

Mikä hoitaa sielua?

Unelma sielunhoidollisesta kirkosta
Meditatiivinen laulu
Kaksi kysymystä sielunhoidosta





4



16



26



28



38



36



40

- | | |
|--|---|
| 3 Pääkirjoitus Miten hoitaa sielua? | 26 Kuvat – Peilissä sielunhoitaja |
| 4 Kuvassa Marjatta Malmberg | 28 Meditatiivinen laulu hoitaa kokonaisvaltaisesti |
| 6 Unelma sielunhoidollisesta kirkosta | 30 Bibliodraama ja sielunhoito |
| 8 Sosiopoliittinen sielunhoito | 32 Hei, haluaisitko jutella jostain? |
| 10 Hengellisyys vahvasti läsnä diakoniatyöntekijöiden sielunhoitotyössä | 34 "Odotan sieluani" – ajatuksia kiireestä ja kohtaamisesta |
| 12 Sielunhoidon koulutus Helsingin yliopiston teologisessa tiedekunnassa | 36 Kaksi kysymystä sielunhoidosta |
| 14 Sielunhoidolliset ryhmät työväliseenä | 38 Sielunhoitoa hengellisen väkivallan uhrille |
| 16 Teemme tätä työtä myös sydämellä | 40 Sielunhoitoterapia vastaa ihmisten hätään |
| 18 När ordet blir kött - om beröring i sjukhussjälavården | 42 Sotatraumojen purku luo ymmärrystä sukupolvien välille |
| 20 Perheet surevat yhdessä | 44 Henttiset Sielunhoitoa sieluttomalle? |
| 22 "Tätä on rakkauden sekasotku" | 47 Kirjat |
| 23 "Virret on mun rukousta" | 47 In memoriam Riitta Helosvuori |
| 24 Pyhä tanssi – mietiskelevää kehorukousta | 48 Iltahartaus Sisäinen portti? |

Miten hoitaa sielua?

Mieleni tarvitsee usein piristystä. Menen teatteriin, taidenäyttelyyn tai kävelemään rantamaisemiin. Nautin kokemastani ja tulen rikastuneena kotiin. Kehoni kaipaa aina hieman huoltoa ja kohennusta. Kuntosalilla tai iltalenkillä käynti vaikuttaa myönteisesti kumpaankin – mieleen ja kehoon. Entäpä sielu? Eikö se tule myös hoidetuksi, kun välitämme itsestämme ja pidämme voinnistamme huolta parhaalla mahdollisella ja meille sopivimmalla tavalla? Kyllä, tavallaan. Kunhan kaikessa on tilaa sielulle. Ja sielun hoidolle.

Oletko lukenut teoksen ”Sielu – Sielun pieni kuntokirja”? Ruotsalaisen piispa emeritus **Martin Lönnebon** kirjassa (Själen, Verbum 1999) kerrotaan, että ”hengellinen ja varsinkin uskonnollinen kuntoilu on meillä laiminlyöty. Tämä kuntoilu auttaa meitä syvemmin löytämään itsemme, lähimmäisemme, luonnon ja Jumalan.” Kirjassa tärkein kuntouväline on 20 helmen rukousnauha Pelastusrenkas. Sielun pieni kuntokirja onkin kirjoitettu aikuisille rukoushelmien käyttöoppaaksi. Kirjassa **Eva Norrenin** piirtämät 13 kuvaa lapsesta, ainutlaatuisesta sielustamme, kuljettavat lukijaa vaelluksella läpi elämän.

Vaikka en vielä ole osannutkaan ottaa rukoushelmiä käyttöön, niin mielestäni Lönnebon ajatus on erinomainen: sielu kuntokouluun! Missä on si-

nun sielusi tila? Onko sielulle tilaa siinä fyysisessä ympäristössä, joka ympäröi töissä ja vapaa-ajalla? Onko sielulle tilaa kulttuurissa, jossa aika tuntuu kuluvan kiihtyvässä tahdissa aina vain nopeammin?

Olen vakuuttunut siitä, että välillä on välttämätöntä löytää juuri ne paikat ja hetket, jossa sielummekin voi rauhoittua ja virkistyä. Arjessa on ympärillämme aina mukana niin monenlaisia kiirettä ja melua. Kotikirkossa käynti, aamuhartauden kuuntelu, ystävien kanssa käydyt syvälliset keskustelut elämän moninaisuuksista, lapsista, sairastumisista, vanhenemisesta – kaikki jakaminen hoitaa sielua. Sille on löydettävä tilaa. Ja aikaa.

Joskus tuntuu myös siltä, että kehon hoitaminen sujuu meiltä paremmin kuin sielun. Mistä löydät sielulle tilan? Se löytyy, kunhan teet sen etsimisestä ja löytämisestä totta. Joudut kyläpriorisoimaan, mutta se on tarpeellista. Muuten sekin hyvä jää vain kauliiksi unelmaksi...

Tilan antaminen omalle sielulle auttaa löytämään myös oman hengellisen tien, joka ei välttämättä ole näkyvillä niille, jotka tien vieriltä huutavat: Tule tänne! Tiedän, minne olet menossa!

Mikko Alatalo laulaa: ”*Missä maisema on avoin, elän täysin siemauksin.*” Vielä paremmin tarkoittamani tulee esille alkuperäisessä **Ulf Lundellin** tekstissä *Öppna Landskap*:

*”Jag trivs bäst i öppna landskap,
nära havet vill jag bo,
några månader om året,
så att själen kan få ro.*

*Jag trivs bäst i öppna landskap,
där vindarna får fart.
Där lärkorna slår högt i skyn,
och sjunger underbart.*

*Jag trivs bäst i fred och frihet,
för både kropp och själ,
ingen kommer in i min närhet,
som stänger in och stjälar.*

*Jag trivs bäst när havet svallar,
och måsarna ger skri,
när stranden fylls med snäckskal,
med havsmusik uti.”*

Antoisaa kesää!

● SAMPO MUURINEN



DIAKONIA

- ◆ JULKAISIJA: Diakonia ry, Kirkon diakonia ja sielunhoito, Suomen Diakonialaitosten Liitto, Diakoniatyöntekijöiden Liitto, Suomen Kirkon Seurakuntaopiston Säätiö, Kirkkopalvelut, Suomen Merimieskirkko, Espoon Diakoniasäätiö, Oulun Diakoniasalaitoksen Säätiö, Martinus-säätiö. ◆ HALLITUKSEN PUHEENJOHTAJA: Tapio Pajunen ◆ KUSTANTAJA: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa ◆ TOIMITUSKUNTA: Raili Gothóni, Marja Kantanen, Tiina Laine, Irene Nummela, Sari Peltonen, Terttu Pohjolainen, Hannu Rahikainen, Airi Raitaranta, ◆ TOIMITUS: PL 185, 00161 HELSINKI ◆ PÄÄTOIMITTAJA: Kalle Kuusimäki, p. 050 501 2901 ◆ TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ: Raili Suviranta: raili.suviranta@evl.fi ◆ TOIMISTOSIHTTEERI: Eila Karkkunen, p. 050 369 0988, eila.karkkunen@evl.fi ◆ TAITTO JA KUVANKÄSITTELY: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa ◆ TILAUKSET JA OSOITTEENMUUTOKSET: Eila Karkkunen, p. 050 369 0988, eila.karkkunen@evl.fi ◆ TILAUSHINTA KOTIMAAHAN: Tilaushinta kotimaahan 40 €/vuosikerta, ulkomaille 44 €/vuosikerta, opiskelijahinta 18 €. Osotietietoja voidaan luovuttaa kaupallisille ilmoittajille. ◆ KANSI: Kalle Ahonen ◆ LEHTI ILMESTYY 5 kertaa vuodessa. Numero 4/2013 ilmestyy 25.10.2013. Lehden teemana on Diakonia ja valta ◆ ISSN 0355-8797 ◆ ILMOITUSHINNAT: nelivärisenä 1,30 € / pmm. Ilmoitushintoihin lisätään arvonlisävero 24 %.
- ◆ ILMOITUSMYNTI: Jaana Mehtälä, p. 020 754 2309, jaana.mehtala@kotimaa.fi
- ◆ ILMOITUSTEN VASTAANOTTO JA VALMISTUS: ilmoitusmyynti@kotimaa.fi, p. 020 754 2000

 KOTIMAA-YHTIÖT

Myös kirkon työntekijä tarvitsee hengellistä ohjausta

Pastori Marjatta Malmberg on työskennellyt viimeisen vuosikymmenen Tampereen seurakuntayhtymässä mielenkiintoisessa tehtävässä. Hän on koordinoanut hengellistä ja työnohjausta oman työyhteisönsä väelle. Hiljaisuudesta kiinnostuneille seurakuntalaisille hän on taas järjestänyt ja ohjannut lukuisia retriittejä ja muita hiljaisuuden tapahtumia.

Tampereen seurakuntayhtymässä on kuutisen sataa työntekijää. **Marjatta Malmbergin** tehtävänä on kuunnella ohjauksen tarpeita ja auttaa ajan-kohtaisen tuen löytämisessä. Tehtäviin on kuulunut myös työhyvinvointia edistävien tapahtumien ja koulutusten järjestämistä.

– Pohdimme työntekijöiden kanssa, milloin tuen etsijän kohdalla on

tarvetta hengelliselle ohjaukselle, milloin työnohjaukselle tai lyhyemmälle konsultatiiviselle tuelle. Onko kentiesielunhoidon tai kriisiavun aika vai auttaisiko vetäytyminen rukoushiljaisuuteen? Malmberg sanoo.

Hengellisessä ohjauksessa vapaaehtoisilla ohjaajilla on suuri merkitys.

– He ovat tähän tehtävään eri tavoin valmiuksia saaneita, elämää ko-

keneita, eri ammateissa toimivia tai senioreja. Monella heistä on myös retriitinohjaajan ja/tai ignatianisen ohjaajan koulutus.

Malmberg näkee osaksi tehtävänsä myös tiedottamisen erilaisista ohjauksen, keskinäisen jakamisen ja prosessoinnin mahdollisuuksista.

– Uusille työntekijöille kerrotaan näistä asioista tulokaskoulutuksen yhteydessä. Viestin säännöllisesti myös vuositarjonnastamme sekä uusista asioista. Silti oikea tieto ei aina tarvitsijaa tavoita.

Ammattiryhmissä eroja

Seurakuntien eri ammattiryhmistä osallistuu hengelliseen ja työnohjaukseen ehkä suhteellisesti eniten diakonia- ja nuorisotyöntekijöitä.

Diakoniatyöntekijöiden aktiivisuuteen Malmberg näkee useita syitä.

– Heidän tehtävänkenttensä monialaistuu jatkuvasti, tarvitaan voimia ja valmiuksia. Myös diakoniatyöntekijöiden koulutuksessa pidetään esillä sitä, että jaksakseen täytyy pitää itsestään huolta ja vaalia aktiivisesti hengellistäkin elämäänsä.

Pappien polku henkilökohtaiseen ohjaussuhteeseen tai ryhmiin on usein pitempi ja mutkikkaampi.

– Heidänkin osaltaan tilanne on muuttumassa. Myös papit rohkautuvat etsimään itselleen hengellisiä matkakumpaneita ja pitävät oikeutenaan saada tukea omalle identiteetityölleen. Uudet papit tulevatkin jo hiippakunnan orientaatioretriittien kautta. Sillä on merkitystä.

Tilanteeseen vaikuttaa myös se, että kasvava joukko papeista on ammatinvaihtajia.



Vesa Keinonen

– Tulokaskoulutuksissa on jo muuttaman vuoden ajan nähty, miten papin työhön tullaan pitkällä, mielenkiintoisilla työhistorioilla. Tämä joukko osaa kaivata itselleen hengellistäkin ohjausta. Ehkä he osaavat pitää sitä jo oikeutenaankin.

Marjatta Malmberg haluaa nostaa esiin myös mentoroinnin merkityksen. Siinä kirkon työntekijä saa saman alan ihmisiltä kollegiaalista vertaistukea.

– Tällainen tuki on usein tärkeää siellä työpolun alkupäässä. Myös eläköitymisprosessin alkaessa saattaa olla mentoroinnille tarvetta.

Kaikki eivät tule retriitteihin

Malmberg kiittelee Tampereen hiippakunnan asennetta hengelliseen ohjaukseen.

– Tuomiokapitulimme on näissä asioissa edelläkävijä, siellähän on oma pastoraalitoimen hiippakuntasihteerin virkakin.

– On tärkeää, että iso seurakuntayhtymä tekee monenlaista yhteistyötä kapitulin kanssa. Tätä helpottaa, että toimimme samassa kaupungissa. Järjestämme muun muassa yhteisiä hengellisen ohjauksen seminaareja ja ryhmiä työntekijöillemme.

Malmberg arvostaa oman työnantajansa suhtautumista työntekijöille tarjottaviin hiljaisuuden retriitteihin ja erilaisiin hengellisen ohjauksen ryhmiin.

– Jokaisella työntekijällämme on mahdollisuus käyttää vuoden aikana kaksi työpäivää retriittiin ja osallistua myös ryhmiin mahdollisuuksien mukaan työajalla.

– Kaikki eivät kuitenkaan oikein vielä tiedä mikä sellainen retriitti on. Ja meillä työntekijöillä niin kuin muillakin on hiljaisuuden ja pysähtymisen pelkoa. Mitä tapahtuu, kun pysäyttää työn ja tapahtumisen vyöryn ja asettuikin kohtaamaan itseänsä?

Useimmat osallistuvista työntekijöistä haluavat mennä retriittiin, jossa on osallistujia oman työyhteisön ulkopuoleltakin.

– On toisenlaista, jos hiljaisuuteen kokoontuu vain yhden työyhteisön vä-

keä. Työyhteisön dynamiikka ja roolit voivat olla hidasteena lepoon ja kuulolle asettumisessa. En olekaan ollut kovin innostunut kehittämään retriittejämme siihen suuntaan.

Tampereen seurakuntayhtymä järjestää vuosittain 1–2 pelkästään omille työntekijöille tarkoitettua retriittiä.

– Osalle on mieluista, että he kohtaavat hiljaisuudessa samanhenkisiä työtovereita eri yksiköistä. Huomataan, että juuri meillä on tämä yhteinen kokemus ja rikkaus. Mutta on tärkeää, että tarjolla on paljon muutakin seurakuntayhtymän retriittitoimintaa.

Hiljaisen tieto pätkätyömaailmassa

Marjatta Malmbergia ovat viime aikoina mietityttäneet tulevien ja lähtevien kirkon työntekijöiden kysymykset. Miten hiljainen tieto siirtyy eteenpäin? Miten yhteisöihin liitytään? Miten työelämästä lähdetään tehdyn työn arvon mukaisesti?

– Seurakunnista on parhaillaan lähdössä runsaasti pitkän työkokemuksen omaavia hyviä työntekijöitä. He haluaisivat tehdä omaa osaamistaan näkyväksi ja siirtää sitä eteenpäin, Malmberg muistuttaa.

Hiljaisen tiedon siirtämisestä on takavuosina keskusteltu myös Tampereen seurakunnissa.

– Mutta sitten alkoivat budjetisäästöt ja rakennemuutokset. Asia ei ole enää paljoa puhuttu, mikä surrettaa. Mielestäni jokaisella pitkän työnuran tehneellä olisi oikeus lähteä täältä arvokkaalla tavalla ja saada kokea, että merkityksellinen osa työstä jollakin tavalla myös jatkuu.

Pastori Malmberg jää itsekkin lähivuosina eläkkeelle. Hänen virkansa jatko Tampereen seurakuntayhtymässä on tällä hetkellä täysin auki.

– Kyllähän tämä tilanne minua huolettaa. En toivoisi kummankaan vastualueeni kokonaan päättyvän. Kirkolla on yhä enemmän syytä pitää huolta työntekijöistään. Me kaikki tarvitsemme sekä hiljaisuuden että keskinäisen jakamisen paikkoja voimaksemme.



"Marjatta Malmberg näkee hiljentymisen ja rauhoittumisen tärkeänä myös kirkon työntekijöille. Sitä voi toteuttaa vaikka kahvikupin ääressä."

– Surullista on, jos meillä mennään toiseen suuntaan, kun olemme näissä asioissa olleet kuitenkin edelläkävijäyhtymä. Olemme päässeet hyvin alkuun. On murheellista, jos niin monet asiat pitää keksiä uudestaan, Malmberg pohtii.

Miten mahdollistaa hengellinen elämä?

Marjatta Malmberg uskoo, että kirkon tulevaisuudessa työyhteisöissä voitaisiin elää avoimemmin hengellisinä ihmisenä. Hengellisyttä voidaan toki kokea ja ilmentää monilla eri tavoilla.

– Näen paljon rohkaisevaa muutosta ja hyvää kehitystä. Esimerkiksi kirkon yhteisessä strategiassa hengellisen elämän merkitys tuodaan selvästi esiin. Eri hiippakunnissakin näihin asioihin haetaan aktiivisesti ratkaisuja koulutuksen, ohjauksen ja keskinäisen yhteydenpidon keinoin.

– Koko kirkon työntekijöiden hengellisen elämän ja työhyvinvoinnin tarpeita selvittänyt työryhmä teki taannoin aiheesta kyselyn. Vastauksissa nousi selkeästi esiin, että oman hengellisen elämän ja spiritualiteetin vaalimiseen ja tukeen on tarvetta. Kaipuu ei ole kadonnut mihinkään, Malmberg uskoo.

● VESA KEINONEN
Toimittaja, viestintäkonsultti



Diakoniset tilanteet avautuvat usein spontaanisti auttajien eteen.

Käsitteitä ”sielu” ja ”sielunhoito” käytetään kirkossa hyvin epämääräisesti. Niiden sisältö ja luonne on ymmärretty aikojen saatossa monin eri tavoin ja kirkossa elää yhä rinnakkain varsin erilaisia käsityksiä. ”On ongelmallista, että riippuu täysin käyttäjästä, mitä näillä asioilla tarkoitetaan”, sanoo sielunhoidon perusteoksen kirjoittanut Paavo Kettunen.

Unelma sielunhoidollisesta kirkosta

Itä-Suomen yliopiston käytännöllisen teologian professori **Paavo Kettunen** tunnetaan kokonaisvaltaisista halutuotoista. Hänen teoksensa ripistä ja hengellisestä häpeästä ovat tiedollisesti laajoja esityksiä, joita täydentää selkeä, oma teologinen näkemys.

Professorin ja papin tuore kirja *Auttava kohtaaminen I* käsittelee kattavasti sielunhoidon perusteita ja teologiaa.

Kettusen kaikissa kirjoissa välittävää katsomusta voi luonnehtia kahdella sanalla: armollinen ja sielunhoidollinen.

Sielu sisältää koko ihmisen

– Aikanaan sielua pidettiin synonyyminä sanalle ’psykke’. Vielä minun lukio-

aikoinani psykologiaa kutsuttiin ’sielutieteeksi’. Psykoterapia taas voitaisiin suomentaa myös sielunhoidoksi.

– Kun puhutaan ’kuolemattomasta sielusta’ uskonnollisena käsitteenä, saatetaan tarkoittaa jotakin, joka on vastakohta ruumiille. Sielunhoidon piirissä on myös ajateltu, että sielu merkitsee ihmisen suhdetta Jumalaan, Paavo Kettunen selvittää käsitteiden taustaa.

Hän itse katsoo, että käsite sielu sisältää ihmisen kokonaisvaltaisesti: sielu ei ole vastakohta ihmisen ruumiillisuudelle tai henkisille kokemuksille. Sielun uskonnollinen ulottuvuus lävistää yhtä lailla ihmisen fyysisen, psyykkisen kuin hengellisenkin puolen.

– Ihmisenä olemisen kokonaisuus on sielu, johon kuuluu niin ruumiillinen, henkinen kuin hengellinenkin ulottuvuus. Ne kaikki kietoutuvat erottamattomasti yhteen eikä sielu tai henki ole ruumista arvokkaampi, kuten antiikin filosofiasa ja siitä vaikutteita saaneessa varhaiskristillisessä ajattelussa uskottiin.

Kohtaamisessa on läsnä Kolmas

Sielunhoidossa ei pyritä samalla tavalla toisen persoonallisuuden muutokseen kuin psykoterapiassa. Lähtökohdiana on ihmisen tukeminen niissä ongelmissa, jotka tuottavat hänelle kärsimystä.

– Sielunhoitajan huoneentauluun sopii Paavalin ajatus, jonka mukaan 'minun tehtäväni ei ole vallita teidän uskoanne, vaan auttaa teitä suurempaan iloon elämässä', Kettunen linjaa.

Toinen sielunhoidon huoneentaulu tulee Jeesuksen sanasta: "Missä kaksi tai kolme on koolla minun nimessäni, siellä minä olen heidän keskellään." Tässä on tiivistetty sielunhoidon itsemymmärryksen lähtökohta: kohdattaessa ihmisen vaikeita asioita sielunhoidossa on läsnä myös jumalallinen todellisuus.

– Olivatpa sielunhoidon sisältönä miten arkiset tai hengelliset kysymykset tahansa, sekä sielunhoitajan että autettavan on tärkeää tunnistaa, etteivät he ole siinä vain kahdestaan. He ovat koko ajan Jumalan edessä.

Sielunhoitaja voi auttaa myös toisen uskonnon edustajaa kuuntelemalla ja myötäelämällä hänen tilanteessaan.

– Sielunhoidossa tulee vastaan tietty raja muiden uskontojen edustajien kanssa toimittaessa: heidän kanssaan kyse ei voi olla uskonnon harjoittamisesta.

Psykoterapia ja sielunhoito sisaruksia

Paavo Kettunen pitää psykoterapiaa ja sielunhoitoa sisaruksina, joita ei voi kuitenkaan samaistaa toisiinsa. Freudin uskonnonvastaisen ajattelun perintönä kirkossa suhtauduttiin aikanaan epäillen ja penseästi psykologiaan.

Sielunhoidon erityistaitajat, esimerkiksi perheneuvojat, muuttivat asennettaan 1960-luvulta lähtien. Silloin ymmärrettiin viimeistään, etteivät ihmiset hae kirkosta apua vain uskonnollisiin ongelmiinsa, vaan elämän kaikki kysymykset ja ongelmat tuli ottaa huomioon sielunhoidossakin. Psykologian ja psykoterapian näkemyksiä alettiin soveltaa ja hyödyntää.

– Uusi sielunhoitoliike ymmärsi saavansa psykoterapiasta suurta apua. Sitten hullaannuttiin sille sektorille päin ja unohdettiin kirkon omasta perinteestä nouseva viisaus.

– Nykyään ammatillisessa sielunhoidossa halutaan yhdistää kummankin alan parhaat puolet, eikä niitä nähdä vastakkaisina. Molempien elementtejä voidaan käyttää yhdessä. Terapia-

luonteisessa sielunhoidossa voi olla jälleen läsnä selkeästi myös hengellinen ulottuvuus.

Diakoniatyöntekijät ovat myös sielunhoitajia

Tehdessään omaa perustyötään diakoniatyöntekijät tekevät monesti samalla sielunhoitotyötä, Paavo Kettunen huomauttaa. Sielunhoidollisuus



Sielunhoito kuuluu aivan kaikkeen seurakunnan toimintaan, mutta selvimmät mahdollisuudet sielunhoitoon avautuvat diakoniatyöntekijöiden asiakaskontakteissa ja pappien toimituskeskuksissa, toteaa professori Paavo Kettunen.

toteutuu autettavan kokonaisvaltaisessa kuulemisessa ja kohtaamisessa.

Sielunhoito ei liity vain ihmissuhteisiin ja hengelliseen elämään, vaan esimerkiksi taloudellinen auttaminen koetaan usein sielunhoidollisena.

Sielunhoidollisuus on monesti mukana myös diakoniatyön kotikäynneillä, laitosvierailuissa, diakoniapiireissä, ihmissuhde- ja eläkeläisryhmissä, vammaistyössä, päihde- ja kriminaalivyössä sekä leireillä ja retkillä. Niissä sielunhoidollisuus toteutuu ajan antamisena, välitetyksi ja rakastetuksi tulemisen kokemuksena.

Sielunhoito ja diakonia voivat oppia toistensa käytännöistä. Diakonia muistuttaa sielunhoitajia siitä, että ihminen on aina osa suurempaa kokonaisuutta, perhettä, sukua, ammattiryhmää ja yhteiskuntaa. Kärsimys on usein yhteisöllisten prosessien, syrjäytymisen ja köyhtymisen seurausta.

Diakonian yhteydet terveyden- ja sosiaalihuoltoon auttavat sielunhoitoa näkemään ihmisen kokonaisuutena. Vastaavasti sielunhoidon asiantuntemus paneutumisessa yksityisen ihmisen kohtaamiseen auttaa diakoniatyöntekijöitä.

Samoin kuin ruumis ja sielu, niin myös sielunhoito ja ruumiinhoito kuuluvat yhteen. Raamatun profeettallinen julistus puolustaa köyhiä.

– Jumalanpalvelus ja sielunhoito muuttuvat valheellisiksi, jos samanaikaisesti poljetaan köyhien oikeuksia ja sosiaaliset erot tulevat sietämättömiksi, Kettunen muistuttaa.

Ei vain kammiossa kaksistaan

Paavo Kettunen esittää kirjassaan unelmansa sielunhoidollisesta kirkosta, joka ottaa todesta ihmisten elämän-todellisuuden.

– Yritän nostaa uudelleen esiin ajatuksen seurakunnan yleisestä sielunhoidosta. Sielunhoito ei ole vain sitä, että mennään kammioon pohtimaan kaksistaan asioita, vaan kirkko ja seurakunta kokonaisuudessaan voisivat olla sielunhoidollinen yhteisö, Kettunen sanoo.

Hänen visiossaan kaikessa seurakunnan työssä on sielunhoidollinen ulottuvuus. Sielunhoito on sekä kaikkien seurakunnan työntekijöiden että kynnelle kykenevien seurakuntalaisten tehtävä. Sen tarkoitus on auttaa ihmistä elämään, ihmissuhteisiin ja Jumalaan liittyvissä kysymyksissä.

– Aidosti sielunhoidollisessa seurakunnassa nähdään ja kysytään kaiken aikaa, miten ihmisiä voidaan auttaa. Diakoniassa, kasvatuksessa, julistuksessa, jumalanpalveluselämässä ja kaikissa kohtaamisissa tulee esiin se sama luottamus ja vierellä kulkemisen ulottuvuus, jonka on tarkoitus toteutua kahdenkeskisissä sielunhoidollisissa kohtaamisissa.

Tällaista yhteisöä ei ole vielä nähty?

– Ei ole, mutta ei tulla näkemäänkään, ellei sellaisesta unelmoita!

● JANNE VILLA

Kirjallisuutta:

Paavo Kettunen: Auttava kohtaaminen I.

Sielunhoidon perusteet ja teologia.

Kirjapaja 2013.



Jouko Kilski

Meillä kaikilla on kokemusta epäoikeudenmukaisuudesta. Jo lapset reagoivat herkästi siihen, jos he kokevat ympäristössään epäreiluutta; tuttu on tuo lasten sanonta: se on ihan epistä. Maailma on täynnä erilaisia vääriä rakenteita ja kohtuutonta vallankäyttöä ihmisiä kohtaan. Teologian kentällä vapautuksen teologia on kiinnittänyt tähän ilmiöön runsaasti huomiota. Vapautuksen teologiassa on kiinnostuttu siitä, miten kristillistä uskoa tulisi tulkita syrjäytyneiden, köyhien ja kaltoin kohdeltujen näkökulmasta. Samalla tässä yhteydessä esiintyy kritiikkiä niitä yhteiskunnan rakenteita kohtaan, jotka sallivat epäoikeudenmukaisen vallankäytön. Vapautuksen teologian tarjoamat näkökulmat ovat yksi keskeinen lähtökohta myös sosiopoliittiselle sielunhoidolle.

Sosiopoliittinen sielunhoito

Kuka omistaa ongelman: yksilö vai yhteiskunta?

Ihminen ei voi aina olla oman onnensa seppä, niin kuin tunnettu sananlasku toteaa. Elämä nykyisessä kilpailuyhteiskunnassamme ei ole kaikille helppoa, mutta ihmisten ongelmat eivät läheskään aina johdu heistä itsestään tai heidän omista epäonnistuneista elämänvalinnoistaan. Yksilön tai perheen moniongelmaisuus voikin olla seuraus ongelmia ylläpitävästä yhteiskunnasta. Epätavallista ei ole sekään, että ihmiset joutuvat myös omassa maassamme väärän vallankäytön tai muun epäreilun kohtelun uhreiksi. Oheiset tosiasiat olisi hyvä myös sielunhoitajien tunnistaa ja tunnustaa, sillä se on yksi sosiopoliittisen sielunhoidon lähtö-

kohta. Tästä auttamismuodosta käytetään myös nimityksiä yhteiskunnallinen ja profeetallinen sielunhoito.

