

Valkonauha

4/2013

*Hyvien
muistojen
juhla
s. 11*

**Kierrätystaidetta
joulukorteissa s.14**

**Mirja Särkkä
– jämäkkä
vastuunkantaja s.6**

**"Pikkulämpimää päälle pantavaa"
yhteiskuntamme pienimmille s.30**



Valkonauha 4/2013

Julkaisija: Suomen Valkonauhaliitto

Toimituksen osoite:

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki
puh. 091351 268

www.suomenvalkonauhaliitto.fi
etunimi.sukunimi@suomenvalkonauhaliitto.fi

Päätoimittaja: Anna-Mari Laine

Toimitussihteeri: Irja Eskelinen

Toimituskunta: Pirkko Laakso, Anna-Mari Laine, Marja Kariluoto, Tuulikki Perho, Helena Sipilä

Taitto: Anne Tervahauta / Kuvitella

Lehti ilmestyy 4 numerona
Tilauhinta 15 euroa vsk

Painopaikka: Tammerprint Oy, Tampere

ISSN-L 0355-7219, ISSN 0355-7219 (painettu)
ISSN 2242-0045 (verkojulkaisu)

Kannen kuvat: Torgunn Soyland Skoglund

Suomen Valkonauhaliitto – Förbundet Vita Bandet i Finland r.y.

Liitto on vuonna 1905 perustettu kristillisyyhteiskunnallinen naisjärjestö, joka toimii yksilöiden, perheiden ja yhteiskunnan hyväksi. Liitto on jäsenenä World's Woman's Christian Temperance Unionissa. Liitto ottaa vastaan testamentteja ja lahjoituksia. Pankkiyhteys: Sampo IBAN:FI98 8000 1100 0623 23

Puheenjohtaja

HuK Anna-Mari Laine

Varapuheenjohtajat

Terveydenhoitaja Hannele Jalkanen
Pankkivirkailija (eläk.) Tuulikki Perho

Pääsihteeri

Pastori Irja Eskelinen

Toimistos sihteeri

Nina Hurtamo

SISÄLTÖ

Pääkirjoitus	3
Jäsenistö koolla	4
Mirja Särkkä – jämäkkä vastuunkantaja	6
Karjalaistyttö Eila Hörkön tie Valkonauhaan	9
Hyvien muistojen juhla	11
Joulunviettoa Norjassa	12
Kierrätystaidetta joulukorteissa	14
Millainen vanhempi olen lapselleni	16
Joulun lapsi	19
Joulukuu Namibiassa	20
Joulupukki ja Jumala laivaristeilyllä	22
Peukalosen matkassa kohti omaa itseä	24
Vankilan joulu ja papin työ vankilassa	27
Empatia – ilo ja taakka	29
"Pikkulämpimää päälle pantavaa"	30
Muistokirjoitus	32
Veden rytmiä ja värin kauneutta	34
Eläviä sanoja	40

Liiton ylläpitämät

Valkonauhan Kotipesä Helsingissä
Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki
puh. 091351 268

Opiskelijakoti Helsingissä

Snellmaninkatu 27 D 18, 00170 Helsinki

SuurHelsingin Valkonauha ry:n ylläpitämä

Liisankoti
Lepolantie 49, 00660 Helsinki

Lapsi

Sillä lapsi on meille syntynyt, poika on meille annettu, jonka hartioilla on herraus. (Jes. 9:5)

Jouluna me muistamme ja erityisesti iloitsimme Jeesuksen syntymästä ja seuraamme Hänen elämäänsä vauvana ja lapsena. Raamattu kertoo hyvin selvästi siitä, kuinka tärkeitä lapset ovat Jeesukselle ja kuinka tärkeitä me olemme Jumalalle, Hänen lapsinaan. Lapsen syntymä on valtava ihme, lapsi on Jumalan lahja. Monet isovanhemmat ovat suorastaan haltioituneita pienestä käärestä.

Naapurissani asui perhe, jossa on yhdeksän lasta. Nyt kaikki lapset ovat jo ajat sitten lähteneet maailmalle. Koko lapsuuteni, nuoruuteni – aina tähän päivään asti – olen viettänyt muutaman tunnin joka jouluaatto naapurissa. Juomme joulukahvit, syömme riisipuuroa ja soppaa, keskustelemme, nauramme vanhoille hauskoille muistoille. Muistan, kun olin lapsi, perheen äiti, Ida, otti minut aina kainaloonsa ja sanoi: "Sinä olet se meidän perheen kymmenes lapsi." Ne sanat muistan aina. Ne ympäröivät minut rakkaudella, juurruttivat minua osalltamaan elämään. En tuntenut itseäni ulkopuoliseksi, yksinäiseksi – itse kun olen perheeni ainut lapsi.

Tänä jouluna vietämme ensimmäisen joulun elämässämme eteläkorealaisen tyttärempä Young-Okin kanssa. Hän tulee Chicagosta luoksemme joululomalle Suomeen. Vuonna 1980 näin unen noin 7-vuotiaasta suloisesta mustatukkaisesta työstä. Ulkomuotonsa perusteella hän vaikutti olevan jostain Aasian maasta. Odotimme häntä kauan.

Eräänä päivänä hän tuli kotiimme – yllättäen – mutta vasta aikuisena, vuonna 1996. Valokuvassa pienenä tyttönä hän on uneni tyttö. Silloin hänen biologiset vanhempansa vielä elivät. Hänen äitinsä pyyntö ja rukous ennen kuolemaansa oli ollut, että yksi heidän neljästä lapsestaan lähtisi lähetystyöhön. Young-Ok lähti. Hän on se lapsi, joka on meille annettu ja josta olemme kiitollisia Taivaan Isälle.



Suomen Valkonauhaliitto tahtoo kohdata lapsia järjestämällä kerhotoimintaa, muskareita, Ystävyyden käpy-konsertteja jne. Monin eri tavoin haluamme rohkaista, tukea, antaa tunteen, että lasta kunnioitetaan ja rakastetaan. Et ole yksin. Monilla liiton paikallisyhdistyksillä ja myös yksittäisillä jäsenillä on kummilapsia kaukaisissa maissa. He ovat sydämemme lapsia.

