

Aku Visala
Masennuksen
filosofia



Gaudeamus



Koneen Säätiö on tukenut tämän kirjan kirjoittamista.

Copyright © 2026 Tekijä & Gaudeamus

Gaudeamus Oy
www.gaudeamus.fi

Kannen suunnittelu: Maria Manner

KL 17, 14, 59.563

ISBN 978-952-345-346-3

Painopaikka: Tallinna Raamatutrükikoja ÕU, Tallinna 2025

Sisällys

Johdanto	9
I Masennuksella ei ole yhtä syytä, koska se ei ole yksi asia . . .	20
II Masennus ei ole aivojen toimintahäiriö – ainakaan arkisesti käsitettynä	71
III Masennus on mielialan häiriö	89
IV Masennus muovaa kokemusta ja ajattelua	106
V Masennus muovaa minuutta	137
VI Masennus ei vapauta vastuusta	159
VII Masennus ei tee merkityksellistä elämää mahdottomaksi . .	205
VIII Uskonto voi antaa masennukselle merkityksen	226
IX Maailma on paska, joten on sopivaa synkistellä	255
X Filosofia masentuneen apuna	274
Viitteet	299
Kirjallisuus	311
Kiitokset	326
Kirjoittaja	328