Pappi ja diakoniatyöntekijä edustavat monelle yhteiskunnassamme keskiluokkaa. Siksi he usein hahmottavat ihmisten ongelmia tästä viitekehksestään. Kirkon työntekijöillä voi olla joskus ongelmia ymmärtää asiakkaitensa todellista elämäntilannetta. Otaksun kuitenkin diakoniatyöntekijöiden onnistuvan tässä jonkin verran pappeja paremmin johtuen heidän työnsä sisällöstä.

Sosiopoliittisessa sielunhoidossa puhutaan empatian lisäksi interpatias- ta: toisten kanssa tuntemisesta ja ajatte-

lemisestä. Interpatian avulla sielunhoitaja voi päästä hetkeksi sisälle lähimmäisen oletus-, ajatus- ja uskomusmaailmaan. Näin hän voi jakaa toisen ihmisen kokemuksen, vaikka sielunhoitajan tausta ja maailmankatsomus poikkeavatkin autettavan viitekehystä.

Sielunhoitaja tiedostaa yhteiskunnan rakenteet

Suomalaisessa sielunhoidon koulutuksessa ja tutkimuksissa on melko vähän kiinnitetty huomiota sosiopoliittiseen sielunhoitoon. Kirjoista ja tutkimuksista saa helposti sellaisen käsityksen, etteivät suomalaiset sielunhoitajat tunne sosiopoliittista sielunhoitoa.

Tätä taustaa vasten minulle oli yllättävä kokemus, kun diakonissa ja pastori **Marja Liisa Liimatta** sanoi minulle kerran tekemänsä sosiopoliittista sielunhoitoa. Sen vuoksi otin tässä juttua kirjoittaessani yhteyttä Marja Liisaan kuullakseni hänen näkemyksiään ja kokemuksiaan asiasta. Vietimme antoisan keskusteluhetken – elämän keskellä – Joensuun kirjaston kahvilassa

Marja Liisa painottaa, että sosiaalipoliittista sielunhoitoa tekemän työntekijän on oltava ”hajulla” yhteiskunnasta: sen toimivista ja toimimattomista käytänteistä, työyhteisöjen arjesta sekä vallalla olevasta poliittisesta ilmapiiiristä. Sielunhoitajan on hyvä tietää perusasiat yhteiskunnan ja erityisesti oman paikkakunnan peruspalveluista, niiden sisällöistä, jakoperusteista, palvelujen saatavuudesta, riittävydestä ja riittämättömyydestä. Joidenkin palvelujen byrokraattinen hakumenettely, hakijan nöyryytetyksi tuleminen, pelkkä sähköinen asiointimahdollisuus tai työntekijöiden jatkuva vaihtuvuus saattavat olla sielunhoitajalle yllätys. Jos esimerkiksi etuuksien hakeminen jää näistä johtuen ihmiseltä tekemättä, katsotaan se herkästi hakijan omaksi syyksi, vaikka pohjimmainen syy onkin organisaation omista käytänteistä tai henkilöstön asiattomassa toiminnassa.

Marja Liisan mukaan yhteiskunnassa syyllistetään työttömiä ja syrjäytettyjä; heitä nimitetään helposti järjestelmän väärinkäyttäjiksi. Ahkeria työntekijöitä saatetaan syyllistää siitä, etteivät he tee työtään tarpeeksi joutuin, joustavasti tai omista eduistaan luopuen. Sielunhoitaja voi kuitenkin realisoida asioita sielunhoidettavalleen. Kun ihminen on hakenut töitä eikä ole niitä saanut, hänen ei tarvitse syyllistää siitä enää itseään. Tämän päivän Suomessa kaikille ei yksinkertaisesti haluta ”riittävän” töitä ja ikärasismi työmarkkinoilla on ollut jo pitkään todellisuutta. Sitä ei sielunhoitajakaan saa pois selitettyä.

Sielunhoitaja rohkaisee ja tukee

Marja Liisan mukaan sielunhoitajan on hyvä rohkaista asiakastaan. Tämän ei tarvitse alistua, ei suostua syyllistettäväksi, ei tarvitse vaieta tai kantaa turhaa häpeää. Ihmisillä on oikeus

pitää omia puoliaan yhteiskunnan ja työyhteisöjen toimimattomissa järjestelmissä. Sielunhoidettavan on tultava vahvaksi itselleen voidakseen olla vahva puolustamaan itseään. Tämän saavuttamiseksi sielunhoitaja voi tukea ihmisen omanarvontuntoa, realisoida tilanteita, pohtia unelmia, katsoa tulevaisuutta ja jakaa tietoa. Sielunhoitajan on kuitenkin muistettava, etteivät ihmiset helposti ehdoin tahdoin halua nousta vastarintaan sitä järjestelmää vastaan, josta heidän toimeentulonsa tai elämässä jaksamisensa on riippuvainen.

Kuuntele kokemustietoa

Koko keskustelun ajan Marja Liisa painottaa sosiopoliittisen sielunhoidon peruslähtökohtana olevan sielunhoitajan oikean asenteen. Aktiiviseen kuuntelemiseen kuuluu ymmärtää ihmistä tämän omista lähtökohdista ja sosiaalisesta ympäristöstä käsin. Siihen sielunhoitaja tarvitsee sekä faktaa yhteiskunnasta ja sosiaalisesta todellisuudesta että ihmisten kertomaa kokemustietoa. Ilman tällaista tietoa sielunhoitajan on vaikea – tai suorastaan mahdoton – tehdä sielunhoitoa sosiaalipoliittisella työskentelyotteella.

Vaikka Marja Liisa on koko persoonaltaan sielunhoidollinen ja yrittää toimia empaattisesti ja interpaattisesti, siitä huolimatta hän on joskus – tosin harvoin – saanut asiakkailtaan kommentteja keskiluokkaisuudestaan. Mieleenpainuvaa oli erään leiriläisen toteamus: ”Sinä olet rahalla rakastaja. Sinä saat tästä leiristä palkkaa sekä lisäksi matkakorvaukset ja päivärahat.” Marja Liisa toteaa: ”Jos olisin suhtautunut tähän lauseeseen tunteella, olisin loukkaantunut. Mutta koska ymmärsin pienillä tuloilla elämisen vaikeuden, en pystynyt kuin olemaan hiljaa ja antamaan ihmisen purkaa katkeruuttaan.”

Taistelua tuulimyllyjä vastaan?

Marja Liisa toteaa sosiopoliittisen sielunhoidon olevan raskasta työtä, koska näyttää siltä, ettei yhteiskunta muutu. Kirkon työntekijät ovat olleet äänellään vaikuttamassa yhteiskunnan eriarvoisuuden poistamiseen ja mahdollistanet ihmisten kokemusten jakamisen julkisissa foorumeissa, kuten

vuosittain Pohjois-Karjalassa järjestetyillä maakunnallisilla Ihmisarvopäivillä. Tästä huolimatta politiikkamme näyttää vain edelleen mahdollistavan luokkayhteiskunnan syntyminen ja hyväosaisten ehdoilla toimimisen. Joskus Marja Liisa ajattelee, että sosiopoliittisen sielunhoidon sijaan olisi vain helpompaa lohduttaa ihmisiä Jumalan sanalla ja rukouksella.

Sosiopoliittista sielunhoitoa ei Marja Liisan mielestä opita vain kirjoja lukemalla vaan olemalla avoimia elämälle ja erilaisten ihmisten elämäntodellisuudelle. Täten toimien saa selaista hiljaista tietoa, jota sitten voi pelata yhteiskunnan virallisten tahojen viesteihin. Kaikkea tätä tietämystä voi käyttää hyväksi sielunhoitajana kehittämisessä.

Kohtaaminen Jumalan kasvojen edessä

Lopuksi pysähdymme vielä Marja Liisan kanssa pohtimaan, mikä on sosiopoliittisen sielunhoidon hengellinen ulottuvuus. Marja Liisa pohtii sitä, miten tämän sielunhoidon muoto voisi luontevalla tavalla saada voimansa tai herätä eloon jonkinlaisesta kollektiivisesta hengellisyydestä. Marja Liisalla ei ollut siihen vastausta, paitsi että jokaisessa messussa esirukouksissa muistetaan eri tavoin kärsiviä ihmisiä.

Mietimme yhdessä haastateltavani kanssa Vanhan testamentin profeetta ja heidän julistustaan. He olivat vahvoja hengen miehiä, jotka toivat voimakkaasti esille myös yhteiskunnallisia epäkohtia. Marja Liisan mielestä hänen tekemänsä sosiopoliittisen sielunhoidon hengellisyys on pitkälle vain sitä, että jokainen keskustelu on kohtaamista Jumalan kasvojen edessä.



Tiina Kiiski

● JOUTO KIISKI
Professori
Itä-Suomen yliopisto

Diakoniatyöntekijät tekevät paljon sielunhoitotyötä. He näkevät itsensä vahvasti hengellisinä auttajina ja tukijoina. Diakoniatyöntekijöillä on korkea usko omaan ammatillisuuteensa. He toivovat kuitenkin lisää koulutusta. Moni toivoo myös lisää työhönsä ja omaa sielunhoitoa. Nämä näkökulmat korostuvat Pekka Laihian Itä-Suomen yliopistossa viime vuonna tekemässä käytännöllisen teologian gradussa, jonka otsikkona on Diakoniatyöntekijöiden ja pappien käsitykset ja kokemukset sielunhoidosta Tampereen hiippakunnassa.



Pekka Laihian tutkimuksessa selvisi, että diakoniatyön asiakkaat toivovat itse hengellisiä elementtejä diakoniakohtaamisiin.

Pekka Laihian kotiarkisto

Hengellisyys vahvasti läsnä

diakoniatyöntekijöiden sielunhoitotyössä

Niin diakoniatyöntekijöiden kuin pappien vastauksissa korostuivat sielunhoidon kokonaisvaltaisuus, rinnalla kulkeminen, kuunteleminen, kristittyinä ihmisenä läsnä oleminen sekä sielunhoidettavan tunteiden ja kokemusten kuuleminen Jumalan läsnäollessa.

Dialoginen sielunhoidon malli on sielunhoitomalleista tai sielunhoidollisista auttamistyön malleista selvästi käytetyin sekä diakoniatyöntekijöillä että papeilla. Se pitää sisällään asiakkaan kuuntelun ja tältä pohjalta käytävän keskustelun. Auttamismetodin keskeinen piirre on hyvin vahva asiakaskeisyys, jossa edetään koko ajan asiakkaan kertomien asioiden pohjalta.

Diakoninen sielunhoito on diakoniatyöntekijöiden toiseksi eniten käyttämä sielunhoidon malli. Auttamismuoto erottaa papit ja diakoniatyöntekijät selkeimmin toisistaan. Diakonisessa sielunhoidossa asiakasta pyritään auttamaan kokonaisvaltaisesti, kuten seurakuntien diakoniatyössä yleensäkin menetellään. Auttamismuodossa otetaan huomioon ihmisen

henkiset, hengelliset, aineelliset ja sosiaaliset tarpeet.

Pekka Laihian tutkimuksen ohjaajana toimineen professori Jouko Kiiskin mielestä on kiinnostavaa, että hengelliset elementit ovat niin vahvasti läsnä diakoniatyöntekijöiden vastauksissa.

– 1960–70-luvuilla kirkollisen sielunhoidon koulutuksessa alkoi korostua lähimmäiskeskeinen, keskusteleva työote, jossa aiheina ovat monenlaiset ihmisen elämään kuuluvat asiat. Tämä tutkimus osoittaa, että sielunhoidossa on edelleen vahvaa spiritualiteettia ja hengellisiä asioita halutaan pitää esillä. Mielestäni on hyvä asia, että sielunhoitokeskusteluissa korostuvat esimerkiksi rukous, Raamattu ja virret.

Laihian tutkimuksesta käy ilmi, että diakoniatyöntekijät haluaisivat tehdä enemmänkin selkeästi hengellistä työtä.

– Monet kokevat ongelmaksi, jos heidän työssään on paljon sosiaalityön kaltaista aineellista auttamistyötä. Tutkimus vahvistaa ajatusta siitä,



UEF

– Asioiden käsittely sielunhoitajan kanssa on samalla oppimisen kanava, Jouko Kiiski sanoo.

että diakoniatyöntekijät eivät ole seurakunnan sosiaalityöntekijöitä, kuten joskus ajatellaan, toteaa Jouko Kiiski.

Tutkimuksessa nousee esiin myös se, että hengellisten elementtien käyttö lähtee asiakkaiden toivomuksesta. Moni vastaaja kokee, että hengellisiä

elementtejä voisi tarjota asiakkaalle ehkä useamminkin.

Diakoniatyöntekijöillä pappeja enemmän sielunhoitoa

Laihian tutkimuksen mukaan papeilla on sielunhoitokeskusteluja 2-5 kertaa viikossa, diakoneilla lähes päivittäin.

– Moni luultavasti ajattelee asian olevan toisinpäin. Diakoniatyöntekijät ovat kuitenkin pappejakin enemmän ihmissuhdeammattilaisia. Papeilla on työssään paljon puheiden valmistelua ja pitämistä sekä opetustehtäviä. Diakoniatyöntekijä on lähtökohtaisesti hyvin paljon tekemisissä ihmisten kanssa.

– Lisäksi papin sielunhoitokeskustelut liittyvät monesti erilaisiin toimituskeskusteluihin. Papin asiakkaina on kaikenlaisia seurakuntalaisia. Diakoniatyöntekijät kohtaavat enemmän niitä seurakuntalaisia, jotka ovat keskimääräistä heikommilla esimerkiksi iän, sairauksien tai talousongelmien vuoksi. Näin sielunhoidon rooli korostuu, Kiiski sanoo.

Kiiski uskoo, että jotkut saattavat kokea diakoniatyöntekijän myös helpommin lähestyttäväksi.

– Papin status on muuttunut ajan mittaan. Silti joillain saattaa edelleen olla papin lähestymiseen liittyvää arkuutta. Diakoniatyöntekijä saatetaan kokea enemmän tasavertaisena.

Laihian tutkimuksen mukaan niin ehtoollisen kuin ripin käyttö on dia-

koniatyöntekijöiden sielunhoitotyössä melko vähäistä.

– Uuden jumalanpalvelusoppaan mukaanhan on mahdollista, että diakoniatyöntekijät voivat viedä messussa käyttämättä jääneitä siunattuja ehtoollisaineita asiakaskäynneille. Mahdollisuutta on hyödynnetty varsin niukasti.

– Myös ripin käyttö on aika harvinaista, vaikka sen käytön lisäämisestä on puhuttu kirkossamme. Ehkä rippi ei istu suomalaiseen kulttuuriin. Toisaalta ripin runsas käyttö katolisissa maissakin on kuulemma lähinnä myytti, Kiiski kertoo.

Laihian tutkimuksen mukaan diakoniatyöntekijöillä – kuten myös papeilla – on vahva usko omaan osaamiseen. He kokevat olevansa hyviä kuuntelemaan ja innokkaita oppimaan uutta.

Oma sielunhoito myös oppimisen kanava

Osa tutkimukseen vastanneista diakoniatyöntekijöistä kertoi, että heiltä puuttuu työnohjaus. Moni myös toivoi, että työnohjaukseen sisältyisi sielunhoitajan oma sielunhoito. Monet kokevat raskaana asiakkaiden kohtaamisen, kun eivät olleet saaneet tai löytäneet kanavaa oman tunnekuormansa purkamiseen.

Tutkimuksessa todetaan, että hiippakuntien ja seurakuntien antamien

tietojen mukaan työnohjaukseen on olemassa resurssit ja mallit, mutta jostain syystä tieto ei ole tavoittanut Tampereen hiippakunnan kaikkia diakoniatyöntekijöitä.

– Kirkkoa mainostetaan organisaationa, jossa työnohjaus on yleensä hyvin järjestetty. Näin varmasti onkin pääsääntöisesti. Tiedonpuutteen lisäksi kaikilla diakoniatyöntekijöillä ei ehkä ole ollut aikaa tai energiaa työnohjauksen etsimiseen.

– Voi myös olla, että kaupunki-alueilla työnohjausta on helpompi saada aikaresurssien puitteissa. Syrjäsempien seurakuntien diakoniatyöntekijöillä pitkät välimatkat voivat vaikeuttaa tilanteeseen.

Kiiski muistuttaa, että työntekijän omassa sielunhoidossa on monia ulottuvuuksia.

– Siinä saa purkaa asioita ja oma olo helpottuu. Asioiden käsittely sielunhoitajan kanssa on samalla oppimisen kanava.

Suuri osa diakoniatyöntekijöistä on sitä mieltä, että kirkon tulisi järjestää enemmän sielunhoitokoulutusta. Kiiski toteaa, että diakoniatyöntekijöiden opintoihin sisältyy esimerkiksi vuorovaikutustaitoja, mutta varsinaisen kirkollisen koulutuksen osuus jää suppeammaksi kuin papeilla.

– Peruskoulutuksen ongelmana on tietysti aina se, että työn moninaisen tehtäväkuvan vuoksi myös opiskeluun sisältyy hyvin monenlaisia asioita. On tehtävä rajauksia. Uskoisin, että koulutukseen tulisi saada lisää erityisesti praksiksen, käytännön ulottuvuutta. Nykyisellään sielunhoitoon liittyvä aines saattaa olla enemmän teoriaan paneutumista.

Kirkko järjestää diakoniatyöntekijöille jonkin verran myös erillistä sielunhoitokoulutusta.

– Tähän Kirkon koulutuskeskuksen niin sanottuun pitkään sielunhoitoon pääsee kuitenkin vain muutamia henkilöitä hiippakuntaa kohti. Sen lisäksi tarvittaisiin nykyistä enemmän esimerkiksi kurssityyppistä koulutuslistaa tarjontaa, johon pääsisi mukaan ilmoittautumisperiaatteella.

● JUHANA UNKURI

Linkki Pekka Laihian tutkimukseen:
<http://urn.fi/urn:nbn:fi:uef-20130012>



Marjut Hentunen

Sielunhoidon koulutus

Helsingin yliopiston
teologisessa
tiedekunnassa

Minua pyydettiin lyhyt teksti siitä selunhoidon koulutuksesta, jota Helsingin yliopiston teologisessa tiedekunnassa tällä hetkellä ja lähitulevaisuudessakin evankelis-luterilaisen kirkon tuleville papeille tai papin ammatista haaveileville opiskelijoille tarjotaan. A1-linjalla tarkoitetaan koulutusohjelmaa, jolla tähdätään kirkkojen ja yhteiskunnallisiin teologin tehtäviin, toisin sanoen: papin ammattiin jo perustutkintovaiheessa tähtäävät opiskelijat opiskelevat kaikki A1-linjan mukaisesti.

Koulutusohjelma sisältää evankelis-luterilaisen kirkon papin/lehtorin virkaan edellyttämät opinnot eli soveltavat opinnot. Opintoihin kuuluu selunhoidon opintojen lisäksi uskontokasvatuksen ja jumalanpalveluselämän osiot. Soveltavien opintojen peruspolku on jokaiselle A1-linjalta valmistuvalle opiskelijalle sama eli opiskelija suorittaa opintojen yhteydessä edellä mainitsemani kolme osiota. Selunhoidon opintoja ei voida korvata esimerkiksi mediatyön tai muilla vastaavilla opinnoilla. Soveltavien opintojen suorittamisen tarkistavat tuomiokapitulit vielä ennen papiksi vihkimistä.

Jo suoritettua teologian maisterin tutkintoa voi myöhemmin täydentää soveltavilla opinnoilla esimerkiksi siinä vaiheessa, kun aikaisemmin ei niin kiehtovalta tuntunut papin ura alkaa-kin esimerkiksi maisteriksi valmistumisen jälkeen houkuttaa. Käytännössä näitä tutkintoaan täydentäviä opiskelijoita on soveltavissa opinnoissa vuosittain aika paljon.

Marijuttu Hentunen

Itse toimin käytännöllisen teologian osastolla sielunhoidon soveltavien opintojen yliopisto-opettajana. Päätyöni on ohjata pienryhmiä, joissa keskustellaan sielunhoitoon liittyvistä kysymyksistä 10–12 opiskelijan ryhmissä. Ryhmien pieni koko mahdollistaa parhaimmillaan oppimisympäristön, jota leimaa luottamuksellisuus, läsnäolo, keskinäinen kunnioitus ja hyväksyvä asenne, jonka toivon opiskelijoiden kantavan omaan sielunhoitotyöhönsä asti.

Opiskelijat tuntevat sielunhoidon eri puolet

Sielunhoidon soveltavat opinnot suoritetaan I- ja II-praktikumissa. Opintojaksojen tavoitteet tuleville kahdelle lukuvuodelle on seuraavat:

I-praktikumien kuvauksen mukaan ”Opiskelija tuntee evankelisluterilaisen kirkon sielunhoitotyön erityispiirteitä ja perustiedot sielunhoidon teoriasista sekä kykenee arvioimaan sielunhoitajan työssä kehittymiseen tarvittavia elementtejä. Opiskelijalla on perusvalmius ohjauksessa tapahtuvaan sielunhoitotyöhön ja kyky soveltaa teologista ja käyttäytymistieteellistä tietämystä sielunhoidossa.”

II-praktikumien tavoitteena on syventää sielunhoidon teorian tunteusta ja vahvistaa opiskelijoiden sielunhoitajan identiteettiä ryhmäkeskusteluiden ja kirjallisten tehtävien avulla. Opintojakson aikana opiskelija oppii tuntemaan sielunhoitotyön moninaisuutta ja kykenee arvioimaan apua hakevien tilanteita ja oppii löytämään niihin sopivia avunlähteitä. Opintojakson jälkeen opiskelijalla on perusvalmius sielunhoitotyöhön seurakuntapapin tehtävässä.”

Käytännössä pienryhmissä tulevat esiin tapauskertomusten ja esseiden kautta hyvin monipuolisesti sielunhoidon eri aspektit joitakin esimerkkejä mainitakseni: sielunhoitajan oma toiminta, asiakkaan maailma, sielunhoitajan asenne, kristillinen ihmiskäsitys, sielunhoitajan työssä jaksaminen, asiakkaan jatkoon ohjaus, vaihtolovelvollisuus ja niin edelleen.

Oman oppimisen tarkastelu on tärkeää

II-praktikum-kursseilla opiskelijat myöskin reflektoivat omaa oppimis-

taan oppimispäiväkirjojen avulla. Opiskelijapalautteeseen perustuen voin hyvällä mielin sanoa, että sielunhoidon soveltavien aikana opiskelijat kokevat saavansa paljon työvälineitä omaan tulevaan sielunhoitotyöhönsä liittyen. Omia opiskelijoitani kannustan aina lukemaan paljon sielunhoidon teoriaa ja hankkimaan lisäkoulutusta heti, kun siihen sielunhoitajana tarjoutuu mahdollisuus. Opiskelijoille tarjotaan joka lukuvuosi myös mahdollisuutta kouluttautua Palvelevan Puhe-lymisen päivystäjäksi saamaan jo opiskeluaikana kokemusta sielunhoitotyöstä.

Tärkeä lisäkoulutus, jonka Helsingin yliopiston teologinen tiedekunta yhdessä evankelis-luterilaisen kirkon kanssa opiskelijoille tarjoaa, on kirkon erityisalojen soveltavat opinnot. Opintojakso on kahden kuukauden mittainen ohjattu sielunhoidon työharjoittelu esimerkiksi vankilassa, sairaalassa tai kehitysvammatyössä.

Sielunhoidon työhön tähdätään teologikoulutuksessa paitsi käytännön sielunhoitotyö silmälläpitäen, myös lukemalla sielunhoitoon liittyvää teoriaa. Soveltavia opintoja ennen opiskelijat suorittavat perusopinnot psykiatriasta ja sielunhoidosta. Perusopinnoissa opiskelijat tutustuvat muun muassa kehityspsykologian perusteisiin ja ihmisen psykososiaaliseen kehitykseen ja sielunhoidon perusteisiin sekä oppivat ymmärtämään ihmisen psyykkisen kehityksen ja psyykkisen oireilun eri tekijöiden moninaisuuden nykypsykiatrisen käsityksen pohjalta. Opiskelija saa myös valmiudet psykiatrisen sairauden tunnistamiseen teologin työssä, jotta osaa tarvittaessa ohjata lisäavun piiriin.

Opetus antaa pohjan sielunhoitajana kasvamiselle

Edellä mainittujen perusopintojaksojen lisäksi opiskelijalla on oman kiinnostuksensa mukaan mahdollisuus aineopinnoissaan valita laaja sielunhoidon ja pastoraalipsykologian teoriapaketti, jossa aiheina ovat esimerkiksi eutanasia ja surutyö. Tiedekunnassamme tarjotaan myös lyhyitä sielunhoitoaiheisia luentokursseja esimerkiksi häpeään ja kuolemaan liittyen, jotka ovat aina hyvin suosittuja kursseja.

Opintojensa aikana opiskelijoilla

on tietysti mahdollisuus hankkia sielunhoidon tietämystä myös tutkimuksen tekemisen kautta. Sielunhoitoaiheisiin pro gradu -tutkielmaseminaareihin onkin aina paljon tulijoita.

Kaiken kaikkiaan voi sanoa, että opiskelija, joka on kiinnostunut sielunhoidosta, voi jo opiskeluaikana tiedekunnasta saada tuhdin paketin sielunhoidon tietämystä. Nämä opiskelijat ovat usein myös niitä, joilla on aikaisemman ammattinsa puitteista sielunhoidon työkokemusta tai ovat opiskeluaikana hakeutuneet erilaisiin esimerkiksi vapaaehtoistöihin, joissa saavat kokemuksia kohtaamisista ja keskusteluista ihmisten kanssa.

Ja matka jatkuu opintojen jälkeen – sielunhoitajana kasvaminen on elinikäinen tehtävä. Tähän tehtävään annamme teologiaa opiskeleville hyvät perusvalmiudet. Minusta tärkeää on kuitenkin huomata myös se, että vaikka opiskelisi ikänsä sielunhoitoa ja tietäisi paljon, mutta sydän olisi kiinni – itselle ja toisille – ei opinnoista ole asiakkaan kannalta kovin paljon iloa. ”Rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi”, siinä lause, joka on kaikkein tärkein; sielunhoidossa lienee kysymys Rakkaudesta – siitäkin me sielunhoidon soveltavissa opinnoissa puhumme.



Johanna Lumjärvi

● MIIA LEINONEN

Sielunhoidon soveltavien opintojen yliopisto-opettaja
Helsingin yliopisto

Sielunhoidolliset ryhmät

Voimavararyhmät Harjavallan psykiatrisessa sairaalassa



"Meillä on sitten tällä osastolla ollut keskusteluryhmä, joten koska jatketaan?" Näin minut vuonna 2007 eräs sairaanhoitaja toivotti uutena sairaalapastorina tervetulleeksi. Keskusteluryhmiä en ollut koskaan aikaisemmin vetänyt. Edeltäjäni kertoi ryhmänvetämisen ohjeena vain istua rennosti alas ja kuunnella, mistä lähdetään liikkeelle. "Sairaalassa on lääkäreitä ja terapeutteja joka lähtöön, mutta vain yksi pappi. Tehtäväsi on löytää se terve puoli ihmisessä, jonka kanssa voi keskustella", hän totesi.

Kokenut sairaanhoitaja oli hyvä apu ryhmien vetämisessä. Hän oli aidosti kiinnostunut ihmisistä ja heidän elämäntarinoistaan. Ryhmä oli osaston potilaillekin tärkeä viikoittainen tapahtuma. Jostain mukaan tarttunut nimi "Voimavararyhmä" osoittautui kuvaavaksi. Mutta miksi yhden ryhmän kohdalla keskustelu tuntui saavan siivet alleen ja toisen ryhmän jälkeen teki mieli luovuttaa? Mikä tekee ryhmästä sielunhoidollisen? Tästä pohdinnasta tein sairaalasielunhoidon erikoistumiskoulutuksen loppu-työni keväällä 2012. Yhdestä osastosta laajentunut työskentely tavoitti sit-

temmin vuositasolla noin 800 ihmistä erilaisissa ryhmissä, joten materiaalia löytyi.