Tuemme rahallisesti heidän koulunkäyntiään ja rukoilemme heidän puolestaan. Toivomme, että he löytävät paikkansa elämässä. Valkonauhaliiton syyspäivillä Bergvikissä Aino ja Yrjö Rossi kertoivat meille työstään Tansaniassa. Siellä yhteisöllisyyttä arvostetaan. Monesti ky- läyhteisö yhdessä otti vastuuta sen kylän lapsista, rakasti ja joskus pikkuisen komensikin.

Toivotan teille kaikille lukijoille oikein Siunattua Joulua! Iloitkaamme Joulun Lapsesta! Iloitkaamme kaikista lapsista!

ANNA-MARI LAINE
puheenjohtaja





Jäsenistö koolla



Iloinen ja aktiivinen syyskokousväki ryhmäkuvassa.

Suomen Valkonauhaliiton syyskokous järjestettiin tällä kertaa Bergvikin toimintakeskuksessa Salon lähellä Kruusilasassa 19.–20.10. Koolla oli kolmisenkymmentä jäsentä eri puolilta maata. Teemanamme oli ”Hengellinen ja henkinen voimaantumisen”, jonka ympärillä työskentelyä ohjasivat Bergvikin papit Aino ja Yrjö Rossi. Myös ympäröivä kaunis, syksyinen luonto hoiti mieliämme ja Urve-emännän



Vas. Eila Koponen Kuopiosta, Irja Angervo Turusta ja Eeva Riittinen Mikkelistä.

valmistamat ateriat ravitsivat ruumistamme. Lauantai-iltaa vietimme jäsenistön luovuuden voimin ja kuullen mielenkiintoisia terveisiä Rossien ulkomaille suuntautuneista työtehtävistä.

Sunnuntaina kokoontuimme jumalanpalvelukseen Bergvikin kappeliin. Tekstinlukijana toimi **Hannele Jalkanen** Kuopiosta ja esirukouksen luki **Irmeli Kaipainen** Oulusta. Keräsimme kolehdin Namibiassa tehtävälle päihde- ja perhetyölle.

Syyskokouksessa käsiteltiin toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2014 ja valittiin hallitukselle varapuheenjohtaja ja jäseniä. Hannele Jalkasella täyttyi viisi kautta hallitustyöskentelyä ja hänen tilalleen liiton varapuheenjohtajaksi valittiin kuopiolainen terveystieteen maisteri ja AMK:n lehtori **Tuija Rönkä**. Nykyisistä hallituksen jäsenis-



Vas. Hannele Jalkanen Kuopiosta, Irmeli Kaipainen Oulusta sekä Aino ja Yrjö Rossi.

tä valittiin jatkoon **Liisa Ahonen** Mikkelistä (henkilökohtaiseksi varajäseneksi uutena **Maritta Pietilä-Holopainen** Oulusta), **Marita Saarela** Helsingistä (henkilökohtaiseksi varajäseneksi uutena **Heidi Metsälä** Helsingistä) ja **Marja Kariluoto** Turusta (henkilökohtaiseksi varajäseneksi El-

li Martikainen Lappeenrannasta).

Liiton tilintarkastajiksi valittiin **Marja-Leena Turunen** KHT, varamies **Kari Miettinen** KHT ja **Katja Hanski** KHT, varamies **Pirjo Kivelä-Ristevirta**.

IRJA ESKELINEN



Vas. Irmeli Kaipainen, Eila Hörkkö Helsingistä, Hannele Jalkanen, Anneli Klemetti Helsingistä ja Eija Nikkilä Oulusta.



Mirja Särkkä – jämäkkä vastuunkantaja

Mikkelin Valkonauhan jäsen **Mirja Särkkä** tuli mukaan Mikkelin Valkonauhan toimintaan 1980-luvulla muutettuaan Helsingistä Mikkeliin. Tuolloin Mikkelin Valkonauhan työmuotoina olivat kurssi- ja seminaaritoiminta sekä perjantai-iltaisin Mikkelin torilla toiminut ”Jeesus-vaunu”.

Vaunulla Mirja ja monet muut valkonauhasisaret keskustelivat nuorten ja myös monien päihdeongelmaisten kanssa. He auttoivat myös pienten haavojen sitomisessa ja joskus saattoivat väsyneitä nuoria kotiinkin. Tarjolla oli aina hengellistä musiikkia sekä kirjallisuutta, teetä ja tuoretta pullaa. Joku sisarista leipoi pullat ja aina löytyi joku vetämään autollaan asuntovaunun perjantai-iltana torille ja taas takaisin säilytyspaikkaansa. Myös muutamia miehiä oli säännöllisesti mukana toimien ”ovivartijoina”.

Mirja ehti tehdä pitkän kaaren haastavassa työelämässä ennen Mikkeliin muuttamista. Hän syntyi Joroisissa kuusilapsiseen maanviljelijäperheeseen 9.8.1930. Vanhemmat olivat hyvin valveutuneita. Erytisesti isä, joka oli sotainvalidi, piti tärkeänä, että kaikki lapset saisivat käydä koulua niin pitkälle kuin intoa ja kykyä riittäisi. Se merkisi sitä, että enimmäkseen perheen lapsista viisi asui Varkaudessa ”kortteerissa” koulukodissa, sillä siellä sijaitti lähin oppikoulu ja lukio. Isä uuras ti talvet kodin metsässä, jotta lasten koulunkäynnin vaatimat rahat saatiin kerättyä kasaan.



Mirja ja Ville vappuna 1951.



Kemian opiskelua Teknillisessä korkeakoulussa 1950-luvulla.

