinnakkain alastomina löylyssä on varmasti antanut oman vivahteen suomalaisen tulkinnalle pohjoismaisesta tasa-arvosta. Samalla saunaa voidaan ajatella yhteiskunnan varaventiilinä. Miten vallankumous voisi syntyä

maassa, jossa vallanpitäjät ja kansalaiset, pomot ja työntekijät saunovat säännöllisesti keskenään?

Säännöt ja ”säännöt”

Suurin osa Rauhaniemessä kävijöistä osaa käyttäytyä saunassa muita häiritsemättä, niin kuin saunassa on totuttu käyttäytymään. Vain kerran olen osunut paikalle tilanteessa, jossa kahdella saunojalla on ollut meneillään ilmiriita. Kyseessä oli silloinkin humalasta aiheutunut tarpeeton suorasukaisuus, joka oli tulkittu aivan oikein loukkauksena. Mies sai saunalle porttikiellon, nainen pahan mielen.

Viime vuosina avantouinti on houkuttellut saunalle myös erittäin paljon uusia harrastajia. Heidän käytöksessään voi nähdä tottumattomuutta yleisten saunojen käyttäytymiskoodistoon. Tällaiset ihmiset saapuvat paikalle usein pareittain tai isommissa seurueissa, ja koko avantosaunomisen ajan heidän huomionsa kohdistuu tähän mukana tuotuun viiteryhmään. Välinpitämättömyys muita paikalla olijoita kohtaan ilmenee äänekkäänä omien asioiden kailottamisena ja joskus jopa riehumista lähestyvänä olemisena. Kaikesta näkee, että tällaiset ihmiset ovat tottuneet saunomaan joko kotonaan tai jossain muussa yksityisessä saunassa, jossa ei tarvitse ottaa huomioon muita kuin oman ryhmän jäseniä ja jossa ei tarvitse siivota jälkiään.

Koska suomalaiseen saunakulttuuriin ei kuulu saunamajureita, kuten Saksassa (MTV3:n uutisten loppukevennys talvella 2000), tällaisiin häiriötapauksiin puuttuminen on vaikeaa ja täysin saunojen yhteisvastuuntunnosta kiinni. Rauhaniemen saunan ylintä

auktoriteettia edustaa saunanhoitaja, joka ei tietenkään ole saunan aukioloaikana koskaan lauteilla vaan saunanhoitajan kopissa keräämässä saunomismaksuja ja huolehtimassa kävijöiden arvoesineistä. Ventovieraiden ihmisten käyttäytymiseen puuttuminen on julkisessa tilassa kuitenkin hankalaa, joten useimmiten häiriköiden poistumista vain odotellaan kärsivällisesti. Nykyään Rauhaniemessä on onneksi talvisin kaksi saunaa päällä, joten saunaa voi pahimmissa tapauksissa vaihtaa.

Toinen käyttäytymiseen liittyvä kyltti sijaitsee pukuhuoneessa ja se muistuttaa ihmisiä huolehtimaan arvoesineistään viemällä ne saunanhoitajan hoteisiin. Kun aloin käydä Rauhaniemessä, kylttiä ja lompakoidenvartiointijärjestelmää ei ollut olemassa. Saunanhoitajan lompakkolokerikko hankittiin 1990-luvun puolivälissä parin varkaustapauksen jälkeen.

Eräänä kesänä joidenkin vakikävijöiden lompakoista oli pukuhuoneessa kadonnut saunomisen aikana muutamia sataasia rahaa. Syylliseksi havaittiin muutaman teini-ikäisen pojan ryhmä, joita rannalla on kesäisin paljon. Toinen tapaus oli salakavalampi ja kuulin siitä vasta paljon myöhemmin. Saunalla oli käynyt parin talven ajan eräs sosiaalinen, saunalle tullessa hyvin pukeutunut, noin kolmikymppinen nuorimies. Hän oli käynyt saunalla usein ja häneen oli totuttu helposti. Sitten eräänä päivänä pukuhuoneesta katosi silloin vielä suhteellisen harvinainen matkapuhelin ja usean ihmisen lompakosta rahaa. Hyvinpukeutunut nuorimies paljastui syylliseksi, eikä häntä sen koommin ole saunalla näkynyt.

Löylynheittokoodisto

Vaikka saunominen ja jääkolossa plutaaminen ovat Rauhaniemessäkin kaikkien harrastus, löylyntarve ja -sietokyky vaihtelevat hyvin paljon. Erityistä virallista löylynheittäjää saunalla ei ole. Jotkut kuitenkin tekevät sitä mielellään ja heiltä voi löylyä pyytää, jos ei tunne saavansa kuumuutta tarpeeksi. Reipas vanhempi naisihminen Jutta toimi määrätietoisesti löylyn säännöstelijänä, kun vielä kävi saunalla. Ahkera päivittäissaunoja Kake on nykyään mielellään kauhan varressa pienessä saunassa ja Postimies hoitaa hommaa isolla puolella melko usein. Tutut saunojat saavat Postimieheltä löylyä sanattomasti ilmoittamalla haluamiensa kuupallisten määrän sormilla.

Aina ei tällaista lämpötilan kontrolloijaa paikalla kuitenkaan ole. Vaikka yleiseen saunaetikettiin kuuluu Rauhaniemessäkin se, että kysyy ennen löylynheittoa, haluaako kukaan löylyä, himokkaimmat vedenheittäjät eivät useinkaan moisella mielipidetiedustelulla riskeeraa löylynsaantiaan, vaan heittävät kysymättä. Kummassakin Rauhaniemen saunassa voi aina siirtyä alemmille lauteille, jos kuumuus käristää korvia ja tätä nämä löylyterroristit käyttävät puolustuksenaan, jos heitä pyytää hillitsemään vedentuhlaustaan. Usein merkitsevä ”kiitos” kolmen kauhallisen jälkeen riittää, mutta joskus löylynheittäjän paksunahkaisuus on myös henkistä laatua eikä hän suostu vastaanottamaan mitään hillintäpyyntöjä.

Normaaliin yleisen saunan löylynheittokäytäntöön verrattuna avantosaunomisessa tarvitaan enemmän löylyä avannossakäymisen vuoksi. Kun kävelee saunaan suoraan avannosta, kuumuus ei tunnu

yhtä korventavalta kuin silloin, kun saunassa on jo vähän aikaa istunut. Niinpä monet uimarit jättävät lauteilla kykkivät kanssaihmisensä huomiotta ja heittävät saunaan tullessaan löylyä kysymättä sen tarvetta. Sosiaalisesti edistyneemmän saunaporukan keskuudessa tällainen käytös on ehdottomasti torjuttua.

Rauhaniemen öljyllä lämpiävät kiukaatkaan eivät aina tuulisilla talvipakkasilla kestä ruuhkaista iltapäivää väsähtämättä. Vaikken ole mikään tulikuuman löylyttelyn ystävä, olen joskus joutunut turhautumaan monen muun mukana, kun saunassa istui 50 ihmistä (pikkusaunaa ei silloin pidetty auki joka ilta) ja kiukaasta kuului vain pitkä sihinä, kun sinne kaatoi vettä. Muuten näky oli mitä kiehtovin, kaikkialla saunan hämärässä näkyi pelkkää märkää ihoa eikä saunan rakenteista näkynyt kuin katto pala kattoa!

Tällaiset tilanteet voi toisten saunojen mielestä ehkäistä kiuasta ja energiaa säästävällä löylynheitolla. Vettä ei kannata roiskia kiukaalle miten sattuu. Kuupalliset kaadetaan rauhallisesti pitkänä norona samaan paikkaan kiukaassa, jotta vesi ei jäähdytä pintakiviä vaan menee syvälle kuumimpiin alakiviin saakka. En ole kuullut teorian tieteellisiä perusteita, mutta tällä löylynheittotyylillä saa ainakin aikaan mitä pehmeimmin leviävät ja pidempään vaikuttavat löylyt kuin normaalilla roiskimisella.

Opin tämän löylynheittotavan Kakelta, joka eräänlaisena epävirallisena saunamajurina on aina mielellään opettanut muille saunomista. Tähän hänellä on kanttia, onhan hän hankkinut heavy duty -saunojan maineensa Kaupinojan vanhan saunan epäinhimillisissä huuruissa ja toiminut Rauhaniemen saunalla mm.

kiukaiden hoitoon liittyvissä tehtävissä yhtenä vastuullisena talkoohenkilönä. Jos Kake on ollut huolehtimassa saunan löylyistä iltapäivävuoronsa ajan, ei sieltä hevillä löyly lopu illallakaan.

Vaikka kurin ja kaikkien hyväksymien sääntöjen näkyvään korostamiseen — ”aikuisten ihmisten kieltämiseen” tai kehottamiseen — suhtaudutaankin kielteisesti, saunojat odottavat toisiltaan sääntöjen noudattamista. Normeista poikkeaminen aiheuttaa helposti harmistumista, joka esilletuominen ei kuitenkaan ole aina helppoa. Vanha saunan kantaväestö harmistuu helposti siitä, että uusilla avantouimareilla ei ole hienotunteisuutta ottaa selvää, miten paikassa käyttäytyään. Toisaalta vakiporukka on tottunut näkemään saunalla monenlaista kävijää, jolloin erilaisuutta siedetään paremmin. Ylenpalttisen kipakat ja kysymättä heitetyt löylytkin nimittäin ovat vain hetkellinen ilmiö, joka haihtuu hetkessä kylmään talvi-ilmaan.

Keskustelunaiheet

Vaikka Rauhaniemen kävijät tutustuvatkin ajan myötä toisiinsa enemmän tai vähemmän, suurin osa on toisilleen täysin vieraita. Ilman avantoa ja saunomista suurin osa ei todennäköisesti koskaan kohtaisi. Kyseessä on siis hieman erityinen yleinen sauna, jossa vietetään avantouinnin vuoksi jonkin verran enemmän aikaa kuin normaalissa yleisessä kylpylaitoksessa. Avantouinti myös tekee saunojen keskinäisistä suhteista jonkin verran tuttavallisempia muihin yleisiin saunoihin verrattuna.

Niinpä keskustelun aloittaminen vieraidenkin kanssa on huomattavasti yleisempää, helpompaa ja luontevampaa kuin vaikkapa tamperelaisten uimahallien saunoilla, joissa olen myös viettänyt runsaasti aikaa. Uimahalleilla kävijämäärät ovat niin paljon suurempia että löyhääkään vakituista porukkaa ei hevillä muodostu ilman erityistä järjestämistä. Tämän lisäksi uimahalleilla kävijät ovat erilaisempaa sakkia kuin avantosaunan väki. Syyt käydä uimahallilla vaihtelevat enemmän kuin syyt käydä avannossa. Ja tämän lisäksi avannossa käymisen tuottama psykofyysinen ahaa-elämys myös lisää me-henkeä. Avantosaunalla ollaan kuin sellaisen yhteisen salaisuuden äärellä, jota muut eivät koskaan voi saada selville.

Avantosaunojille saunominen merkitsee enemmän kuin tavallisille saunojille. Saunalla käydään usein ja avannon vuoksi löylyt ovat sekä tarpeellisempia, että ehkä jopa rakkaampia kuin normaalissa saunomisessa. Niinpä keskustelut löylyn olemuksesta ovat Rauhaniemessä jokapäiväisiä. Päältä katsoen nämä keskustelut saattavat vaikuttaa arkipäiväisiltä ja saman kaavan toistamiselta, mutta saunojille ne ovat tärkeitä ja sisältävät syvällistä tietoa kiukaan sen päiväisestä tilasta, ilmaston vaikutuksesta löylyyn, päivän kävijämäärästä, keskustelukumppanin löylymieltymyksistä, aiemmista löylykokemuksista, saunan tuuletusjärjestelmien eroista ja tehtyjen saunaremonttien vaikutuksesta saunan ilmatiivyyteen ja sitä kautta löylyn laatuun.