Taito kuunnella ja kunnioittaa

Voimavararyhmä on matalan osallistumiskynnyksen ryhmä. Pääpaino on sellaisessa lähestymistavassa, missä jokaisen ihmisarvoa, vakaumusta ja elämänkatsomusta kunnioitetaan. Koska sairaalapastori ei ole terveydenhuollon ammattihenkilö, vain työparina oleva hoitaja tuntee potilaiden sairaskertomukset etukäteen. Sielunhoitajalle jää lähtökohdaksi todella vain asettua ryhmään ja lähteä avoimena

kysymään: "Kuka olet? Mitä Sinulle kuuluu?" Samalla on tärkeää tyhjentää itsensä aktiiviseen kuuntelemiseen, jotta voi tarttua kussakin hetkessä rakentuviin teemoihin. Avoin ja täydentävä ryhmä on melkein joka kerta eri ihmisistä koostuva kokonaisuus. Jokaisen puheenvuorosta on tärkeä poimia jotain yhteiseen keskusteluun, jolla rakentaa ajattelun siltoja ihmisten kanssa ja heidän välilleen.

Ryhmä on siitä erikoinen, että se joko alkaa elää ja hengittää yhteisesti tai sitten ei. Ilmapiiri voi kantaa, mutta myös murentaa. Kantava ryhmä vaatii tuekseen raamit ja fokuksen ainakin ohjaajan mielessä, kun hän luotsaa ryhmäläisiä. Lähtökohtaisesti on tehtävä joitain rajauksia ja sääntöjä. Alkuaikoina ryhmäläisiä koottiin osaston käytäviltä kuin lumiauralla yhteiseen tilaan. Jos potilaat eivät tienneet etukäteen, mistä oli kysymys, tilanne aiheutti hämmennystä: ryhmästä tuli liian iso, kaikki eivät olleet ryhmäkuntoisia, joku mielsi keskustelun väitteilyksi, yksi vierasti pappia ryhmän vetäjänä ja toinen tuli kuuntelemaan vain papin puhetta.

Ryhmätilana toiminut osaston päiväsalin oli sekin altis häiriötekijöille. Oli ensiarvoisen tärkeää miettiä, mistä löytyy mahdollisimman rauhallinen tila ja ajankohta ja kenelle keskusteluryhmää saattoi suositella. Mukaan tuleville oli jo ennakkoon hyvä kertoa, että ryhmässä kunnioitetaan jokaisen elämänkatsomusta ja kaikilla on oikeus puhua omasta puolestaan luottamuksella. Omien Voimavararyhmien toteutuksessa on tullut tavaksi, että hoitaja on työpari, joka osastolta käsin valmistelee ryhmäkertaa. Tämä on merkittävää moniammatillista yhteistyötä.

Erilaiset ryhmät vaativat erilaista otetta

Ryhmädynamiikan teorioihin tutustuminen on tärkeää, jotta ymmärtäisi ryhmäytymisen lainalaisuuksia.

työvälineenä

Esimerkiksi W.R. Bionin tutkimukset antavat pohjaa havainnoille ryhmisestä sekä työkaluja siihen, mitä tehdä ja miten. Sovelsin Bionin tutkimuksia omiin havaintoihini, kun mietin onnistuneen tai epäonnistuneen ryhmäkerran ilmapiiriä. Tein itse neljä kärkeä luokitusta ryhmätilanteista:

1. Hengellinen työryhmä: ryhmäläisten kesken on dialogia, näkökulmien ja kokemusten jakamista sekä hengellistä syventymistä rakentavalla tavalla.

2. Työryhmä: ryhmäläisten kesken on dialogia, näkökulmien ja kokemusten jakamista.

3. Perusolettamusryhmä: ryhmä on riippuvainen vetäjästään. Ryhmässä saattaa olla yksi tai useampi, jotka alkavat tehdä keskustelusta mieleistään ja näköistään. Ryhmä jakautuu.

4. Hengellinen perusolettamusryhmä: ryhmä on riippuvainen vetäjästään. Ryhmässä saattaa olla yksi tai useampi, jotka alkavat oman ideologiansa / vakaumuksensa nimissä tehdä keskustelusta mieleistään ja näköistään. Ryhmä jakautuu.

Jotta keskusteluryhmää voi kutsua Voimavararyhmäksi, olen pohtinut sielunhoidosta nousevia näkökulmia, joilla edesauttaa *työryhmien* kaltaista tilannetta. Etukäteisvalmistelun lisäksi tärkein lähtökohta on kuunnella, nähdä ja kohdata jokainen Jumalan luomistyön arvon kautta. Ohjaaja on haastettu löytämään tasavertaisesti puheenvuoroista hyvää tarttumapintaa ja kääntämään joskus kömpelötkin kommentit sanojan eduksi. Esimerkki ohjaa koko ryhmän työskentelytapaa.

Sielunhoito on vuoropuhelua

Filosofi Martin Buber kuvaa ihmisyyden perustarpeen olevan Minä–Sinä-suhteessa, missä kaksi elämään osallistuvaa subjektia kohtaavat toisensa. Joskus potilas kokee tulevansa kohdetuksi vain Minä–Se-suhteessa (subjekti–objekti). Samaisesta ajatuksesta pu-

huu psykiatri Eero Riikonen todetaan, että tautikeskeisessä sairauskäsityksessä on asiantuntijan ja potilaan välillä tietämisen ja vallan ero. Arkielämän lääketieteellistyminen vaikuttaa näkökulmiin, jopa kielenkäyttöön. Asiantuntijakulttuurin ominaispiirre on määritellä ja nimetä ongelmia. Syntyy *ongelmakieli*, joka on jonkun ammattiryhmän ammattisanastoa ja työntää tästä kielestä osatonta potilasta syrjään oman elämänsä subjektina. Riikonen puhuu *kompetenssikielen* puolesta, missä huomioidaan ihmisen oma kyky hyödyntää olosuhteita, mielikuvia ja kokemuksia.

Voimavararyhmä rakentuukin peruskysymyksille: ”Mitä Sinulle kuuluu? Miten olet asiat kokenut? Miltä Sinusta tuntuu? Mikä on auttanut jaksamaan? Mikä antaa Sinulle jaksamista? Mitä toivot, mitä kaipaat, mistä unelmoit?” Kun yksi pohtii ääneen, ohjaaja peilaa pohdintoja ryhmäläisille kysyen: ”Kuulostiko tutulta? Tunnistatko itseäsi näistä ajatuksista?” Palautteen myötä tuleva tunne siitä, ettei ole yksin tai ainoa, on hyvin merkittävä. Tästä kokemuksesta edesmentynyt Vanhan testamentin eksegetiikan professori **Timo Veijola** kertoi omaakohtaisesti. Peilattessaan omaa masenustaan Jobin kirjan ajatuksiin hän kirjoitti: *”Heidän (selityksiä antavien ystävien) vikansa oli siinä, että he olivat Jobin ongelmassa asiantietäjiä, vaan eivät asiantuntijoita. Nykyisinkin useimmat lääkärit, hoitajat ja sairaalasielunhoitajat ovat masentuneelle asiantietäjiä, kun taas potilastoverit ovat asiantuntijoita ja sellaisina tavattoman tärkeitä.”*

Sielunhoidollisen ryhmän rikkaus on, ettei se ole ankarasti metodi- tai teoriasidonnainen. Ryhmätilanteessa vetäjä voi ohjata keskustelua *kompetenssikieleen* osoittamalla toisen onnistumista myönteisellä ihmetteilyllä ja kannustuksella. Ryhmässä sielunhoito on vuoropuhelua; keskustelun rakentamista ja rakentumista toisten sanois-

ta ja ajatuksista. Myös työnsä puolesta mukana olevana saa olla saavana osapuolena. Näin eräs hoitaja kirjoitti palautteessaan: *”Olen nauttinut pitämistämme ryhmistä. Koen itse saavani näistä paljon. Jokaisen ryhmän lopputulos on aina enemmän kuin siihen osallistuneiden lukumäärä.”*



Markku Ollila

● MARIA OLLILA
Sairaalapastori
Harjavalan srk
Harjavalan ja Satalinnan sairaalat

Lähteitä:

- Riikonen Eero: Auttamistyön ongelmakäsitykset ja haastattelukäytännöt. Ongelmakielestä kompetenssikieleen. Kuntoutussäätiö. Helsinki 1992.
- Veijola Timo: Depressio raamatullisena ja henkilökohtaisena kokemuksena. Sielunhoidon Aikakausikirja nro 12, Sairaalan sielunhoito. 2.painos. Helsinki 2007.
- Bion, W.R.: Kokemuksia ryhmistä. Ryhmädynamiikka psykoanalyysin näkökulmasta. Weilin+Göös, Espoo 1979.
- Pruuki Lassi: Dialogisuus sielunhoidossa. Sielunhoidon Aikakausikirja nro 21, Dialogi. Helsinki 2009.



Saattohoitoa
Länsi-Suomen
Diakonialaitoksella

Tiina Hyvärinen

Teemme tätä työtä myös sydämellä

– Saattohoidon tavoitteena on hoitaa potilasta niin, että hänen jäljellä olevan elämänsä laatu on mahdollisimman hyvää. Potilaan oloa helpotetaan hoitamalla ja huomioimalla häntä monin eri tavoin, vaikka parantavaa hoitoa ei enää olekaan, kertoo Länsi-Suomen Diakonialaitoksen Sotainvalidien Sairaskodin ja Kuntoutuskeskuksen ylilääkäri Mirja Koivunen.

Porissa sijaitsevalla Diakonialaitoksella on yli 20 vuoden kokemus saattohoidosta. Moniammatillisessa työryhmässä potilasta hoitavat saattohoitoon perehtyneet lääkärit ja hoitajat sekä tarpeen mukaan sosiaalihoitaja, fysioterapeutti ja toimintaterapeutti. Myös psykologin ja papin ammatillista apua on käytettävissä.

– Työmme perustuu tutkittuun tietoon ja erityisosaamiseen. Kivun hoito on meille sydämen asia. Iloitsemme siitä, että voimme tarjota potilaillemme yksilöllistä ja laadukasta saattohoitoa sekä turvallista ja jatkuvaa oireiden lievitystä, sanoo yleislääketieteen eri-

koislääkäri **Mirja Koivunen**, jolla on myös palliatiivisen lääketieteen erityispätevyys.

Lämpöä, turvaa ja inhimillisyyttä

Mirja Koivusen mieleen on erityisesti jäänyt erään iäkkään miehen saattohoito. Vanhus tiesi aikansa käyneen vähiin pitkälle edenneen syövän seurauksena ja toivoi saattohoidolta turvallisuutta ja hyvää hoitoa.

– Vesissä silmin hän kertoi päättäneensä pyytää kaikki lapsensa luokseen, pyytääkseen heiltä anteeksi. Saattohoito vain kuvitella, millaisen prosessin

hän oli jo läpikäynyt, halutessaan laittaa asiat kuntoon ylhäisen Isän ja lastensa kanssa.

Sykähdyttävää oli Koivusen mielestä se, että tämä ihminen ei odottanut tilinteon avausta muilta vaan teki itse nöyrästi aloitteen. Asioiden selvittäminen, anteeksipyyttäminen ja -antaminen ovat tärkeitä asioita.

– Ihmisen elämä on ainutkertaista, mutta niin on myös sen päättymisen. Se pysäyttää aina, kuolemaan ei totu. Toivon, että me henkilökuntana säilytämme tässä herkkyyden, sanoo ylilääkäri Koivunen.

Lääkäri tekee lääketieteellisten perusteiden pohjalta ratkaisun saattohoitoon siirtymisestä. Potilaalle ja omaisille asian kertominen on Koivusen mielestä suurin taitolaji.

– Moni vanhus ymmärtää hyvin tilanteensa, mutta toiset kieltävät ja ahdistuvat tilanteesta. Haluan vahvistaa potilaan ymmärrystä kuoleman läheisyydestä ja toimia hoitohenkilökun-

nan kanssa yhteistyössä. He osaavat keskustella vaikeistakin asioista potilaiden kanssa luontevasti esimerkiksi hoitotoimenpiteiden yhteydessä.

Potilaan saattohoito päättyy hänen kuolemaansa, mutta perheenjäsenen suru vaatii usein jatkotukea. Länsi-Suomen Diakonialaitoksella ollaan kehittämässä surevien omaisten kohtaamista.

– Tavoitteena on kutsua surevia omaisia tapaamisiin kuoleman jälkeen. Se olisi ajan ja sydämen jakamista, Mirja Koivunen kertoo.

Lähtökohtana ihmisen kunnioittaminen

Kuoleman tapahduttua osastonhoitaja kutsuu henkilökunnan sopivana lähipäivänä saattohoidon purkupalaveriin. Siinä käsitellään saattohoidon aikaisia tapahtumia, niitä jotka menivät erikoisen hyvin, ja niitä joissa on parannettavaa.

– Keskustelun ja yhdessä oppimisen lomassa annamme itsellemme arvostuksen siitä, kuinka hyvin saattohoito meni. Haluamme oppia jokaisesta saattohoidosta, Koivunen kertoo.

Hoitohenkilökunnan mahdollisesti kokemaa ahdistusta voi purkaa myös jatkuvassa työnohjauksessa tai muiden alan ammattilaisten kanssa käytävissä keskusteluissa.



Johanna Sointula

Ylilääkäri Koivunen on yhteistyössä henkilökunnan kanssa kehittänyt yksikön palveluja. Sotaveteraanien määrän vähentyessä osaamista on alettu tarjota muillekin.

– Palvelujen lähtökohtana on edelleen ihmisen kunnioittaminen, hyvä elämän laatu ja sydämellisyys. Kaikki toimintamme lähtee potilaan tarpeista ja toiveista ja hänellä havaituista oireista.

– Olemme panostaneet paljon saattohoidon osaamiseen. Meillä on hyvä tiimi ja teemme tätä työtä myös sydämellämme. Koen, että olemme etuoi-keutettuja, kun saamme auttaa. Ihmisen auttaminen antaa minulle voimaa, ylilääkäri Koivunen sanoo.

Omaisen läsnäolo saattohoidossa on tärkeää. Hänen roolinsa on sitä tärkeämpi, mitä vähemmän potilas itse jaksaa tuoda itseään ja vaivojaan esiin.

– Omainen osaa tulkita potilaan pieniäkin viestejä, siksi kuuntelemme omaista herkällä korvalla. Jos omainen ei voi olla potilaan lähellä, hoitajat käyvät häntä usein katsomassa. Meillä on myös vapaaehtoinen, joka voi antaa arvokasta apuaan.

Vapaaehtoistyötä saattohoidettavan lähellä

Porilainen Sinikka Hesso on kulkenut pari vuotta Länsi-Suomen Diakonialaitoksella saattohoidon vapaaehtoise-
na ja kokee tehtävänsä tärkeänä.

– Voin olla siinä lähellä, pitää kädestä ja jutellakin, jos saattohoidettava niin haluaa.

Jäätyään työelämästä pois Hesso alkoi etsiä itselleen vapaaehtoistyötä. Nyt hän toimii saattohoidon lisäksi lastensuojelun tukihenkilönä.

Saattohoitotyöstä hän kiinnostui äitinsä kuolinvuoteen äärellä.

– Äitini oli niin rauhallinen. Siinä ei ollut mitään pelättävää. Myöhemmin menin pastori Seppo Sattilaisen pitämälle saattohoidon kurssille.

Hesso kuvailee vapaaehtoistyönä saattohoidossa perustuvan hoito-

Sinikka Hesso toimii saattohoidon vapaaehtoistyöntekijänä Länsi-Suomen Diakonialaitoksella. Hän pitää tärkeänä vapaaehtoistyön organisointia ja koulutusta tälläkin sektorilla.

Tina Hyvärinen



Länsi-Suomen Diakonialaitoksella on saattohoitotyöstä yli 20 vuoden kokemus. ”Työtä tehdään moniammatillisessa tiimissä ja työn lähtökohtana on potilaan kuuleminen ja auttaminen”, kertovat lääkärin Kristiina Halminen ja Mirja Koivunen.

henkilökunnan, omaisten ja potilaan kanssa sovittuihin periaatteisiin.

– Minun tehtäväni on auttaa ole-
malla läsnä. Voin olla potilaan lähellä vaikka sen aikaa, kun omainen hoitaa asioitaan, tai pidempään, miten vaan parhaaksi nähdään.

Tämä työ tuntuu sydämessäni hyvältä

Saattohoidon vapaaehtoistyöpaikka ei ollut kuitenkaan helppo löytää. Useiden tiedustelujen jälkeen Sinikka luki lehdestä ylilääkäri Mirja Koivusen haastattelun Diakonialaitoksen saattohoitotyöstä ja otti häneen yhteyttä.

– He ottivat minut ilomielin vastaan. Sovimme saattohoidon vapaaehtoistyön käytännön asioista ja aloitin.

– Diakonialaitoksella on loistavat puitteet ja hyvä osaaminen saattohoitoon. Toivon kovasti, että Porin kaupunki satsaisi saattohoitoon, ja ihmisen elämä nähtäisiin arvokkaana myös silloin, kun se on päättymässä. Hyvä saattohoito on kaikkien oikeus.

Sinikka Hesson kokemuksen mukaan saattohoidossakin tarvitaan vapaaehtoistyöntekijöitä.

– Haluan toimia tehtävässäni potilaan ehdoilla, avoimin mielin. Työ ei ole ahdistavaa, vaan sydämessäni tuntuu aina hyvältä, kun teen tätä työtä.

● JOHANNA SOINTULA

När ordet blir kött

- om beröring i sjukhussjälavården

Kvinnan har sökt sig till andakten i sjukhusets kapell. Hon sätter psalmboken under armen för att kunna sträcka fram handen till den unga pastorn som stiger in i rummet. Men pastorn bara nickar ett hej till alla och tar sedan ton för inledningspsalmen. Damen blir häpen och en gnutta besviken. Ska han inte ta i hand?

I en vitbäddad sjukhussäng ligger en gammal krokryggig iklädd sin ljusblå sjukhusdräkt. På hans ålderströtta läppar finns fortfarande ett litet leende. Det var sjukhusprästen som tittade in hos honom, satt en stund bredvid sängen och smekte den skrynkliga handen. Den krokryggige kan inte komma ihåg när någon senast skulle ha rört vid honom annat än för att torka munnen eller byta ljusblå dräkt. Beröringen känns fortfarande i hans kropp.

Sen var det den där natten. Det mest fruktansvärda av allt fruktansvärt hade hänt och både kvinnan och sjukhusprästen suckade över livets orättvishet. Prästen hade inga ord. Bibelorden skulle ha ekat tomma och krafter för att ens mumla fram en bön hade ingen. Båda satt tysta på väntrummet soffan medan personalen rusade förbi i korridoren. Sjukhusprästen höll kvinnan i handen, ibland smekte hon den försiktigt och ibland torkade hon de tårväta kinderna med en näsduk.

Och så den unga tjejen. Hennes kinder kom fortfarande ihåg alla onda beröringar, armarna mindes stora knytnävar som hårt tog i och höfterna hade inte glömt alla svidande blåmärken. Och hon kände hur tårarna rann och ångesten växte när prästen kom in och lät handen vila på hennes axel. Det var en god hand men den var inte välkommen så nära.

Nyfiken på beröring

Det var liknande händelser från sjukhussjälavårdarens vardag som gjorde mig nyfiken på beröring. Jag ställde frågor och bladdrade efter svar men stötte inte på många meningar beröringsprat i själavårdslitteratur. Klokar kolleger hade erfarenhetsberättelser men de fick bara nyfikenheten att växa.

Men det var säkert inte bara det. Min beröringsnyfikenhet fick mig att studera massage. När jag inte är klädd i prästkrage drar jag alltså på mig mjukisbyxor och t-skjorta och bisysslar med detta andra yrke. I det arbetet kan jag se hur beröring bidrar till rödkindade skratt, avslappnande snarkningar och lättnad i smärtspända axlar.

Uppmuntrande omständigheter påverkade säkert att denna nyfikenhet småningom skulle bli en avhandling pro gradu. Vi lever en kroppsfixerad vardag. Å ena sidan ställer vi höga krav på kroppen. Den ska vara snygg och trimmad och den ska prestera och klara av. Å andra sidan är vi mycket måna om att kroppen mår bra, vilket syns bl.a. i intresset för kroppsterapi och för hälsoindustrin. Intresset för människan som helhet, för hennes kroppsliga aspekt och för beröring verkar ha satt sina spår i såväl rådande forskningstrender, i teologin och i själavårdsklimatet. Under 1900-talet har exempelvis intresset för människan i ett själavårdsmöte växt och själva kommunikationen har fått en allt större betydelse.

Sjukhussjälavårdens beröring

I min avhandling Beröring i sjukhussjälavården ger jag muntur åt 37 sjukhuspräster och ber dem tänka till kring ämnet beröring. Jag ställer dem frågan vilken är beröringens plats i sjukhussjälavården. Vilken betydelse eller vikt har beröring och hur kommer den till uttryck i sjukhussjälavården? Min analys och avhandlingens slutsatser beskriver kanske inte verkligheten, men ger en inblick i den.

Från det själavårdarna säger drar jag slutsatsen att beröring har en vik-

tig plats i sjukhussjälavården. Den är viktig främst för att det krävs en medvetenhet i beröringsfrågor och en försiktighet i mötet med patienterna. Beröring är också viktigt eftersom det är en del av kommunikationen, inte minst när andra medel att kommunicera saknas.

När sjukhusprästerna beskriver den beröring som hör hemma i sjukhussjälavården handlar det främst om spontan beröring. Det handlar t.ex. om att hälsa eller ta avsked genom att ta i hand, vilket de flesta av oss känner igen från vår egen beröringsvardag. Sjukhussjälavårdens beröring kan också handla om en smekning eller om att hålla patienten i famn. Beröring är betydelsefullt i förhållande till det verbala men kan också nå fram när orden inte räcker, som t.ex. med en del patientgrupper.

Beröring kan förekomma i samband med kyrkliga riter, som t.ex. välsignelsens handpåläggning, när handen i ett dop rör vid den nyföddes hudvud eller beröring av en död kropp. Själavårdarna var däremot tveksamma till att instrumentell beröring (t.ex. att mata patienten) eller strukturerad beröring (som att kamma patientens hår) skulle höra till deras arbetsvardag. Beröring verkar tryggt kunna användas i sådana sammanhang som av tradition har hört till prästens uppgifter. Tolkad i kristendomens kontext kan en beröring upplevas som Guds beröring.

Vem får röra vid dig?

Min text kom inte att bli en ”hyllning till beröring” som jag först trodde. Budskapet blev inte ”berör varandra frimodigt” utan ”var nyfikna på beröring”. Var nyfikna så att ni vill veta mera, så att ni lär känna ert eget beröringsbeteende och kan vara lyhörda när ni möter andra. Vem får röra vid dig? Och hur? Hur nära får en annan människa komma? Vilken typ av beröring mår du bra av? Vad känns inte bra? Vad har påverkat ditt beröringsbeteende? Jag tror att vi kommer långt om vi tänker igenom dessa frågor och kommer ihåg att människan som vi

möter är precis lika komplex som vi själva. Och att vi respekterar det.

Jag avslutade min uppsats med en önskan om att kunna väcka diskussion om ämnet. Till min glädje har det i prästvardagen aktualiserats flera gånger. Vi grubblade över ämnet i den långa själavårdsutbildningen som jag gick och jag har stött på nya och spännande böcker och artiklar om ämnet. Beröringsfrågor har aktualiserats också i mitt jobb med sociala medier – fast då ur en lite annorlunda synvinkel – på grund av sin frånvaro.

I denna tidning har jag varit med och skrivit en artikel om själavård via chatt (artikeln Hei, haluaisitko jutella jostain?). När medlet för själavården är virtuellt, är kroppsspråket inte en del av kommunikationen och beröringen inte ett alternativ. Vi tvingas söka nya sätt att kommunicera. Även om medlet är virtuellt är det viktigt att komma ihåg att människorna som möts är precis lika mycket kropp som i ansikte-mot-ansikte möten. Det är lika viktiga former av människomöten.

När jag hade lämnat in min avhandling för tryck kände jag en stor lättnad. Äntligen skulle jag få fritid och äntligen skulle jag få en paus i att tänka! Det blev ändå ingen fest utan det blev en ordentlig förkylning med varma filter och rykande temugar. Det hela blev en praktisk bekräftelse på det jag suttit och gjort teori över. Tankens lättnad gav utrymme för kroppens trötthet och påminde om deras oskiljbarhet. För senast när man är invirad i filter med tekoppen i handen märker man att den inte går att trimma och kontrollera. Och senast då blir vi påmind om att det inte är en ”den” utan att vi är vår kropp.

● JESSICA HÖGNABBA
TM
Projektplanerare

Källa:

• Högnabba Jessica,
Beröring i sjukhussjälavården,
Åbo Akademi 2009

Perheet surevat yhdessä

Vuosittain noin 2500 lasta tai nuorta menettää kuoleman kautta toisen tai molemmat vanhempansa. Tämä merkitsee, että yksi lapsi kahdestakymmenestä menettää ennen täysi-ikäisyyttään toisen vanhempansa. Esimerkiksi vuosina 2011–2012 Helsingin, Espoon ja Vantaan alueella Kelan Lapseneläkettä sai yhteensä 3 688 nollasta kahteenkymmeneen kahteen vuoteen ikäistä lasta tai nuorta. Suomessa kuolee vuosittain myös noin 600 lasta, joista monella on heitä suremaan jääviä sisarusksia.

Ajatus perheille järjestettävästä suruleiristä sai alkunsa huolesta. Syksyllä 2009 Terhokodin työntekijät havaitsivat arkityössään, että läheisille tarjottava tuki potilaan kuoleman jälkeen on epätasaista ja satunnaista. Erityisesti vanhempansa kuoleman kautta menettäneiden lasten ja nuorten tilanne herätti kasvavaa huolta. Lasten ja nuorten suruprosessiin on maanlaajuisesti hyvin niukasti tarjolla säännöllistä, organisoitua vertaistukea. Pääkaupunkiseudulla ryhmävertaistukea lapsille ja nuorille tarjoaa Suomen Mielen terveysseura, Käpy ry sekä Espoon Seurakuntayhtymä.

Miksi tuki on tärkeää?

Tutkimusten mukaan omaiset saavat liian vähän tukea läheisen kuoleman jälkeen, vaikka menetyksestä puhumisen ja vertaistuen on osoitettu helpottavan surun kanssa selviämistä, vähentävän menetyksestä johtuvia stressioireita ja lisäävän elämästä selviämisen ja elämänhallinnan kokemusta. Vanhemman kuollessa ja poistuessa lapsen elämästä lapsi menettää ihmissuhteiden ja turvallisuudentunteen perustan. Lapsella ja nuorella on tarve käsitellä menetystä ja surua. Lapsen surun käsittelyn tason määrittelee lapsi itse, se mitä lapsi kysyy, mitä hän piirtää, leikkii, tai millaisia satuja hän haluaa kuulla. Lapsi tietää ja ymmärtää vanhemman sairaudesta ja lähestyväästä kuolemasta enemmän kuin hän kertoo aikuisille.

Lapsella on oikeus saada oikea-aikaista ja totuudenmukaista tietoa ikätasoaan vastaavalla tavalla. Aikuisilla ei ole vastauksia kaikkiin kysymyksiin,

mutta asioita voi yhdessä lapsen kanssa pohtia ja ihmetellä. Lasta ei saa jättää yksin selviämään surun kanssa, vaan hänelle tulee suunnata tukea keskustelun, oikean tiedon, leikin ja yhdessäolon kautta. Aikuisen on tärkeää viestittää, että hän on saatavilla. Lapsi tarvitsee lohdutusta ja turvaa ja vakuutuksen siitä, että kuolemantapauksesta huolimatta hänestä pidetään huolta.

Kuka tarjoaisi tukea?

Nuoren reaktiot kuolemaan ovat samankaltaisia kuin aikuisilla, mutta heidän voimavaransa käsitellä asiaa ovat niukemmat. Vanhemman vakava sairaus ja kuolema ovat käsittämätön ja suurin uhka, jonka nuori saattaa kokea, ne merkitsevät koko perheen elämän muutosta. Suru väsyttää ja vähentää elämisen iloa. Nuoret voivat käyttää paljon aikaa mieleen tunkeutuvien vaikeiden muistojen käsittelemiseen, ja tämä ilmenee mm. keskittymisvaikeuksina, jolloin kaikki voima kuluu ahdistuksen ja syyllisyydentunteiden läpikäymiseen.

Nuorten surua koskevissa tutkimuksissa tulee esille kysymys siitä, kenelle lapsen tai nuoren surun tunnistaminen kuuluu ja kuka on vastuussa tuen järjestämisestä. Tutkimustulosten mukaan aktiivisen tuen tarjoaminen surevalle on tärkeää erityisesti silloin, kun nuori elää uusperheessä tai muutoin erillään läheisistään. Nuoret, joilla oli joku ihminen tukena surussaan, tuntevat harvemmin pelkoa ja syyllisyyttä. He kärsivät vähemmän keskittymisvaikeuksista ja tunteesta, etteivät koskaan pääse menetyksen yli. Menetyksen kokeneista nuorista lä-

hes puolet kokee voivansa auttaa muita surevia. Tuki voi muodostua ryhmätapaamisista saman kokeneiden nuorten kanssa ja/tai yksilötapaamisista.