Ylioppilaaksi tultuaan Mirja pääsi opiskelemaan Teknilliseen Korkeakouluun kemian osastolle. Tuolloin moniin yliopistoihin pääsi ilman karsintaa, sillä ylioppilaita oli niin paljon nykyistä vähemmän. Mirja valitsi kuitenkin haastavan alan, ehkä vähän ”muotialankin”, johon oli pyrittävä karsintakurssien kautta. Niin hänestä tuli kemian diplomi-insinööri vuonna 1957. Opiskeluaikana Mirja oli tutustunut **Viljoon eli Villeen**, joka toimi sittemmin Kemiran johtajana. Mirja toimi haastavissa työtehtävissä, joissa hän yleensä oli ainoa nainen muuten miesvaltaisessa työyhteisössä. Ensimmäinen työpaikka oli Rikkihappo Oy:n laboratoriopäällikön viran sijaisuus, välissä vierähti pari vuotta korkeakoululla assistentin tehtävissä ja vuonna 1960 hän siirtyi Maataloushallituksen vesiensuojel-

lutoimiston jaostopäälliköksi peräti kymmeneksi vuodeksi. Erillinen vesihallitus aloitti 1970 ja siellä Mirja toimi vuoteen 1983 toimistopäällikkönä.

Tässä välissä Mirjan ja Villen perhe oli kasvanut **Sarilla ja Pasilla**. Mirja kertoo, että he olivat melko tasa-arvoinen parisunta; molemmat tekivät kotitöitä ja hoitivat lapsia. Toki kotiapuakin tarvittiin, koska julkista päivähoitoa ei ollut ja lisäksi puolisoiden työt sisälsivät myös iltaja matkatöitä.

Mirjan ja 6-vuotiaan Sarin sekä 9-vuotiaan Pasin elämä järkkäyi perustuksiaan myöten kun 15 ihmistä sai surmansa ilmavoimien DC-3-kuljetuskoneen syöksyttyä järveen Rissalassa Kuopion lähistöllä 3. lokakuuta 1978. Kyseessä oli so-



Vas. Pirkko Laakso, Mirja Särkkä ja Eija Salmenkivi Helsingin Valkonauhan 100-vuotisjuhlassa toukokuussa 2005.



SUUR-HELSINGIN VALKONAUHA RY

Karjalaistyttö Eila Hörkön tie Valkonauhaan

dan jälkeen kolmanneksi tuhoisin lento-onnettomuus Suomessa. Koneessa oli maanpuolustuskurssin osanottajia, jotka olivat olleet tutustumassa Siilinjärvellä sijaitseviin Kemiran tehtaisiin. Onnettomuudessa kuolivat kaikki koneessa olleet, joukossa myös Ville Särkkä. Tutkijalautakunnan raportissa Rissalan onnettomuuden perussyiksi todettiin koneen oikeanpuoleisen moottorin sylinterin murtuma.

Mirja oli kovan paikan edessä, lapset olivat vielä pieniä, mutta elämän oli jatkuttava. Mirja sanookin, että piti ajatella ”että lapsilla on elämä edessään”, siihen piti keskittyä surun keskellä.

Mirja ja lapset muuttivat Mikkeliin lähemmäksi synnyinseutuja vuonna 1983, kun Mirja valittiin Mikkelin vesijärjestöpiiriin johtajaksi. Tästä tehtävästä hän jäi eläkkeelle 1994.

Kun Mirja muistelee työuraansa, sanoo hän ettei kokenut tulleen ”vähätellyksi” miesvaltaisella alalla lukuun ottamatta aikaa, kun hän haki alan töitä ensimmäisen viransijaisuuden jälkeen. Uusissa tehtävissä työtoverit tottuivat pian naiseen työtoverina, mutta suhtautuminen työyhteisön ulkopuolella saattoi olla ennakkosenteista. Tyypillistä oli esimerkiksi, että monissa tilaisuuksissa Mirjaa esitettiin statuksesta riippumatta sihteeriksi. ”Vesien likaaajien” edustajat, näkemyseroista huolimatta, olivat Mirjaa kohtaan yleensä asiallisia ja jopa arvostavia. Ensimmäisinä työvuosina neuvotellessaan vastapuolen arvovaltaisten edustajien kanssa, muistelee Mirja aristuksen joskus hiipineen mieleensä. Tällöin hän kertoo ajatelleensa: ”Minulla on tehtävänä toteuttaa vesiensuojelua vesilain säädösten mukai-

sesti, joten ei minun tarvitse mitään tai ketään pelätä”.

Mirja on toiminut Mikkelin Valkonauhahan johtokunnassa ja oli Suomen Valkonauhaliiton varapuheenjohtajana vuosina 1989–1997. Liitossa 1990-luvun alkuvuodet olivat hyvin haasteellisia, sillä siihen osui taloudellinen lama-aika ja saatujen avustusten väheneminen. Sekä yhteiskunnassa että rahoittajien piirissä esitettiin vaatimus raittiusjärjestöjen määrän voimakkaasta supistamisesta. Suomen Valkonauhaliiton kohdalla esille tuli kysymys järjestömmme yhdistämisestä muihin järjestöihin, lähinnä joko Raittiuden Ystäviin tai Sininauhaliittoon. Valkonauhahasisarten jämykkyydellä ja myös ulkopuolisten toimintaamme hyvin tuntevien asiantuntijoiden tuella saimme kuitenkin säilytettyä autonomiamme ja järjestömmme sai jatkaa arvokasta työtään itsenäisenä.

Mikkelin Valkonauhassa Mirja tunnetaan auttavaisena, rakentavana ja vaatimattomana henkilönä, joka ei halua olla itse esillä vaan tahtoo antaa tilaa toisille. Mirjalla on seitsemän lastenlasta ja neljä lastenlastenlasta, joiden kanssa hän on vilkkaasti yhteyksissä.

Mirja on pitänyt pihaseuroja kaikkiaan 13 kesänä. Seuroissa on kerätty aina kahviraha Namibiassa tehtävän päihdetyön hyväksi, joka on sitten tilitetty kohteeseen Suomen Lähetysseuran kautta. Tässä hän jatkoi Mikkelin Valkonauhan entisen puheenjohtaja **Kaarina Miettisen** perinnettä ja nyt tätä perinnettä puolestaan jatkaa **Liisa Ahonen**.