Samalla hartaudella keskustelut käsittelevät Näsijärvessä ja ympäröivässä luonnossa tapahtuvia asioita. Avantouimarit pääsevät harrastuksensa vuoksi tarkkailemaan luonnon olosuhteiden muutoksia lähempää ja useammin kuin kaupunkien keskustoissa

muuten. Rauhaniemen kansankylpylän kaltaisissa avantosaunoissa avannon ja saunan välillä istutaan ulkosalla ja järven ulapan tarkkailu on mahdollisen keskustelun ohella luonteva osa saunomisrituaalia. Löylyn herkistämän ihon välityksellä suhde ympäröivään biosfääriin on myös läheisempi kuin paksujen vaatekerrosten läpi, joten avantouimarien kosketus vaikkapa vuodenaikojen vaihteluun on konkreettisempi kuin tavallisella kaupunkiväestöllä.

Muutamia harvoja poikkeuksia lukuunottamatta Rauhaniemen avantouimarit eivät kuitenkaan ole normaalia asiantuntevampia biologian salojen suhteen. Muutama innostunut harrastajakalastaja ja lintubongari mahtuu Rauhaniemenkin kävijöihin, muuten tarkkailu on valistuneen maallikon tasoista.

Lintujen, vaahtopäiden ja satunnaisten harrastajasukeltajien lisäksi ovat valitettavasti yleistyneet luontohavainnot vesiskoottereista. Niiden surinan äänenpaine ei ole sinänsä häiritsevä, mutta tuon läpituokevan pärinän edustama maailmankuva on räikeässä ristiriidassa avantouintiin liittyvän ajatusmaailman kanssa. Vesijettiharrastuksen kiehtovimmat arvot nopeus, meteli ja riskien ottaminen ovat jotakuinkin täydellisiä vastakohtia avannossakäynnin hitaudelle, hiljaisuudelle ja oman verenkierron kuuntelemiselle. Onneksi vesiskoottereilla ei ajella talvella, eikä moottorikelkkailu ole vielä noussut Näsijärvellä merkittäväksi harrastukseksi.

Koska avantouintiharrastus vaihtelee järven olotiloista myrskyineen ja jäätymisineen, veden lämpötila mitataan päivittäin ja siitä tiedotetaan rantavalvojan kopin seinässä olevalla liitutaululla. Parhaimmillaan teksti ”veden lämpötila” on kirjoitettu taululle viidellä eri kielellä.

Järven jäätyminen ja sulaminen ovat tärkeitä keskustelunaiheita. Järven jäädyttyä jään paksuudesta ja kantavuudesta uutisoidaan mielellään. Kantavuuden arvailu on tärkeää myös kevätauringon houkutellessa jäälle hiihtäjiä, pilkkijöitä ja ulkoilijoita helmi-maaliskuussa.

Eräs Kaupinojalla enemmän viihtyvä avantouimarikollegani kertoi kerran menneensä syksyisenä iltapäivänä saunalle puolisen tuntia sen jälkeen, kun Näsijärvi oli jäätynyt. Saunanhoitaja väitti nähneensä järven jäätyneen kopistaan.

Koska Rauhaniemen ranta avautuu pohjoista kohti, alkutalven myrskyt sattuvat kansankylpylän kohdalle erittäin hyvin. Kun vaahtopäiset aallot alkavat olla metriset, uiminen selän puolella alkaa olla vaarallista puuhaa. Vaikka pitäisi varansakin, yllättävä aalto saattaa kaataa uimarin rantakalliolle. Erään kevätmyrskyn aikaa vuonna 2000 saunanhoitaja joutui onkimaan kaksi varomatonta uimaria järvestä pois, kun nämä eivät enää omin avuin myrökästä nousseet.

Kylpylärakennus joutuu kokemaan yllättäviäkin luonnonilmiöitä. Syysmyrskyt lennättävät vettä rakennuksen seinille ja pakkasen jäädyttää sen samantien. Erään tällaisen kelin jälkeen saunanhoitajan kopin seinät olivat noin viiden senttimetrin jääkerroksen peitossa.

Kaikki nämä luontoilmiöt saavat perinpohjaisen käsittelynsä saunojen keskusteluissa. Mistään pakkokeskustelusta ei kuitenkaan ole kysymys. Nämä aiheet ovat tavallaan mahdollisuus, joista aloittaa kevyt rupattelu. Kuten jo olen maininnut, avannossa ja saunassa

käyminen aiheuttaa joskus niin paljon tapahtumia omassa verenkierrossa ja mielessä, ettei aina jaksakaan edes ajatella kommunikointia kenenkään kanssa. Eikä tarvitse; hiljainen avantosaunoja ovat yhtä oikea ja hyväksytyt kuin ankarasti koko ajan keskustelevalakin avantouimari. Ja ehkä hyväksytympikin, liian ahkerat rupattelijat myös joskus häiritsevät saunomisen edellyttämää rauhaa.

Yhtä läheisiä ja yleisiä keskustelunaiheita kuin löylyt ja järvi ovat avantouinnin vaikutukset. Vaikka avantouinnista kumpuava olotila onkin hankalasti verbalisoitavissa, sitä kuitenkin yritetään koko ajan jossain määrin. Vertailut harrastuksen vaikutuksesta harrastajien terveyteen ovat myös yleisiä. Toiset toimivat mielellään uusien lääketieteellisten avantouintiutisten airuina. Olen kuullut eräänkin miehen kertovan vaihtelevalla yleisölleen jo muutaman talven ajan toistuvasti siitä, miten kylmähokki vaikuttaa käpyrahasen toimintaan ja saa sen erittämään kortikosteroideja, jotka sitten tappavat kaikki mahdolliset taudit ihmisestä. Joskus kysymyksessä on avantosaunallakin kyse enemmän saarnaamisesta kuin keskustelemisestä.

Saunaporukan vanhojen tuttujen keskinäistä hyväntahtoista naljailua kuunnellessa tuntee joskus kutkuttavasti olevansa keskellä Veikko Huovisen parasta novellia. Jotenkin samanlainen ekstaattinen hyrinä vallitsee usein, kun miehet pukeutuvat hitaasti nautinnollisen avantosaunomisurakan jälkeen pukuhuoneessa ja joku herkuttelee ääneen ajatuksella juoda kotona pullo olutta tai syödä tukevasti. Kaikki pukuhuoneessa olijat tietävät, miten autuaasti juominen ja syöminen maistuvat saunan jälkeen, ja hymyä on vaikea pidätellä.

Perinteiset normit saunassa kielletyistä keskustelunaiheista pätevät hyvin Rauhaniemessäkin. Päivänpolitiikkaan puututaan lähinnä yleisesti kiinnostavien tapahtumien kuten presidentinvaalien yhteydessä, ja tällöinkin helposti yleiskeskustelevaan sävyyn, ikään kuin puhuja olisi asiassa ulkopuolinen. Ja kun istuu saunassa uimahousuisillaan Rauhaniemen kärjessä, ei ole vaikea pitää politiikkaa, taloutta, urheilua ja muita arkipäivän asioita jossain kaukana muualla tapahtuvina asioina. Terve etäisyys kuumiinkin yleisiin keskustelunaiheisiin syntyy helposti kaikille, paitsi niille, joilla tulisieluisuus ja mustavalkoisuus ovat yhtä määrääviä persoonallisuuden piirteitä kuin esiintymisvimma ja tieto oman ymmärryksen ylivoimaisuudesta. Rauhaniemessä käy luonnollisesti myös muutama tällainen kotitarveagitaattori, joiden poliittiset mielipiteet eivät aina noudattele vakiintuneiden puolueiden ohjelmia.

Jos näillä lauteiden sananvapauden rajojen tutkijoilla tukijoita onkin, he osaavat hyvin kätkeytyä. Vaikka politiikan puhuminen koetaankin häiritseväksi — onhan kuulijoissa poliittisia mielipiteitä yhtä monia erilaisia kuin on kuulijoita — palopuhujiin suhtaudutaan samalla lempeällä sietämisellä kuin muihinkin erilaisiin ihmisiin. Uskonnosta en muista koskaan kuulleen keskusteltavan, vaikka kävijöiden joukossa epäilemättä on uskonnollisestikin aktiivisia ihmisiä. Eräs tamperelainen pastori käy Rauhaniemessä lähes päivittäin, mutta hänkään ei tuo ammattiaan esille aktiivisesti.

Rauhaniemen saunalla miehet ja naiset saunovat yhdessä. Vain harvoin, kun saunoja on vähän ja saunojat tuttua porukkaa, olen kuullut edes perinteistä miesten leikillisen kiusoittelevaa vihjailua naisille. Kerran pääsin seuraamaan vierestä tällaista eroottiseksi

luonnehdittavaa keskustelua, joka kesti sentään jonkin aikaa ja siinä puhuttiin ainoastaan kahvista, pullista ja kermasta. Kumpikin keskustelijoista — mies ja nainen — olivat erittäin sanavalmiita ja keskustelutilanteen vire oli intensiivinen. Ja kyse ei siis ollut keskinäisestä supattelusta vaan yleisestä saunajuttelusta.

Mielikuvani avantosaunasta jokseenkin epäeroottisena vyöhykkeenä muuttui, kun eräs nuori sievä avantosaunojatar kertoi minulle kerran, että hän ei mielellään käy Rauhaniemessä kesäisin, jolloin paikka toimii normaalina uimarantana, koska tuolloin hän tuntee olevansa miesten kyttämisen kohde. Satunnaista tuijottelemista varsinkin isossa saunassa on joskus vaikea välttää, koska lauteet ovat vastakkain. Suoranaista häirintää en ole kuitenkaan havainnut, mutta joskus tällaiset asiat ovatkin hankalia asioita miehelle havaita. Minään iskupaikkana tai edes touhukkaan silmäpelin kehtona saunaa ei kokemusteni mukaan pidetä. Tämä pätee myös vakituisiin pariskuntiin — niin hetero- kuin homoseksuaalisiin pariskuntiin. Yleisillä lauteilla intiimistä suhteesta näytetään enintään sen toverillisia muotoja, suuteleminen on erittäin harvinaista. Tältäkin kannalta sauna siis noudattelee perinteisen suomalaisen yhteissaunan epäseksuaalisia sääntöjä.

Kerran keskustelin erään kolmekymppisen miessaunojan kanssa siitä, miksi nuorisoa käy saunalla niin vähän. Hän kertoi, että hän itse ei nuorempana pitänyt lainkaan yleisen saunomisen ajatuksesta. Ymmärsin, että hän tarkoitti olleensa nuorena epävarmempi omasta ulkonäöstään varsinkin vastakkaisen sukupuolen suhteen. Oman kehon paljastaminen vieraiden katseille — vaikka uima-asussa — voi nuorelle ihmiselle olla epämiellyttävä asia, vaikkei tilannetta ajattelisi

edes sukupuolisena. Koulun liikuntatuntien ja pojilla armeijan jälkeen oma keho ehkä muodostuu yksityisasiaksi, jonka esittäminen muille tuottaa tunteen, että olisi jotenkin toisten vallassa, kun on paljastanut heille jotain niin yksityistä kuin valtaosan ihostaan. Jos nuoriso on alkanut vierastaa puolialastomuutta, se voi olla merkki sitä, että yhteissaunomisen perinne on katkeamassa. 1990-luvun lopulla olen huomannut muutamia tapauksia siitä, että jopa perheen sisällä ei kehdata saunoa ilman uima-asuja. Ja suurimpina arkailijoina ovat olleet jopa alle 10-vuotiaat lapset.

Keskustelukulttuuri on muuttunut samassa tahdissa kävijäkunnan kasvamisen kanssa. Uudet harrastajat käyvät saunalla usein kahden tai useamman ihmisen ryhmässä, jolloin heidän sosiaalinen huomionsa ei kohdistu varsinaiseen saunaporukkaan. Myös oma sosiaalinen asenteeni muihin avantouimareihin on muuttunut: Aluksi kävin saunalla ollakseni yksin. Pikkuhiljaa tutustuessani väkeen saunoin ryhmän jäsenenä. Ja nykyään, kun käyn saunalla lähes aina avovaimoni kanssa, avantouinti Rauhaniemessä on minulle enemmän kahdenkeskistä yhdessäoloa ja osa seurustelua, kuin ´yleistä´ saunomista.