Sanoista tekoihin

Terhokoti sai yhteistyökumppaniksi kuoleman kohdanneiden perheiden tukimuodon kehittämiseksi Helsingin seurakuntayhtymän erityisdiakonian, erityisnuorisotyön, kasvatuksen ja sairaalasielunhoidon työntekijöitä. Ensimmäinen leiri järjestettiin keväällä 2010. Leirille kutsuttiin kirjeitse sellaisia Terhokodissa kuolleiden potilaiden perheitä, joissa oli alaikäisiä lapsia. Leirin alkuun mennessä kuolemasta oli ajallisesti kulunut noin puoli vuotta. Kirjeiden lisäksi työntekijät soittivat jokaiselle leirille mukaan ilmoittautuneelle leskelle ja haastattelivat häntä perheen nykyisestä tilanteesta, erityisistä huolenaiheista lapsiin liittyen sekä lesken omasta jaksamisesta. Seurakuntayhtymä tarjosi puitteet ja kattoi leiristä aiheutuneet kustannukset.

Leirin pääpaino oli lasten surun käsittelyssä. Työskentely tapahtui vertaisryhmissä, jotka muodostettiin lasten iän mukaan. Aikuisille oli oma ryhmä. Jokaisessa lasten ryhmässä oli 2–3 ohjaajaa. Seurakuntayhtymän työntekijät osallistuivat leirille osana omaa työtään, Terhokodin työntekijät käyttivät leiriin aluksi vapaapäivänsä. Leiri toteutui päiväleirinä ja koostui viikonlopusta keväällä ja yhdestä jatkotapaamisesta syyskuussa 2010. Palaute leiristä oli myönteinen ja motivoi jatkamaan toimintaa. Työntekijöillä heräsi kuitenkin tarve kehittää leiriä ja leiriin liittyviä käytäntöjä enemmän perheenjäsenten tarpeita vastaviksi. Lisäksi kaivattiin strukturoitua toimintamallia leirin suunnittelun ja toteutuksen tueksi.

Leiriä kehitettiin palautteen pohjalta

Ensimmäiselle perheiden suruleirille osallistuneilta aikuisilta kerättiin kirjallinen palaute kahdella avoimella kysymyksellä;

- 1) Mikä leirissä oli hyvää?
- 2) Mitä tulee kehittää, mikä ei toiminut?

Aikuisten ryhmän palautteen perusteella suruleirin toteutus päiväleirinä ja miesohjaajien vähyys lasten/nuorten ryhmissä olivat suurimmat puutteet. Nuorilta palaute kerättiin suullisesti siten, että ryhmän oma ohjaaja kirjasi vastaukset ylös. Nuorten palautteissa toivottiin lisää toiminnallisia menetelmiä surun käsittelyyn ja miesohjaajaa mukaan ryhmiin.

Palautteiden mukaisesti seuraavan suruleirin ryhmien sisältöä kehitettiin laadullisesti paremmin vastaamaan lasten ja nuorten tarpeita. Miestyöntekijöitä saatiin mukaan yksi lisää. Keväällä 2011 Perheiden Suruleiri järjestettiin samassa toimintaympäristössä kuin ensimmäinenkin ja se oli myös päiväleiri. Vuotta myöhemmin leiri järjestettiin Seurakuntayhtymän leirikeskuksessa, jossa myös yövyttiin. Mukaan saatiin työntekijä myös yhtymän perheneuvonnasta. Perheiden palautteissa mahdollisuus yhdessäoloon ryhmäkokoon tumisten lisäksi koettiin merkittävänä. Vanhemmat arvostivat täysihoidtoa, lastenhoitoapua ja yhteistä iltapäivä saunan ja vapaan olemisen merkeissä. Aikuisten ryhmä halusi jatkaa kokoontumisia ja heille järjestettiin mahdollisuus ohjattuun vertaisryhmään kerran kuukaudessa. Ryhmän aikana lastenhoidosta huolehtivat Terhokodin vapaaehtoiset.

Tulevana syksynä niukkenevat taloudelliset resurssit toivat muutoksen perheille järjestettävän tuen muotoon. Leirin sijasta järjestetään 6-7 kertaa kokoontuvat sururyhmät yhtäaikaaisesti eri-ikäisille perheenjäsenille. Käytännössä vertaisryhmiä tulee viisi ja ryhmät kokoontuvat Kallion seurakunnan tiloissa. Jokaisessa ryhmässä ohjaajana on kaksi työntekijää.

Miten apua sinne, mihin muu apu ei ulotu?

Perheiden Suruleiri Terhokodin ja Helsingin Seurakuntayhtymän yhteistyönä on yksi tapa tukea kuoleman kohdanneita perheitä. Seurakunnissa sururyhmiä on järjestetty vuosien ajan – ehkä voisimme laajemminkin miettiä, millä tavalla vertaisryhmiä olisi mahdollista tarjota aikuisten lisäksi myös lapsille ja nuorille. Tärkeää on, että sururyhmissä vertaisuus toteutuu, että ihmisten elämäntilanne on riittävän samankaltainen. Tietoa eri tahojen järjestämisestä sururyhmistä, vertaistuesta sekä mahdollisuudesta pyytää keskusteluapua esimerkiksi omasta kotiseurakunnasta annetaan jokaiselle.

Vertaistuen ydin on osalliseksi tuleminen, mikä merkitsee luottamusta ja osallistavaa kanssakäymistä. Vertaisuus antaa surevalle mahdollisuuden jakaa omia kokemuksia ja saada tukea toisilta saman kokeneilta. Puolison menetys vanhuudessa tuo erilaisen surun kuin lapsiperhevaihetta eletessä. Alle kouluikäiselle lapselle sopivat keinot

käsitellä kuolemaa ja surua ovat erilaiset kuin teinille tai nuorelle aikuiselle. Erilaiset tarpeet on tärkeää huomioida sururyhmiä järjestettäessä. Lisäämällä yhteistyötä eri työalamuotojen kesken ja seurakuntien välillä voisimme suunnata sururyhmiä entistä paremmin vastaamaan surevien tarpeita. Lisäksi tulisi kehittää toimintamalleja, joiden avulla voidaan tukea perheitä, joissa toinen vanhempi sairastaa vakavasti.

Monet vertaisryhmien aikuiset kuvaavat riipaisevalla tavalla arkean pienten lasten kanssa puolison kuoleman jälkeen – apua ja tukea arkeen sekä omaan jaksamiseen on osattava itse etsiä ja sitä on vaikea saada. Ennaltaehkäisevä tuki on tärkeää, jotta kuoleman kohdannut perhe löytää voimavarat jatkaa elämää muuttuneessa tilanteessa.

Vertaisryhmien ohjaaminen ja surevien perheenjäsenten tukeminen on motivoivaa. On koskettavaa ja arvokasta saada nähdä, miten kipein suru vähitellen laantuu ja ajatukset suuntaavat myös tulevaisuuteen. Toivo valtaa alaa epätoivolta ja luottamus elämää kohtaan kasvaa päivä päivältä. Ihmisessä on paljon voimavaroja, menetyksen ja surun kanssa voi oppia elämään.

● VIRPI SIPOLA

Diakonissa, TM

Sairaalapastori

Helsingin Seurakuntayhtymä

Terhokoti, Suursuon sairaala

Lähteet:

- Aho, AL. 2010. Isän suru lapsen kuoleman jälkeen. Tuki-interventio ja sen arviointi. Akateeminen väitöskirja. Tampereen Yliopisto. Tampere.
- Auman, MJ. 2007. Bereavement support for children Journal of School Nursing. Vol. 23, no. 1, s. 34-39.
- Brown, E. 2009. Helping bereaved children and young people. British Journal of School Nursing 2009 Mar-Apr; Vol. 4 no. 2, s.69-73
- Erjanti, Helena 1999. From emotinal turmoil to tranquillity. Grief as a process of giving in. A study on spousal bereavement. Tunnemyrskystä tyveneen. Suru luopumisen prosessina. Tutkimus aviopuolison kuoleman jälkeisestä surukokemuksesta. Acta universitatis Tamperensis 715

- Jantunen, Eila 2008 Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substansiivinen teoria. Lisensiaattityö. Tampereen yliopisto, Hoitotieteen laitos. Diakonia-Ammattikorkea koulun julkaisu A Tutkimuksia.
- Kaunonen, M. 2000. Support for a Family in grief. Tampereen Yliopisto.
- Mattila K.-P. 2002. Syöpäpotilaan palliatiivisen hoidon keskeiset eettiset ongelmat. Akateeminen väitöskirja. Helsingin Yliopisto. Suomalaisen teologisen kirjallisuusseuran julkaisu No 235.
- Niemelä, Mika 2012. Structured child-centred interventions to support families with a parent suffering from cancer: From practice-based evidence towards evidencebased practice – Strukturoidut lapsikeskeiset in-

terventiot syöpäpotilaiden perheiden tukemisessa: Kohti näyttöön perustuvaa käytäntöä. Oulun Yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta.

- Niemi, Tarja & Paasivaara, Leena & Kyngäs, Helvi 2006. Nuoren kokemuksia vanhemman kuolemasta kotihoidossa 2006 vol.18 no.3 s. 141-150
- Poijula, S. 2002. Surutyö. Kirjapaja. Helsinki.
- Rask, Katja & Paunonen-Ilmonen, Marita & Kaunonen, Marja 2001. Nuorten suru läheisen kuoleman jälkeen. Hoitotiede 2001 vol. 13 no. 4 s. 207-215
- Schmitt, Florence. Lapsiperhe syövän varjossa Turun Yliopisto, lastenpsykiatrian opintopaine; VSSH/TKS, lastenpsykiatrian klinikka. Annales Universitatis Turkuensis, Medica – Odontologica Series D Turku.

”Tätä on rakkauden sekasotku”

Aberdeenin yliopiston käytännön teologian tutkija Brian Brock vieraili Suomessa toukokuun alussa puhumassa pohjoismaisilla kehitysvammaistyön neuvottelupäivillä Helsingissä ja Järvenpäässä.

Welcoming Churches in Scotland -hyväntekeväisyysjärjestön kautta **Brian Brock** on törmännyt yleiseen ongelmaan kirkkojen suhtautumisessa vammaisiin. ”Kirkkojen edustajat esittelevät yleisinä, että ovat kaikkien saavutettavissa, ja sitten käy ilmi, että se tarkoittaa heille sitä, että heillä on pyörätuoliramppi. Fyysinen esteettömyys on toki tärkeää, mutta tämä kertoo myös paljon asenteista ja taustaoletuksista, jota työntekijöillä saattaa olla.” Vammaisista puhuttaessa moni tarkoittaa edelleen fyysisesti vammaisia aikuisia. Sitä, miten esimerkiksi voimakkaasti ääntelehtivä autisti tai Downin syndroomainen nuori kohdataan ja otetaan kirkossa vastaan seurakunnan jäsenenä, ei skottikirkkoissa ole aina mietitty.

Vammaisten ihmisten kohtaaminen seurakunnassa vertautuu myös hyvin siihen, kuinka seurakunnat ottavat vastaan muita vähemmistöjä.

– Koska vammaisuuteen ei liity sosiaalista stigmaa, koska emme voi syyttää vammaisia heidän omasta tilanteestaan, asenteemme heitä kohtaan ovat hyvä peili siitä, mitä todella ajattelemme erilaisuudesta.

Sikiöseulonta puhuttaa

Tavat selvittää geenien saloja ovat kehittyneet vuosien aikana huimasti. *Scientific American* -lehti kertoi toukokuuisessa numerossaan, että muutamman vuoden päästä sikiön koko geneettinen koodisto pystytään selvittämään äidin verinäytteestä. Nykyisin geenivirhetestien perusteella havaitaan esimerkiksi Downin syndroomaa tai Tay Sachs'n syndroomaa sairastavat lapset, mutta tulevaisuudessa vanhemmat voivat saada vajaan tuhannen dollarin



Brian Brock muistuttaa, että jokainen inhimillinen elämä on Luoja luomaa ja näin hyvää.

hintaan tietoonsa esimerkiksi lapsensa riskit sairastua syöpään tai diabetekseen. Tieto voi lisätä tuskaa, sillä koko genomia tarkastellessa voi paljastua myös muita odottamattomia seikkoja – entä jos geenitestissä havaitaan vaikka albinismi tai kohonnut riski sairastua masennukseen?

Brian Brock kritisoi lääketieteellisin perustein tehtäviä sikiöseulontoja ja kyseenalaistaa perinnöllisyysneuvonnan arvoneutraaliuden. Hänen mukaansa seulontoja markkinoidaan vanhemmille valmistautumisenä vauvan tuloon, mutta kaikki testit eivät aina kuitenkaan ole tarpeellisia. Tieto lapsen mahdollisesta vammasta asettaa vanhemmat todella haastavan ja monitahoisien valinnan eteen, mutta tulosten varmistuttua tukea ja neuvontaa ei aina ole tarjolla. Lääkärit tekevät tietenkin ehdotuksia lääketieteellisin perustein, mutta seulonnan ja tulosten jälkeenkin pitäisi ottaa paremmin huomioon perhe kokonaisuutena eikä tehdä suoria oletuksia siitä, miten vanhemmat mahdollisesti pärjäävät tai eivät pärjää vammaisen lapsen kanssa.

– Tämän ajan kristityt ovat oikeastaan samassa tilanteessa kuin kristityt alkuvuosisatoina, toteaa Brock.

– Ottamassa kantaa siihen, onko ihmiselämä arvokasta ensisijaisesti

tai vain silloin, kun yksilöllä on antia yhteisölle. Miten silloin kohdata lapset ja aikuiset, jotka eivät vastaa käsitystämme onnistuneesta ja tuottavasta ihmiselosta?

Brock on käsitellyt kirkon ja vammaisuuden historiaa myös teoksessaan *Disability in the Christian Tradition: A Reader*. Näkemys siitä, että vammaisten inhimillinen kohtelu olisi jotenkin moderni ajatus, paljastuu heti kärkeen vääräksi. Augustinus puhui jo 400-luvulla ”oudoista kutsumuksista, joita Jumala ihmisille säilyttää” ja kehotti näkemään Jumalan työn niissä, jotka näyttävät heikommilta, vammaisilta ja haurailta.

Kanadalainen filosofi **Jean Vanier** toteaa, että Jumala pitää huolen niistä, jotka eivät voi puhua ja huolehtia itsestään eikä heitä siten voi ”sivistää” tai ”auttaa tulemaan uskoon” siten kuin yleensä ajatellaan. Heitä voidaan ainoastaan rakastaa Jumalan rakkauten ilmentymänä. Koska Jumala, Luoja, ei luo mitään, mikä ei ole hyvää, meidän on opittava ymmärtämään hyvyys jokaisessa inhimillisessä elämässä sen muodosta riippumatta. Tämä ”rakkauden sekasotku” on viesti, jonka Brian Brock toivoo kuulevansa kirkon suunnalta kovempaa ja laajemmalti kuin koskaan aiemmin.

● AURA SUVIRANTA

”Virret on mun rukousta”

Kuvasin sairaanhoitaja-diakonissatutkintoni opinnäytetyössä Helsingin seurakuntayhtymän yhteisen seurakuntatyön erityisdiakonian pullakirkossa kävijöiden virsiin ja hengellisiin lauluihin liittyviä näkemyksiä ja kokemuksia. Haastattelin maaliskuussa 2012 kahdeksaa pullakirkossa kävijää. Opinnäytetyö liittyy meneillään olevaan kansalliseen virsitutkimushankkeeseen, jonka tarkoitus on selvittää virren asemaa ja merkitystä nykyajan suomalaisessa kulttuurissa ja yhteiskunnassa. Erityisdiakonian näkökulmasta suomalaista virsitutkimusta ei entuudestaan ole. Toivon tutkimusaiheeni herättävän asiakaslähtöistä pohdintaa musiikin käyttämisestä diakoniatyössä. Tässä kirjoituksessa esittelen opinnäytetyöni keskeisiä tuloksia sielunhoidon näkökulmasta.

Virret vaikuttavat

Haastateltavat kokivat virsien ja hengellisten laulujen kuuluvan olennaisesti kirkon perinteeseen ja jumalanpalveluselämään. Virsiä kuvailtiin muun muassa koskettaviksi, rauhoittaviksi ja hyvää oloa tuoviksi. Virsiä ja hengellisiä lauluja pidettiin hengellisyyden herättäjinä, opetuksena, sananjulistuksena ja evankeliumina. Osa haastateltavista mielsi virret rukouksekseen.

Lähes kaikki haastateltavat lauloivat pullakirkossa. Hyväksyvä ilmapiiri kannusti osallistumaan ja laski laulamisen kynnystä. Yksi haastateltava oli juuri pullakirkossa rohkaistunut laulamaan. Pullakirkkoa kuvattiin paikaksi, johon on hyvä ja helppo tulla. Tämä todistaneekin pullakirkkoon osallistuvien osapuolien välisestä yhteydestä ja luotamuksesta, joka voi olla hoitavaa.

Kuvaukset virsien ja hengellisten laulujen sisällöstä ja laulamisen vaikutuksista kertovat, että hengellinen musiikki voi tyydyttää esimerkiksi puhutelluksi ja opetetuksi tulemisen tarvetta. Virret ja hengelliset laulut voivat sanoittaa ajatuksia ja tunteita. Hen-

gellinen musiikki on yksi keino vastata hengellisiin tarpeisiin myös sielunhoitotilanteissa.

Muistot voimavarana

Haastatteluissa keskeisiä aiheita olivat virsiaiheet muistot. Muistot liittyivät erityisesti kouluajojen virrenveisuun ja lapsuudenkotien kasvatukseen. Musiikki oli tarjonnut tärkeitä oppimis- ja osallistumiskokemuksia.

Pääasiassa virsiaiheet muistot kuvattiin positiivisiksi. Myönteisyyttä voi selittää se, että virret muistuttivat hyvästä ajanjaksosta omassa elämässä. Lisäksi ”aika kultaa muistoja”: vaikka haastateltavat kuvasivat virsiin ja hengellisiin lauluihin liittyviä ristiriitaisiakin elämänvaiheita, auttoi ajan tuoma kypsyytensä ja etäisyys arvostamaan koulussa ja kotona saatua virsiopetusta.

Toiveista totta?

Haastatelluilla oli pullakirkon musiikkiin liittyviä toiveita. Kävijät pitivät vaikuttamismahdollisuuksiaan pullakirkon musiikkiin kuitenkin vä-

häisinä ja jumalanpalvelusmusiikkia ”koskemattomana”. Kuinka diakoniatyön asiakkaiden toiveita ja näkemyksiä voitaisiin huomioida tilaisuuksien musiikin – miksei myös muiden osalueiden – suunnittelemisessa ja toteuttamisessa? Voitaisiinko vaikuttamismahdollisuuksia lisäämällä vaikuttaa kävijöiden kokemukseen kuulluksi tulemisesta ja omasta toimijuudesta?



Klaus Nygård

● LEENA NYGÅRD
Vs. diakoniatyöntekijä

”Virret on mun rukousta”. Helsingin seurakuntayhtymän yhteisen seurakuntatyön erityisdiakonian pullakirkossa kävijöiden näkemyksiä ja kokemuksia virsistä ja hengellisistä lauluista. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki, kevät 2013. Opinnäytetyö on luettavissa ammattikorkeakoulujen Theseus-verkkokirjastossa <http://www.theseus.fi>

Nordiskt själavårdssymposium

Terapi, andlig vägledning och själavård 4.–6.9.2013

Lisätietoja

[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/EF5138F3D7BAE5CBC2257718003C8E85/\\$FILE/NSSversio2.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/EF5138F3D7BAE5CBC2257718003C8E85/$FILE/NSSversio2.pdf)

Pyhä tanssi – mietiskelev

Pyhä tanssi on helposti lähestyttävää, tilaa jää hiljentymiseen, rukoukseen ja yhteyden kokemiseen. Viikoittaisia Pyhän tanssin ryhmiä kokoontuu jo useissa seurakunnissa eri puolella Suomea. Tätä tanssimuotoa voivat myös psykologit ja terapeutit käyttää työssään, koska se on olemukseltaan vahvasti hoitavaa.

Suomen seurakuntiin on rantautumassa muiden kristillisten tanssilajien rinnalla voimakkaasti tanssin laji, meditatiivinen kehorukous, jota kutsutaan Pyhäksi tanssiksi. Sen muotojen ja askelten alkuperä on eri aikakausien ja kulttuurien piiri- ja kansantansseissa. Uusimmat tanssit ovat peräisin monista musiikki- ja tanssiperinteistä. Pyhiä tansseja voidaan käyttää esimerkiksi liturgisina hetkinä jumalanpalveluksessa, ryhmissä, työpaikkakokouksissa, retriiteissä tai varsinaisesti sielunhoidollisesti. Tanssin voima on tanssijan ja pyhän kokemisen välisessä sanattomassa kommunikaatiossa.

Pyhän tanssin ryhmät kokoontuvat tanssimaan kirkkosaleihin tai seurakunnan muihin tiloihin. Vakiintuneimpia ovat säännöllisesti kokoontuvat ryhmät. Pyhä tanssi muodostaa oman osansa kansainvälisestä tanssiliikkeestä, joka lähti liikkeelle saksalaisen professori **Bernhard Wosienin** työn kautta. Menestyksekkään tanssiuransa ja teologian opintojensa jälkeen hän alkoi koota eri maiden kansantansseja ja teki niiden pohjalta uusia koreografioita, joissa oli mu-

kana hengellinen sisältö. Hän ohjasi näitä tanssejaan Pohjois-Skotlannissa pienessä yhteisössä, josta ne levisivät eteenpäin nimellä Pyhä tanssi (Hellig dans, Sacred dance, Sakraler tanz). Nyt niitä tanssitaan monissa katolisissa ja protestanttisissa kirkkoissa ympäri Eurooppaa.

Uskonnon ja tanssin yhteys

Tanssi on kautta aikojen ja eri kulttuureissa ollut tie tai linkki yliluonnolliseen, jonka kautta ihminen lähestyy jumalaansa ja kommunikoi tämän kanssa. Todisteita uskonnon ja tanssin yhteydestä on löydettävissä kaikissa muinaisissa kulttuureissa ja niiden traditio on siirtynyt meidän päiviimme asti. Vanhassa testamentissa kuvataan, kuinka ihmiset tanssivat ilon ja kiitollisuuden ilmaisemiseksi erilaisissa juhlallisuuksissa. Tanssia yhdistettiin voitonhymneihin ja ylistyslauluihin. Liikkeen kautta ilmaistiin sekä fyysistä että hengellistä iloa, riemua ja kiitollisuutta. Muinaisissa Lähi-idän maissa tanssi oli yleisesti hyväksytty tapa ja tärkeä osa kulttuuria ja uskontoa.

Jokaisella kulttuurilla on oma tanssa saavuttaa jumalallisuus, ja nämä tavat muovautuvat sen perusteella, mikä on yhteisön käsitys pyhästä. Afrikassa tanssi on integroitu jumalanpalveluksen sisälle. Siellä tanssin keskeinen rooli johtuu pyhän kulttuurista käsitteestä, tanssin olennaisista ominaisuuksista ja ihmisen asenteesta ruumiillisuuteen. Tanssi on täysin luonteva osa jumalanpalvelusta, koska se on myös luonteva osa afrikkalaista kulttuuria ja keskeinen tapa pyhyden saavuttamisessa.

Tanssikokemus on hengellinen ja terapeutti

”Tanssimme Segovian luostarin sisäpihalla Veni creatore spiritus -musiikkiin tehtyä tanssia, yläpuolellemme loisti tähtitaivas ja ryhmä liikkui hitaasti piirissä. Toistimme hitaasti tanssin yksinkertaisia askeleita kaarevien pilareiden ja kukkien ympäröimänä. Piirin keskellä oli vesimalja, jossa paloivat kynttilät. Kokemus oli kaunis ja pyhä.”

Pyhän tanssin perustavanlaatuisena lähtökohtana on näkemys, että tanssilla on parantava ja hengellinen ulottuvuus, jossa kehoa ja henkisiä ominaisuuksia ei voi erottaa toisistaan. Tanssi ei ole ainoastaan väline ilmaista jotakin, vaan myös sisäisyydestä nouseva inhimillinen toive ja tarve. Pyhän tanssin menetelmä sisältää näkemyksen, että tieto ja ymmärrys välittyvät tanssin kautta ilman, että ymmärryksen tulisi aina kulkea abstraktisti älyn kautta.

Pyhä tanssi on seurakuntalaisten yhteistä tanssia, joka rakentuu ympyrän muodolle sekä kirjaimellisesti että symbolisesti. Useimmissa koreografioissa tanssitaan piirissä, joka voi avautua ja sulkeutua, kierrellä spiraalina tai labyrinttina. Välillä muoto jätetään ja taas palataan ympyrään, jossa jokainen tanssija on oma tärkeä lenkkinsä yhteisessä ketjussa. Ympyrän muodossa voi levätä ja se kannattelee tanssijoita. Tanssi on sanatonta rukousta, sillä sanallista muotoa ei tarvita.



Marjo Suominen

ää kehorukousta

Osa tansseista on hitaita ja meditatiivisia, osa voimakkaita ja energisiä. Pyhä tanssi ei ole harjoiteltu esitys, joka olisi tarkoitettu esitettäväksi katsojille, vaan se on menetelmä, jossa liikumisen lähtökohtana on kokea yhteyttä omaan sisäisyyteen ja muihin tanssijoihin sekä saada kosketus arkitason tiedostamista laajempaan todellisuuteen. Tanssiin osallistuneet kertovat kauneuden ja pyhyiden kokemuksista tanssin aikana. Tanssimisen jälkeen vallitsevaa olotilaa voi kuvata rauhoittuneeksi ja tyhjentyneeksi. Samalla kun kokemus on hengellinen, se on myös hyvin terapeuttilinen, sitä on vaikea verrata mihinkään muuhun tanssikokemukseen.

Läsnäolo ja lepo liikkeessä riittävät

Pyhässä tanssissa voi kokea voimakasta läsnäoloa ja levätä liikkeen kannattelemana. Tanssien ohjaaja näyttää tanssijoille valmiin koreografian askeleet, jotka ovat yksinkertaisia ja näin ollen jokaisen helppo oppia, riippumatta iästä tai tanssikokemuksesta. Tyypillisesti tanssi voi kulkea niin, että samaa, esimerkiksi kuuden erilaisen askeleen sarjaa toistetaan liikkuen ympyrän kehää pitkin, piirin keskustaan ja takaisin kehälle, pidetään käsiä kiinni tai avataan kämmenet ylöspäin vastaanottavaan eleeseen.

Lähtökohtaisena taitona tanssiin tarvitaan kykyä kävellä eteenpäin, vaihtaa suuntaa, pysähtyä ja lähteä liikkeelle uudestaan – samoja taitoja kuin elämässä ylipäätään. Kokemuksen karttuessa tarkastellaan menneitä elämää pysähtymällä ja ottaen askelia taaksepäin. Käsien eleillä annetaan symbolisesti itsestä pois päin ja toisaalta vastaanotetaan itselle voimaa hengellisyydestä ja kanssakulkijoilta. Eri kerroilla voidaan syventyä enemmän joko mietiskelevämpään suuntaan kohti omaa sisintä tai iloisempaan sisäisen kauneuden kokemukseen. Toki näitä ja monia muita eri elementtejä sisältyy tanssiin myös saman kokoontumiskerran aikana.

Ympyrän jumalallinen keskus

Kirkkoarkkitehtuurissa ja kirkkotaitteessa toistuvat symbolit ovat ympyrä, risti, spiraali, kuunsirppi ja meandri eli kiemurteleva nauhakuviot. Nämä kuviot ovat myös pyhän tanssin perusmuotoja, jotka toistuvat eri tanssien askelkuvioissa ja käsien liikkeissä. Tanssijan yksilölliset kädenliikkeet vaihtelevat rukouseleistä vastaanottaviin eleisiin. Liike, yhdistettynä näköhavaintoon suljetusta ympyrästä, kuvaa yhteyttä, pyhää ja ikuisuutta. Samanaikaisesti kun tanssija on osa ympyrää ja liikkuu siinä, näkee hän ympyrän ja sen liikkeen. Ympyrän keskuksena symboloi jumalallista keskusta, josta tanssija keskittymisensä avulla saa uutta voimaa. Tätä symboloimaan voidaan asettaa piirin keskelle vesimalja palavine kynttilöineen. Jumalan ajatellaan syntyvän sydämeen, ihmisen kuvaannolliseen tunnekeskukseen.