LIISA AHONEN

*Mikkelin Valkonauha ry
puheenjohtaja*

Miten tulit Valkonauhaan?

Oli vuosi 1977. Olin töissä kristillisen puolueen piirijärjestössä ja samalla kuuluin puolueen naisosastoon. Kerran **Anelma Talvela** oli kutsuttu kokoukseen esittelemään raittiusjärjestöjä. Hänellä oli mukanaan jäseneksi ilmoittautumismakkeita. Ajattelin silloin, että olisi mielenkiintoista olla mukana jossakin sellaisessa järjestössä, joka käytännössä tekee työtä ihmisten parissa, joille raittius- ja päihdetyöstä on apua heidän elämässään. Puoluetyössä pyritään lainsäädännön kautta vaikuttamaan oloihin, että kaikilla olisi hyvä olla tässä yhteiskunnassa. Halusin nähdä, miten toimitaan ruohonjuuritasolla tarvitsevia auttaen.

Siispä lähetin jäsenhakemuksen Suomen Valkonauhaliittoon, josta tulikin pian vastaus, että hakemukseni on hyväksytty. Ei kestänyt kauankaan, kun silloinen pääsihteerini **Kirsti Koskenurmi** soitti ja kysyi, voisinko tulla liittohallituksen varajäseneksi. En ollut ajatellut lainkaan tehtävien ottoa liittyessäni järjestöön. Suostuin kuitenkin, koska näin pääsisin tuntemaan järjestöä enemmän sisältäpäin. Myös paikallisyhdistyksen Suur-Helsingin Valkonauhaan sain yhteyden.

Elli Koskinen oli pitkään toiminut Suur-Helsingin varapuheenjohtajana ja oikeastaan tehnyt kaikki puheenjohtajan työtkin. Varsinainen puheenjohtaja asui kaukana maalla enkä muistaakseni ole häntä nähnyt lainkaan. Elli Koskinen oli iäkäs ja hänen olisi kuulunut jo päästä nauttimaan vanhuudenlevosta. Suuri vastuuntunto kuitenkin piti häntä pystyssä viimeiseen saakka. Hän kävi ainakin kerran viikossa Liisankodissa asioilla. Talon-

kirjat oli pidettävä ajan tasalla. Hän piti hartaushetkipitoisia tilaisuuksia, joihin koetti saada muitakin jäseniä mukaan.

Aika pian minutkin vedettiin yhdistyksen hallintoon ja vastuunkantoon. Kaiken aikaa oli todettava, että kovin vähän on niitä, jotka uskaltavat ottamaan vastaan varsinkin hallinnollisia tehtäviä yhdistyksissä. Kykyjä varmaan olisi, jos liikkeelle lähdetäisiin.

Olen kokenut valkonauhutyön antoisana, avartavana ja tietoa lisäävänä. Yhteys valkonauhahasisarten kanssa on arvokkaampia asioita, jota haluan korostaa. Näen, että Valkonauhalla on tehtävää edelleen. On vain löydettävä kentät, joilla lähinnä vapaaehtoistyönä voidaan tuloksellisesti toimia tunnuslauseemme ”Jumalalle, kodille ja isänmaalle” mukaan. Eihän Valkonau-



Eila Hörkkö on tarvittu Valkonauhassa monissa tehtävissä.



han työohjelma ole vanhentunut, joskin nykyajan mediavälineitä ja uusiakin oppeja kannattaa käyttää työssä apuna.

Kuka on Eila Hörkkö?

Juureni ovat karjalaisuudessa. Ehdin syntyä Karjalan Kannaksella Johannes-nimisessä pitäjässä lähellä Viipuria, maanviljelijäperheeseen. Sisaruksia oli kolme poikaa minun lisäksi. Neljäs poika oli kuollut alle vuoden ikäisenä. Ensimmäiselle evakkomatkalle oli lähdeittävä talvisodan syttyessä.

Oltuamme Salon seudulla ja Ulvilassa palasimme takaisin Karjalaan vuonna 1942. Samana keväänä isä oli kaatunut Syvärillä. Maan suuri ruokapula vaati ottamaan pellot viljelykseen ja karjaa hoidettavaksi myös sotatoimialueella, jota luovutettu Karjala silloin oli. Näin sai lapsiperhekin luvan palata entisille kotitiloilleen. Jälleenrakentaminen oli hektistä, mutta nämä konnut oli jälleen jätettävä kesäkuussa 1944.

Uutta elämää aloitettiin Varsinais-Suomessa: Marttilassa, Tarvasjoella ja Paimiossa, joka oli lopullinen sijoituspaikkamme. Maataloutta harjoitettiin edelleen tämän perheen kanssa yhteisellä tilalla. Pin-

ta-alaa oli kahden perheen tarpeisiin liian vähän ja niin hankimme meidän perheelle toisen tilan Paimion parantolan takaa. Veljet pystyivät tekemään maatöitä äidin kanssa.

Pääsin oppikouluun, jota sain jatkaa ylioppilaaksi. Teologiset opinnot kiinnostivat, mutta valmistuminen jäi toteutumatta. Sain sitten toimeentuloni Suomen kristillisen liiton, nykyisin Kristillisdemokraattien piirijärjestön ja lehden töissä sekä osaksi korjausmaalausliikkeen toimistossa.

Harrastuksissa Valkonauha on ollut suurella sijalla. Olen kiitollinen erityisesti **Irjalle**, joka on monin tavoin tukenut meikäläistä tehden yhteistoiminnan miellyttäväksi ja toivottavasti tulosta kantavaksi.

Seurakunnassa olen vuosia ollut pyhäkoulunopettajana ja eläkeaikani vapaaehtoisryhmässä, jossa vuorollamme hoidamme asukaskahvila Olohuoneen tarjottuja ja joskus ohjelmaakin.

Öljyvärimaalauksia ja akvarelleja olen tehnyt mielelläni, mutta ne ovat jääneet viime aikoina vähemmälle.

Valkonauhaterveisin
EILA HÖRKKÖ

Tässä seimen äärellä Jumala on lähellä. Kuuntelen ja katselen, Jeesus-lasta rukoulen.