Normaalin viikonpäivien kierron lisäksi monet luonnontapahtumat vaikuttavat avantouimarien elämään. Tärkeä merkkipaalu on huhtitoukokuussa, kun jäät lähtevät. Osa tiukimman linjan uimareista lopettaa harrastuksensa kesän ajaksi tähän aloittaakseen sen uudestaan syksyllä, kun veden lämpötilaa laskee kymmenen tienoille. Vaikka jäiden lähtö on merkittävä tapahtuma avantouimareille — lakkaahan avanto tuona päivänä kirjaimellisesti olemasta olemassa —

en ole havainnut laajamittaisempaa vedonlyöntiä tai numeron tekemistä aiheen ympärillä. Tuosta päivästä vesi alkaa lämmetä. Jääkannen aikanahan veden lämpötila pysyttelee tiukasti hieman yli nollan asteen tienoilla; jos se olisi kylmempää, se olisi jäätä eikä vettä.

Toukokuun lopulla rannalla pidetään kevään siivoustalkoot, jolloin valmistaudutaan kesän uimarantakauteen. Talkoot pidetään jo päivällä, eikä aktiivikävijöitäkään painosteta niihin osallistumaan millään tavoin. Talkoopäivänä saunominen on ilmaista ja kävijöille tarjotaan kahvia, pullaa ja makkaraa.

Kesäkuun alussa saunan aukioloajat muuttuvat. Ovet avataan aiemmin ja suljetaan myöhemmin. Rannalla alkaa olla elämää saunomisaikojen ulkopuolellakin. Aamuisin rannalla voi törmätä kuntouimareihin, jotka uivat matkaa, vaikka vesi ei olisikaan yli 15-asteista. Talviaukioloajat palaavat voimaan syyskuun alussa. Syksyn siivoustalkoot pidetään lokakuussa. Syksyn myrskyisä Näsijärvi tasoittuu usein vasta joulukuussa jääpeitteen alle, jolloin varsinainen avantokausi taas alkaa.

Avantouimarien elämää jaksottavat myös saunojen remontit. Koska saunat ovat käytössä noin kuusi tuntia päivässä 364 päivää vuodessa, lauteet ja muut puurakenteet kuluvat vauhdikkaasti. Remontit taas vievät yleensä runsaasti aikaa, koska työn tekevät Tampereen kaupungin työmiehet, eikä heitä ole aina osoittaa paikalle laumoittain. Koska Rauhaniemessä on kaksi saunaa, lauderemontit eivät lopeta saunomista kokonaan. Viime vuosien kävijämäärillä etenkin pikkusaunassa ruuhkat ovat usein melkoisia ison saunan

remontin aikana. Monet vaihtavatkin remonttien ajaksi vakiosaunansa vaikkapa läheiseksi Kaupinojan saunaksi.

Remontit ovatkin tehokas eri saunojen kävijäkuntien sekoittaja. Kun Kaupinojan vanha sauna purettiin ja uutta rakennettiin lähes vuoden ajan 1990-luvun lopulla, saunan talviuimarit kansoittivat runsaasti mm. Rauhaniemen saunan lauteita. Kun taas Rauhaniemen ison saunan remontti pitkittyi rakenteista löytyneiden kosteusvaurioiden vuoksi muutaman vuoden päästä, Kaupinojan sauna sai uusia ystäviä löylyintoisimmista rauhaniemeläisistä. Vaikka saunauuskollisuus onkin korkeata luokkaa näiden noin kilometrin etäisyydellä sijaitsevien laitosten piirissä, tällaiset väliaikaisiksi aiotut saunaltapaot jäävät joskus pysyviksi. Niinpä Kaupinojalla näkee paljon vanhoja Rauhaniemen kasvoja rutinoituneesti nurkassa kykkimässä.

6. Miksi avannolle tullaan?

Ruumiilliset syyt

Avantouinnin alkamisen syyt vaihtelevat paljon. Toiset käyvät avannolla sen vuoksi, että he vihaavat talvea; kun koviin pakkasiin liittyy edes yksi positiivinen asia mitä odottaa, kaamoksen kestää paremmin.

Vanhojen — sekä iältään että virkaiältään vanhojen — uimareiden puheissa korostuu harrastuksen terveellisyys. Heidän omien sanojensa mukaan säännöllinen avantouinti poistaa paitsi vilustumiset myös reuman, migreenin, iskiaksen, verenkiertohäiriöt jne. Avantoon jääneiden tautien määrä on mittaamaton, ja niinpä saunanhoitaja

Jarmo, joka selkävaivansa vuoksi ei harrasta enää uimista ja saunomista ollenkaan, usein vitsaileekin uimareille siitä, miten kukaan viitsii moiseen tautien pesään mennäkään.

Vaikka avantouinnin terveydelliset vaikutukset ovat yhä jokseenkin kiistanalaisia, ei ihmisten omia tuntemuksia ja tervehtymisen kokemuksia voi väheksyä. Jos nuori ihminen on voinut lopettaa reumalääkkeiden syömisen kokonaan avantouinnin alkamisen ansiosta, tieteellinen spekulointi harrastuksen vaikutuksista kuulostaa hänestä varmasti turhalta. Jos vanha pariskunta voi kehua sillä, että flunssa ei ole 30 avantouintivuoden aikana iskenyt kertaakaan, harrastuksen parantava vaikutus on ollut mitä selkein. Tämä pätee myös sille alle 50-vuotiaalle miehelle, joka alkoi käydä avannolla 70-luvulla silloisen pomonsa esimerkin kannustamana. Pomo ei ollut ollut koskaan töistä poissa, eikä ollut puhujankaan kuulemma tarvinnut sen koommin sairaslomia viettää.

Omat motiivini avantouinnin aloittamiseen eivät olleet terveydelliset. Kuitenkin yleisin kommentti avantouimariuteeni on aina ollut tokaisu siitä, ettei minun tarvitse potea vilustumisia. En kuitenkaan ole voinut varmasti väittää nuhieni vähentyneen avantouinnin ansiosta. Lähes joka vuosi sairastan kolmesta neljään lyhyttä flunssaa, kuten muistaakseni ennen harrastuksen aloittamistakin.

Alun perin ajattelin, että syy on siinä, etten ole harrastanut lajia tarpeeksi kauan. Noin kolmen vuoden uimariuden jälkeen tämä syy ei mielestäni enää toiminut. Jäljelle jäi vielä kaksi mahdollisuutta: en vietä vedessä tarpeeksi aikaa kerrallaan tai en käy avannossa tarpeeksi monta kertaa viikossa. Monen vuoden harrastuksen jälkeen

aloinkin pidentää avannossaoloaika. Olin yllättynyt, kun se ei ollutkaan vaikeata. Huomasin, että pelkkä kastautuminen tuottaa tutun shokkivaikutuksen, mutta sen takana onkin rauhoittuminen ja jonkinlainen lyhyt tottuminen kylmyyteen. Lyhyt siksi, että vaikka visiittini jäisessä vedessä ovat pidentyneet, kyseessä ei vielääkään ole puolta minuuttia pidempi aika. Kuitenkin tuossakin ajassa ehtii tapahtua paljon. Shokkivaikutuksen jälkeinen lievä tottuminen kylmyyteen vaihtuu pian syväjäätymisen tunteeseen, jolloin on pakko nousta vedestä pois. Useimmiten jäätymisen tunne iskee ensimmäisenä käteen tai jalkaan.

Pidempi vedessäoloaika vaatii myös pidempää löylyssäoloaika ja ehkä löylynsietokyky on parantunut jonkin verran. Muutenkin koko saunomisprosessini on vakautunut. Enää huimauksen tunteita ei tule niin usein eikä jälkipaleluakaan juuri esiinny. Jälkimmäiseen on vaikuttanut opetteleman tapa käydä aivan pikaisesti avannossa ennen poistumista pukuhuoneeseen. Ihohuokokset varmaan sulkeutuvat moisesta kohtelusta niin tehokkaasti, että jos unohdan viimeisen voitelun, ja menen pukeutumaan suoraan suihkusta, minun tulee pukuhuoneessa kylmä.

Avannossaoloajan pituudesta liikkuu saunalla tieteellistäkin tietoa. Eräs saunojista kertoo mielellään siitä, miten avantouinnin terveydellinen teho johtuu käpyrauhan toiminnan sääntelystä. Käpyrauhanen saadaan kylmäshokkiin, kun lähes nolla-asteisessa vedessä oleillaan noin kahdenkymmenen sekunnin ajan. Tällöin rauhanen alkaa erittää kortikosteroidi-nimistä kortisolinsukuista ainetta, joka parantaa vastustuskyky ja tappaa kaikki pöpöt elimistöstä. Kun aloitin avantouinnin 90-luvun alussa, tarinan

vaikuttavan aineen nimi oli endorfiini. Sekin teoria pitänee paikkansa, tuleehan saunomisesta omituisen hieno ja riippuvuutta aiheuttava olo. Kortikosteroidi kuulostaa kuitenkin todennäköisemmältä vastustuskyvyn parantajalta kuin endorfiini.

Avannossaoloajan pidentämiselläkään ajoittaiset flunssani eivät poistuneet. Päätelin, että minun täytyy käydä avannossa useammin. Silloin tällöin on ollut ajanjaksoja, jolloin olen sattumoisin, paremman tekemisen puutteessa ja pahimman saunariippuvuuden riivaamana käynyt Rauhaniemessä muutaman viikon ajan joka ilta. Kokemukset näistä ajoista eivät kuitenkaan rohkaise ottamaan päivittäisyydestä tapaa. Ahkera saunomien nimittäin vie melkoisesti voimia. Usein vielä aamullakin tuntee jäsenissään kovan iltaisen löylynoton rasitukset ja nukkumista voisi jatkaa vaikka miten pitkään. Saunan jälkeen illalla taas on melko hankala jaksaa keskittyä mihinkään vaativampaan työhön tai harrastukseen kuin syömiseen, juomiseen tai nukkumiseen. Ainakin omalla kohdallani pahimpina saunomissesonkeina koko elämä alkoi pyöriä saunan ympärillä. Vain aika saunalla on normaaliaikaa, muu aika on joko touhusta toipumista tai lauteillepääsyn odottamista. Sinänsä loistavaa ja hauskaa, mutta tajusin tehneeni kylpylästä itselleni eräänlaisen oopiumiluolan, jolle annan kaiken elämänvoimani ja aktiivisuuteni ja joka antaa minulle joka kerta vastalahjaksi ennenkokemattoman rauhan.

Ilman omakohtaisten kokemusteni dramatisointiakin on kuitenkin totta, että noin kahden tunnin irrottaminen joka ilta avantouintiin on paljon. Niinpä hankin itselleni 35-vuotislahjaksi avaimen Mältinrannan avantouimarien pukukoppiin ja aloin poiketa siellä niinä päivinä, kun

en ehdi Rauhaniemeen. Pelkkä pulahdus ei kauaa aikaa vie ja niin kykenin lisäämään viikottaisia avantouintikertojani muuttamatta elämäni radikaalisti.

Nyt olen ollut seka-avantouimari kahden vuoden ajan, avantouintikertani ovat lähes kaksinkertaistuneet, mutta flunssia sairastan yhä silloin tällöin. Ainoa terveydellinen vaikutus, jonka olen itselläni vuorenvarmasti tunnistanut, on ajoittaisen kiusallisen jalkojen palelun häviäminen. Iskiakseni vasemmassa pakarassa on syntynyt ja pysynyt kivuliaana avantouintielämäni aikana.

Ryhtiongelmista johtuneet kolmisen vuotta kestäneet yläselän ja rinnan kivut eivät myöskään häipyneet avantouinnin avulla mihinkään. Kivut katosivat vasta, kun oivalsin oikaista kaularankani suoraksi. Luulen, että ahkera saunassa istuminen olikin osasyyninen kipuihin: nöyrä yläselän etukumarani oli mahdollisesti syntynyt maastopyöräni epäinhimillisessä ajoasennossa ja saunanlauteilla kovia löylyjä alistuneessa kumarassa ottaessani.