Kun kierretään kehässä tyhjää tilaa, voi nähdä analogian, jossa tanssijan keho on tyhjä malja, tuon tyhjän kehän kaltainen. Toistettaessa lukuisia kertoja yksinkertaisia askelkuvioita yksittäinen tanssija voi avautua kuvioiden hengellisille sisällöille, samanaikaisesti kun tanssijoiden ketju, joka ottaa osaa tanssin matkaan, symboloi yhteistä päämääräämme ihmisinä.

”Kun kohotin käsivarteni Rauhan rukouksessa, tuntui, että yläpuolelleni avautui tie. Avasin kädet sivulle, tanssin roikkuvani ristillä ja oloni oli surullinen. Laitoin käsivarret lomittain rinnan päälle ja laskin pääni alas, olemukseeni levisi syvä rauha ja hymyilin.”

Tanssija voi tehdä yhden tanssikoostumisen aikana matkan, joka seuraa Kristuksen kärsimystietä. Eri siirtymävaiheet voi kokea sielullisesti, kun tanssissa kuljetaan matkaa syntymän ja kuoleman kautta ylösnousemukseen. Sielullisena kokemukseksi osallistuja voi tuntea kulkeneensa matkan valoon ja painottomuuden olotilaan. Symboliset mielikuvat valaisevat sielua kehon liikkumiskokemuk-

sen kautta. Tanssijalle tarjoutuu mahdollisuus olla yhteydessä omaan jumalalliseen alkuperäänsä.

Seurakunnat avaavat oviaan tanssille

Tällä hetkellä Suomessa on viitisentoista koulutettua Pyhän tanssin ohjaajaa. Tukholmassa toimiva suomalainen pappi **Sanna Bäckvall** kouluttaa jo toista kurssillista uusia ohjaajia, tällä kertaa Helsingin hiippakunnan järjestämällä kurssilla. Monet seurakunnat ovat jo avanneet ovensa Pyhälle tanssille ja järjestävät vakituisesti koontuvia tanssiryhmiä ja muita tanssitapahtumia. Koulutetut ohjaajat ovat järjestäneet erilaisia Pyhän tanssin tapahtumia eri paikkakunnilla Suomessa ja integroineet tanssia jumalanpalveluksiin.

Itse olen ohjannut tanssia Alppilan, Maunulan, Tapiolan ja Lohjan kirkkoilla. Pidän kesäkuussa Järvenpäässä järjestettävässä kansainvälisessä kristillisen varhaiskasvatuksen Ecce-konferenssissa Pyhän tanssin workshopin ja ohjaan Pyhää tanssia retriitissä Porin Korpholmassa. Pääosa jo koulutetuista ohjaajista on pappeja, jotka käyttävät tanssia omien seurakuntiansa tilaisuuksissa mm. pääkaupunkiseudulla, Oulussa, Vaasassa, Tampereella, Karjaalla ja Turussa. Toivottavasti seurakunnat antavat tanssille lisää mahdollisuuksia nyt, kun kysyntää on enenevässä määrin ja ammattitaitoiset ohjaajat osaavat suunnitella eri ikäryhmille ja erilaisiin tapahtumiin sopivia tansseja.

● TIINA SARA-AHO

Balettipedagogi ja
Pyhien tanssien ohjaaja,
erityisopettaja, teologian yo

Kirjallisuutta:

- Rönn, Maria. Heliga danser. Centraltryckeriet i Borås 1997
- Wosien, Maria-Gabriele. Sacred dance. CS Graphics, Singapore 1974

Kuvat – Peilissä sielunhoitaja

*”Onnellisuus on kuin perhonen,
joka ei anna ottaa itseään kiinni,
mutta voi istuutua olkapäällesi,
kun istut hiljaa.”*

Nathanael Hawthorne



Sielunhoito oppiaineena, nimet Irja Kilpeläinen ja Martti Lindqvist nousevat mieleen. Puhuminen, kuunteleminen ja empatia ovat tärkeitä teemoja. Sielunhoidollinen asennoituminen, ihmisen puolella – mitä vastaan. Sanat, saarnat, sanojen kirkko – hoitaa sielua? Miten lienee sielusi laita, voisi herätysaarnaaja kysyä. Oletko onnellinen vaeltaja Jumalan puutarhassa? Onko Hän kätkenyt kasvonsa – pilvistä, synkkää, salamaa ja ukkoskuuroa? Voimme käyttää monenlaisia kielikuvia kuvatessamme elämäämme, ihmissuhteitamme, jumalasuhdettamme, arkeamme. Käyttämämme kielikuvat ovat sidoksissa aikaamme, kulttuuriimme sekä sosiaaliseen asemaamme.

Monenlaisia asioita on tutkittu, tyhjentävästi tuskin sieluakaan tai sielunhoitoa. Ytimekkäästi, mikä lievittää pahaa oloa? Mikä lievittää sitä niin, ettei tarvitse irtisanoa yksipuolisesti suhdetta Jumalaan? Mikä vakuuttaa niin, että synkimmälläkin hetkellä voi syvällä sisimmässään uskoa Jumalan kämmenen olevan voimallinen auttamaan? Missä lunastus ja pelastus ovat läsnä, miten ne ovat totta, miten koettavissa?

Kansakoulu, uskonto, pääsiäinen: pahvinen taulu, jossa tunnelmallisen valokuvan tavoin saattoi nähdä mie-

hen ristillä, naulat murskasivat jalkaterän, verta vuoti. Jeesus ristillä Golgatalla, Pääkallonpaikalla. Mikäli tämä kuva ei olisi liittynyt uskonnon opetukseen, olisiko se ollut ns. väkivalta viihdettä ekaluokkalaiselle? Olisiko kuva pupuista ja pääsiäismunista ollut lapsen sielua paremmin hoitavaa?

Koti, vuode, taulu: pahvinen taulu, kullanväriset koristeelliset kehykset, kuvassa lempeännäköinen pitkätukainen mies pitää sylissään karitsaa suuren lammaislauman ympäröimänä, miehen takana piikkipensas.

Kirkko, alttari, alttaritaulu: kookas taulu, kullanväriset tukevat kehykset, kuvassa mies kiven vieressä polvillaan, kädet kiven päällä kyynärvarsia myöten, sormet ristikkäin. Kirkon katossa kullan värisiä tähtiä, suurikokoiset kristallikruunut valaisemassa keskikäytävän yläpuolella. Valoa, valoa!

Sielunhoitoa koulutuksessa: valitse kuvista se, mikä kuvaa elämäntilannettasi. Yksi nuorista osallistujista valitsee kuvan, jossa mies lepää naisen sylissä – nainen on raskaana. Toinen valitsee kuvan, jossa pieni poika kävelee yksin syksyisessä värikkäässä luonnossa – valot ja varjot kontrastoituvat.

Sielunhoitoa sururyhmässä: valitse kuva, jolla haluat kertoa itsestäsi. Yksi eri-ikäisistä osallistujista valitsee kuvan merenalaisesta elämästä – koralliriutta. Toinen valitsee kuvan kukkaseppeleestä hautakummulla.

Sielunhoitoa taidemuseossa: yksi katsoja jää viipymään kookkaan öljyväritaulun eteen – liekehtivää punaista! Toinen siirtyy nopeasti punaisen ohi ja jää tuijottamaan lähes valkoista taulua.

Mielikuvat, jotka sanat lauseiksi sanotut muodostavat, muotoutuvat kuviksi, tunnelmiksi, tuoksuiksi, väreilyksi kuin vakuudeksi haaveiden toteutumisesta, arjen helpotuksesta, pahan olon haihtumisesta taivaan tuuliin, lounatuulen paluusta ja auringon paisteesta. Sielu lepää mielenmaise-massa. Mielenmaise-ma taas on sidoksissa kokemusmaailmaamme, tunne-elämäämme, henkilökohtaiseen sekä kulttuuriseen historiaamme yhtä lailla kuin nykyhetkeemme.

*Tahtoisin kulkea syyskesän polkuja,
lämmin auringonpaiste, hiekkatie,
syyskesän kukkia tienvarsilla
valtoimenaan.*

*Tahtoisin kulkea järvenrantaa,
Pyynikin polkuja Pyhäjärvelle
tähyillen.*

*Maisema tuo mieleeni työntyy,
vaikka ohdakkeinen polku lie.
Pyyntikin polkuja mieleni kulkee
ja katse järvelle tähyää.*

*Sielun arka lintu avoimena:
Olen kohdannut monta sinistä
katsetta – kylmää, laskelmoivaa,
teräksen kovaa.
Olen kohdannut monta sameaa
katsetta,
monta verhoittua katsetta,
monta ahnetta katsetta,
ja kuitenkin
matkaan kevyin varustein,
haluan kulkea kepeästi.
Varustukseni ovat lähes
olemattomat,
jalassa pehmeät mokkasiinit,
harteilla silkkihuivi!*

Mikä hoitaa sielua? Lohdutus! Lohduttakaa kansaani minun rakkaudella, ni, kehottaa Vanha Testamentti. Kun lapsi satuttaa itsensä, hän kiiruhtaa äidin luokse – äiti puhalttaa kivun pois! Lapsi kiiruhtaa leikkeihinsä jälleen. Uudet asiat pelottavat lasta, äiti lohduttaa läsnäolollaan, katseellaan, kosketuksellaan. Äiti tai muu turvallinen aikuinen antaa läsnäolollaan rohkeuden jatkaa eikä jähmettyä kahlitsevaan pelkoon. Turhaan ei Raamattu toista toistamistaan: älä pelkää!

Pelko voi asua syvällä, tulee pinnalle silloinkin kun ei haluaisi. Hyväksytyksi tulemisen toive ja hylätyksi tulemisen pelko aiheuttavat toisinaan vahvaakin kuormitusta mielessämme.

Minusta ei koskaan tullut runotyttöä

*Minusta ei tullut runotyttöä
en koskaan saanut olla
haavoittuva, hauras
kaunis pitkätkäinen tyttö.
En koskaan saanut olla runotyttö,
soittajatyttö,
tanssijatyttö, perhostyttö, joka
rakasti kukkia ja kukkaseppeleitä,
järveä, venettä, lämpöä, aurinkoa,
viinirypäleitä,
kesää, kaivoa, kissaa, ruohoa ja
nukkeja.
Minusta tuli poika, kun kiharaiset
pitkät kutrini
leikattiin isän parturissa.*

Sisäinen maailmamme, mihin käsityksen sielusta liitän, rakentuu lukemamme, kokemamme, kirjoittamamme, näkemämme, tuntemamme varaan. Hoito ja hoitaminen välittyvät kaikkien aistiemme kautta koko kehoomme erilaisina tuntemuksina jopa jännityksinä. Hoitamisessa vaikuttaa kaikki se inhimillisen vuorovaikutuksen lainalaisuuksiin kuuluva ja kaikella sillä voimme välittää hoitoa, ilmeet, eleet, äänensävyt, sanat, kosketus. Sielua hoitaa kuitenkin niin moni immateriaalinen asia. Selittämätön osio, yksilöllinen kokemus taideteoksen äärellä, teatteriesityksessä tuleva sykähdytys, oivallus – kaikki se rakentaa sisäistä maailmaamme, virittää ajatuksiamme, liikuttaa tunteitamme – antaa sielullemme ruokaa. Taidetta voi kuvata myös meille suomalaisille niin tutun vertauksen kautta – se on sielun sauna! Taide puhdistaa, tuo kuonaa pintaan ja kuljettaa pois kyynelien kautta. Aikakausien kuluessa ihmisen perustarpeet ja tunteet eivät muutu. Tapa ilmaista eri asioita on kulttuurisidonnaista, mutta tunteet ovat yhteisiä ihmisille eri aikoina ja eri maailman kolkissa.

Taide ruokkii ihmisen tunnemaailmaa ja näin antaa arvokasta materiaalia myös pahoinvoinnin käsitteilyyn. Sekä taiteen tekeminen että taiteesta nauttiminen antavat sielulle ravinnetta, jota se kipeästi kaipaa juuri tehokkuuden ja talouden puristuksessa olevalle ihmiselle, joka monesti hukkaa sekä tunteensa että sielunsa johonkin marketin nurkkaan.

● MARJA SEPPÄNEN

Diakonissa

Harjun seurakunta, Tampere

Kirjallisuutta:

Tommy Hellsten: Virtahepo olohuoneessa, Ihminen tavattavissa, Saat sen mistä luovut
Liisa Keltinkangas - Järvinen: Hyvä itsetunto
Irja Kilpeläinen: Sinun kanssasi surussa
Martti Lindqvist: Auttajan varjo
Anna-Liisa Valtavaara: Kiltteydestä kipeät, Ainako anteeksi
Tuija Välipakka ja Arja Lehtosaari. Sata tapaa tappaa sielu

Kirkon puhelin- ja verkkoauttaminen on kysytty palvelu

Pian 50-vuotias Palveleva puhelin on edelleen kysytty palvelu. Joka ilta, arkena ja pyhäinä, suomeksi ja ruotsiksi päivystävässä palvelussa voidaan vastata vain n. 35 % soittoyrityksiin. Viime vuonna käytiin yli 65 000 keskustelua. Ihmissuhteista, yksinäisyydestä, hengellisistä kysymyksistä ja sairaudesta keskustelevat päivystäjät ovat kirkon sielunhoitajia ja mielenterveystyöntekijöitä arjessa.

Palveleva puhelin on toiminut verkkoauttajana jo 7 vuoden ajan sekä suomeksi että ruotsiksi. Palveleva netti / Samtalstjänstens nätjour päivystää joka päivä osoitteessa www.verkkoauttaminen.fi. Tämän ja Kirkko Suomen facebook-sivujen chatin keskustelumahdollisuutta käytetään jo laajalti.

Diakoniatyölle kirkon puhelin- ja verkkoauttamisen palvelut ovat lisäresurssi, jota kannattaa pitää esillä. Varmistaisihan, että seurakuntanne tiedotuksessa pidetään esillä kirkon puhelin- ja verkkoauttamista esimerkiksi verkkosivubannereihin. Nämä kaikkia saavuttavat palvelut toimivat joka puolelta Suomea.

Toisaalta illalla anonyyminä puhelimen tai verkkoyhteyden välityksellä käydyt keskustelut ovat työntekijälle myös toisenlainen ikkuna ihmisten arkeen. Tervetuloa mukaan työhön!



Meditatiivinen laulu hoitaa

Meditatiivinen laulu on tapa hiljentyä. Kun ihminen pysähtyy ja keskittyy kuuntelemaan yhtä ääntä, hän voi päästä myös lähemmäs omaa todellista olemustaan, väittää Tampereen hiippakuntakanttori Aija-Leena Ranta.

– Aikamme ihmisellä aivot käyvät ylikierroksilla ja pää raksuttaa kaiken aikaa. Ihminen kaipaa lepoa ja rauhaa, mutta usein onkin kysymys siitä, voiko antaa itselleen luvan pysähtyä. Saa-ko muista huolehtiva auttaja huolehtia myös omasta itsestään?

Meditatiivinen laulu sopii **Aija-Leena Rannan** mukaan kaikille. Se ei edellytä nuotinlukutaitoa, ei edes ns. laulutaitoa. Meditatiivisesta laulusta käytetään myös nimityksiä hoitava ääni, hiljaisuuden syvä ääni, kontemplatiivinen laulu, hiljainen rukouslaulu tai harmoninen laulu.

Laulutapa on kuuntelevaa, pakotonta ja luonnollista. Äänenkäyttö ja herkkävireinen laulutapa syventävät hengitystä. Laulutapa saattaa ihmisen yhteen oman ruumiinsa kanssa.

– Sielu ja ruumis ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Meditatiivinen laulu hoitaa molempia, sielua ja ruumista. Kokonaisvaltaisena laulu ikään kuin hieroo ihmistä sisältäpäin ja siten myös rentouttaa.

Samassa äänessä ryhmän kanssa

Aija-Leena Ranta tutustui harmonisen lauluun 80-luvun puolivälissä, kuullessaan televisiossa professori **Igor Reznikoffin** ajatuksia ja hiljaista rukouslaulua.

– Nauliuduin paikoilleni television ääreen. Laulu oli niin erilaista kuin mihin olin tottunut. Otin asiasta selvää ja parin vuoden päästä olin Uudessa Valamossa Reznikoffin kursseilla.

Aija-Leena kuvaa kokemustaan käänteentekeväksi. Kurssille osallistui ”hyvin sekalainen seurakunta”. Pa-

rin muusikon lisäksi mukana oli runsaasti musiikin amatöörejä. Äänenkäyttö ja laulutapa olivat hänelle uusia ja outoja.

– Aluksi tuntui siltä, että tästä ei tule yhtään mitään. Sitten hämmästyin: Hyvän aika, mitä ryhmälle on tapahtunut, kun siitä tuli kirjaimellisesti yksiääninen!

Ennestään toisilleen vieraiden ihmisten välille syntyi soiva, syvä vuorovaikutus ja yhdessä tekemisen ilo.

– Kokemus oli ihmeellinen. Samassa äänessä oleminen ryhmän kanssa

kantoi minua. Olen siitä lähtien kulkenut professori Reznikoffin kursseilla.

Oma nimenikin soi minussa

Aija-Leena Ranta on vetänyt erilaisia meditatiivisen laulun ryhmiä ja kursseja vuodesta 1991 alkaen. Hän johtaa myös Vox Audiens -yhtyettä, joka toimii sekä liturgisena että konsertoivana ryhmänä.

Meditatiivisen laulun kurssit eivät ole laulukursseja, sanan perinteisessä mielessä. Kurssille voi tulla kuka tahansa, joka haluaa solmia uudel-

Johanna Sointua



Mitä on sielunhoito kirkossamme nyt?

Avoimet sielunhoidon neuvottelupäivät

Tervetuloa yhteisille avoimille sielunhoidon neuvottelupäiville 3.–4.4.2014 Helsinkiin. Päiville kutsutaan sielunhoitotyötä tekeviä kirkon työntekijöitä eri ammattinimikkeillä. Neuvottelupäivien aluksi keskustelomme sielunhoidon olemuksesta viidestä eri näkökulmasta. Mitä sielunhoito on pitkälle koulutautuneen professionaalien sielunhoitotyön näkökulmasta? Entä osana tavallista seurakuntatyötä? Millaista on maallikkosielunhoito esimerkiksi laitoksissa tai Palveluvassa puhelimessa tänään? Miltä sielunhoito näyttää tutkimuksen ja koulutuksen näkökulmasta? Entä mitkä kysymykset ovat ajankohtaisia verkosielunhoidossa? Päivien teemalliset tarkastelut liikkuvat sielunhoidon peruskysymysten, yksinäisyyden, kärsimyksen ja kristillisen toivon maastoissa. Kuulemme näistä asiantuntevat alustukset ja käytämme aikaa prosessoivaan yhteiseen työskentelyyn. Mitä nämä tarkoittavat sielunhoitajana toimimiselleni ja sielunhoidolle kirkossamme nyt?

Kirkon diakonia ja sielunhoito -yksikön järjestämät neuvottelupäivät löytyvät Kirkon henkilöstökoulutuskalenterista 2014.

Lisätietoja:
Sampo Muurinen,
sampo.muurinen@evl.fi ja
Titi Gävert,
titi.gavert@evl.fi.

leen suhteen itseensä ja omaan ääneensä. Johdantokurssin jälkeen voi jatkaa laulamista ryhmässä. Aloitteijoille on perusröyhmiä ja pidempään laulaneille jatkoryhmiä. Kursseja ja opettajia löytyy sivuilta www.harmoninenlaulu.org.

Ranta vetää seuraavan viikonlopukurssin "Hiljaisen äänen voima" 7.-8.9.2013 Tampereella.

– Pyrimme hiljaisen äänen avulla löytämään äänen resonoinnin kehossa, vahvistamaan yhteyttä äänen ja kehon välillä, herkistämään kuuloamme ja kehittämään herkkävireistä laulutapa, hän kuvailee kurssia.

Harjoitteet ovat yksinkertaisia, pieniä lauluja. Myös eri vokaaleja lauletaan ja kuulostellaan, miten esimerkiksi E ja U värähtelevät poskissa ja kuinka I soi kasvojen etuosassa. Laulut opitaan kuuntelemalla. Kuunteleminen onkin yhtä tärkeä osa meditatiivista laulua kuin itse laulaminen.

Välillä tehdään voimakkaampia äänneharjoituksia, jolloin on mahdollista kuulla ns. harmonisten yläävelien soivan samanaikaisesti perusäänien kanssa.

Ryhmässä lauletaan joskus myös jokaisen omaa nimeä.

– Oman nimen laulaminen on koskettavaa. On ihmeellistä kuunnella ja tuntea, miten oma nimeni soi minussa. Se on itsearvostuksenkin kannalta tärkeää, Aija-Leena Ranta kertoo.

Hyväksyvä ilmapiiri kannattelee

Ei ole harvinaista, että ryhmässä liikutaan. Hiljainen laulu herkistää kuulemaan omaa sisintään, se auttaa myös kohtaamaan ja hyväksymään oman itseensä liittyviä asioita.

– Meditatiivinen laulaminen hyväksyvässä ilmapiirissä kannattelee heikkoäänistäkin ja rohkaisee hellästi olemaan osa ryhmää. Lempeä ja pakoton äänenkäyttö antaa tilaa kauneudelle, ilman suorituspainetta se vapauttaa ruumiin ja sielun lepoon.

Monet tulevat viikolla kokoontuviin ryhmiin työpäivästään uupuneina, mutta lähtevät ryhmästä kotiin eri ololla.

– Päänsärky hellittää, mieli rauhoittuu. Äänen värähtely hieroo sisäisesti ja fyysisesti, hengitys syvenee ja esimerkiksi verenpaine laskee.

Aija-Leena kuvaa ohjaamiensa ryhmien laulua koskettavan kauniiksi. – Monet kokevat yhtenäisen ja kauniin soinnin ihmeenä. Jotkut eivät tahdo uskoa, että ovat osallisia niin kauniin äänen luomiseen.

Hiljaisuus on syvän kuuntelemisen alku

Meditatiivisen laulun ääni syntyy luonnollisen ääniasteikon mukaisesti, ilman säestystä. Hiippakuntakanttori Aija-Leena Ranta kertoo laulujen olevan moodeissa, eli lauluja ei lauleta duurissa tai mollissa tasavireisesti.

Itkuvirret noudattavat tätä vanhaa tapaa, samoin perinteisissä kulttuurissa esim. Intiassa ja Afrikassa lauletaan moodeissa.

– Laulut ovat vanhaa kristillistä perinnettä: antifoneja, hymnejä, keskiaikaisia virsiä. Laulut opetellaan korva-kuulolta.

Aija-Leena Ranta on rohkaistunut myös itse luomaan pieniä lauluja.

– On valitettavaa, että laulamisen takin on tullut nykyaikana suorittavaa. Laulut tuutataan läpi kovalla äänellä ja tempolla. Kilpalaulanta on todella vastenmielistä, eikä se mahdollista laulujen sisältöjenkään pohdintaa.

Äänen volyyymi ei ole Aija-Leenan mukaan meditatiivisessa laulussa tärkeää, vaan että laulu soisi, resonoi minussa. Yksinkertainen yksi ääni onkin vaikuttava.

– Hiljaisena laulun syvä vaikuttavuus ei tunnu epämiellyttävältä, vaan on kuin lämmin syleily. Haasteena on kilvoittelu siinä, että ei tarvitse esittää ja suorittaa, vaan voi olla instrumentti musiikille, samanaikaisesti pieni ja suuri.

Hiljainen, pehmeä ääni herättää ihmisen herkkään havainnoimiseen. Näin hiljainen ääni on vaikutuksiltaan voimakkaampi kuin kova ääni. Silloin laulussa ovat läsnä kauneus, äänen hoitava vaikutus, rukous ja meditaatio.

● JOHANNA SOINTULA

*"Jumala, minun Jumalani,
sinua minä odotan. Sieluni janoaa
sinua, ruumiini ikävöi sinua ja
uupuu autiomaassa ilman vettä."*

Ps. 63: 2



Jani Laukkainen

Osanottaja voi tulla tietoiseksi, kuka henkilö tai mikä asia Raamatun kertomuksessa on hänelle tärkeä ja miksi. Hän voi löytää kertomuksen kautta kosketuksen oman elämänsä kipuihin, toivoon, iloon ja kokea lohdutusta. Kun osallistuu useamman kerran bibliodraamaan niin huomaa, että eri kerroilla eri asiat puhuttelevat riippuen kertomuksesta, omasta elämäntilanteesta ja yhteiskunnallisista tapahtumista. Työskentely bibliodraamassa herättää myös tunteita, ja kun ne heräävät, niin ihminen tuntee itsensä eläväksi ruumiiksi ja sieluksi. Kuten psalmin kirjoittaja ilmaisee itseään: "sieluni janoaa... ruumiini ikävöi sinua."

Bibliodraama ja sielunhoito

Psalmin kirjoittaja antaa sanojen ryöpytä sydämensä ja mielensä syvyyksistä Jumalan edessä. Hän ei kaunistele tilaansa. Hän tietää, että Jumalan edessä saa ja voi olla rehellinen ja että oman totuutensa löytäminen ja ilmaiseminen auttavat. Hän parkuu, huutaa ja itkee, kiroaa ja vihaa kauheisiin koston kuviin saakka ja kiittää Jumalansa edessä.

Psalmit ovat vuosituhansia toimineet rukouksina. Niiden maailmaan on ollut helppo eläytyä, ne kertovat tunnistettavista asioista ihmisen elämässä. Psalmien runot ilmaisevat tunteita. Ne kertovat, mitä tapahtuu ruumiissa, kun sielu voi pahoin: *"Tuska polttaa luissani..."* (Ps. 6: 3) Ne antavat sanat sille, mitä rukoilijassa tapahtuu, kun hän ei itse löydä ilmaisua tai rohkene käyttää ronskeja ilmaisuja Jumalan edessä.

Psalmien lukijan ja Jumalan välillä voi tapahtua sielunhoidollinen prosessi. Se vertautuu siihen, miten bibliodraama voi toimia sielunhoitotapahtumassa. Tapahtuu eläytymistä Raamatun henkilön tilanteeseen, tunnistusta ja tunnustamista, mikä on tilanteeni, kohtaamista Jumalan kanssa sekä

armon ja anteeksisaamisen kokemista. Myös bibliodraamassa hengellisyys ja ruumiillisuus ovat tasavertaisina läsnä.

Kun kuvaan sielunhoitotapahtumaa bibliodraamassa, niin käytän käsitettä laajassa merkityksessä. Kysymys ei ole sielunhoitajan ja hänen luokseen saapuneen henkilön välisestä prosessista. Tuon ilmi, miten bibliodraamallisia menetelmiä voidaan käyttää Raamattua lukiessa yksin tai miten sielunhoidollisia elementtejä voi ilmetä bibliodraamaryhmässä.

Mitä on bibliodraama?

Bibliodraama on Raamatun kertomusten ihmettelyä ja tutkimista ryhmässä. Lukemisen ja keskustelun lisäksi käytetään toiminnallisia ja eläytyviä menetelmiä. Eläytymistä on mm. se, että osanottaja asettuu raamatun henkilön rooliin ja puhuu Eevana, Adamina, Abrahamina, Pietarina, Magdalan Mariana tai Jeesuksena siinä tilanteessa, jota kertomus kuvaa. Hän ei näyttele Raamatun henkilöä, ei harjoittele roolia vaan improvisoi, jolloin hänen tietonsa henkilöstä, tulkinnat ja sen hetkiset ajatukset ja tunteet yhdistyvät eläväksi kokonaisuudeksi.

Bibliodraamaryhmä ja sielunhoito

Bibliodraamassa on mukana salaisuus, selittämätön, Pyhän läsnäolo. Se on kirjoitettu Raamattuun. Sitä ei tarvitse sinne keksiä. Liikumme herkkälä alueella, jota on vaikea sanoin kuvata. Voin tuoda esiin joitakin havaintoja ja harpoiden kertoa omista kokemuksistani. Joskus, silloin tällöin, yllättäen tapahtuu jotain: on juuri nähty vaikkapa kolmen hengen muodostama patsas Tuhlaajapojan kotiintulosta ja syntyy merkillinen hiljaisuus, ei tee mieli sanoa mitään, on "enkeli lensi ohi" -hetki. Bibliodraamaryhmä kokee hengellisen ulottuvuuden läsnäolon. Ohjaajana olen nöyrä, hämmentynyt ja kiitollinen. Hetki tapahtui, "tuuli puhaltaa, missä tahtoo". Hiljaisuuden jälkeen voi varovasti etsiä sanoja kokemukseksi, ainakin sanoittaa Pyhän läsnäolon.