Auta Jeesus näkemään elämässä tärkeää. Ohjaa meitä oikeaan, valon suuntaan kulkemaan.

(Marjaana Kanerva teoksessa *Hiljennytään yhdessä*, Kirjapaja 2008)



Hyvien muistojen juhla

Joulu on muistelemisen aikaa. Parhaat joulumuistot liittyvät monesti lapsuuteen, kotiin ja perheeseen. Hyvät muistot ovat elämän voimavara. Ne vahvistavat meitä.

Huonojakin muistoja elämän varrelta voi löytyä. On ehkä muistoja jouluista, jolloin hyvät odotukset eivät täyttyneet. Mutta nyt ne on syytä panna sivuun. Sillä jouluhan on ”aika armoa tulvillaan”, kuten virressä lauletaan. Antakaamme siis tänä jouluna paljon tilaa hyville muistoille.

Joulun kuuluu myös Jumalan tekojen muistelemisen. Hän lähetti Poikansa köyhän elämän keskelle. Enkelnäkö muutti pimeän yön valoisaksi.

Meille tulee apu itsemme ulkopuolelta. Pienoisevankeliumiksi kutsuttu raamatunlause on minulle alkanut näyttäytyä jouluevankeliumina: ”Jumala on rakastanut maailmaa niin paljon, että antoi ainoan Poikansa, jottei yksikään, joka häneen uskoon, joutuisi kadotukseen, vaan saisi iankaikkisen elämän.” (Joh. 3:16) Yhdenkään elämä ja kohtalo ei ole hänelle yhdentekevää.

Nyt jouluna meitä ympäröivät kuvat seimestä ja enkeleistä. Ne auttavat Jumalan tekojen muistelemisessa. Erityisesti tutut joululaulut ja virret virittävät muistelemaan, mitä ”tapahtui niinä päivinä” meidän hyväksemme. Muistellessa liitymme suureen kristittyjen joukkoon.

Muistot herättävät meissä myös kaipuun elämästä, jossa ei ole murheita. Elämä on monille levotonta ja uuvuttavaa. Kaipaus parempaan elämään ilmenee monesti kääntöpuolelta: se on levottomuudessa ja kyvyttömyydessä pysähtyä.

Kaipaus pani Itämaan tietäjät etsimään Pelastajaa. Kaipaus auttoi vaikeal-

la matkalla uupumisten yli. Tähti oli toivon merkki. Välillä tämä näky kuitenkin katosi heiltä.

Uskon matkalla näky voi olla kateissa. Kaipaus Jumalan puoleen älköön meissä kuitenkaan sammuko. Kaipaus Vapahtajan yhteyteen pitää meitä hengellisesti liikkeellä. Kaipaus pitää toivoa yllä, niin ajallista kuin iankaikkista.

Kun kaipaamme Jumalaa, jo silloin hän on meissä läsnä. Kaipaukseen hän on kätkenyt läsnäolonsa siunauksen.

Hyvät muistot rohkaisevat ajattelemaan tulevaisuutta luottavaisin mielin. Hyvää on myös edessäpäin. Meidän oma tulevaisuuden uskomme ja toivomme tosin on monesti häilyvää ja murenee herkästi käsissämme.

Toisinaan toiveikkaat näköalat voivat kyllä herätä meissä yllättävästikin. Usein valoa tähän päivään ja tuleviin päiviin tulee toisten ihmisten välityksellä. Lapsen kirkas katse, ystävän rohkaiseva sana tai pieni arkinen tapahtuma tuo iloa. Se antaa rohkeutta suuntautua eteenpäin.

Kestävää toivoa emme voi kuitenkaan löytää ja säilyttää katsomalla vain itseemme tai edes toinen toiseemme. Joulun sanoma kääntää katseen itsemme ulkopuolelle. Sieltä meille tarjoutuu Jumalan armo ja rakkaus.

Vapahtaja on tullut keskellemme sitä varten, että toivo olisi kirkkaana mielessämme. Toivo yksin kulkee elämän keskellä meitä kantaen. Kristus on syntynyt, jotta toivo vahvistuisi meissä. Se toivo ulottuu aina taivaan kotiin asti.

Siunatkoon Jumala sinun joulusi! Antakoon hän sinulle hyvän joulun!

VOITTO HUOTARI
Mikkelin hiippakunnan emerituspiispa



Joulunviettoa NORJASSA

TORGUNN SOYLAND SKOGLUND

Norjalaisilla jouluperinteillä on pitkä historia, joka juontaa aikaan ennen kristinuskoa. Tuolloin norjalaiset käyttivät jumalastaan nimeä ”jul” eli joului. Entisinä aikoina joului oli talvipäivänseisauksen juhla, joka merkitsi pimeän talven taittumista kohti kevättä. 900-luvulla Kuningas Haakon päätti pakanallisen joulunvieton siirtämisestä joulukuun 25. päivälle Jeesuksen syntymän kunniaksi. Nimi jul, joului, kuitenkin säilyi uuden juhlan mukana.

Nykyinen, moderni joulunviettotapa, on varsin uutta. Joulukuusi saapui Norjaan Saksasta ja yleistyi ensin kaupunkikoodeissa. Myöskään lahjojen antaminen ei ole kovinkaan vanha perinne. Norjakin oli pitkään aika köyhä maa eikä ihmisillä ollut varaa hankkia lahjoja. Se oli ehkä hyväkin, sillä nykyinen lahjojen suuri

määrä ei välttämättä ole tuonut jouluun lisää onnellisuutta.

Kuitenkin osa jouluperinteistämme on vanhaa perua. Norjalaisen punapipaisen joulupukin, Nissen, tarina on saanut alkunsa vanhoista legendoista, joiden mukaan Nissen päätehtävä oli suojella maataloja ja niiden maita. Nisse hoiti tehtävänsä hyvin kunhan hän sai jouluna puuroa ja jouluolutta. Myös kotieläimiä muistettiin jouluna erikoisherkuin siinä toivossa, että lehmät lypsäisivät hyvin tulevanakin vuonna ja linnuille laitettiin kauralyhteitä.