Olenkin päätellyt, että ehkä avantouinnin teho toisten harrastajien flunssanehkäisyyssä johtuukin heidän tasaisemmista elämäntavoista omiini verrattuna. Säännöllinen avantouinti on omiaan säännöllistämään vuorokausirytmää ja rauhoittamaan elämää muutenkin. Vaikka saunaoluet tai avantokonjakit kuuluvat toisten harrastukseen, pienetkin alkoholimäärät alkavat väsyttää melkoisesti avannollakäynnin jälkeen.

Avantouinnin terveydenhoidollinen olemus sopi yhteen mainiosti 90-luvulla päätään nostaneen vaihtoehtoisen lääketieteen kanssa. Mikä

onkaan konservatiivisempaa ja pehmeämpää kokonaisuhoitoa kuin tunnin kuuri avantouintia ja saunomista! Missä yhdistyisivätkään muinaissuomalainen kansanlääkintä ja kreikkalaisroomalainen alkulääketiede moderniin elämysten etsimiseen kuin avantosaunassa! Samoin kuin Pohjois-Amerikan intiaanien sekä japanilaisten uskonnollisista saunomisrituaalit! Puhumattakaan klassisiin neljään elementtiin uskonsa perustavista elämäntavuksista.

Varsinaista new age -väen pesäpaikkaa Rauhaniemen saunasta ei muodostunut, vaikka jonkun verran alan väkeä paikalla käykin. Keskustelut yrttien parantavista vaikutuksista, horoskooppikartanlukijoiden eroista, joogasta, paastoamisesta ja erilaisista kasvisdieeteistä eivät ole lauteilla mitenkään tavattomia. Kuitenkin niitä käydään yleensä kahden kesken eikä koko saunan kanssa.

Koska Rauhaniemen sauna on uimaseuran ylläpitämä ja se sijaitsee Kaupin puiston mainioiden lenkkeilyreittien varrella, lenkkeilijät ovat saunalla tärkeä ryhmänsä. Etenkin keski-ikäiset ja vanhemmat mieshölkkääjät päättävät juoksu-urakkansa (talvella hiihtolenkkinsä) usein muikean järviveden ja tujakkojen löylyjen syleilyyn. Näissä miehissä on tyypillisesti laihdutuslenkkeilijöitä, sydämensä vuoksi juoksijoita ja juoksuhimonsa takia ravaajia. Eräs eläkkeellä oleva himojuoksija juoksee mieluiten öisin, koska silloin ei ole muita häiritsemässä. Muutaman kymmenen kilometrin juoksemisen jälkeen hän menee uimahalliin uimaan kilometrin, jonka jälkeen nivelet ovat elpyneet ja juoksu maittaa taas. Häneltä kuulin saunalla ytimekkäimmän laihdutusdieetin: jos aamulla pää ei taivu polvien

väliin, päivällä ei nautita muuta kuin vichyä ja munkkitippoja. Jos pää taipuu polvien väliin, saa syödä mitä vaan.

Luisevien juoksijamiesten olemuksessa kovien löylyjen keskellä on sivullisesta joskus jonkinlaisen itsensä rankaisemisen tuntu. Toiset eivät puhu muiden kanssa paljonkaan, käyvät vain turauttamassa kiukaalle sellaisia löylyjä, että heikompien silmämunat kiehuvat. Avannossa he viipyvät minuuttikaupalla ja lopuksi kastavat päänsäkin kylmään veteen, mitä toimenpidettä ei yleisesti suositella.

Vaikka toisille avantouinti sopii askeesin toteuttamiskanavaksi, toisille se vaikuttaa päinvastaisesti. Saunalla tulee nälkä ja jano, joiden tyydyttämiseksi on mahtavan nautinnollista syödä läjäpäin voileipiä ja juoda mukitolkulla kuumaa teetä. Kuppi kahvia ja juustosämpylä taas maistuvat harvoin nautinnollisemmilta kuin aamuisen avannossapulahtamisen jälkeen. Omakohtaisen todistuksen avulla voin siis todeta, että avantouinti ei sinänsä toimi laihduttavana tekijänä, jos painonpudottamista ei tueta muilla toimenpiteillä. Avantoharrastus voi päinvastoin toimia mainiosti jopa nautintokeskeisen elämäntavan osana ja näin toimia painon kasvattamisen apuna. Sauna onkin hyvä paikka tutkia, miten ihmiset kantavat lihojaan. Rauhaniemessä olen oppinut pitämään kaikennäköisiä ihramahoja yhtä kunnioitettavina ja komeina kuin trimmattuja vatsalihaksia. Tällaisia asioita saunassa on kai aina opittu. Erittäin harvan ihmisen keho sopii kulloisiinkin kauneusnormeihin, mutta yleensä jokaisen keho on silti omalla tavallaan kaunis.

Kaikki eivät Rauhaniemessäkään ole siis urheilijoita ja painoihmeitä. Yhden urheilulajin edustajat joukosta puuttuvat tyystin: en ole kuullut

saunalla kenenkään koskaan osallistuneen avantouintikisoihin. Vaikka avantouinnin SM-kisojen osanottajamäärät ovat moninkertaistuneet 90-luvun lopulla, villitys ei ole tarttunut Rauhaniemen pulikoijiin. Paikkakunnan karsintojakaan ei saunalla ole pidetty, vaan ne pidetään aina jollakin muulla saunalla.

Yleinen suhtautuminen kilpailemista kohtaan on Rauhaniemen saunojien keskuudessa välinpitämätön. Yllättävän laajasti ihmiset pitävät kilpailemista koko harrastuksen hengen vastaisena. Avantouinnin tarkoituksenahan on saada hyvä olo löytämällä oma tahti käydä saunassa ja avannossa. Tähän ajatusmaailmaan verrattuna ajatus siitä, kuka ui nopeimmin 25 metriä 0,5-asteisessa vedessä, onkin varsin vieras. Myös avantouintikisoihin liittyvä karnevaalitunnelma on koettu häiritseväksi ja lajiin sopimattomaksi. Hassuihin hattuihin sonnustautuminen oman avantouintijoukkueen kanssa onkin kaukana Rauhaniemessä tärkeänä pidettävän avantorauhan ja omaan tahtiin rentoutumisen ajatuksesta.

Kilpailukielteisyyteen liittyy myös saunan isäntäväen selkeä asenne Suomen Lata kohtaan. Suomen Lata on jostain syystä ryhtynyt maamme avantouimarien keskusjärjestöksi ja se mm. järjestää edellä mainittuja kilpailuja. Suuri osa Suomen avantoyhdistyksistä on Suomen Ladun jäsenyhdistyksiä ja sieltä saakin kattavimmat listat maan avantouintipaikoista. Organisaation jäsenmäärä on myös noussut viime vuosina kohisten mm. avantouimarien ansiosta.

Rauhaniemen sauna ei kuitenkaan ole SL:n jäsen sauna. SL:n edustajat kuulemma ovat yrittäneet puhua Rauhaniemen väkeä jäsenekseen useidenkin pullakahvien ajan, mutta aina turhaan. Rauhaniemeläisten

mielestä SL on lähinnä rahastusorganisaatio, jota ilmankin avantouimarit pärjäävät. Eivätkä Rauhaniemen avantouimarit tunnu kilpauintia erityisemmin kaipaavan. Ehkä monet löytävät saunalta ainoan kilpailuvapaan paikan tappotahtisen työelämän ja muiden arkipaineiden ulottumattomista.

Psyykkiset ja sosiaaliset syyt

Yleinen syy avantouinnin alkamiseen ja jatkamiseen on myös silkka hyvän olon tunne. Jos lääketieteellisistä vaikutuksista ei yksiselitteistä totuutta olekaan, auvoisan olon saamisesta ei sen sijaan kenelläkään avannossakäyjällä ole epäilystä. Tunnin uiminen ja saunominen tyhjentää mielen tehokkaasti arkipäivän murheista ja antaa tilalle lenseän leppoisuuden.

Ei siis ole ihme, että joskus ihmiset aloittavat harrastuksen jonkin stressiä tuottavan elämänmuutoksen sivutuotteena. Avioliitto, avioero ja vaikka työttömäksi joutuminen ovat asioita, joihin avantosaunan lauteilla saa sopivaa etäisyyttä. Avantouinnin tuottama uusi olemisen ulottuvuus antaa helposti sellaisen olon, että on aloittanut jollain lailla uuden elämän.

Koska avantosaunat eivät juuri mainosta itseään, tieto harrastuksesta on perinteisesti levinnyt suusanallisesti. Monet ovat tulleet Rauhaniemeenkin ensimmäisen kerran ystävänsä ehdotuksesta ja jääneet sille tielleen. Tällöin ilmeisenä saunallakäyntimotiivina on sosiaalisuus. Avannollakäynti on monille tapa tavata ystävää, jota ei muuten niin usein näkisi.

90-luvun lopulla, kun avantouinnista on kirjoitettu lehdissä enemmän ja kynnys saapua saunalle on madaltunut, myös suuremmat porukat ovat ottaneet tavakseen piipahtaa saunalla. Tällöin avanto ja sauna eivät ole itseisarvoinen paikka ja harrastus, vaan yksi ryhmän yhdessäolon eksoottinen suorituspaikka; hieman kiinnostavampi kuin alituinen ravintolailta muttei niin vaarallinen kuin laskuvarjohyppääminen. Etenkin opiskelijoilla on tullut tavaksi harrastaa ryhmässäolemista avantosaunoilla etenkin kevättalvien sunnuntaisin edellisillan juhlinnan jälkituntemuksia lieventäen. Tällaisista ryhmistä jää avannolle joskus tietysti myös vakituisia harrastajia.

Myös ulkomaalaiset käyvät saunalla useimmiten ryhmissä. Kyseessä voi olla keinotekoinen ryhmä (ryhmän jäsenet tulevat Tampereelle eri maista ekskursion tai seminaariin) tai luontainen ryhmä (monet ulkomaalaiset kulkevat mielellään joka paikassa ryhmissä, jotka suomalaisittain ajatellen ovat suuria). Useiden tamperelaisten kulttuuritapahtumien ja kongressien vapaa-ajan ohjelmat alkoivat 90-luvun lopulla sisältää käynnin tai koko illan Rauhaniemessä (saunaa on mahdollista tilata myös yksityiskäyttöön normaalien aukioloaikojen ulkopuolella). Toisaalta ulkomaalaisryhmä voi käydä avannolla säännöllisesti koko Tampereella olemisen ajan jopa ilman suomalaisen isännän patistamista.

EU:iin liittyminen on kansainvälistänyt paitsi Tamperetta myös Rauhaniemen ja muiden avantosaunojen kävijäkuntaa. Mältinrannan avantouimarit pääsivät myös aitiopaikalle Tampereella 1999 pidetyn EU-huippukokouksen aikana, kokouspaikka Vapriikki kun sijaitsee

Tammerkosken vastapäisellä rannalla. Aamulehden uutisen mukaan kreikkalaiseen kokousedustajaan oli tehnyt suuren vaikutuksen nähdä tamperelaisia uimareita hyisissä touhuissaan keskellä kaupunkia.