Bibliodraamaryhmä vertautuu retiriittiin. On vapaus ja lupa kokea ja ajatella Raamatun tekstistä, mitä syntyy juuri nyt. Tässä ilmapiirissä voi syntyä uusia kokemuksia ja tulkintoja, jotka ovat osanottajalle sielunhoidollisia: vapautuksen, ilon, uuden löytymisen ja armon hetkiä. Osallistuja näyttää esimerkiksi maalauksensa kivistä, joka on vieritetty Jeesuksen haudalta ja kertoo oivalluksesta, josta lähtee uusi hengellinen prosessi hänen elämässään.

Itselleni osallistujana sielunhoidollisia hetkiä ovat olleet tyhjän tuolin menetelmällä keskustelut Jeesuksen kanssa. Kysymys on dialogista, jonka voi to-

teuttaa turvallisen ja pitkään kokoon-tuneen ryhmän päätösajaksossa. Osallistuja asettaa tyhjän tuolin oman tuolinsa eteen ja kuvittelee siihen sisäisen maailmansa Jeesuksen. Hän kysyy ”Jeesukselta” jotain, mitä on herännyt kertomusta käsiteltäessä esimerkiksi: ”Mitä teen jatkuvien huolieni kanssa? Mikä on minun hyvä osani kuten Marialla?” Osallistuja istuu tuoliin ja vastaa itselleen ”Jeesuksena”. Hän palaa omaan tuoliinsa kuuntelemaan ”Jeesuksen” vastauksen. Keskustelu tapahtuu mielessä hiljaa, ja sitä jatketaan jonkun aikaa. Se on hyvin hoitavaa ja eheyttävää, sillä ihminen kohtaa oman sisäisen Jeesuksensa, oman viisaan ja parantavan puolensa. Ja aina on mukana Jumalan Hengen salaisuus.

Olen ohjaajana ollut myös tilanteissa, jossa osanottaja ei voinut nähdä ”Jeesusta” tyhjästä tuolissa. Hänen luvallaan tutkimme yhdessä niitä esteitä, joita hänellä oli nähdä ”Jeesus” ja puhua hänen kanssaan. Lopputulos oli, että keskustelua ”Jeesuksen” kanssa ei syntynyt. Osanottaja koki vapauttavana sen, että sai tuoda näkyväksi, mikä oli hänelle sillä hetkellä totta ja mahdollista.

Vaikeita asioita voi käsitellä roolin suojassa

Koska bibliodraamassa eläydytään usein kertomuksen henkilöihin, niin osallistuja voi ikään kuin verhon takaa, roolin suojassa, käsitellä itselleen vaikeita asioita tai tunteita. Olen huomannut, että seurakunnan työntekijöiden ryhmissä usein korostuvat auttajan roolit ja siksi voi olla helpottavaa ja eheyttävää saada kokea olla autettava. Myös vihaisuuden tunteet ovat vaikeita meille ystävällisiksi opetuille. Psalmien kanssa työskentely antaa mahdollisuuden olla luvan kanssa vihainen, kun kohtaa vihollisia.

Raamatun kertomukset antavat mahdollisuuden myös oppia, miten elämän prosessit ovat monimutkaisia ja hitaita. Kertomukset eivät etene suoraviivaisesti kohti toivottua päämäärää.

Emmauksen tien kulkijat kulkevat edestakaisen matkan, osan matkaa innostuneina, osan hämmentyneinä ja matkan takaisin riemuissaan.

Bibliodraamallisia Raamatun lukutapoja

Raamattu ja sen kertomukset voivat toimia sielunhoitajana myös tekstiä luettaessa, sillä armo, rakkaus, johdatus ja paraneminen ovat läsnä. Bibliodraamalliset tavat lukea Raamattua voivat tuoda elävyyttä lukutapahtumaan.

- 1. Pidä Raamattu lähelläsi.** Silloin se on helppo aukaista.
- 2. Lue evankeliumit kuin uusi romaani.** Lue kerrallaan kokonainen kertomus kuin et olisi koskaan ennen sitä lukenut. Ihmettele lukemaasi.
- 3. Lue tekstiä eri aikoina,** puolihuolimattomasti iltapäivällä, ennen nukkumaan menoa, aamulla ennen töihin lähtöä. Lue ilman mitään tavoitteita.
- 4. Lue tekstiä hitaasti.** Lue tekstiä kuin puhelinluetteloa, nopeasti.
- 5. Tee huomioita itsestäsi.** Miltä sinusta tuntuu lukiessasi? Kiihtyykö hengityksesi lukiessasi jotain kohtaa? Lyökö sydän nopeammin? Herääkö sinussa lukiessasi kipeitä tunneistoja omasta elämästäsi tai suhteestasi Raamattuun? Vai eikö tunnu yhtään miltään?
- 6. Tee huomioita tekstistä lukiessasi.** Mikä asia, sana, lause tai henkilö alkaa kiehtoa sinua? Mitä et ymmärrä? Kuka henkilö tai mikä asia on sinulle vaikea? Mitä haluat kysyä?
- 7. Huomioi kaikki tekstissä mainitut henkilöt.**
- 8. Huomaa, missä paikassa tekstissä ollaan.** Paikka voi olla maantieteellinen paikkakunta ja lisäksi voi olla tar-

kempi kuvaus tapahtumapaikasta: vene, vuori, järven ranta, autiomaa, ylhäällä, alhaalla.

9. Huomioi, milloin tekstin kertoma tilanne tapahtuu. Mikä on vuoden-aika, vuorokauden aika, vuosi. Jos et suoraan löydä viitettä milloin kertomus tapahtuu, niin kuvittele, mikä olisi mahdollinen aika.

10. Huomioi, mitä tapahtuu. Tarkkaille verbejä.

11. Piirrä paperille tai tee symboliesineillä (esim. jääkaappimagneetit tai muut pikkuesineet) itsellesi kartta tekstin henkilöiden välisistä suhteista. Miten lähellä tai kaukana he ovat toisiaan. Minkälainen hierarkia muodostuu heidän välilleen? Unohda itsestään selvyedet. Ole erityisen valpas tuttujen kertomusten kanssa. Miten eri tavalla voit asettaa joulu-kertomuksen henkilöt ja eläimet!

12. Tule tietoiseksi, mistä teksti ei kerro. Mitä jää rivien väliin? Mitä jää jakeiden väliin?

13. Kirjoita kirje jollekin henkilölle.

Ihmettely kuin uuden edessä ei ole itsestään selvä lukutapa. Ensin on kohdattava tutut tavat ja laitettava ne hetkeksi syrjään, jos ei halua luopua niistä. Uuden edessä oleminen voi olla pelottavaakin. Miten käy, jos en pidä tutusta vaateenhelmasta kiinni. Kun olemme Raamatun edessä, niin uutta ei oikeastaan ole olemassa. Siellä ihmisen ja Jumalan kohtaamisen lähteissä on jo kaikki. Se on uutta, kun vihdoin alan löytää.

Mikä on ohjaajan rooli sielunhoidollisessa tapahtumassa?

Ohjaaja valitsee kullekin ryhmälle sopivan tekstin. Valinta on tärkeä, sillä hänen on oltava tietoinen siitä, millaisiin ajatuksiin, tunteisiin ja maailmoihin Raamatun teksti voi viedä. Uuden Testamentin kertomukset, joissa Jeesus kohtaa syntisiä ja sairaita, parantaa, tulee vierailulle ja eri tavoin konfrontoi heidän elämänsä, ovat hyviä tekstejä sielunhoidollisesta näkökulmasta. Osallistujalla on mahdollisuus roolin sisässä Jeesuksen kohtaamiseen. Ja se tekee aina hyvää!

Ohjaajan on oltava äärimmäisen tietoinen siitä, että menetelmä on vahva. Hänen on oltava hyväksyvä kaikkea sitä kohtaan, mitä osanottaja tuo ilmi sallimatta minkäänlaista toisten osanottajien tulkintaa tai hyväksymättömyyttä toisia kohtaan. Ohjaaja ei saa asettaa osanottajalle omia tavoitteita hengellisyydessä. Jokainen matkaa omaa tahtiaan omaan suuntaansa, ja karttana ovat Raamatun kertomukset.

● AINO-KAARINA MÄKISALO
Pastori, bibliodraamakouluttaja

Hei, haluaisitko jutella jostain?

- *Paha olla*
- *Kuulostaapa kurjalta. Mistäköhän on kysymys?*
- *Mummo on kuollut*
- *Voi, oletko menettänyt mummosi juuri? Miten jakselet?*
- *Joo tai se kyl kuoli jo vuosi sit*
- *Tuliko asia tänään jostain erityisesti mieleesi?*
- *Hirvee ikävä*
- *Haluatko kertoa lisää mummostasi ja siitä, mitä ikävöit?*
- *Mummo oli ainoa ketä välitti musta oikeesti*
- *Mummo oli sinulle siis tosi tärkeä ihminen?*
- *Vanhemmat vaan ryyppäs. Mummo piti musta huolta...*

Luit juuri katkelman elävästä elämästä, jossa ihminen haluaa jakaa elämässä kuuluisia luottaen siihen, että tulee hyväksytyksi. Tämä voisi olla ihan oikea chat-keskustelu. Tahdomme kuitenkin asiakkaiden voivan luottaa siihen, ettei edes nimettömiä keskustelua julkaista. Siksi kertomus on keksitty – vaikka se voisi yhtä hyvin olla ihan totta.

Noin puolitoista vuotta sitten istuimme helsinkiläisen hotellin kokoushuoneessa. Söimme hedelmiä, joimme poreilevaa vettä ja olimme sekä innostuneita että jännittyneitä. Pian joku meistä tekisi Kirkko Suomessa -Facebookista julkisen ja muutama olisi istumassa valmiina koneiden ääressä odottamassa ensimmäisiä sitä kautta tulevia chatti-yhteydenottoja. Tietokoneiden näytöillä lukee teksti ”Hei, haluaisitko jutella jostain?”

Tänään tämä on arkea muutamalle kymmenelle kirkon työntekijälle. Noin kerran viikossa he istahtavat kotisohvalle tai työpöydän ääreen päivystääseen kirkon chatissä. Facebook on auki taustalla, sitä kautta voi pitää yhteyttä ja saada tukea muilta päivystäjiltä, vaikkei samassa kokoushuoneessa istuttaisikaan. Joskus chatissa on hiljaisinta ja päivystysvuoron aikana tuleekin kirjoitettua sunnuntain saarna. Toisina päivinä päivystäjä hoitaa kahta kes-

kustelua kerralla ja ovella kolkuttaa vielä kolmas. Chatissa käydään kuu-kaudessa noin 100 keskustelua, mutta arviolta chattiin pyrkiviä olisi vielä toiset sata.

Kuka jaksaisi kuunnella minua?

Usein jo ensimmäisillä riveillä menään suoraan asiaan. Keskusteluaiheet vaihtelevat rupattelusta teologisiin ja hengellisiin kysymyksiin. Useimmiten aiheena on kuitenkin asiakkaan oma elämäntilanne. Ahdistaa. Suretta. Kukaan ei välitä. On paha olla. Harvoin päivystäjä joutuu kaivamaan esille Katekismuksen tai googlaamaan vastauksia haastaviin kysymyksiin. Usein tiedollisen kysymyksen takana on oman elämäntilanteen pohdintaa. Aiheet voivat olla hyvin rankkoja ja tarve kuuntelijalle on suuri. Tuon yhden keskustelun ajan voimme olla asiakkaalle kuunteleva korva ja tärkeä vierelläkulkija.

Vaikka sielunhoidon väline on virtuaalinen, kohtaamamme ihminen ja hänen ajatuksensa ovat yhtä oikeita ja aitoja kuin kasvokkain käytävässä keskustelussa. Pilailuviestit tai chatin väärinkäyttö ovat harvinaisia. Virtuaalinen väline tarjoaa sielunhoidollisille kohtaamisille uusia mahdollisuuksia ja haastaa perinteistä sielunhoitokäytystämme.

Kirjoitettu teksti osa sielunhoidollista prosessia

Miten esimerkiksi korvaat kuulenmitä-sanot-nyökkäyksen, myötätunnonkatseen tai olet-tärkeä- kosketuksen näppäimistön kirjaimilla? Elekielen puuttuminen lisää myös väärinymmärryksen mahdollisuutta ja kirjoitettu teksti saa hyvin suuren painoarvon. Voit keskustelun aikana joutua esittämään asiakkaalle useita tarkentavia kysymyksiä. Toisaalta nämä kysymykset voivat olla tärkeä osa itse keskustelua – asiakas joutuu muotoilemaan ja sanoittamaan ahdistustaan. Kun molemmat yrittävät ymmärtää toisiaan, voi tuloksena syntyä aito dialogi.

Päivystäjä ei tiedä asiakkaasta muuta kuin sen, minkä tämä itse on päättänyt kertoa. Harvoin tiedämme asiakkaan ikää, sukupuolta tai muita ulkoisia tekijöitä, joiden perusteella helposti tekisimme ennako-oletuksia. Chatissa voimme keskittyä asiakkaaseen ja hänen kertomukseensa. Päivystäjä ei myöskään tiedä, mitä asiakkaan ympäristössä tapahtuu; miksi jokoisen vastauksen välillä kestää useita minuutteja tai miksi hän yhtäkkiä häviää linjoilta?

Kirjoittaminen ja oman tekstin lukeminen voivat myös itsessään olla osa sielunhoidollista prosessia. Monille kirjoittaminen on helpompaa ja luontevampaa tapa ilmaista tunteita, eikä kasvokkain tapahtuva kohtaaminen ole ylipäättään vaihtoehto. Omien tunteiden sanoittaminen ja tiivistäminen voivat antaa uudenlaista näkökulmaa vaikeaan elämäntilanteeseen. Kirjoittaminen on uudenlainen mahdollisuus myös päivystäjälle, sillä kommentin voi lukea läpi ennen julkaisua ja jälkeenpäin omien lauseiden lukeminen voi olla opettavaista.

Tärkein chatin vahvuuksista on kuitenkin mahdollisuus anonyymiin keskusteluun sekä avun hakemisen matala kynnyks. Menemme sinne, missä ihmiset ovat ja kysymme, haluaisivatko he jutella jostain. Facebook-mainosten joukosta se, jossa tarjotaan mahdollisuutta keskusteluun, voi monelle erottua tärkeänä viestinä: kirkossa on paikka keskellä arkeani ja sinne voin mennä purkamaan sydäntäni.

Yhtään chat-työntekijää ei ole nyt paikalla tai vapaana

Päivystämme chatissä arkipäivisin klo 12–16 sekä kolmena iltana viikossa. Chattiin pääsee Kirkko Suomessa -Facebookin kautta, mutta se on tietoturvasyistä Facebookista ulkopuolinen palvelu. Chatissä kävijä on anonyymi ja keskustelut ovat kahdenkeskisiä ja luottamuksellisia. Kävijä näkee päivystäjän nimen ja tittelin, mutta päivystäjä ei näe asiakkaasta edes IP-osoitetta, joten häntä ei ole

Minä näen sinut

**Valtakunnallinen kehitysvammaisten kirkkopyhä
Kokkolassa 22.9.2013**

Aika: 22.9.2013

Paikka: Kokkolan kirkko ja seurakuntakeskus

Sunnuntain ohjelma alkaa klo 10 piispanmessulla Kokkolan kirkossa. Messun toimittaa Oulun hiippakunnan piispa **Samuel Salmi**.

Päiväjuhla alkaa klo 14 Kokkolan kirkossa. Juhlapuheen pitää valtiovarainministeri **Jutta Urpilainen**, ja musiikkitervehdyksen tuo **Torsten Borg**. Ohjelmassa on myös viestikapulan luovutus Turkuun.

Lisätietoa valtakunnallisesta kehitysvammaisten kirkkopyhästä löytyy Kokkolan suomalaisen seurakunnan nettisivuilta <http://www.kokkolan-suomalainenseurakunta.fi/Ke-va-kirkkopyha>

Kirkkopyhän järjestää Kokkolan suomalainen seurakunta yhteistyössä Kirkkohallituksen, Tukiliiton sekä paikallisten yhteistyötahojen kanssa.

Majoitus tulee varata viimeistään perjantaina 19.7. ja tapahtumaan tulee ilmoittautua viimeistään perjantaina 23.8. Osallistumismaksu on 20 euroa/henkilö.

Ilmoittautuminen ja majoitusvaraustiedot:

https://www.kokkola.fi/matkailu_2/tapahtumat/lomake_kirkkopyha/fi_FI/lomake_kirkkopyha/

Lisätietoja Kokkolan suomalaisessa seurakunnassa antavat:

kehitysvammatyöstä vastaava diakoniatyöntekijä Aila Viiperi, p. 050 3147 302, aila.viiperi@evl.fi tai

johtava diakoniaviran haltija Camilla Honkala, p. 050 3147 298, camilla.honkala@evl.fi



mahdollisuutta tavoittaa chatin ulkopuolella.

Chatti on saanut runsaasti myönteistä palautetta. Asiakkaat kokevat saavansa sieltä apua. Ainoa kielteinen palaute on tullut siitä, että chatti on liian harvoin auki. Olisi hienoa, jos kirkko voisi joka päivä esittää kysymyksen ”Hei, haluaisitko jutella jostain” tuon ”yhtään chat työntekijää ei ole juuri nyt paikalla” sijaan. Tämän mahdollistamiseksi chattiin tarvitaan lisää sielunhoidon osaajia päivystäjiksi. Työntekijät saavat tehtävään henkilökohtaisen perehdytyksen ja verkko-yhteisön, jossa voi purkaa mieltään ja olla kontaktissa muihin päivystäjiin ja koordinaattoreihin. Päivystäjä voi varata vuoronsa itse kalenteriin sopivina aikoina chatin aukioloaikoina. Yksi päivystysvuoro kestää 2h, ja suositus on, että työntekijä varaa vuoron kerran viikossa, minimissään kuitenkin 2 kertaa kuussa. Sen lisäksi Kirkkohallitus tarjoaa päivystäjille koulu-

tusta, virkistystä ja tarvittaessa työnohjausta.

Päivystys on esimiehen kanssa sovittua työaikaa ja päivystäjä sitoutuu hoitamaan varatun vuoron. Päivystäjäksi voi ryhtyä kirkon työntekijä, jolla on kykyä kommunikoida chatin välityksellä – tarvitaan siis hyviä vuorovaikutus-, dialogisuus- ja sielunhoitotaitoja. Toisaalta tämä ei ole kummallisempaa kuin ne taidot, mitä kirkon työntekijät muutenkin työssään tarvitsevat ihmisten kohtaamiseen.

Päivystysvuoron jälkeen on useimmiten tunne, että on tehnyt jotain tärkeää. Tämä on mielekäs ja toimiva tapa auttaa. Chatin työntekijät ovat motivoituneita ja kokevat työnsä tärkeäksi. Tervetuloa mukaan tiimiimme!

- JESSICA HÖGNABBA
- MINNA JAAKKOLA
- MEIJU RIIHELÄ

Kirjoittajat tavoittaa evl.fi-osoitteella

”Odotan sieluani”

– ajatuksia kiireestä ja kohtaamisesta

Eräässä tempelissä kävi päivittäin paljon ihmisiä, jotka piipahtivat hetken tuomassa uhrilahjaa ja rukoilemassa. Kävijöiden vana oli loputon, mutta kukaan ei viipynyt hetkeä pidempään. Kaiken tuon vierailijoiden virran joukossa istui kuitenkin munkki hiljaa ja keskittyneesti. Hän ei näyttänyt välittävän ympärillään pyörivästä ihmisjoukosta. Useimmat kävijät eivät kiinnittäneet munkkiin mitään huomiota, sillä kiireissään he tohisivat vain omia asioitaan. Jokunen katsoi häntä vähän ihmetellen, mutta ei kuitenkaan arvannut häiritä munkin rauhaa. Viimein yhden kävijän uteliaisuus voitti, hän rohkaisi mielensä ja lähestyi munkkia. Saavuttuaan munkin luo hän pysähtyi kunnioittavan välimatkan päähän ja odotti munkin huomaavan hänet. Kun munkki ei kuitenkaan kohottanut katsettaan, avasi kävijä suunsa kysyen varovasti, kuin arastellen häiritä tätä: ”Olet ollut täällä jo pitkään samassa paikassa istumassa, sillä olen monena päivänä nähnyt sinut. Saanko kysyä, miksi viivyt tempelissä näin pitkään?” Ja munkin vastaus kuului: ”Odotan sieluani.”

Tämän vapaasti kerrotun tarinan kuulun työnohjaajaltani tilanteessa, jolloin olin juuri purkanut hänelle omista työkiireistäni. Sen jälkeen olen useasti palannut tarinaan mielessäni muistuttaakseni itseäni asioiden tärkeysjärjestyksestä. Kun toisten tarvitsevuus tunkee sisään kaikkialta, miten jaksaa ja pystyy oikealla tavalla, todellisesti

läninä ollen, kohtaamaan ihmisen, kun aika ei näytä riittävän? Entä mitä kiire tekee itselle?

Kiireen imusta ja pirstoutumisesta

Kiireen imuun on helppo ajautua mukaan. Tuntuu hyvältä olla tarvittu ja haluttu. Jokainen ihminen joutuu kui-

tenkin jatkuvasti enemmän tai vähemmän kamppailemaan säilyttääkseen tasapainon elämänsä hallinnan ja hallitsemattomuuden välillä, koska hänen huomiotaan riuhdotaan joka suuntaan. Siksi nopeuden ja vauhdin rinnalla täytyy puhua pirstoutumisesta. Nopeus on joskus hyväksi, mutta toisinaan se rikkoo liikaa. **Owe Wik-**

ström puhuu saavutettavissa olemisen ansasta. Tämä aika vaatii, että on koko ajan oltava yhteydessä muihin ja muiden on tavoitettava sinut. Hän kysyy, onko odotuksen kyky hävinnyt. Tahtomattaan ihmistä temmotaan useisiin suuntiin yhtä aikaa ja hallinta häviää, kun yksi ihminen ei voi revetä moneen asiaan samanaikaisesti, kun kaiken pitää tapahtua heti nyt.

Ajan taipumuksena on keskittyä enemmänkin lopputulokseen kuin itse prosessiin. Mitä enemmän käy keskusteluja, sitä toimeliaampi ja hyödyllisempi työntekijä näyttää olevan muiden silmissä, ehkä myös omista silmistään. Puhumista ei arvosteta, tekemistä kyllä. Kunnon keskustelu vaatii aikaa ja pysähtymistä, johon harvoin näyttää olevan enää tilaisuutta. Mutta ainainen kiire tappaa luovuuden nopeasti.

Avoimesta mielestä ja dialogisuudesta

Luova ajattelu on yksi tärkeimmistä sielunhoitajan työvälineistä. Sehän merkitsee sitä, että on avoin kuulemaan toisen kertomusta ja miettimään eri ratkaisuvaihtoehtoja. Avoin mieli korostuu hyvässä vuorovaikutuksessa. Suspensio-käsite kuvaa erityisen hyvin avointa suhtautumista keskustelutilanteessa. Se tarkoittaa oman mielipiteenmuodostuksen viivyttämistä, jotta aiheen avoin käsittely, monenlaisten ajatusten esilletuominen ja vapaa ideointi voisivat olla mahdollisia.

Kauko Haarakangas kuvaa tilanetta kellumisena, avoimena olemisena nykyhetkessä, läsnäolona tässä ja nyt, jolloin eri vaihtoehtojen, näkökantojen ja luovien ideoiden yhteinen tutkiminen ja yhdessä ihmettely mahdollistuvat. Tähän tarvitaan tietynlaista herkkyyttä omille tunteille ja niille sisäisille reaktioille, joita toisen puhe itsessä herättää ja jotka sen havaitsee toisessa synnyttävän. Se on oikeastaan liian kiihkeän kritiikin välttämistä, jotta omat aistit saisivat tilaa toimia ja voisivat pysyä valppaina. Se on mitä suurimmassa määrin kiinnostuksen ja kunnioituksen osoittamista

toista kohtaan, hänen arvostamistaan ajattelevana, tuntevana, olemassaolon ja elämän kipeiden kysymysten kanssa kipuilevana kanssaihmisinä.

Tällaisen läsnäolon kautta voi löytäytyä tarpeeksi vahva tarttumapinta siihen yhteiseen ihmisyyteen, joka tietysti tasolla aina sitoo meitä toinen toisiimme, mutta se edellyttää myös kärsivällistä ja kiireetöntä asennetta.

Dialogi, vuorovaikutus on oleellinen tekijä sisäiselle matkalle. Se on siis syvimmän itsensä löytämistä vuoropuhelun kautta. Vuoropuhelua voi toki käydä sisäisesti vain itsensä kanssa, mutta usein se jumittuu tiettyyn kaavaan, josta ei pääse eteenpäin. Vasta kun joutuu muotoilemaan ajatuksensa ja tunteensa sanoiksi yrittäen ilmaista olotilansa toiselle – saada se ymmärrettäväksi toiselle – sekä kuuntelee toisen vastausta omalle ajatukselleen, voi yllättäen löytyä uusi, aiemmin huomaamatta jäänyt näkökulma. Monen siteeraaman **Mihail Bahtinin** sanoin: ”Totuus ei synny eikä sijaitse yhden ihmisen päässä: se syntyy totuutta yhdessä etsivien ihmisten välillä, heidän dialogisessa kanssakäymisessään.”

Hitaudesta ja todeksi tulemisesta

Kiireen loppuminen merkitsee tavallaan murehtimisen lisääntymistä. Sillä ihmisen pysähtyessä kaikki aiemmin syrjään jätetyt ja unohdetut asiat ja tapahtumat pomppaavat esiin ajatusten perukoilta vaatien huomiota. Eivätkä ne ehkä enää suostu vaikenemaan. Ihmisellä on tarve tehdä maailmasta ja omasta elämästään käsitettävä sekä siten saada se hallintaan.

Juuri tästä ihmisen tarpeesta tulkitta kokemuksiaan ja käytöstään, selittää omaa maailmaansa, on kyse attribuutioteoriassa, josta Owe Wikström kirjoittaa. Ihmisellä on sen mukaan kolme perustavanlaatuista tarvetta, joista ensimmäinen on tarve tehdä maailmasta mielekäs. Hän haluaa ymmärtää, miksi maailma on sellainen kuin on ja miksi se toimii juuri niin kuin toimii. Toisena on tarve hallita omaa

elämää, toisin sanoen halu pystyä enakoimaan ja kontrolloimaan oman elämänsä tapahtumia voidakseen mahdollisimman hyvin välttää itseän kohdistuva uhka. Kolmas on itsekunnioituksen tarve. Nämä kolme tarvetta ovat sidoksissa toisiinsa, sillä tutkimusten mukaan hallinnan ja kyvykkyyden tunteet rakentavat mielekästä maailmankuvaa ja positiivisen minäkäsityksen syntymiseen tarvitaan kokemus kaiken mielekkyydestä ja mahdollisuudesta kontrolloida tapahtumia sekä omaa elämää.

Rakkautta ei voi ansaita omilla saavutuksilla

Kaiken huolehtimisen ja murehtimisen keskellä ihmistä voi suuresti helpottaa se tieto, voisiko sanoa sisäinen vakaumus, että kaikki ei ole omista kässissä, että suuremmat kädet kannattelevat ihmistä. Profeetta Jesaja sanoo: ”*Hiljainen luottamus on teidän voimanne.*” (Jes 30:15) **Tommy Hellsten** sanoo levollisuuden syntysijan olevan juuri hiljaisessa luottamuksessa. Hän puhuu siitä, miten levollisuuden puute on identiteetin puutetta. Ihminen hakee identiteettiään yleisimmin pinnallisista, ulkoisista asioista. Kuitenkin kaikkein tärkein minuuden rakennusaine on rakkaus, eikä sitä voi ansaita omilla saavutuksilla. Oikealla tavalla vahvan ihmisen minuuksien perustuu vakuuttuneisuuteen omasta arvostaan. Tätä vakuuttuneisuutta tukee rakastetuksi tulemisen kokemus.

Mitä enemmän ihminen löytää minuutensa palasia, sitä enemmän hän on kotona itsessään. Mutta sielun koti ei avaudu kiireiselle, sillä silloin sielu leijuu jossain matkalla saavuttamatta kotinsa ovea. Kun sielu löytää perille sisäiseen kotiinsa, se kulkee aina mukana. Silloin, Hellstenin sanoin, ”*ulkoisen koti kutoutuu vaivihkaa sisäiseksi kodiksi. Silloin ihminen on aina perillä, perillä itsessään. Kun on perillä, ei koskaan voi olla kiirettä. Tämä on levollisuuden salaisuus.*”

● IRMELI ENGLUND
Sairaalapastori

Kaksi kysymystä sielunhoidosta

*Yöllä linja-autossa
yksi väsynyt matkustaja.
Huuruisesta ikkunasta katsoo:
vaihtuvat maisemat.*

*Laskee vastaantulijat
pysäkit kun ohi vilahtavat.
Tietäen niistä mikä tahansa
oisi voinut olla
se oikea.*

Sielunhoito oli pelottavinta, mitä teologisessa tiedekunnassa opiskelin. Se oli pelottavinta, mitä opiskeluvuosi-

na työtä tehdessä kohtasin ja se oli pelottavinta, mitä tulevassa työssä tiesin kohtaavani. Koko opiskeluaikani minua vainosivat kaksi kysymystä. Mitä on sielunhoito? Mikä on sielunhoidon tarkoitus?