Joulunviettomme on siis sekoitus uutta ja vanhaa, sekoitus ennen kristinuskoa omaksuttuja tapoja ja kristillistä traditiota. Joulun aika sopii hyvin Jeesuksen juhlapäiväksi, vaikka emme ihan tarkalleen tiedäkään Jeesuksen syntymän ajankoh-

taa. Vuoden pimein kirkastuu Jeesuksesta, maailman valosta. On ihanaa mennä kirkkoon ja laulaa rakkaita ja tuttuja joululauluja. Joului myös herkistää sydämemme auttamaan niitä, joilla on elämässään puutetta ja huolia. Jouluaaton ja joulupäivänä kirkot pullistelevat onnellisista lapsista ja vanhemmista. Pieni Jeesus-lapsi seimessä pysäyttää ja saa toivottavasti sijaa myös joulun jälkeen enemmän ja enemmän ihmisten sydämissä.

Jo ennen joulua otetaan kodeissa esille ikkunatähti, joka kuvaa joulutähteä. Adventtikynttilät sytytetään yksi kerrallaan ja lapset avaavat adventtikalenterien luukkuja. Joului on Norjassakin juhla, joka kokoaa perheet yhteen. Hyvä ruoka on tärkeällä paikalla joulunvietossa. Emännät leipovat monenmoisia herkkuja, jos ei aivan ”seitsemää sorttia” niin kuitenkin kukin tekee omien taitojensa ja aikansa puitteissa parhaansa. Nykyään toki monet meistä turvautuvat kauppojen tarjontaan tai ostavat leivonnaisia seurakuntien myyjäisistä.

Joulupäivällinen noudattelee usein traditionaalista linjaa. Jouluaaton pöydässä pääroolissa ovat ribbe, possun grillikyljykset ja pinnesköt, suolattu lampaan paisti. Lihan ohella tarjoillaan hapankaalia, lihapullia, perunoita ja makkaraa. Jälkiruokana tarjoillaan perinteisesti moltekrem, lakkoja höystettynä kermavaahdolla. Riisipuurokin löytyy joulun ruokavalikoimasta, mutta se nautitaan vasta jouluaaton lounaalla.

Kalaa nautitaan eri muodoissaan, ribbe ja pinnes-

köt ovat usein perustana joulunajan juhla-aterioille. Jo marraskuussa ruokapöytiin alkaa ilmestyä Itä-Norjasta lähtöisin oleva rakfisk, joka on monta kuukautta suolaliuoksessa valmistettua kalaa. Rakfisk nautitaan joulunaikana perunoiden, kermaviilin ja sipulin kanssa. Myös lipeäkalan nauttiminen aloitetaan jo ennen joulua.

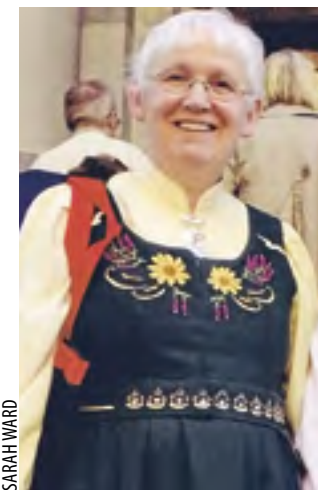
Yhä edelleen Norjassa luetaan monissa perheissä jouluevankeliumi ennen aattoilman ruokailua. Joulupäivänä ei myöskään yleensä vierailta toisten luona, vaan se vietetään kodeissa omassa rauhassa.

Myös Norjassa alkoholin kulutus lisääntyy juhlapäivinä. Työpaikoilla tarjotaan juhlalounaita ja alkoholia saatetaan antaa myös lahjaksi. Siksi meilläkin toteutetaan perheille suunnattua ”Anna lapselle raitis joului” -kampanjaa, joskin Norjassa kampanjan nimenä on ”Valkea joului”.

Kaiken kaikkiaan joului on kuitenkin ihanaa aikaa, sillä se aina muistuttaa meitä siitä kuinka Jumala tuli luoksemme pienessä vauvassa ja otti kantaakseen meidän rikkomuksemme ja tarjosi näin meille ikuisen elämän Jeesuksessa. Sitä kannattaa todella juhlaa.

Toivotan kaikille Suomen valkonauhasisarille ja Valkonauha-lehden lukijoille Hyvää joulua yhdessä norjalaisten sisarten kanssa!