Ajatus kylmässä vedessä käymisestä koetaan yleensä hullunrohkeaksi teoksi. Niinpä harrastusta on helppo pitää jonkinlaisena äärimmäisyyslajina, onhan lähes jäätymispisteen lämpöinen vesi tavallaan äärimmäinen olotila. Kylmään veteen käveleminen edellyttääkin jonkinasteista itsensä voittamista ja uusien rajojen löytämistä omasta itsestä, uutta määrittelyä oman kehon ja mielen sietokyvystä ja mahdollisuuksista. Kuitenkin ihmisen keho on sopeutuvainen organismi, eikä aktiiviselta avantouintikokelaalta mene kuin muutama kuukausi siihen, että avantoon laskeutuminen on hallittu riski, teko, jonka vaikutukset ovat yhä merkittävät ja liki shokeeraavat, mutta tiedetyt ja halutut. Tästä eteenpäin ei kyseessä enää ole edes teoreettisella tasolla äärimmäisyyslaji vaan vanhan tutun kokemuksen ruumiillisten ja mielellisten vaikutusten tutkiminen ja syventäminen. Toistoisuudessaan avantouinti muistuttaa silloin enemmän itämaisia hartaudenharjoitusmenetelmiä kuin muodikasta extreme-lajia värikkäine vaatteineen.

Vein eräänä talvena Rauhaniemeen Kaliforniasta Suomeen muuttaneen Kevinin. Maailmaa nähneenä miehenä hän ei ihmetellyt saunan väen toimia suureen ääneen vaan tarkkaili mitä muut tekevät ja kävi urheasti järvessäkin, vaikka korostin, että saunalla ei ole minkäänlaista pakkoa pulahtamiseen. Jälkeenpäin, kun ihastelin hänen sisuaan, hän sanoi, että kukaan yhdysvaltalainen mies ei voi olla menemättä avantoon nähtyään, että suomalaisetkin menevät.

Hän väitti, että amerikkalaismiesten näyttämisenhalu on niin suuri, että avantouinnista voisi tehdä kukoistavan liiketoiminnan pelkästään heidän varoillaan. Ja Kevinin mukaan he olisivat myös valmiit maksamaan siitä ilosta, että pääsevät osoittamaan olevansa yhtä hyviä kuin hullut suomalaisetkin.

Äärimmäisyyslajien etsijät, samoin kuin Kevinin kuvailemat suorituskyvyn osoittajat, eivät välttämättä löydä avantosaunalta kestäväää tyydytystä tarpeisiinsa. Niinpä heistä ei tule vakituisia alan harrastajia, jolleivät he käy tarpeeksi usein, niin että alkaisivat nähdä touhussa myös muita ulottuvuuksia kuin suorittamisen.

Rauhaniemen saunalla käy sen verran väkeä, että turisteihinkin on totuttu. Silti joillakuilla avantouimareilla on yhä tapana hymähdellä muunmaalaisille vierailijoille, jotka kiljahdellen ja päättään pyöritellen kastautuvat avannossa. Heille talvinen järvessäkäynti — vaikka saunasta käsin — on todella outo ajatus ja vielä kamalampi käytännön toimenpide. Tämä nähdään usein osoituksena suomalaisten paremmasta kylmänkestokyvystä. Kuitenkin jo ajatuskin pulahduksesta jään sekaan saa tavallisen suomalaisen täriseämään. Samat suomalaiset keskuslämmittävät asuintalonsa talvellakin säännönmukaisesti kaksikymmenasteisiksi, mikä taas on varsin epätavallista Keski- ja Etelä-Euroopassa, jossa rakennustekniikkaa ei ole suunniteltu talojen lämmöneristyksen maksimointiin.

Me nykysuomalaiset siis kestämmme kylmää, kunhan pääsemme heti sisälle lämpimään. Eteläiset kanssaeurooppalaisemme taas ovat tottuneet tasaiseen viileyteen. Jos nykysuomalainen joutuisi harrastamaan avantouintia espanjalaisittain ”lämmitetystä” pukuhuoneesta käsin, hymähtely muiden oletetuille vajavaisuuksille

omien ominaisuuksien ylivoimaisuuteen verrattuna ei ehkä olisi yhtä rentoa.

Myös venäläiset maratonuimarien kylmänkestävyys saa suomalaiset pulahtelijat kalpenemaan. Parhaimmille heistä tavallinen uintirupeama kestää useita, jopa kymmeniä minutteja. Toisaalta muutaman alan erikoisharrastajan käynnit Suomessa saattavat aikaansaada liian nopeita päätelmiä kaikkien itänaapurimme asukkaiden kylmänkestävyydestä.

Kylmänsietäminen kehittyy harjoittelemalla. Rauhaniemessä muutama mies ja nainen kykenee viettämään talvellakin useita minutteja vedessä. Kun jäät sulavat, heidän ei tarvitse enää kiertää ahdasta rinkiä edestakaisin vaan he voivat uida vapaasti pidemmälle. Pari innokkainta ui vajaan kilometrin päähän Kaupinojan saunalle ja takaisin jo alle kymmenasteisessä vedessä.

Eräs heistä kertoi uineensa kerran vedonlyönnin seurauksena Vanajanselän yli. Veto oli lyöty useasta viskipullostasta ja uinti tapahtui eräänä syysyönä. Uimari ja hänen huoltaja-valvojansa odottivat kyseisenä iltana tuulen tyyntymistä, jotta uinti olisi helpointa. Tuuli vaimeni kuitenkin vasta puolenyön jälkeen, joten venemiehistön piti näyttää uimarille tietä taskulampulla. Veden lämpötila oli ollut vähän yli kymmenen astetta. Aluksi vesi oli tuntunut hyvinkin kylmältä, mutta sitten lihastyö ja tottuminen kylmyyteen alkoivat lämmittää. Yhteensä reissuun meni aikaa kuutisen tuntia ja niitä viskejä riitti kuulemma pitkäksi aikaa.

Yksi avantouinnin viimeaikaisen suosion syy on myös lama-aika. Monet ihmiset joutuivat karsimaan menojaan rahanpuutteen vuoksi, jolloin täytyi etsiä uusia edullisempia elämyksiä. Avannolta tällainen elämys löytyy hyvinkin kohtuulliseen hintaan, viidellätoista markalla saa avannon ja saunan väliä rampata niin kauan kuin jaksaa.

Kaiken kaikkiaan 1990-luvun aikana avantouimarien määrä Rauhaniemen saunalla on lisääntynyt ja etenkin vuosikymmenen viimeisinä vuosina kasvu on ollut jopa jyrkkää. Kävijöiden lisääntyminen ei ole täysin muuttanut saunan vakiokävijöiden löyhää yhteisöllisyyttä, koska se ei ole tasaista. Suosituimmillaan sauna on talvisin, mutta syksyisin ja keväisin suurin osa uudesta suosiosta karisee jolloin vanha väki jää harrastuksensa pariin. Jäistä vapaana aikana toisaalta monet vakiouimaritkin viettävät aikaansa mieluummin kesämökeillään eivätkä Rauhaniemen ”yhteisellä kesämökillä”.

Uudessa kävijäkunnassa on enemmän nuoria kävijöitä kuin vanhassa avantouimaripolvessa. Kuten usein, myös tämä muotiharrastus kerää piiriinsä ensimmäiseksi naisia ja miehet tulevat sitten perässä. Tulokkaiden joukossa on enemmän pieniä ja suuria ryhmiä kuin usein yksinään käyvien vanhan polven uimareiden keskuudessa.

Yliruumiilliset kokemukset

Yksittäisen käyntikerran kannalta avantouinnin terveydelliset ym. vaikutukset jäävät kirkkaasti hyvän olon tunteen varjoon. Etenkin yhdistettynä saunomiseen avantouinti voi tuottaa harrastajalleen ekstaattisen rennon olotilan. Pelkällä avantouinnilla ei tähän

hurmokseen aivan pääse, eikä pelkällä perinteisellä saunomisellakaan. Kylmän ja kuuman kylvyn sopiva vuorottelu on kuitenkin omiaan tuottamaan harrastajalleen syvää pyhyyttä, tasapainoa ja kaiken olevaisen harmoniaa uhkuvan tunteen.

Kuvaukset tuosta olotilasta ovat moninaiset mutta myös vajavaiset. ”On kuin olisin uudestisyntynyt” on hyvin tyypillinen selvitys asiantilasta. ”Kuin velat muuttuis saataviksi” on hauska, tosi ja kuvaava ilmaus. ”Voi kun on synnitön olo” antaa hyvin viitteen avantouinnin aiheuttaman olotilan ylituomailisista ulottuvuuksista. Ja hyvin käännäyttävä vaikutus tällä arktisella kasteella totisesti onkin.

Uskonnollisia piirteitä avantosaunomisesta voisi löytää paljonkin: On yhteisö. On rituaalit, joita luterilaisuudelle sopivasti kukin noudattaa omaan tahtiinsa. On alttari, jonka ääressä hiljennytään ja on kastevesi, josta yhä uudelleen haetaan pääsyä vaivoista; anteeksianto synneistäkin, jos synnin käsittää turhista asioista huolehtimiseksi. Saunaan ja veteen liittyvä peseytyminenkin eivät ole kovin kaukana uskonnollisista symboleista.

Avantosaunomisesta aiheutuva tunne oli minulle aikoinaan aivan uusi ulottuvuus olemiseeni niin fyysisellä kuin henkiselläkin tasolla. Ulottuvuus, joka ei auennut toiminnan ja suorituskyvyn suuntaan vaan pikemminkin siihen, mitä ihminen on perustaltaan, kun ei tee mitään, kun on niin täynnä tyhjyyttä, ettei tarvitse mitään ja ymmärtää kaiken. Ruumillis-henkisten olotilojeni skaala laajeni vallankumouksellisesti kohti sellaista hitautta ja rauhallisuutta, joita en osannut kuvitella itsestäni koskaan löytäväni. Tämä ahaa-elämykseni oli niin vahva, että minun on vieläkin vaikea ymmärtää, miten

kykenin elämään ihmisarvoista elämää ennen avantouimariuttani. Tässä mielessä ymmärrän syvän uskonnollisen kokemuksen läpikäyneitä ihmisiä, jotka yrittävät selittää muillekin, miksi kannattaa kääntyä uskoon, vaikken massiivista lähetystyötä olekaan nähnyt tarpeelliseksi.

Suurin osa avantouimareista ei kuitenkaan ajattele toimiaan uskonnolliselta kannalta. Kokemuksia pidetään äärimmäisenä rentoutumisena. Olen jossain keskustelussa yrittänyt kuvailla kokemusta ”nollaamisen” käsitteellä, mutta avantouimarikollega piti kuvausta vajaana. Hänestä ”nollaamiseen” liittyy jonkinasteinen negatiivinen lataus, mikä taas ei avantokokemukseen kuulu lainkaan. Pohdimme sitä, miten avannolla käynti tuottaa saman tunteen vaikka sinne menisi väsyneen masentuneena tai kiihtyneen ärtyneenä. Liian matalan aktiivisuustason se nostaa ja ylisuuren se laskee. ”Nollaaminen” ei tosiaankaan ole hyvä kuvaus noin monimutkaiselle tapahtumalle. Paras sanallinen kuvaus avantosaunomisen tästä puolesta oli ”jonkinlainen kalibrointi”. Teknillisen termin takana on ajatus siitä, että jostain avannon kylmyyden ja saunan kuumuuden väliltä ihminen löytää jonkinlaisen ”oman itsensä”.

Toisella teknisellä vertauskuvalla ihminen on kuin kuumuudessa muotoon puristettu esine, jota voi väännellä ja käännellä eri muotoiseksi. Sitten, kun esineen taas altistaa sopivalle lämpötilalle, esine palautuu taas alkuperäiseen muotoonsa.

Kaikille avantouintikokemuksille on yhteistä kehon ja hengen rentouden syvälle yltävä vuorovaikutus. Kylmässä vedessä uiminen

siis murtaa ja ylittää länsimaisen ajattelun peruskiven, henkisen ja ruumiillisen dikotomian.

7. Avantouintijulkisuus

Luin Helsingin Sanomissa ja Ilta-Sanomissa vuosina 1990-1999 julkaistuja avantouinti-aiheisia artikkeleita löytääkseni merkkejä ja mahdollisia syitä harrastuksen suosion kasvuun. Esioletukseni oli, että jutut ovat lisääntyneet. 1990-luvun puolivälin jälkeisinä runsaslumisina pakkastalvina alkoi Rauhaniemen saunallakin tottua paikalla ravaaviin lehtimiehiin, jotka etsivät eksoottista lähestymistapaa pakkasartikkeliin.