Ensimmäistä sielunhoidollista tilannettani en muista. Sen on täytynyt tapahtua rippileirillä jo ensimmäisinä kesäteologikesinäni. Pieni hetki nuotiolla, keskustelu laiturilla, sananvaihto oleskelutuvassa. En silloin tiennyt, että kyse oli sielunhoidosta. Sielunhoito käsitteenä kuvasi minun mielessäni

vakavia, tietyllä kaavalla eteneviä keskusteluja ja terapianomaista rakennetta, joka satoi tapahtumaa. Sielunhoito oli teorioita, käsitteitä ja malleja.

Ensimmäisen virallisen, järjestetyn sielunhoitotilanteen muistan kirkkaasti. Työharjoittelussa ollessani minulle tehtiin ajanvaraus keskustelua varten. Keskustelu koski kuolemaa, sielunhoidon ikaikaista ystävää. Tulen aina muistamaan, miltä minusta tuntui tuon keskustelun aikana. Muistan omat kämmeneni, jotka painoin polviani vasten peittääkseni niiden

Johanna Haapamäki



vapinan. Muistan selkää kutitelleen kylmän, nahkean pelon ja vaimean huminan korvissani. Ensimmäiset kokemukseni elämästä, kuolemasta ja sielunhoidosta toivat fyysisiä oireita. Kokemuksen siitä, että tätä en hallitse. Ymmärrys siitä, että operoin jonkin sellaisen parissa, mikä on minulle yhtä vierasta kuin kanssani keskustelevallekin.

Sielunhoito tuo minut aina hallitsemattoman äärelle. Elämä ja kuolema, ne eivät ole minun käsissäni. Yritän ymmärtää niitä kuten meistä jokainen. Yritän pukea sanoiksi kokemuksia, tunteita ja ymmärrystä.

Oma sielu puolitiessä

On aina matkalla jonnekin ja minne ikinä päätyykin.

On puolitiessä jostain ja tietää sen varsin hyvin itsekkin.

Seurakuntatyössä sielunhoito on saanut uusia merkityksiä. Teorialähtöinen rakenne on alkanut lipua ihmislähtöiseksi matkakumppanuudeksi. Hämmästyttävintä on ollut sen tajuminen, että sielunhoito todella kuuluu jokaisen papin työnkuvaan. On toki pappeja, esimerkiksi selektiivialoilta, joilla sielunhoito on työn pääasiallinen sisältö. Kuitenkin myös tuikittavallinen seurakuntapappi löytää itsensä jatkuvasti tilanteista, jotka täyttävät sielunhoidollisen kohtaamisen kriteerit. Syntymäpäiväkäynnit, sairaalaharautet, toimituskeskustelut, itse toimitukset... Edelleen kohtaan saman vaivannan kuin opiskeluvuosiinani: onko tämä nyt sielunhoitoa?

Kaikkiin kohtaamisiin, joihin liittyy sielunhoidollinen ulottuvuus, liittyy myös arvaamattomuuden ulottuvuus. Päivystävän papin huoneeseen saapuvasta seurakuntalaisesta ei näy päällepäin, millaista tarinaa hän kantaa. Kertomukset, kokemukset ja kysymykset paljastuvat pala kerrallaan. Niihin ei voi varautua ennalta. On heittäydyttävä vuorovaikutukseen. Otettava vastaan se, mitä saa, ja edettävä sen mukaan. Teoriat opettavat ajattelemaan, käytäntö opettaa tuntemaan.

Sielunhoito on puolitiessä kulkevista. Se on jatkuvaa oman vaillinais-

suuden kanssa kamppailua. Ihmiselämän kaikkien kysymysten äärellä valtaa oman sielun puolitiessä olemisen kokemus. Tässä me kaikki kuljemme, jokainen omalla tavallamme rikkonaisina ja omaa ristiämme raahaten. Tässä istun, pantapaitaan pukeutuneena, ja minulta odotetaan sanoja. Sanoja ihmisestä, sanoja Jumalasta. Sanoja elämästä ja kuolemasta ja siitä, mikä on niiden tuolla puolen.

Hoitava sanattomuus

*On olemassa asioita
niin kipeitä ja vaikeita
ettei niistä puhumalla selviä.*

Opiskeluaikana ymmärsin, että sielunhoitoon liittyy sanoja. Ja niitä minä pelkäsin. Mitä osaisin sanoa? Riittäisivätkö minun sanani? Mitä voisinkin koskaan pystyä sanomaan lohduksi, vahvistukseksi tai rohkaisuksi?

Olen puolen vuoden työrupeamani aikana pohtinut paljon sanojen merkitystä. Luterilaista kirkkoa kutsutaan sanan kirkoksi. Se ei välttämättä tarkoita sanojen paljouden kirkkoa. Myös harvat, harkitut sanat ovat tärkeitä. Viime kädessä kaiken ytimenä on Sana isolla alkukirjaimella: Kristus, joka tuntee sisartensa ja veljensä sielut ja sen, mikä niitä hoitaa. Jumalan läsnäoloon sanoissa ja sanattomuudessa tukeudun silloin, kun omat sanani ovat vaillinaisia. Hautajaisissa, sairausvuoteen äärellä tai muistisairaiden hartauksissa papin sanat ovat vain osa kokonaisuutta. Kirkkokäsikirja antaa toimituksiin ja hartauksiin kaavat, joita seurata. Kaavat koostuvat paitsi puheesta, myös raamatunluvusta, rukouksesta ja virsistä. Ne hoitavat sielua ilman minun välikäsiäni: niissä puhuu itse Jumala, suoraan sieluun.

Puoli vuotta seurakuntapappina on osoittanut, että on mentävä sanojen taakse. Mikään, mitä minä sanon, ei voi koskaan hoitaa kaikkia haavoja. On pakko mennä sanojen taakse, pysähtyä ja olla läsnä. On kuultava enemmän kuin puhuttava, kysyttävä enemmän kuin vastattava, ymmärrettävä enemmän kuin selitettävä.

Joskus on oltava aivan hiljaa. Sitä on aito matkakumppanuus: sen tunnustamista, että kaikkien elämän ja

kuoleman kauhujen äärellä ei ole sanoja. Silloin on hiljaisuutta. Yhteistä, jaettua hiljaisuutta; jaettu hiljaisuus siitä taakasta, joka toisella on kannettavanaan. Hiljaisuutta, joka kertoo, että sanattomasti ymmärrämme toisiamme, sielusta sieluun.

Joskus on mentävä suoraan kohti. Kaikki eivät tahdo sielunhoitoa halauksen muodossa, mutta jollekulle lähelle tuleva rutistus, aito kosketus aitoon ihmiseen, hoitaa enemmän kuin mitkään sanat. Monet papille puhuvat toivovat yhteistä rukousta tai esirukousta. Rukouksessa on jokin, mikä hoitaa. Jokin siinä, että sielun sisällön voi kantaa Jumalalle, hoitaa usein enemmän kuin mikään papin sanoma. Kerran minulle kerrottiin, että hautaan siunaamisessa omaisten sielua hoivasi eniten hiekan sirotteleminen arkulle. Paljaalla kädellä piirretty ristinmerkki, nyrkistä arkun kannelle valutettu hiekka, hoivasi enemmän kuin kaikki siunauksessa käyetyt sanat. Se, että joku kosketti arkkua paljaalla kädellä, kertoi enemmän kuin kaikki muu.

*Asemalta kaikuivat kuulutukset
kutsuna, jota pakoon ei pääse.
Nouset kyytiin kerran,
oot kyydissä
aina.*

Vielä on jäljellä toinen minua seuraavista kysymyksistä. Mikä on sielunhoidon tarkoitus?

Me olemme kokonaisia ihmisiä, vaillinaisia ja rikkonaisinakin. Meidät on kutsuttu sisariksi ja veljiksi, kokonaisiksi ihmisiksi toisillemme. Kulkemaan toistemme rinnalla, kantaamaan toistemme kuormia. Kulkemaan pysähtymättä, taaksepäin katsomatta. Varjelemaan niitä sieluja, jotka tulevat lähelle omaamme. Kohtaamaan oman sielumme, kaikki sen kysymykset ja kaipuun. Tähän asti olen päässyt. Nyt mietin, onko sielunhoidon tavoitteena tehdä sielusta ehjä – vai saada voimaa ja oppia elämään sielun ikuisen rikkonaisuuden kanssa?

● PETRA KUIVALA

Lainaukset Egotripin kappaleesta
Matkustaja

Sielunhoitoa hengellisen väkivallan uhrille

Vakava hengellinen väkivalta järkyttää uhrin uskoa toisiin ihmisiin, itseensä ja siihen, että elämä kantaa. Seurauksena on usein myös uskonkriisi. Siitä selviämiseksi tarvitaan ymmärtäviä sielunhoitajia, joilla on tärkeä tehtävänsä toipujan auttamisessa.

Moni uskonyhteisöjen varjoissa tapahtuvan hengellisen väkivallan – henkisen, fyysisen tai seksuaalisen alistamisen – uhri pitää fyysistäkin kipua tuskallisempaan henkisen koskemattomuutensa rikkomista. Sitä kun ”sielu revitään kappaleiksi”.

Alistushaluinen väkivallantekijä pääsee päämääräänsä, kun uhrin ruumis, mieli ja sielu ovat hänen vallassaan. Väärinkäyttöksiin valjastettu uskonto on yksi väline tähän päämäärään pääsemiseksi.

Tekijä ei voi hallita henkisesti uhriaan loputtomiin, kunhan vain uhri muistaa, että hänen sielunsa ja ajatuksensa ovat omia. Henkisessä vapautumisessa sielunhoitaja voi olla kullannarvoinen.

Sielunhoito ja terapia tukevat toisiaan

Uhrilla ei ole aina mahdollisuutta saada tukea välittömästi lähipiiristään. Ahdistavissa uskonyhteisöissä lähimmät ihmiset ovat usein pikemminkin osa ongelmaa kuin sen ratkaisua.

Myös omasta uskonyhteisöstä voi löytyä joku kokenut ja turvallinen sielunhoitaja, joka on tottunut kuuntelemaan ihmisiä kriisitilanteissa. Luterilaisissa seurakunnissa erityisesti diakoneilla ja papeilla on usein sielunhoidollista kokemusta tai terapeutista tietotaitoa. He osaavat vähintäänkin kuunnella.

Seurakunnasta osataan yleensä ohjata tarvittaessa jollekin auttajataholle, jolla on erityisosaamista ongelman hoitamiseen. Kirkon sisältä erikoistu-

neempaa ammattiapua saa perheasiain neuvottelukeskuksesta.

Vakavan väkivallan paljastamista, asiasta puhumista ja salailun lopputusta estää erityisesti häpeä, josta kymmenet Hengellinen väkivalta-kirjaan haastatellut uhrin kertoivat samansuuntaisesti.

Häpeästä vapautumisessa ja traumojen purkamisessa terapeutin työskentely on ensiarvoisen tärkeää, mutta moni toipuja tarvitsee tuekseen myös sielunhoitoa.

Erilaisten auttamismuotojen – terapiakoulukuntien, sielunhoidon, psykoanalyysin, vapaaehtoisten tukihenkilöiden, vertaistuen – voi nähdä täydentävän toisiaan. Yksi sopii yhdelle, toinen toiselle.

Auttajan on tunnettava taitojensa rajat

Sielunhoitajan on tärkeää tiedostaa ammatilliset rajansa. Auttajan on osattava erottaa, milloin toipuja tarvitsee toisenlaista apua.

– Riskinä on ottaa vähäisillä resursseilla käsiteltäväkseen liian vaativa ongelmakimppu. Sielunhoitaja voi lähteä kantamaan isoja ongelmia, ahdistuksia ja psyykkisiä painolasteja. Kun käytettävissä on rajattu aika, sen puitteisissa on saatava nostettua ihminen takaisin ylös, kun hänen kanssaan on ensin sukeltanut mielen syvyyksiin, pappi, psykoterapeutti ja psykoanalyttikko **Martti Ajo** muistuttaa.

Ajo toteaa, että kun hengellisestä väkivallasta toipuja hakeutuu sielunhoitajan tai seurakunnan työntekijän

luo, hän on tietoinen siitä, että myös jumalasuhte – tai jopa Jumala - on mahdollisesti mukana kohtaamisessa. Silloinkin kun uskonasioista ei puhuta.

Seurakunnan työntekijöiden ja sielunhoitajien erityisosaaminen on siinä, että heillä on valmiudet auttaa hengellisten kysymysten pohdinnassa ja uskonkriiseissä, mihin läheskään kaikkien terapeuttien taidot eivät riitä.

Toipujan kannattaa hyödyntää itselleen sopivia terapiamuotoja ja sielunhoitoa oman yksilöllisen tarpeensa mukaan. Varsinkin vaikeissa väkivaltaan liittyvissä erityistapauksissa tarvitaan monesti myös koulutettua auttajaa, joka hallitsee jonkin terapeutin lähestymistavan.

Anteeksiantamisen väärinkäyttöä

Uskonyhteisön sisällä esiin tulleet väkivallan tekijät käyttävät toisinaan sielunhoitotilanteita laskelmoidun härskisti hyväkseen.

Tekijä voi vaikkapa myöntää, että hän on langennut pahaan syntiin, mutta siitä on tehty totisesti parannusta, itkien ja rukoillen. Sielunhoitajalle voi tulla tunne, ettei uskonveljen teoista voi kertoa eteenpäin, vaikka kysymyksessä olisi raskas rikos.

Sielunhoitotilanne saattaa olla pelkkää manipulaatiota. Katumuksen vakuuttelut ja uuden elämän aloittamisen lupaukset ovat sanahelinää, jos tekijä esittää ne vain päästäkseen vastuustaan. Tämä on sielunhoidon irvikuva, mutta hyväuskoisten voi olla vaikea ymmärtää, että joku käyttää kallosarvoisia hengellisiä välineitä väärin.

Virhe, mihin kristillisissä yhteisöissä usein langetaan, on anteeksiantamisen ja unohtamisen vaatimus, toteaa eläkkeellä oleva perheasiain neuvottelukeskukseen johtaja **Kirsti Ijäs**.

– Kirkollisissa piireissä on ollut taipumusta lakaista kipeät asiat tietoisuudesta sielunhoidollisilla keskusteluilla. Hengellisen väkivallan selvittely ei etene pelkällä anteeksiantamisella tai rukoilemisella.

Sielunhoitajan on autettava toipujaa ymmärtämään, että väkivallan tekijällä on koko vastuu ja kaikki syyllisyys tapahtuneesta – hän on tehnyt

suuren synnin, ei uhri. Tästä ajatuksesta on pidettävä kiinni oikean jumalakuvan saamiseksi ja Jumala-suhteen korjaantumiseksi.

– Sielunhoidossa nousee monesti esille kysymys, kenen puolella Jumala oikein on. Sielunhoitajan tehtävänä ei ole Jumalan puolustaminen. Hänen tehtävänä on pikemminkin auttaa uhria tulemaan Jumalan luo tus-

kassaan ja syytöksineen, Ijäs painottaa.

Anteeksiantaminen ei merkitse sitä, että pahantekijä vapautuisi tekojensa seurauksista ja juridisesta vastuustaan. ”Helppo anteeksiantaminen” saattaa vain vapauttaa pahantekijän tekemään lisää pahaa muille.

Armo ja rakkaus välittyvät sanoittakin

Jotkut toipujat eivät halua palata ahdistaviksi kokemuksiinsa uskonnollisiin teemoihin ja piireihin, ainakaan pitkään aikaan. Hengellinen väkivalta on uhrille usein kuin rokotus kaikkea uskoa vastaan.

Sielunhoitajan on oltava hyvin hienotunteinen hoidettavan hengellisten tarpeiden ja toiveiden suhteen. Toipujan tulee saada rauhassa miettiä, miten hän haluaa järjestää jatkossa suhteensa uskonasioihin.

Hauraassa ja vaikutuksille alttiissa tilassa ihminen on altis taipumaan toisen tahtoon. Häntä ei saa ohjailta siihen uskonnolliseen suuntaan, jota auttaja edustaa, ellei toinen nimenomaan halua hengellistä ohjausta.

Sielunhoitajan tehtävänä ei ole autettavan käännäyttäminen ja voimallinen julistaminen, vaan rinnalla kulminen ja toisen toipumisprosessin tukeminen.

Jumalan armo ja rakkaus välittyvät sanoittakin siinä tilanteessa, jossa hengellisesti haavoille lyöty ei kestä kuulla uskonnollisia sanankäänteitä.

Moni kristillisissä uskonyhteisöissä haavoitetuista haluaa löytää auttajan, jonka kanssa voi keskustella myös hengellisistä kysymyksistä. Kokemus väkivallasta on saattanut vaurioittaa ja horjuttaa omaa uskoa, mutta uskota ei haluta luopua, vaan löytää tie takaisin Jumalan luo ja toisten uskovien yhteyteen.

Kriisin keskellä Jumala, usko, rukous, kristittyjen yhteys – ja armoitetut sielunhoitajat – voivat tuntua tärkeämmiltä kuin koskaan. Ne ovat selviytymisen tukipilareita, jotka auttavat vaikeimman ajan yli.

● JANNE VILLA

Kirjoittaja on helsinkiläinen toimittaja ja terapeutti



Sielunhoidon on edettävä hengellisen väkivallan uhrin eikä auttajan ehdoilla. Toipujan herkkää sieluntilaa ei saa käyttää minkäänlaiseen manipuloimiseen tai painostamiseen, vaan hänen omista toiveistaan ja tavoitteistaan on puhuttava avoimesti.

Sielunhoitoterapia vastaa ihmisten hätään

Kun ihmisellä on psyykinen tai hengellinen hätä, niin tarjolla on monenlaista apua. Sielunhoidon ja psykoterapian väliin sijoittunut sielunhoitoterapia on yksi vaihtoehto. Sielunhoitoterapialle on selvästi kysyntää, mutta kirkon näkökulmasta kyseessä ei ole ongelmaton asia.

Suomen sielunhoitoterapeutit ry kehittää sielunhoitoterapiaa ja huolehtii sielunhoitoterapian laadusta. Yhdistyksen jäsen on sitoutunut sielunhoitoterapeuttien eettisiin ohjeisiin.

– Sielunhoitoterapeuttien koulutus on täydennyskoulutusluontoista. Siihen hakiessa henkilön tulee olla peruskoulutukseltaan sosiaali-, terveys- tai kirkollisen/seurakunnallisen alan ammattilainen tai muun soveltuvan peruskoulutuksen saanut, kertoo yhdistyksen puheenjohtaja, RE-sielunhoitoterapeutti **Tiina Strengell-Kauhanen**.

Hän näkee yhdistyksen tärkeänä tehtävänä sielunhoitoterapian aseman vakiinnuttamisen.



Tiina Strengell-Kauhanen

– Tiedottamisen ja eri tahojen – esimerkiksi seurakuntien ja terveydenhuollon – kanssa tehtävän yhteistyön kautta asiallinen tieto sielunhoitoterapiasta lisääntyy. Toivomme myös, että sielunhoitoterapeuttien tarjoamaa resursssia ihmisten avun tarpeeseen vastaamiseen voitaisiin hyödyntää nykyistä laajemmin.

Sielunhoitoterapian Strengell-Kauhanen asemoi sielunhoidon ja psykoterapian välimaastoon.

– Kyseessä on ammatillinen kristillinen terapiatyö, jossa pyritään auttamaan ihmistä kokonaisvaltaisesti kristillisen ihmiskäsityksen pohjalta. Tämä tapahtuu ihmisen yksityisyyttä ja yksilöllisyyttä kunnioittaen. Terapiaa tehdään aina asiakkaan tarpeista käsin yhdessä tehtyjen tavoitteiden mukaisesti.

Sielunhoitoterapia on prosessiluonteista ja siinä yhdistyy psykologian ja hengellinen näkökulma.

– Se on tarkoitettu jokaiselle, joka haluaa käsitellä asioitaan turvallisessa ja luottamuksellisessa ilmapiirissä. Sielunhoitoterapeutti käyttää työskentelyssään niitä terapiamuotoja, joihin hän on koulutautunut. Terapeutti on myös sitoutunut vaitiolovelvollisuuteen ja työnohjaukseen.

Strengell-Kauhasen mielestä sielunhoitoterapialle on paikka sielunhoidon ja terapian kentällä.

– Monet ihmiset haluavat hakeutua nimenomaan sielunhoitoterapiaan. He

kokevat, että siellä heillä on lupa käsitellä sekä psyykkisiä että hengellisiä asioita. Useimmat asiakkaat myös haluavat, että kuuntelun ja keskustelun lisäksi heidän asiansa viedään rukouksessa Jumalalle.

Myös kirkon työntekijöiden antama sielunhoitoa Strengell-Kauhanen pitää hyvänä mahdollisuutena antaa ihmiselle apua.

– Aina ei kuitenkaan ole mahdollista vastata ihmisen tarpeeseen käsitellä asioitaan pidempiaikaisesti ja prosessiluontoisesti. Psykoterapiaankaan kaikilla avuntarvitsijoilla ei ole mahdollisuutta päästä. Näin ollen sielunhoidon ja psykoterapian väliin jää monia avuntarvitsijoita. Tähän tarpeeseen sielunhoitoterapia haluaa vastata.

Diakoniatyössä näki hengellisen hädän

Sielunhoitoterapeutin työtä harjoittaa myös moni diakoniatehtävissä työskennellyt. Yksi heistä on Joroisissa asuva **Eeva Repo**. Hän toimi 20 vuotta diakoniatyöntekijänä Haukivuoren seurakunnassa.

– Seurakuntatyössä kohtasin ihmisten hengellisiä ja psyykkisiä ongelmia, ne näyttivät kietoutuvan yhteen. Nämä kysymykset toimivat aikoinaan syyksensä hakeutua opiskelemaan lisää. Erikoistuinkin psykiatriseen sairaanhoitoon. Sain koulutuksesta työhöni välineitä lisää, mutta kaipasin vielä jotain muutakin. Myöhemmin suoritin vielä terapeuttisen sielunhoidon koulutuksen. Tajusin heti, että se oli minulle kuin räätälöity, Repo kertoo.

RE (Rikotusta eheä) -sielunhoitoterapiakoulutuksen käytyään Eeva Repo perusti oman terapiayrityksen.

– Tyypillinen asiakkaani on kriisiytynyt keski-ikäinen nainen, joka toi-

”Pastori Virva Nyback näkee kirkon ja sielunhoitoterapeuttien keskinäisen dialogin olevan tärkeää.”



Vesa Keinonen

voovoo saavansa sekä terapeutista että hengellistä apua. Toinen ryhmä ovat avohoidon mielenterveyskuntoutajat. Heidän kohdallaan keskityn arkipäivän selviytymisessä tukea antavaan terapiaan ja sielunhoidollisten tarpeitten kohtaamiseen.

– Työskentelytapani on ammatillinen, vuorovaikutusta hyväksi käyttävä keskusteluterapia ja -sielunhoito. Keskustelutunnin lopuksi kokoon rukoukseen työskentelyn aikana esiin nousseet keskeiset asiat.

Myös Repo näkee sielunhoitoterapian sijoittuvan psykoterapian ja perinteisen sielunhoidon välimaastoon.

– Olen kokenut, että tämä terapiamenetelmä vastaa sellaisten ihmisten tarpeisiin, jotka haluavat työstää saman ihmisen kanssa terapiaa tarvitsevia ongelmiaan. Näillä henkilöillä on samalla myös sielunhoidon tarvetta.

Käsitteiden kanssa ongelmia

Pastori Virva Nyback vastaa Kirkon koulutuskeskuksessa sielunhoidon koulutuksesta ja toimii puheenjohtajana sielunhoidon koulutuksen kehittämissyryryhmässä, joka seuraa alan koulutustarjontaa ja opinto-ohjelmien sisältöjä.

Nyback suhtautuu sielunhoitoterapian ristiriitaisesti. Hänen näkee siihen liittyvän useitakin ongelmallisia asioita.

– Suomen sielunhoitoterapeutit ry:n laatimissa eettisissä ohjeissa mainitaan sielunhoitoterapian pohjautuvan raamatulliseen perustaan. Mitä sillä tarkoitetaan? Vastaushan on erilainen riippuen siitä, keneltä kysytään. Kysyn myös, mikä on se perusta ja uskon tulkinta, johon sielunhoitoterapia rakentuu?

Myös sielunhoitoterapeuttien käyttämä yhteiskristillinen-sana arveluttaa Nybackia.

– Sehän on suosittu ilmaisu karismaattisella puolella, verrattuna käsitteeseen ekumeeninen, jonka ymmärtään käsittävän myös vanhat kirkot. Yhteiskristillinen voi herättää mielikuvan, jonka mukaan juuri sielunhoitoterapiassa uskovat ihmiset tarjoavat terapiaa, jossa Pyhä Henki on erityisesti läsnä.

Merkittävänä ongelmana Nyback pitää myös sielunhoitoterapeuttien koulutuksen tasoa.

– Moni sielunhoitoterapeutti on suorittanut 60 opintopisteen koulutuksen. Opintopisteiden määrä ei ole mikään tae, mikäli koulutus ei anna riittävää ymmärrystä ihmisen monimutkaisesta psyykeestä sekä vankkaa sielunhoidollista osaamista, joka ei anna tilaa manipulaatiolle. Jos ihmisen mieltä ei tunneta, niin hänen ongelmansa hengellistetään.

Nybackin mukaan ihmisen psyykettä ei saisi tutkia ilman riittävää pohjakoulutusta.

– Sielunhoito on sielunhoitoa ja terapia on terapiaa. Näitä auttamisen muotoja ei tulisi sekoittaa. Sielunhoito ja rukous ovat aina maksuttomia. Niiden molempien tulee myös nousta seurakuntayhteydestä.

Välittääkö kirkko ihmisestä?

Sielunhoitoterapian kasvavaa suosiota Nyback ei sinänsä ihmettele. Hän uskoo sen johtuvan muun muassa kir-

kon omista ongelmista sielunhoidon alueella.

– Kirkostamme puuttuu syvä yhteisöllinen kokemus siitä, että me oikeasti välitämme ihmisestä. Puhutaan Läsnäolon kirkosta, mutta kokemus on usein päinvastainen. Seurakunnissamme on tähän läsnäoloon toki halua, mutta rakenteet ja työmuodot voivat usein olla esteenä.

Nyback näkee ihmisillä olevan suurta kaipuuta saada apua monenlaisiin haavoihinsa.

– Tähän tarpeeseen vastaavat siten esimerkiksi sielunhoitoterapeutit. Minusta olisi onnellista, jos saisimme seurakuntiinkin tuotua lisää sielunhoidollista kohtaamista. Osaamista seurakunnissa on mutta sielunhoidon pitäisi olla tarjolla paremmin. Ihmiset eivät tiedä, kenen puoleen kääntyä, Nyback pohtii.

Vaikka Nyback näkeekin sielunhoitoterapiassa ongelmia, hän ei missään nimessä halua sitä tuomita – kieltämisestä puhumattakaan.

– Sielunhoitoterapiassa tapahtuu paljon hyvääkin. Uskon, että tarvitsemme ihmisiä, jotka kuuntelevat ihmisten hätää. Ongelma on, että moni hakeutuu sielunhoitoterapiaan ja kohtaa jotakin, mikä ei ole hyvää sielunhoitoa eikä hyvää terapiaa.

● VESA KEINONEN

Toimittaja, viestintäkonsultti

Sotatraumojen purku luo ymmärrystä

Kirkkohallituksen diakonian ja sielunhoidon sekä yhteiskunnallisen työn yhdessä luotsaama Kätkeyt kivut -projekti lähti jälleen vauhtiin alkuvuodesta internet-materiaalin tuottamisen merkeissä. Toimin projektissa teologiharjoittelijana, jonka tehtävänä oli työstää projektin nettisivuille sekä teksti- että videomateriaalia tutkimuskirjallisuuden ja henkilöhaastattelujen pohjalta. Sodan henkiseen todellisuuteen sukeltamisesta muodostui kahden kuukauden mittainen historian oppitunti, joka onkin ajankohtainen veteraanipolven viimeisinä elinvuosina.