TORGUNN SOYLAND SKOGLUND
Norjan Valkonauha



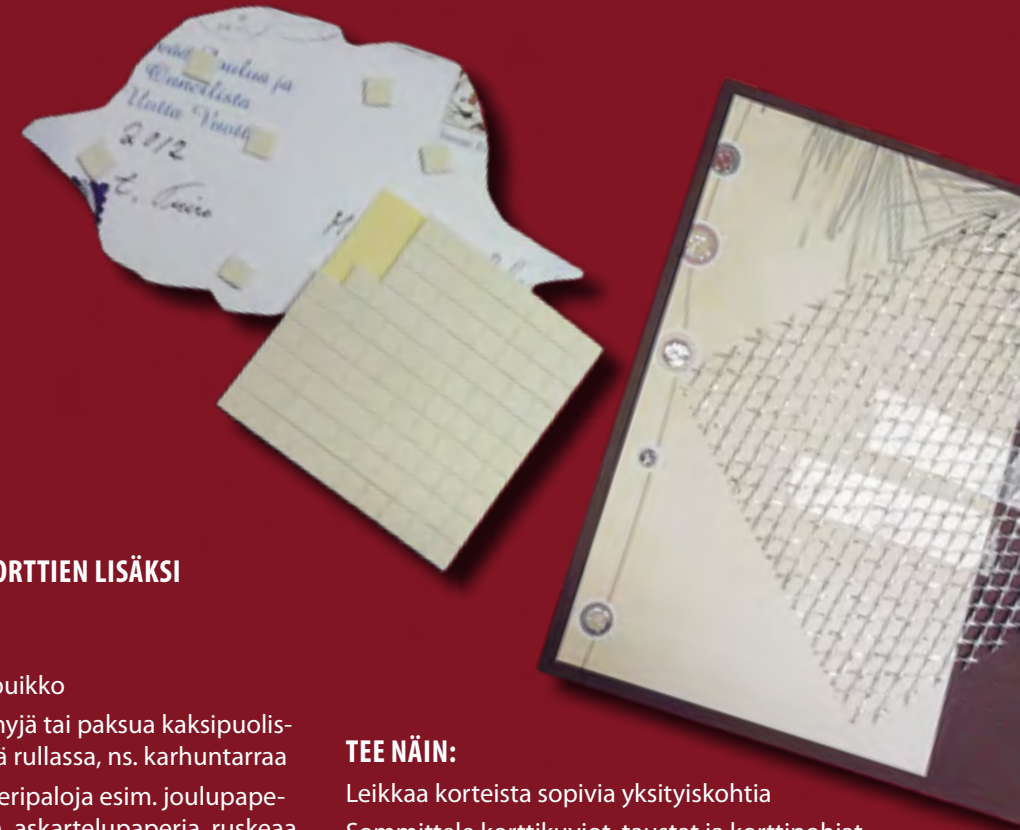
SARAH WARD

Kierrätystaidetta joulukorteissa

Monet meistä säästävät saamansa joulukortit ainakin yhden vuoden. Vanhemmat lukijat muistavat vielä, miten kortteja ommeltiin käsin yhteen ja tehtiin pieniä käyttöesineitä. Nykypäivänä samaa kierrätysshenkeä voi toteuttaa tekemällä joulukorteista uusia – mieluiten siten, etteivät ne enää näytä viime vuoden joulukorteilta. Samalla voi muistella viime joulua ja ihania ystäviä ja sukulaisia, jotka kortteja ovat lähettäneet.

Ystävien kanssa voi järjestää mukavat joulukorttitalkoot, joissa kortteja voi hyödyntää yhteisesti ja tehdä lopuista pakettikortteja.

Lähdin kokeilemaan mitä syntyy muutamista oman varastoni joulukorteista. Kaivelin myös sekalaisia paperilaa- tikoitani, jonne on kertynyt monenlaisia yksittäisiä paperipalasia askartelun jäljiltä. Katsotaanpa mitä niistä syntyi!



VANHOJEN KORTTIEN LISÄKSI TARVITAAN:

- Sakset
- Paperiliimapuikko
- 3D-tarratyynyjä tai paksua kaksipuolista tarrateippiä rullassa, ns. karhuntarraa
- Erilaisia paperipaloja esim. joulupaperia, mainoksia, askartelupaperia, ruskeaa voimapaperia
- Erivärisiä korttipohjia tai kartonkiarkkeja, joista kortteja voi leikata
- Tekstitarroja tai tussi tervehdysten kirjoittamiseen

TEE NÄIN:

Leikkaa kortteista sopivia yksityiskohtia
Sommittele korttikuviot, taustat ja korttipohjat sopiviksi kokonaisuuksiksi
Liimaa taustat paikoilleen liimapuikolla
Kiinnitä koristeet 3D-tarralla kohoejektin luomiseksi
Liimaa korttien sisälle valkoinen tervehdyspaperi
Halutessasi voit lisätä yksityiskohtia tarroilla, kimalleliimalla tms.

Askartelun iloa!



Millainen vanhempi olen lapselleni?

Pystyvyyden tunne rakentuu onnistumisen havaitsemisesta

Miksi omaa vanhemmuutta ja toimintaa vanhempana on hyvä pysähtyä pohtimaan? Psykologi **Albert Banduran** mukaan ihmisen toimijuuteen vaikuttaa vahvasti hänen kokemansa minäpystyvyys (self efficacy), arkikielellä pystyvyyden tunne. Ihminen ryhtyy mielellään sellaiseen, jossa hän arvioi onnistuvansa, ja vastaavasti välttää tilanteita, joissa onnistumisen mahdollisuus arvioidaan pieneksi. Minä Isänä, Minä Äitinä (MIMÄ)-seminaareissa pystyvyyden tutkiskelu on ollut keskeinen teema.

Banduraa soveltaen voi todeta vanhempien tuntevan itsensä sitä pystyvämmiksi, mitä enemmän heillä on vanhemmuuteen liittyviä omakohtaisen onnistumisen esimerkkejä. Pysähtyminen oman vanhemmuuden äärelle on mahdollisuus tulla tietoiseksi omista onnistumisista, taidoistaan ja kyvyistä. Vanhemmuus sisältää paljon asioita, joissa äidit ja isät joutuvat kohtaamaan itsetutkiskelun tuomia haasteita. Vanhemmuus sisältää runsaasti tilanteita, joissa ihminen kohtaa oman vajavaisuutensa. Täydellisyyden tavoittelu vanhempana ei ole järkevää, riittävä on tarpeeksi. MIMÄ-seminaarissa on pyritty vahvistamaan pystyvyyttä myönteisten muistijälkien vahvistamisella. Harjoittelua voi myös tehdä itsekseen, esimerkiksi seuraavan ohjeen mukaan:

Neljällä eri paikkakunnalla ympäri Suomea on paikallisten valkonauhahayhdistysten ohjelmassa kuluvana vuonna ollut seminaari *Minä Isänä, Minä Äitinä*. Seminaareissa on tarkasteltu vanhemmuuden monimuotoisuutta, tutustuttu itseen vanhemmuuden äärellä, tunnistettu voimavaroja ja kehittymistarpeita sekä saatu vertaisilta näkökulmia arjen asioihin. Kutsuttuina ovat olleet sekä äidit että isät, myös isovanhemmat ovat olleet tervetulleita. Myös valkonauhatyöhön ensimmäisen kerran tutustuvia (ja miehiäkin) on ollut osallistujina. Artikkelin kirjoittajat, 5-vuotiaan *Tuuli*-tytön vanhemmat, psykiatrinen sairaanhoitaja *Hanna* ja psykoterapeutti *Kimmo Tapiala* ovat toimineet seminaarien luennoitsijoina. Toimintaan saatiin apurahaa Päivikki ja Sakari Sohlbergin Säätiöltä.