Vuosikymmenen aikana juttuja, joissa avantouinti ainakin mainittiin, ilmestyi Helsingin Sanomissa 39. Esioletus juttujen määrän lisääntymisestä piti paikkansa. Ensimmäisinä viitenä vuotena 1990-94 juttuja ilmestyi 11 kappaletta, kun taas jälkipuoliskolla määrä oli liki kolminkertainen: 28.

Ilta-Sanomien aineisto on huomattavasti vähäisempi, kaiken kaikkiaan 13 juttua. Nämäkin ovat vain kolmelta vuodelta: 1996 (2 kpl), 1998 (5 kpl) ja 1999 (6 kpl). Vuoden 1998 artikkeleista yksi oli lukijankirje. Tästäkin voi kuitenkin huomata, miten avantouinti on selkeästi tullut 1990-luvun lopulla osaksi valtajulkisuutta.

Seuraavassa taulukossa jaan Helsingin Sanomissa ja Ilta-Sanomissa ilmestyneet avantouintiaihteiset tai sitä sivuavat artikkelit viiteen eri tyyppiin: neutraaliin ("avantouintia voi harrastaa Kuusisaarella"),

terveydenhoidolliseen ("vaivat paranivat"), henkilökeskeiseen ("myös

	Neutraali	Terveys	Henkilö	Eksotiikka	Urheilu	Yht.
1990	-	-	-	1	-	1
1991	1	-	-	2	1	4
1992	-	-	-	-	-	-
1993	1	-	-	-	1	2
1994	2	-	1	-	1	4
1995	1	-	-	-	-	1
1996	1	-	-/2	-	2	3/2
1997	4	1	1	2	1	9
1998	1/1	1	-	1/3	4/1	7/5
1999	1	1	2/4	2/2	2	8/6
Yht.	12/1	3	4/6	8/5	11/1	39/13

Eppu harrastaa avantouintia"), eksoottisuushakuiseen ("suomalaiset ovat hulluja" ja "toimittaja kävi ensi kertaa avannossa") ja urheilulliseen ("Pirkko sijoittui toiseksi") juttutyyppeihin. Jaottelu on karkea ja osassa juttuja esiintyi useampi mainituista näkökulmista..

Taulukko 1. Avantouintia käsittelevien Helsingin Sanomissa/ Ilta-Sanomissa ilmestyneiden lehtijuttujen tyyppijakautuma 1990-luvulla.

Vuosikymmenen lähestyessä loppua varsinaisten avantouintia käsittelevien juttujen määrä lisääntyi pelkkien mainintojen sijasta. Tyypillinen mainintayhteys on Suomessa oleilleen ulkomaalaisen haastattelussa, oli kyseessä sitten Etelä-Afrikan suurlähettiläs, joka poistuessaan Suomesta jää kaipaamaan avantouintia (IS 1999), ulkomainen opiskelija vertailemassa eri maiden tapoja (HS 9.12.1990) tai osallistuja Jorma Panulan kapellimestarikoulun diplomikurssilla, jonka läpäisyyn kuuluu avantouinti Kirkkonummen Piiparilassa (HS 16.2.1991): "Yhtä Ranskan poikaa lukuunottamatta kaikki ovat

uineet”. Erikoisin yhteys on elokuvan ”Olin nahjuksen vaimo” arvioinnin yhteydessä (HS 12.11.1991), jossa mainitaan, miten elokuvan nahjus (Leif Wager) karaisee itseään nahjuksesta mieheksi mm. ajamalla motocrossia ja uimalla avannossa. Mitenkään yllättävää ei liene, että Ilta-Sanomien avantouintiaiheisista kirjoituksista noin puolet liittyi tunnetun henkilön tai missikokelaiden avantouintiharrastukseen tai -kokeiluun.

Yhteistä kummassakin lehdessä on kuitenkin terveydellisen näkökulman mainitseminen lähes joka jutussa. Avantouinti auttaa lehtien juttujen mukaan julkkiksen atooppiseen ihottumaan (IS 7.8.99), toisen julkkiksen migreeniin (IS 14.8.99), modernin tanssijan ruumiilliseen yleistilaan (HS 12.10.1997) ja yleisesti reumaan (HS 1.2.1998). Unettomuuteen avantouinti ei juttujen mukaan (HS 12.2.1997) auta ja yhden kuolemantapauksen raportoidaan tapahtuneen vainajan rakkaan harrastuksen äärellä (HS 19.3.1994).

Avantouinnin SM-kisat ovat saaneet helsinkiläislehtien toimittajat liikkeelle tasaisesti läpi vuosikymmenen, Helsingin Sanomat raportoi kisoista melko uskollisesti joka toinen vuosi, vain vuosina 1993 ja 1994 julkaistiin peräkkäiset raportoinnit.

Harrastuksen suosion kasvua näkyy hyvin kisojen osallistujamäärien raportoinneissa. Kun vuoden 1990 kisoissa osallistujia oli ”toistasataa” ja alan harrastajiksi Suomessa arvioitiin ”4000-5000”, kolmen vuoden kuluttua Joensuussa kilpauimareita oli jo 500 (HS 28.2.1993) ja 1994 lajin harrastajamääräksi veikkattiin 40 000:tta (HS 11.2.1994). 1993 kisat saivat viralliset säännöt ja puitteet. Vuoden 1998 kisojen osallistujamääräksi järjestäjät arvioivat HS:n (31.1.1998) mukaan.

Entä onko avantouinnin suosioon vaikuttanut 1990-luvun alun lama-aika ja samoihin aikoihin päätään nostanut kansallisten erityispiirteiden korostaminen? Laskusuhdanne pudotti mm. ulkomaanmatkailun suosiota kotimaanmatkailun kasvaessa. Kotimainen ruoka juureksineen ja vanhoine resepteineen alkoi kiinnostaa hienostelevaksi koettujen ulkomaalaisten erikoisraaka-aineiden kustannuksella. Samalla tavalla 1980-luvulla rakennetut kalliit kylpylät alkoivat potea asiakaspulaa, kun ihmiset etsivät halvempia ja kiinnostavampia elämänsisältöjä, kuten vaikkapa avannossa käynnin kaltaista perusasiaa. Ajatus ei saa juurikaan tukea lehtiartikkeleista. Tutkimani sanomalehtikirjoittelu (ainakin Helsingin Sanomien osalta) painottuu faktapohjaiseen kirjoitteluun ilmiöstä. Ja jos avantouintia yrittäisikin sorvata suomalaisten sankarilliseksi yksinoikeudeksi, ainakin venäläisten maratonuimarien vierailut (esim. 1997, 1998) ovat vieneet hankkeelta ikävästi pohjaa pois.

Myös tiedotusvälineiden (eritoten aikakauslehtien) yleistynyt tapa eksotisoida arkipäiväisiä vanhoja asioita ja tapoja uusiksi life style -erikoisuuksiksi on kiillottanut avantouinnista muillekin kuin vanhoille reumaattisille naisille sopivan lajin. Samoin on käynyt Kaustisten kansanmusiikkijuhlille ja ortodoksisille luostareille, pienemmistä ilmiöistä puhumattakaan. Tällainen ”tavallisen” korottaminen ”erityiseksi” voidaan nähdä kahden suuntauksen tuloksena. Ensinnäkin siinä näkyy koulutuksen lisääntyminen ja professionalismin tunkeutuminen myös aikakausjournalismiin. Pitkän koulutuksen ansiosta toimittajiksi päätyvien maailmankuva on pakostakin enemmän tai vähemmän opiskelijan maailmankuva. Tästä

johtuu se, että ns. normaalin väestön toimet vaikuttavat uusilta ja jännittäviltä, kaiken kaikkiaan hyvinkin jutun arvoiselta.

Toisekseen ilmiössä näkyy konkreettisesti yhteiskunnan eriytyminen ja atomisoituminen. Perheet ovat pienentyneet. Naimattomien aikuisten määrä on lisääntynyt. Vanhempien luota muutetaan pois aikaisin. Vanhukset siirretään omiin laitoksiinsa tai sairaaloihin. Tämä johtaa helposti siihen, että

ihmisten koko elämänpiirin — niin töissä kuin ystävyysuhteissa — täyttävät samankaltaiset ihmiset, jotka ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa kuin he itsekin. Tuoreen lapsiperheen vanhemmat eivät enää viihdykään vanhojen naimattomien ystäviensä kanssa. Juuri eläkkeelle siirtynyt ihminen huomaa, että ystävyys työpaikalla perustuikin yhteiseen työhön eikä syvälliseen hengenheimolaisuuteen. Nuoret tapaavat isovanhempiaan vain suurimpina juhlapyhinä ja silloinkin näiden jorinat vanhoista ajoista ja ihmisistä ehtivät pitkästytää.

Homogeenisuus johtaa helposti sellaiseen näköharhaan, että ”kaikki muutkin ihmiset toimivat niinkuin minä ja lähimmäiseni”. Tälle näkökulmalle usein vain tiedotusvälineet tarjoavat vaihtoehdon. Television dokumenttien ja aikakauslehtien tapa esitellä ”erilaisia tapoja elää” sisältää tältä kannalta melkoisen uutuusarvon ja melkoisen eksoottisuusasteen. Jutun kohde saattaa asua naapurissa, mutta kun hänen näkemyksiään esitellään tiedotusvälineessä, ne nousevat sattumien summasta tietoisesti valituksi vaihtoehdoksi, jonka muutkin voivat elämäntyylikseen valita, koska se on jo saanut sosiaalisen arvostuksen (”siitä on mm. tehty lehtijuttu”). Baumanin ajatus (1997, 128) ”markkinat panevat näytteille laajan valikoiman

identiteettejä, joista kukin voi valita omansa” toteutuu tässä käytännössä.

8. Avantouimarien uusheimo

Klassinen sosiologia — mm. Tönnies (1971, 300) — jakaa ihmisten yhteisölliset toimet Gemeinschaftiin ja Gesellschaftiin. Gemeinschaft sijoittuu esimoderniin aikaan, jolloin yhteiskunnallisina rakenteina toimivat perhe, suku ja kyläyhteisö. Elämää hallitsivat kartanonherra, kilta ja kirkko. Vanha talonpoikaisyhteisö on tällaisen yhteisön tyypiesimerkki. Yksilöllistyminen ja teollistuminen muuttivat yhteiskuntaa niin, että vanhat yhteisöjä koossapitäneet rakenteet menettivät merkityksensä ja uusia muodostui. Modernin Gesellschaftin tyypillisiä rakenteita taas ovat ammattiliitto, luokka ja valtiobyrokratia.

Rauhaniemen avantouimarien ryhmää on vaikea sijoittaa näihin jaotteluihin. Sen jäseneksi ei synnytä niin kuin traditionaaliseen Gemeinschaftiin. Sen jäseneksi pääseminen ei riipu yhteiskunnallisesta luokasta tai ammatista, kuten modernin Gesellschaftin klassisessa tulkinnassa. Yhteisöön pääsemiseksi ei ole pääsykokeita (kylmään veteen menemisessä ainoa tuomari on menijä itse, ei kukaan ryhmän jäsen) eikä sen jäseneksi pääsemiseen edellytä suuria investointeja.

Tällaisena ryhmänä avantouimarit tuovat mieleen Zygmunt Baumanin uusheimon käsitteen. Bauman kirjoittaa Sosiologinen ajattelu - kirjassaan (1997, 257), että nykyajan ihmiset hakevat identiteettiä

kuluttamalla. Samanalaisia kulutustottumuksia noudattavat ihmiset muodostavat uudenlaisia yhteisöjä, joita Bauman kutsuu uusheimoina. Näihin heimoihin ei Baumanin mukaan synnytä tai liitytä niin kuin perinteisiin ”ryhmiin, jotka perustuvat selkeästi määritellyyn jäsenyyteen, haluun hyväksyä tai sulkea ulkopuolelle jäseniä, valvoa heidän käyttäytymistään ja sovittaa se ryhmän hyväksymiin rajoihin sekä painostaa jäseniä yhdenmukaisuuteen”. Näihin uusheimoihin pääsee jäseneksi ostamalla niiden symboleita, eivätkä ”ne piittaa lainkaan siitä, ketkä julistautuvat niiden jäseniksi. Niillä ei ole (...) valintalautakuntia määräämässä, kenellä on oikeus kuulua joukkoon ja kenellä ei.” Uusheimoihin voi siis liittyä ja erota mielensä mukaan.