Kätkeyt kivut -projekti on ollut kiinnostunut 1900-luvun sotien psyykkisistä jäljistä ja siitä, kuinka traumat ja opitut käytösmallit siirtyvät eteenpäin sukupolvien ketjuissa. Projektin tarkoituksena on edistää sodan kipeiden kokemusten käsittelyä puhumisen kautta, jotta elämän ylimääräinen painolasti voitaisiin purkaa rakentavasti. Suomalaiseen mentaliteettiin on perinteisesti kuulunut voimakas vaikeamisen kulttuuri, joka on vaikeuttanut kipeiden asioiden jakamista. Ai-

hetta käsittelevän kirjallisuuden pohjalta sotatraumoista hahmottuukin koko kulttuurin läpäisevä eetos, jonka merkitystä jokapäiväiselle arjelle ei ole syytä aliarvioida.

Sota muovasi ajattelua ja käytöstä

Sodan aikana luotu sankarimyytti sekä pärjäämisen pakko johtivat tilanteeseen, jossa ei ollut enää tilaa surun, pelon, häpeän tai syyllisyyden kokemuksille. Turva oli kadonnut sekä yhteiskunnasta että perheistä. Tällaisesta ilmapiiristä sodanaikaiset lapset ja mm. suuret ikäluokat ovat imeneet vaietun lastin, epävarmuuden ja turvattomuuden, jotka ovat persoonallisuuden ja käytöksen ohella vaikuttaneet koko hyvinvointiyhteiskunnan rakentamisen tapaan. Sodan aikana lapset oppivat uhrautumaan ja kannattelemaan vanhempiaan kiltteyden ja työteliäisyyden kautta. Ilmiötä tutkinut Sari Näre puhuukin lunastajaidentiteetistä, jossa omat tarpeet opittiin sivuuttamaan olemalla kiltti ja kuuliainen. Kuolleista sotilaista puolestaan muodostui usein myyttisiä sankarihahmoja, joiden vertaiseksi heidän eloonjää-

neet veljensä ja siskonsa eivät koskaan pystyneet kohoamaan.

Tekstimateriaalia työstäessä selväksi tulikin se, että aihe on edelleen vaikea ja tulenarka. Haastattelujen järjestäminen ja haastateltavien sootaan liittyvän taustan tiedusteleminen tuntui välillä tungettelevalta, koska kyse oli vaietusta ja henkilökohtaisesta asiasta. Kuinka ihmiset, joiden koko tapa selvittää elämästä on perustunut vaikeutumiseen ja aiheen välttelemiseen, ylipäätään alkaisivat yhtäkkiä puhua tuntemuksistaan? Mielikuvat talvisodan uljaasta retoriikasta ja jäyhistä sotaveteraaneista saivat myös epäilemään, onko sodan inhimillistä kärsimystä vieläkään lupa tuoda esiin julkisessa keskustelussa. Samalla kuitenkin oli melko ilmeistä, että monet kokevat tarvetta puhua. Sota ei koskettanut ainoastaan sodan kokeneita, vaan myös heidän lapsiaan ja lapsenlapsiaan.

Neljä erilaista näkökulmaa

Kirkkohallituksen henkilökunnan avustuksella löysimme neljä haastateltavaa, joiden kaikkien tarina oli näkökulmaltaan erilainen ja tärkeä. Mukana oli lääkintälotta, sotainvalidi, evakkolapsi sekä sotaveteraanin tytär. Kaikille heille oli yhteistä sodan suuri

rooli elämää ja identiteettiä määrittävänä tekijänä sekä tunne, että on asioita, joista ei ole voinut tai saanut puhua. Haastattelutilanteissa myös pelkoni haastateltavien sulkeutuneisuudesta osoittautui

sukupolvien välille

turhaksi: haastateltavat ymmärsivät, että oman tarinan jakamisella voidaan saavuttaa jotakin sellaista hyvää, joka menee vaikenemisen vaatimuksen edelle.

Kiertäessäni haastattelemassa eri ikäisiä ja erilaisista taustoista tulevia ihmisiä koin helpoksi samaistumisen keinoksi sen tiedostamisen, että veteraanipolvi on ollut kanssani samanikäinen tai jopa nuorempi sotaan joutuessaan. Vaikka maailma olikin erilainen, ihmiset olivat pohjimmiltaan samanlaisia ja tunsivat samoja tunteita. Kukaan ei voi valita omaa aikaansa: nämä samat asiat olisivat voineet tapahtua myös minulle. Perspektiivi aikaan ja historiaan muodostuikin sen kautta, että haastateltavat heittäytyivät estoitta nuoren minänsä kokemukseen, jolloin vuosikymmenet väliltämme tuntuivat katoavan.

Sodan jäljet näkyvät yksilöllisesti

Haastateltava, joka oli pienenä lapsena lähtenyt perheineen evakkoon Karjalasta, oli hyvin kiinnostunut emotionaalisen painolastinsa alkuperästä ja syistä. Hän puhui tunnemuistojen merkityksestä – siitä, kuinka lapsuuden ilmapiirit ja ihanteet ovat tallentuneina ruumiiseen, vaikka niitä ei tietoisesti muistaisikaan. Lapselle vaikeasti käsitettävissä oleva sodan ilmapiiri stressaantuneine vanhempineen oli jättänyt syvät emotionaaliset jäljet, joiden tunnistamiseksi haastateltava oli tehnyt pal-

jon töitä. Haastateltava kuvasi myös Karjalan kaipuutaan kuin syvimpänä rukouksena, jonka hän oli hyväksynyt osaksi itseään ja identiteettiään.

Sodan tyyppillisten sankaritarinoiden vastapainoksi lääkintälottana toiminut haastateltava kertoi koskettavasti perheensä suuresta surusta veljen kaaduttua, kuinka isä itki ja miten oman veljen menettäminen satutti. Hän osasi kertoa elävästi myös sotasaيراaloiden todellisuudesta: katkenneiden raajojen ja ruumiiden hajuista ja itsensä ikäisten nuorten miesten saatohoidosta. Lottana hänen avainkokemuksiinsa sodasta kuului kuitenkin se pettymys ja viha, joka johtui lottien maineen myöhemmästä likaamisesta. Asioiden oikean laidan julkitulo olikin hänelle merkittävä motiivi puhua.

Kolmas haastateltava toi rohkeasti esiin psykosomaattisen oireilunsa sotainvaliditeettinsä taustalla. 15-vuotiaana sotataipaleensa aloittanut veteraani oli vuosikymmeniä myöhemmin alkanut nähdä kaatuneista painajaisia, jotka häittäsivät elämää ja aiheuttivat fyysistä oirehdintaa. Neljäs haastateltava puolestaan kertoi sukunsa painolastista, joka näkyi erityisesti isän riskiriitaisessa käytöksessä ja sotaa ihanonivissa puheissa. Vasta aikuisena hän oli lähtenyt purkamaan sukunsa vaikenemisen vyyhtiä ja tunnistanut sotasukupolvelta siirtyneitä toimintamalleja myös itsessään ja lapsissaan. Tällaiset haastattelut koin tärkeiksi viestiksi arvonannosta omille kokemuksille ja tuntemuksille, joiden turvin on

helpompi lähteä rakentamaan ehjää identiteettiä.

Sodan arjen esiintulo auttaa usein ymmärtämään omaa ja läheisten käytöstä, ja käsillä ovat parhaillaan viime hetket kysyä mieltä askarruttavia kysymyksiä sodan kokeneilta. Vastaukset saattavat olla vapauttava väylä paitsi kuulijalle, myös vastaajalle itselleen: historiankirjojen lukemisen sijaan on vielä mahdollista aidosti kysyä ”mitä se tuntui”, kun taas vastaus saattaa alkaa sanoin ”en ole kertonut tätä ennen muille”. Vuoropuhelun kautta voidaankin rakentaa siltaa, jossa sukupolvet tekevät itsensä ymmärrettäviksi toisilleen. Kun asioilla on nimi, voidaan ne myös käsitellä ja anteeksi antaa.

● HELENA VEIJALAINEN
TM

Lähteet:

Näre, Sari & Kirves, Jenni & Siltala, Juha (toim.) 2010: Sodan kasvattamat. WSOY.
Näre, Sari & Kirves, Jenni (toim.) 2008: Ruma sota. Talvi- ja jatkosodan vaiettu historia. Johnny Kniga Publishing.
Peltonen, Ulla-Maija 2003: Muistin paikat. Vuoden 1918 sisällissodan muistamisesta ja unohtamisesta.



Sielunhoitoa

Mikä mahtoi olla kevään 2013 tärkein uutinen? Uskallan ennakoida, että se ilmestyi toukokuussa. Suomessa en itse havainnut siitä kerrottavan yhtään mitään. Uutisella oli tämän päivän hektisen uutisvälityksen näkökulmasta ehkä pitkästyttävän laeva tausta.

Vuonna 1997 maailma keskusteli pitkään ja perusteellisesti lampaasta. Tuon vuoden helmikuussa **Ian Wilmut** julkisti tiedon kloonilamas Dollyn olemassaolosta. Osalle tutkijoista skotlantilaisen tutkimusinstituutin koetallissa päivänvalon nähnyt Dolly oli luonnontieteellinen sensaatio, tieteellinen tutkimuksen lampaanlihaksi tullut voiton merkki. Olihan tuo lempeäkatseinen eliko ensimmäinen maailmassa, joka oli kloonattu täysikasvuisen eläimen solusta. Monet muut pelästyivät: kulkeeko ihminen lampaan tietä geneettiseksi kopioksi? Kuka kopioitaisiin? Mihin tarkoitukseen? Mitä tästä seuraisi ihmisyydelle? Ihmisen identiteetille? Mielikuvitus laukkaasi ja apokalyptinen näky seurasi toistaan. Syntyisikö uusi jalostettujen herraihmosten ja älykköjen ihmislaji, joka tarvitessaan valmistaisi sopivasti räätälöidyn kloonistupidon joukon orjatyövoimakseen? Tuotettaisiinko maailmaan kloonilapsia, joita käytettäisiin vain alkusolun luovuttaneen isän tai äidin kehon varaosapankkeina?

Tutkijat rauhoittelivat maailmaa. Kukaan ei halua kloonata ihmistä, ajatuskin on mahdoton. Mutta eläimiä kloonattiin ja eläinten kloonaus arkipäiväistyi; lammasta seurasi vasikka, vasikkaa hiiri, nautaa ja vuohi. Vasikkaa, hiirtä ja nautaa saattoivat

puolestaan koira ja kissa. Ketju jatkui ja monipuolistui. Kloonaukselle löytyi järkeenkäyviä perusteluja, ennen kaikkea lääketieteellisiä, jalostuksellisia ja tietysti myös tutkimuksellisia.

Ajan myötä kloonaus on muuttunut laboratoriodien rutiiniksi. Kohukin sen ympärillä on vaiennut ajat sitten. Lisäksi kädelliset, joihin myös ihmisen eläintieteellisesti kuuluu, näyttivät tekevän harvinaisen sitkeää vastarintaa tutkijoille. Kloonaustrytyksiä ei toki puuttunut, mutta välillä toistuvat epäonnistumiset saivat jopa monet specialistitkin epäilemään ja luovuttamaan. Biologia näytti estävän kädellisten kloonauksen.

Lääketieteellisesti orientoitunut biogeneettinen tutkimus on jo kauan keskittynyt alkion kantasoluihin, soluihin, joilla on lähes rajaton kyky jakautua ja uusiutua ja tuottaa erikoistumattomia, mutta erikoistumiskykyistä uusia soluja korvaamaan organismin toimintakykynsä menettäneitä soluja. Näistä ”monikykyisistä” soluista odotetaan pelastusta niinkin vaikeisiin ja toivottomiin sairauksiin kuin Alzheimerin ja Parkinsonin tauti, monista muista puhumattakaan.

Kansainvälisestikin eettisesti tarkoin säädellyn ja rajatun alkion kantasolujen ja kantasolulinjojen tutkimuksen ovat mahdollistaneet ne ylimääräiset alkio, joita syntyy koeputkihedelmöityksen ”sivutuotteena”. Ne ovat samalla eettisen problematiikan ydin, ihmisalkioista ei sovi tehdä biomassaa. Nykyisin osa ylimääräisistä hävitetään, osa lahjoitetaan tutkimukselle, osa toisen lapsettomuudesta kärsivän parin hedel-

mättömyyshoitoon, osa pakastetaan mahdollista tulevaa käyttöä varten. Alkiodiagnostiikka on mahdollistanut myös perinnöllisistä sairauksista kärsivien vanhempien entistä turvallisemman lastensaannin; kohtuun siirretään tarkoin valittu ja tutkittu, geeniviaton alkio.

Entä se toukokuun uutinen? Kesän kynnyksellä amerikkalaiset tutkijat ilmoittivat arvostetussa Cell-ammattilehdessä onnistuneensa ensimmäistä kertaa kloonamaan ihmiskehon tavallisista soluista ihmisalkion. Tähän tutkijat olivat pysähtyneetkin. Alkiota ei siis siirretty kohtuun, vaan se hajotettiin ikään kuin taaksepäin, alkion kantasoluiksi. Tutkijat korostivat, että tavoite oli pelkästään luoda entistä käyttökelpoisempia kantasoluja, joita ihmiskeho ei enää hylkisi. Ihmisen varaosat voidaan alkion kantasoluja hyväksikäyttäen valmistaa hänen omista geneistään. Ideaalitapauksessa korjaamme siis itse itsemme ja sokeat näkevät ja kuurot kuulevat jo tässä maailmassa – eivät vasta tulevassa Jumalan valtakunnassa.

Kloonatun ihmisalkion synnyn myötä todentui ja mahdollistui kuitenkin pelätty; jos kloonattu alkio olisi siirretty kohtuun, olisi tulokseksi ollut kloonattu ihminen, ihmiskopio. Reitti kohti ensimmäistä ihmiskloonaa on siis avattu, eikä avattua enää kukaan saa suljettua. Hurjimmatkin pelot tai toiveet ihmisen geneettisestä jalostamisesta ovat periaatteessa mahdollisia toteuttaa – alkion kantasolujen geneettinen muuntelu ei ole ongelma. Ihmisdesign, ihmisen geneettinen muotoilu tilaajan tarpeiden mukaan, on muuttumas-

sieluttomalle?

sa tieteiskirjojen kauhutaruista reaalisiksi mahdollisuudeksi. Ja niin kovin harvoin ihminen on jättänyt mitään kokeilematta, mikä on hänelle mahdollista – jos koskaan.

Ihmiskloonin marsssia tieteistaruista kohiti todellisuutta saattaa ns. filosofisen transhumanismin innokkaasti markkinoima ajatus kyborgeista, ihmisen ja tietokoneen yhdistämisestä. Tällöin ei vain ihmisen keho olisi täydennettävissä ja korvattavissa vaan myös hänen tajuntansa ja tietoisuutensa. Ensimmäinen askel tähän suuntaan on hyvin lähellä. ”Google Glass”, Google-yhtiön datarillit ovat tulossa markkinoille jo ensi vuoden alussa. Google Glass rakentaa pientäkin pienemmän monitorin avulla välittömän yhteyden ihmisen silmään ja internetin välille. Pieni silmänliike riittää siirtämään katsojan netin kaikkiin tiedostoihin ja katsellun maiseman tai keskustelukumppanin huomaamatta vaikkapa netin videotallenteelle.

Datarillit ovat vain tavoitellun kehityksen vaatimaton alku. Innokkaimpien transhumanistien unelma on tietokoneen ja ihmisen täydellinen sulautuminen yhteen, mikä takaisi ihmiselle oman tietoisuutensa ja identiteettinsä vapaan laajentamisen, valinnan ja räätälöinnin. Tämä merkitsee ja myös edellyttää eräiden transhumanististen filosofien mukaan täysin uutta ihmiskäsitystä ja eettistä perustelua. Ei liene epäilyä, mitä se tarkoittaa tai mikä ihmiskäsitykset antikvoituvat menneisyyden harhaopiksi? Miten puhua Jumalan kuvasta, jos ihminen onkin oma luomuksensa? Missä paljastuu ihmisen ainutkertaisuus ja -laatuisuus, jos hän onkin sarjatuote? Mitä sielua hoidetaan, jos ihminen tilaa tietoisuutensa ja minuutensa nettitohtorin hyllyltä niin kuin moni tänään rintaimplantit kauneusklinikalta? Mitä jää ihmisen itseisarvosta ja identiteetistä jäljelle, jos hän muokkaa itsestään

ja tajunnastaan vapaasti muokattavan uusiomateriaalin?

Sielunhoito on ollut yksi merkityksellinen askel ihmisen matkalla ihmiseksi. Se on merkki välittämisestä, yhteenkuuluvuudesta, halusta kohdata ja jakaa ihmisen suru, kärsimys, kaipuu ja pelko yhdessä. Kyky välittää toisesta, rakkaus, teki ja tekee ihmisestä ihmisen. Osaako uusi uljas ihminen, joka on esineellistännyt sisimpänsä, rakastaa? Jakaa kärsimyksen? Vai juopuuko hän omasta rajattomuudestaan ja suuruudestaan, terveydestään, tiedostaan ja ikuisuudestaan, rajattomista mahdollisuuksistaan? Jääkö rumille, sairaille, köyhille, epäonnistuneille mitään tilaa tällaisessa maailmassa? Tarvitseeko koko maailmamme siis sielunsa hoitoa, jotta ihmisiyytemme ei katoaisi?

● KAI HENTTONEN

Markus Henttonen



KÄVELE KALLIOSSA, YRITÄ YHTEISTYÖTÄ!

Kirkon yhteiskunnallisen kokouksen kokous kaikille tästä työotteesta kiinnostuneille työntekijöille
20.–22.8.2013 Kuntokallio, Kuntokalliontie 6, Helsinki

Ohjelmassa

(Uusi) yritys, toimintatilan haasteet, tarpeet ja toiveet kirkolle talouden rakennemuutoksessa. Ihmiskauppaa vai kaivattua työvoimaa? Vierailu Rakennusliittoon. Erilaista yritysmaailmaa Kallion kaduilla; katso mistä ja kerrontaa vanhasta ja uudesta. Kaupunkeja myytävänä. Kuntapäätävä Kaarin Taipale on tutkinut kaupunkien terveystalouden, infrastruktuurin ja kaupunkitilan yksityistämistä eri puolilla maailmaa. Miten kuntapolitiikka voi vaikuttaa kansalaisverkostosta käsin? Pro kuntapalvelut -verkoston edustajia.

Ilmoittautumiset

viimeistään 6.8.2013
https://www.lyyti.fi/reg/Kirkon_yhteiskuntatyon_kokous_1756
Täysihoidohinta: 2 h/h 163 e, 1 h/h 180 e. Osallistumismaksu: 50 e

Laajan valikoiman ja hyvän palvelun kristillinen kirjakauppa, josta löydät kaikkien kustantajien kristilliset kirjat. Tervetuloa ostoksille myymälään ja verkkokauppaan!


Kaikkea maan ja taivaan väliltä.



Paavo Kettunen

Auttava kohtaaminen

Sielunhoidon perusteet ja teologia

Kattava ja ajantasainen tietopaketti ja oppikirja sielunhoidosta. Teos antaa erinomaisen tuen omalle kasvulle sielunhoitajana.

34,90 (38,80)

 KIRJAPAJA

34,90



Eeva Eerola

Turvallisella mielellä

Selkokielineen hartauskirja koostuu lyhyistä luvuista, joissa puhutaan taivaan Isän huolenpidosta. Kirja viestii iloa, rauhaa ja suurta lohdutusta jokaiselle, joka kantaa elämän taakkoja. Isokokoinen teksti ja kaunis, selkeä valokuvakuivitus. **17,19** (19,10)

yli 20 kpl **14,90**

 KIRJAPAJA

17,19



Diakoniatyöntekijän virkapaita

Diakoniatyöntekijän virkapaidan vihreä väri uudistuu syvemmäksi ja tummemmaksi kesällä 2013.

Bambutrikoiset paidat ovat kaikki uuden sävyisiä vihreitä ja muita Sacrumin ja Ateljé Solemniksen paitoja saa uuden värin lisäksi toistaiseksi vaihtoehtoisesti myös aiemmalla sävyllä.



31,00

Virkapaidan edusta

Korkealaatuinen edusta 100 % puuvillaa.

Kolme eri mallia: lyhyt pikkuedusta (Ateljé Solemnis), kapeneva edusta (Ateljé Solemnis) ja kuminauhalla selän taakse kiinnitettävä edusta (Sacrum). **31,00**

Bambutrikoinen virkapaita

Vihreä bambutrikoopaita naisille ja miehille.

Pitkähihainen **65,50**

Lyhythihainen **60,00**

Virkapaita

– Reilun kaupan puuvilla

100 % Reilun kaupan luomupuuvillasta valmistettu vihreä virkapaita. Naisten ja miesten mallit.

Pitkä- tai lyhythihainen **54,00**

Ateljé
SOLEMNIS SACRUM

Lyhyth.

60,00

Pitkäh.

65,50

54,00

Häpeä halvaannuttaa



JANNE VILLA
HENGELLINEN VÄKIVALTA
KIRJAPAJA 2013

Toimittaja, teologi ja psykoterapeutti **Janne Villa** kirjoitti kirjan hengellisestä väkivallasta säästämättä meitä yksityiskohdilta. Kirja on järkyttä-

vä. Siinä puhutaan suoraan ja kaunistelematta hengelliseen verhoon kiedotusta henkisestä, fyysisestä ja seksuaalisesta väkivallasta. Erityisesti fokusoidaan kristillisiin yhteisöihin. Kun kirjoittaja on kirkon puolestapuhujana tunnettu teologi, likaako hän omaa pesäänsä tuomalla näin kurjaa ja osin kuvottavaakin historiaa julki?

Salaisuudet ovat hyvin usein sairastuttavia, häpeä halvaannuttaa. Tämä kirja ei likaa, vaan siivoaa ja puhdistaa. Janne Villa on tehnyt kristillisiä yhteisöjä ehyttävän kulttuuriteon. Vuosikausia hengellisen väkivallan eri ilmiöitä tutkinut, valtavan taustatyön tehnyt Villa antaa kirjallaan uhreille äänen ja samalla oikeutuksen surra ja raivota. Kaltoinkohteilijat ja väärät profeetat saavat kylmää kyytiä ja heidän käyttämiään mani-

pulointikeinoja avataan nerokkaasti. Sairaiden yhteisöjen ja niissä tapahtuneiden väärinkäytösten kuvaamisen lisäksi kirja tarjoaa paljon muutakin, tärkeimpänä välineitä tunnistaa hengellistä väkivaltaa ja kaltoinkohtelua, aivopesua ja manipulointia – sekä myös irrottautua niistä ja saada apua.

Hengellistä työtä tai terapiatyötä tekeville kirja avaa tärkeää ammatillista ymmärrystä. Hengellistä väkivaltaa itse kokeneelle kirja voi olla käänteentekevä, sillä juuri järkyttävän totuudellisuutensa takia se on hyvin sielunhoidollinen. Se avaa tietä paranemiseen, toivoon ja terveeseen hengellisyyteen.

● HELI PRUUKI

TT, pari- ja seksuaaliterapeutti

In memoriam Riitta Helosvuori



Fotoniipa

Diakoni, VTM **Riitta ”Titta” Helosvuori** nukkui pois keskuudestamme sairauden murtamana Terhokodissa 5.6.2013. Riitta valmistui diakoniksi Seurakuntapöytäkirjasta ja valtiotieteiden maisteriksi Helsingin yliopistosta. Työuransa aika-

na hän kehitti muutenkin jatkuvasti itseään. Riitta työskenteli 25 vuotta Helsingissä Vuosaaren seurakunnan diakoniatyöntekijänä ja sen jälkeen 11 vuotta Kirkkohallituksen työalasihteerinä. Sekä Vuosaareissa että Kirkkohallituksessa Riitta Helosvuori edisti seurakuntadiakoniaa ja sen työmuotoja (vapaaehtoistyö, perhediakonia, vanhustyö, mielenterveys-työ ja kehitysvammaistyö), tuotti materiaalia, vastasi koulutuksesta sekä kehitti diakonian tilastointia. Riitalle myönnettiin diakonian kultainen ansiomerkki vuonna 2011. Hän jäi eläkkeelle 1.9.2011.

Viimeisimpinä työvuosinaan Riitta Helosvuori vastasi diakonian koulutuksen kysymyksistä Kirkkohallituksessa. Hän vastasi diakoniatyön peruskoulutuksen seurannasta ja kehittämisestä sekä osallistui alan täydennyskoulutuksen toteuttamiseen ja

organisointiin. Hän myös koulutti diakonian työalajohtajia sekä toimi aktiivisesti työalajohtajien roolin ja aseman kehittämiseksi. Hän toimi utterasti useissa erilaisissa valtakunnallisissa, niin kirkollisissa kuin yhteiskunnallisissa työryhmissä ja neuvottelukunnissa.

Riitta osallistui monien diakonia-alan teosten kirjoittamiseen ja toimittamiseen. Viimeisin kirjoitus on diakonian oppikirjassa *Kantakaa toinen toistenne kuormia* (Kirjapaja 2012).

Perheen ja läheisten ystävien ohella Riitalle tärkeitä asioita olivat musiikki ja liikunta. Työtoverit ja yhteistyökumppanit muistavat Riitan tomerana ja energisenä diakonian asiaa hellittämättömästi ajavana työtoverina.

● KARI KOPPERI & KALLE KUUSIMÄKI

Sisäinen portti

Sielunhoitajan työtä on joskus kutsuttu rahvaanomaisesti likapyykiksi. Ihmisten pahaan oloon liittyvät rumimmat ja ikävimmät asiat elämässä: väkivalta, hyväksikäyttö, piittaamattomuus ja häpeä. Likapyykki ei ole kuitenkaan huono kielikuva sielunhoidolle. Lian tullessa esille sielunhoitaja tietää, että toivo on lähellä: kun pahoista asioita pystyy puhumaan, lika alkaa irrota vaatteista.

Mutta toisinaan käy niin, että paha olo ei asetu sanoihin. Toivo on vaitiolossa ja hiljaisissa rukouksissa. Ja joskus toivo hiipuu kokonaan.

Eräs masennuksesta kärsinyt keski-ikäinen perheenisä teki muutamia vuosia sitten itsemurhan. Viimeisenä viestinä miehensä työtovereille leski lähetti sähköpostin, jossa hän pyysi heitä kuuntelemaan Pekka Strengin laulun Sisältäni portin löysi.

Syöpään 26-vuotiaana kuollut Pekka Streng ehti julkaista vain kaksi levyä. Hän joutui kuitenkin perumaan studioajan terveytensä heikennyttyä. Tieto lähestyvistä kuolemasta leimasi Strengin musiikkia yllättävällä tavalla, joka paljastuu otsikossa mainitun laulun sanoista:

*Sisältäni portin löysin/melkein huomaamattoman.
Kun sen läpi hiljaa nousen, näen toisin maailman.
Värit kauniit vasta huomaan, kuulen äänet kirkaammat.
Jätän soinnuttomat luolat, jätän varjot hoippuvat.*

*Jokin säteilee ja loistaa, alta kuoren synkänkin.
Kun sen huomaa, kevyemmin ajatukset liikkuvat.
Meidän värit ylös virtaa ja yhteen sulautuu.
Kaikki toistaan koskettaa, kaikki aamuun kurkottuu.*

Sielunhoitajan työ ei juuri näy ulospäin. Se on hiljaista tukemista, rohkaisua, kannustamista ja kannattelua. Sielunhoitajan tapa tuntea Jumala on rakastaa kohtaamiaan ihmisiä. Kun rakastat naapuria, kyläläistä, lasta, mummoa tai ketä tahansa, silloin tunnet Jumalan. Sielunhoitaja saa voimansa siitä, että synkimmänkin ahdistuksen hetkellä hän voi löytää – kuten Streng balladissaan – sisältään melkein huomaamattoman portin ja nousta yhdessä asiakkaansa kanssa hiljaa sen lävitse ja nähdä maailman toisin.

Viisaaksi sielunhoitajaksi ei ole oikotietä. Siihen tarvitaan aidosti omana itsenään elettyä elämää, rohkeutta ja myös paljon nöyryyttä. Elämän raadollisuus ja Jumalan valtakunta ovat läsnä samaan aikaan tässä maailmassa. Kipu ja kirkkaus kuuluvat yhteen.

*17 Minä en kuole, vaan elän
ja kerron Herran teoista.
18 Hän kyllä kuritti minua
mutta ei antanut kuoleman valtaan.
19 Avatkaa minulle vanhurskauden portit!
Niistä käyn sisään kiittämään Herraa.*

Ps. 118