Monet Baumanin esittelemät uusheimon kriteerit sopivat Rauhaniemen avantouimareihin erinomaisesti. Sekään yhteisö ei valikoi jäseniään, kuka tahansa saa tulla ja mennä halujensa mukaan. Yhteisö ei myöskään kontrolloi jäsentensä käyttäytymistä Rauhaniemen kansankylpylän ulkopuolella. Rauhaniemen avantouimarit saattavat käyttäytyä siviilissä aivan omien halujen ja taipumustensa mukaan ilman että kukaan ”johtava avantouimari” tulisi ja kontrolloisi heidän toimiaan.

Vaikka saunalla kaikki käyttäytyvätkin tiettyjen käyttäytymismallien mukaan, kyse ei oikeastaan ole siitä, saako niin tai näin tehdä vaan siitä, että tuo käyttäytyminen — avantouinti saunomisineen — on ryhmään kuulumista. Ryhmä syntyy jäsentensä toimimisen kautta. Jos ei käy avannossa ja saunassa eikä vilvoittele seinustan penkeillä, ei yksinkertaisesti kuulu avantouimarien heimoon. Avantouimarien heimoon siis liitytään toiminnalla ja siitä erotaan lopettamalla toiminta.

Tässä tullaan Baumanin uusheimon ja Rauhaniemen avantouimarien uusheimon eroon. Baumanin mukaan uusheimojen sisäänpääsyä valvovat markkinat, koska uusheimot ovat itseasiassa kulutustottumuksia, jotka muodostuvat yksilöiden halusta luoda oma identiteettinsä kuluttamalla. Avantouimarien ryhmään tämä ei päde ainakaan suoraan. Rauhaniemen saunomismaksu (kertalippu 15 mk, sarjalipulla 12 mk/kerta, opiskelijat ja eläkeläiset 10 mk/kerta syksyllä 2000) on sen verran nimellinen, ettei se olennaisesti rajoita ryhmään haluavia ihmisiä ulkopuolelleen eikä sen hankkiminen siis näin luo erottelua verrattuna muihin ryhmiin. Myöskään saunomisvälineiden kuluttamisella erottautuvasta ryhmästä ei ole kyse — uimahousut, pyyhe ja mahdollisesti uimatossut ynnä pipo ovat kaikkien ulottuvilla olevia arkipäiväisiä esineitä. Eikä Rauhaniemi sijainnillaankaan luo omaa kulutukseen perustuvaa uusheimoa, kuten voisi ajatella vaikkapa Bora Boralla vuosittain sukellusta harrastavien ihmisten ryhmästä.

Voisiko Rauhaniemen avantouimarit olla siis baumanilainen uusheimo siksi, että se EI edellytä jäseniltään kuluttamista? Myös ei-kuluttaminen määrittyy kuluttamisen kautta — ehkä jopa vahvemmin kuin kuluttamisen eri suuntaukset — joten tässä mielessä uusheimosta voidaan täydellä syyllä puhua.

Se, että avantouintiharrastus on niin neutraali kuluttamisen suhteen, tekee siitä oikeastaan kulutusvastaisen. Ne, jotka eivät kuluta kuluttamiskeskeisessä yhteiskunnassa, asettuvat valtaideologiaa vastaan. Toisaalta avantouimarius ei uusheimoilta tyypillisesti rajoita harrastajiensa käyttäytymistä, joten saunan sekä avannon ulkopuolella

ryhmän jäsenten kulutustottumuksiin ei puututa. Kuitenkin se, että harrastaa jotain, mikä ei maksa mitään eikä tuota mitään näkyvää hyötyä (koska avantouinnin terveysvaikutukset ovat vielä lääketieteellisesti kyseenalaisia), voidaan nähdä kulutusyhteiskunnassa ikävänä muistutuksena siitä, että ihmiset voivat iloita ja tavoitella jotain, mistä ei tarvitse maksaa ja jolla ei voi rikastua muuten kuin henkisesti. Tässä mielessä avantouinnin kaltaisista ilmiöistä saatavien kokemusten voisi ajatella ottaneen taiteen kokemisen ja tekemisen sijaan.

Kun taiteen tekijöiden ja taideteoksien hyvyttä mitataan nykyään yhä enemmän rahassa, ne eivät toimi samalla tavalla vaihtoehtona materialistiselle arjelle vaan ovat muuttuneet osaksi kulutusyhteiskuntaa. Niinpä taiteen harrastamiseltakin menee tavallaan sen vanha itsetarkoituksellinen funktio pois. Enää ei riitä, että teokset ovat hyviä sinänsä, ne pitää olla valmis myymään ammattitaitoisesti. Tämä taas edellyttää enemmänkin yrittäjäasennetta kuin ”taidetta taiteen vuoksi” -mentaliteettia. Taideteokset eivät enää tavallaan ole olemassa, jos niiden arvoa ei mittaa markkinoilla. Ammattitaiteilijoiden teokset ovat taas massamyyntipakon vuoksi muuttuneet yhä lähemmäksi pinnallista viihdettä, jonka tarkoitus ei ole tuottaa kouraisevia elämyksiä vaan saada yleisön aika kulumaan niin, ettei se pitkästy. Avantouinti ei tässä mielessä ole viihdettä vaan vaikutuksiltaan lähempänä taiteen vanhaa psykofyysistä kohottavuutta.

Voisivatko avantouimarit siis olla elämysten kulutustyylien perusteella muodostuva uusheimo? Gerhard Schulzen (1992) elämysyhteiskuntateorian mukaan länsimainen nykyihmisen ulkoiset

olosuhteet ovat sen verran väljät, että yhteiskunnassa vallitsee elämysrationaliteetti. Toimija järjestää ulkoiset olot oman sisäisen päämääränsä toteutumiseksi tarkoituksenaan ”saavuttaa mahdollisimman hyviä sisäisiä vaikutuksia. Tämä on samaa kuin luoda itselleen sisäisesti kaunis elämä”, kiteyttää Noro (1995, 122-123) Schulzen ajatuksia. Schulzen mukaan eksistentiaalinen tilanteemme elämysyhteiskunnassa on enemmän rikkaan kuin köyhän. Niin myös ongelmat, joita sosiaalihistoriallisesti on tavattu lähinnä aateliston ikävystyneisyytenä ja munkkien melankoliana, yleistyvät väijymään kaikkia kansalaisia. Elämän päämääräongelmat ovat suuret, ja orientaatio elämyksien hakemiseen luo totunnaistunutta elämynälkää, jonka tyydyttymättömyys luo jatkuvia pettymyksiä (mt., 123).

Avantouinti voidaan nähdä erääksi versioksi tällaisesta elämän laadun parantamisen jahtaamisesta; yhdeksi elämysyhteiskunnan löytämäksi tavaksi ruokkia vaativan kuluttajan pohjatonta elämynälkää. Avantouinnissa on monia etuja: se on edullista, sitä voi harrastaa lähellä asuinpaikkaa ja vaikka joka päivä — elämys tuntuu silti joka päivä uudelta ja ennenkokemattomalta. Ainoa ongelma on se, että elämystenmetsästäjien uusheimossa avantouimari leimautuu — vaikkakin mahdollisesti sankarilliseksi itsensä ylittäjäksi — väistämättä tavalliseksi arkisten rutiinien toistajaksi, koska avantouintielämys on sitä parempi, mitä enemmän sitä harrastaa.

Tältäkin kannalta piintynyt avantouimari on huono kuluttaja: hän ei alituisen vaihda elämyksenetsinnän kohdetta. Kuluttaminen kun on identiteetin loppumatonta etsintää, jonka tarkoituskaan ei ole löytää mitään lopullista onnea. Niin kuin Bauman sanoo (mt., 259):

”Missään vaiheessa emme voi sanoa ´olen perillä, se on tehty, nyt voin rentoutua ja rauhoittua´. Juuri kun olin valmis nauttimaan kauan jatkuneiden ponnistelujen hedelmistä, horisonttiin ilmestyy uusi houkutus, ja juhlatuuleni katoaa saman tien.” Avantouinti ei siis ole kuluttamisen tapa siinä mielessä, että sen harrastaja on löytänyt rauhan, ja tässä se eroaa uusheimonkin kuvasta.

Avantouinti yhdistetään kylmässä vedessä uimisen vuoksi viime vuosina yleistyneisiin nk. extreme-lajeihin. Näiden ihmisen suorituskyvyn ääri rajoja koettelevien harrastusten (eli elämysten etsinnän), kuten vuorikiipeilyn, eksoottisissa maisemissa patikoinnin ja kielletyillä rinteillä lumilautailun perusolemus on juuri Baumanin kuvailema alituisen riittämättömyyden tuntu. Extremisti ajattelee, että voidakseen olla oma itsensä ja yhteiskunnan täysivaltainen jäsen, täytyy päästä kiipeämään Kilimandjaron huipulle. Tuon kiipeilysuorituksen jälkeen mielessä alkaakin pilkottaa base-hyppy Pyynikin näkötorresta ja tämän jälkeen uusi uroteko. Avantouinnin perusajatus on juuri päinvastainen. Kun avantouinnin on löytänyt, voi nimenomaan todeta olevansa perillä ja voivansa vihdoinkin rentoutua ja rauhoittua. Ja vaikka kylmässä vedessä uimisestakin voisi helposti tehdä teemamatkailulajin — itse tein kerran kesälomamatkan Norjaan päästäkseni matkan varrella uimaan Jäämeressä ja Inarinjärvessä — sellaisen merkitys on lähinnä kurioositeettinen, koska harrastuksen idea on sen jokapäiväisyydessä.

Avantouimari samastuu siis uusheimoon, joka ei kuluta tavaroita eikä elämyksiä. Voisiko kyseessä olla terveystalouden kuluttajien uusheimo, ovathan avantouinnin oletetut terveydelliset edut usein päällimmäisenä avantouintikeskustelussa? Uimareiden keskuudessa

terveydelliset näkökohdat eivät useinkaan ole tärkein syy jatkaa saunalla ja avannolla käymistä. Jäisen veden äärelle palataan monta kertaa viikossa lähinnä siksi, että se on koettu mukavaksi, eikä siitä ole (todistettua) haittaakaan.

Avantouinnin terveysvaikutukset ovat tieteellisesti kiistanalaisia. Harrastuksen lääketieteellisiä vaikutuksia on vaikea tutkia ja eristää muista terveydentilaan ja vastustuskykyyn vaikuttavista muuttujista. Aiheen tutkimattomuus kertoo kuitenkin lähinnä suomalaisen koululääketieteen läpäisseestä kulutusideologiasta. Esimerkiksi reuman kylmähoito on viime aikoina herättänyt kiinnostusta myös Suomessa. Aiheen tutkiminen on kuitenkin aloitettu niin, että maahan on rakennettu useita miljoonia markkoja maksanut kylmähuone, jonne potilaita eri puolilta Suomea kuljetetaan saamaan (kallista) hoitoa viikon tai parin ajaksi kerrallaan. Avantouinnin positiivisten vaikutusten tieteellinen tutkimus ei voi kuin unelmoida tuollaisista määrärahoista. Reumapotilaiden oireet huojentuvat kylmähuoneissa, mutta lähinnä vain hoitokuurin ajaksi. Avantouinti sen sijaan on hoitomuoto, jota voisi harjoittaa päivittäin halvalla lähiympäristössä, mikä olisi kaiketi potilaiden kannalta parempi. Mutta avantouintitutkimus ei ilmeisesti tarjoa lääketehdaille tai lääketieteellisen fysiikan asiantuntijoille voittojen mahdollisuuksia, joten sitä ei kannata tehdä.

Vapaaehtoisilla kylmäkylvyillä pyritään osaltaan myös välttymään terveydenhoidon asiantuntijajärjestelmien haittavaikutuksilta. Kunnallisella terveydenhoidolla ei etenään siitä enemmän kokemuksia saaneiden vanhempien ihmisten keskuudessa ole kovin tehokas maine. 1990-luvun laman aiheuttamat henkilökunnan ja

hoitotavoitteiden ankara karsinta on tuottanut maamme terveyskeskusjärjestelmälle sellaisen maineen, että siellä saa useammin taudin kuin oikean lääkkeen tautiin. Tältä halutaan välttyä, ja jos avantouinti auttaa pitämällä nuhan ja muut pikkuvaivat loitolla, se auttaa osaltaan ”pääsemään hautaan terveenä”, kuten Rauhaniemenkin pukuhuoneessa usein kuultu lohkaus asian ilmaisee.

Tässä mielessä avantouinti sanoutuu siis irti paitsi kulutusideologiasta, myös asiantuntijoiden hallitsemasta lääketieteellisestä kaanonista. Tämä sopii hyvin Scott Lashin (1997, 153-235) esittämiin tulkintoihin Ulrich Beckin (1997, 11-82) esittämistä itserefleksiivisyyden ja rakenteellisen refleksiivisyyden käsitteistä. Beckille (mt 162) ”rakenteellinen refleksiivisyys merkitsee vapautumista hallitsevan tieteen asiantuntijajärjestelmistä”. Avantouinti on yksi keino ottaa kehon hyvinvoinnin ylläpito omiin käsiin. Se voidaan laskea yhdeksi itselääkinnän muodoista. Potilaiden hoitaminen kylmällä vedellä ei kuitenkaan kuulu tieteellisen lääketieteen asiantuntijoiden suosikkiajatuksiin. Niinpä harrastus ilmaisee vahvaa ”epäluottamusta hallitsevan tieteen asiantuntijajärjestelmiä” kohtaan. Toisaalta avantouimarien joukossa vallitsee myös vahva halu saada avantouinti lääketieteellisten auktoriteettien tunnustamaksi terveydenhoitotavaksi ja kova kiinnostus kaikkia tähän viittaavia uutisia uusista tutkimustuloksista kohtaan.

Beckin mukaan itserefleksiivisyydelle luonteenomaista on ”vapautuminen erilaisista psykoterapioista ja mahdollisuus niiden kritikoimiseen” (mt 162). Avantouinnin psyykkiset vaikutukset toimivat myös tähän suuntaan. Etenkin saunaan yhdistettynä se

suoristaa henkiset solmut ilman psykoterapioille tyypillistä ulkoista tai tietoista ohjausta. Pirkko Huttusen (2000, 90) mukaan avantouinnin pitkäaikainen harrastaminen kohentaa mielialaa ja parantaa psyykkisiä voimavaroja. Avantosaunan lauteilla huomaa, että alan harrastajat ovat auliita ja kykeneviä kertomaan omista tuntemuksistaan ja pohtimaan, miten avantouinti (muiden seikkojen ohessa) vaikuttavat omaan ruumiilliseen ja henkiseen hyvinvointiin. Avantouinti korvaa siis psykoterapiat kahdella tavalla: Ensinnäkin se parantaa mielialaa ihmisen sisäisen kemian kautta. Toiseksi se antaa jäsenyyden löyhään yhteisöön, jonka ominaisuuksiin kuuluu vapaaehtoinen omien tuntemusten ja tunteiden analysointi ilman, että jäsenyydestä kuitenkaan aiheutuisi perinteisiä yhteisöön kuulumisen velvollisuuksia.

Yksilöllistymisen aiheuttama refleksiivisyys johtaa Beckin (1997, 77) mielestä yhteiskunnalliseen muutokseen ympäristövaarojen minimoinnin kautta. Giddensille (1990, 112-13, 131-32) taas nykyajan ongelma on se, ”miten tulla toimeen psyykkisten ja sosiaalisten uhkatekijöiden kanssa ja samalla säilyttää kohtuullinen määrä järjestystä ja vakautta sekä persoonallisuudessamme että yhteiskunnassa”. Avantouimareille vastaus ei ole asiantuntijajärjestelmät vaan heidän harrastuksensa. Kylmään veteen totuttautuminen karaisee ruumista terveemmäksi, kohottaa stressinsietokykyä paremmin nykyaikaisen ei-ruumiillisen työelämän haasteita vastaavaksi ja parantaa sosiaalisia taitoja. Kaikki tämä auttaa persoonallisuutta pysymään vakaana, eikä ole ainakaan tietoisella tasolla suunnattu muuttamaan yhteiskuntaa muuten kuin ehkä rennompaan, hyväntuulisempaan ja kaiken kaikkiaan inhimillisempään suuntaan.

On helppoa nähdä avantouinnin suosion kasvu jälkimodernien ihmisten keskuudessa muotina muiden joukossa. Siinä on mukana vanha kansallinen kylpyperinne. Se kiehtoo suomalaisia, jotka viime vuosikymmenten jatkuvaksi muuttunut rakennemuutos ja kansainvälistyminen ovat sysänneet historiattomaan tilaan. Toisaalta Rauhaniemen avantouimarien ryhmä on nykyaikainen ryhmä ja siitä puuttuvat täysin vanhojen perinteiden ikäviksi mielletyt tarkkailun, ahdasmielisyyden ja velvollisuuksien paineet. Rauhaniemessä yleisessä saunassa saunominen ei ole varattomien ainoa mahdollisuus tai yksi eliitin kokoontumispaikoista. Se on yhteiskuntaluokat ja kategoriat ylittävä paikka luoda uudet juuret — ei välttämättä tiettyyn paikkaan tai tiettyihin ihmisiin — vaan yleismaailmallisempaan ryhmään. Tämän ryhmän jäseniä yhdistää se, mitä he kantavat sisällään, koska se, millä avantouinti toimii, on jokaisen ihmisen sisällä ja kylmä vesi saa sen käyntiin. Kaikki ihmiset ovat siis potentiaalisia avantouimareita. Näin avantouinti sisältää vahvan yleismaailmallisen humanistisen ideologian. Kaikki ihmiset (sydän- ja verisuonitautipotilaat lääkärin luvalla) ovat samanvertaisia kylmän veden ja kuumen kiviröykkiön edessä.

Vapaaehtoinen yhteissaunominen edellyttää ja kannustaa myös sosiaaliseen pelottomuuteen. Viime vuosina suomalaisten saunomistavat ovat eristyneet. Sähkökiukaalla varustetuista pikkusaunoista on tullut normaali kerrostaloasuntojen osa. Näissä saunoissa ei tahtomattaan tarvitse alistua alastomana vieraiden katseille. Näin saunomispaikan, saunomisajan ja oman alastomuuden hallinta on yhä paremmin yksilön kontrolloitavissa. Yhteissaunassa näistä kaikista käsillä olevista oikeuksista luovutaan ja saunoja alistuu

ryhmän jäseneksi ja noudattamaan saunan aukioloaikoja. Avantosaunassa ihmisen erityisyys kuitenkin säilyy. Eihän kuka tahansa uskalla avantouintia harrastaa.

Ehkä ihmiset ovat myös kyllästyneet saunomiseen yksin. Yleiset saunat taas ovat hävinneet kaupungeista, ja uimahallien lisäksi niitä löytää nykyään lähinnä avantouintiseurojen pyörittäminä. Saunojen määrän tasapainon etsimisen ohjenuoraksi sopii hyvin venäläinen sanonta: ”Jos meillä on vähän saunoja, elämme yhteisyydessä. Jos saunoja on liikaa, elämme yksinäisyydessä, koska emme enää vieraile toistemme luona.”

Lähteet

Aaland, Mikkel (1978) Sweat. Capra Press. Santa Barbara

Arstila, Antti (1983) Suomalainen sauna. Weilin+Göös, Espoo

Bauman, Zygmunt (1997). Sosiologinen ajattelu. Suom. Jyrki Vainonen. Vastapaino, Tampere.

Beck, Ulrich (1995). Poliitiikan uudelleen keksiminen: kohti refleksiivisen modernisaation teoriaa. Teoksessa Beck, Ulrich & Giddens, Anthony & Lash, Scott: Nykyajan jäljillä Refleksiivinen modernisaatio. Vastapaino, Tampere, 11-82. (Suomentanut Leevi Lehto.)

de Landa, Diego Fray (1997) Kertomus Jukatnin asioista. Suom. Helinä Karttunen ja Ulla Ranta. Like, Helsinki.

Eräsaari, Leena (1994) "Minkäläinen tekotuote on etnografia". Janus, sosiaalipolitiikan ja sosiaalisen tutkimuksen aikakauslehti 2:2, 362-372. Fresenius, Hanna (1974) Sauna, der ärztliche Führer, Gräfe und Unzer Verlag. München.

Giddens, Anthony (1990) The Consequences of Modernity. Polity, Cambridge.

Giddens, Anthony (1995) Elämää jälkitraditionaalisessa yhteiskunnassa. Teoksessa Beck, Ulrich - Giddens, Anthony - Lash, Scott: Nykyajan jäljillä Refleksiivinen modernisaatio. Vastapaino, Tampere, 83-152 . (Suomentanut Leevi Lehto.)

Gubrium, Jaber F. & Holstein, James A. (1994) "Uusi etnografia ja elämän sosiaalinen rakentuminen". Janus, sosiaalipolitiikan ja sosiaalisen tutkimuksen aikakauslehti 2:2, 352-361.

Huttunen, Pirkko: Avannossa ei härskiinny (2000). Artikkelit teoksessa Heikura, Pasi - Huttunen, Pirkko - Kinnunen, Taina: Hyinen hurmio. Edita. Helsinki, 61-116 .

Helsingin Sanomat. Avantouintiaiheiset artikkelit vuosikerrat 1990-1999.

Ilta-Sanomat. Avantouintiaiheiset artikkelit vuosikerrat 1990-1999.

Lash, Scott (1995) Refleksiivisyys ja sen vastinparit: rakenne, estetiikka, yhteisö. Teoksessa Beck, Ulrich - Giddens, Anthony - Lash, Scott: Nykyajan jäljillä Refleksiivinen modernisaatio. Vastapaino, Tampere, 153-235. (Suomentanut Leevi Lehto.)

Noro, Arto (1995) Gerhard Schulzen elämisyhteiskunta. Teoksessa Rahkonen, Keijo (toim.) Sosiologisen teorian uusimmat virtaukset.. Gaudeamus, Helsinki, 120-140.

Paulaharju, Samuli (1982) Karjalainen sauna. Suomalaisen kirjallisuuden seura. Helsinki.

Prescott, William H. (1995) Meksikon valloitus. Toinen painos (1. painos 1942). Suom. Eino Palola. WSOY. Helsinki.

Schulze, Gerhard (1992) Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart. Campus. Frankfurt am Main.

Suomen Latu ry:n Avantouintitutkimus 2000. Painamaton julkaisu.

Tönnies, Ferdinand (1971) On Sociology: Pure, Applied, And Empirical, Selected Writings. Toim. Werner J. Cahnman ja Rudolf Heberle. The University Of Chicago Press. Chicago.

Urkola, Anna-Maija 1977: "Rauhaniemen kansankylpylän vaihteita". Tammerkoski-lehti 9/1977

Wallin, G.A. (1989) Tutkimusmatkoilla arabien parissa. Toinen painos. (1. painos 1966) Suomeksi toimittaneet Jussi Aro ja Armas Salonen. WSOY. Helsinki.

Vuorenjuuri, Martti (1967) Sauna kautta aikojen. Otava. Helsinki.

Kiitän tutkielmani ohjaajaa Merja Kinnusta rohkaisusta ja kannustuksesta, avopuolisoani Heli Alkua tutkielman kieliasun parannusehdotuksista ja tamperelaisia avantouimareita olemassaolosta.