AINO-KYLLIKKI HIRVONEN

Hanna ja Kimmo Tapiala

1. Mieti menneeltä viikolta onnistumiseksi kokemasi tilanne, jonka koit myönteisenä ja jota voisit kutsua yhdeksi viikon tähtihetkestä. Voit vaikka kirjoittaa sen paperille.

2. Mieti ja kirjaa paperille mitä tekoja oli onnistumisen takana? Mitä teit, että tähtihetki mahdollistui?

3. Mistä taidosta tekeminen kertoi? Mitä taitojasi havaitsit hyödyntäneesi?

4. Mistä olet nuo taidot mahtanut omaksua?

5. Mikä vaikutus arkeesi olisi, jos hyödyntäisit löytämiäsi taitoja lisääntyvästi?

Omien onnistumisten havaitsemisen lisäksi Bandura on havainnut pystyvyyden tunnetta lisäävän vertaiseksi koetun onnistuminen, saatu vahvistava palaute ja ulkopuolinen tieto. MIMÄ-seminaareissa onkin vanhemmuuden asioita tarkasteltu yhdessä vertaisten kanssa, saatu kuulla toisten onnistumis- ja selviytymiskertomuksia, sekä tutustuttu faktatietoon esimerkiksi perheen kehitykseen ja masentuneisuuteen liittyen. Erilaisia teemoja on nostettu esille samalla, kun vanhemmuuden osa-alueisiin on tutustuttu Varsinais-Suomen Lastensuojelupiirin 1990-luvulla tekemää vanhemmuuden roolikarttaa soveltaen.

Vanhempi on peili lapsen pystyvyyksikäsitteksen muotoutumisessa

Vanhemmuuden roolikarttan kautta on mahdollista arvioida vanhemmuuden toteutumista viiden pääluokan kautta; huolehtija, rakkauden antaja, ihmissuhdeosaaja, rajojen rakentaja, huoltaja. Keskiössä ovat vanhemman toteuttamat teot, joiden kohteena on lapsi, mutta myös vanhemman teot suhteessa itseensä ja toisiinsa. Roolikarttaa hyödynnetään esimerkiksi lastensuojelutyössä arvioitaessa vanhemmuuden riittävyttä ja kehittymistar-



peita, MINÄ-seminaareissa roolikartta oli ensisijaisesti mallina jäsentämässä seminaarin sisältöä. Arviointitilaisuudeksi MIMÄ-seminaarit ei ollut tarkoitettu, vaikka keskiössä itseensä tutustuminen vanhemmuuden äärellä kohteena olikin.

Mielestämme vanhemmuuden roolikarttaan sisältyy tärkeänä osana perusajatus siitä, että hyvän vanhemmuuden takana on hyvinvoiva vanhempi. Ilman rakkautta itseään kohtaan, ei ihminen pysty jakamaan rakkautta toisille. Lapsi tarvitsee vanhemman, joka jaksaa antaa palautetta, nostaa esiin lapsen onnistumisia (vrt. Bandura pystyvyys), kannustaa, lohduttaa ja suojella. Lapsen pystyvyyden tunteen kehittymisen kannalta vanhemman rooli on toimia peilinä, jonka kautta lapsi voi rakentaa käsitystä itsestään. Vanhemman vastaaminen lapsen hymyyn,

kehuminen onnistuneen suorituksen jälkeen, ohjaaminen myönteisen kokemuksen mahdollistavaan toimintaan ja selkeiden rajojen mukaisesti toiminen ovat rakennusaineita terveen minäkäsityksen muotoutumisessa.

Joskus vanhemman omat haasteet ja mielenterveydelliset tekijät voivat muodostua esteeksi vuorovaikutuksellisen rakkauden toteutumiseksi. Ihminen elää vanhemmuuden aikana ns. elämän ruuhkavuosia. On luonnollista ajoittain kokea riittämättömyyttä, väsymystä, kyllästymistä tai ärtymystä. Väliaikaisena tuntemuksena edellä mainitut tuntemukset ovat tärkeä osa elämää, jotta muistamme pitää itsestämme ja omista perustarpeistamme myös vanhempina huolta. Väliaikaisina tuntemuksina niitä voi hoitaa arkisilla asioilla: nukkumisella, liikunnalla, järjestämällä ns. omaa aikaa itselle tai parisuhteelle. Mieltä on myös hyvä muistuttaa myönteisistä asioista. Stressin keskellä voi muutoin käydä niin, että kiireen ja harmauden keskellä ei huomaa valoa, joka arkipäivässä loistaa tai edes pilkahtelee:

Mitä miellyttäviä hetkiä olet tänään kokenut?

Mitä itse olet tehnyt, jotta miellyttävät hetket mahdollistuivat?

Mikä auttaisi, että myös huomenna miellyttäviä hetkiä olisi läsnä?

Mikä auttaisi, että miellyttävät hetket tulevat huomatuiksi arjen pyöryksen keskellä?

Mikäli väsymys tai muu huono olotila jatkuu, on tärkeää huomioida mielenterveydellisen häiriön mahdollisuus. Masennus on sairaus, jonka hoitamattomuus on riski sekä yksilölle itselleen, että myös rakkauden vuorovaikutusta tarvitseville lapsille. Hoitamattomana masennus voi kroonistua.

Kun kuppi meinaa kaatua

Ei liene vanhempaa, joka ei joskus olisi tuntenut hermopinteensä kiristyneen. Meistä useimmille tuo tunne on valitettavankin tuttu. Vanhemmalta vaadittava rajojen asettajan rooli, jatkuva ei-sanominen ja kiukuttelun sietäminen ei ole helppoa. Ihmisinä olemme samaistumiskykyisiä, joten lapsen ei-toivottu käytös ja rajaamisesta ilmituleva lapsen pettymys nostaa vanhemmassa tuntemuksia. Liekö ollut aiempien sukupolvien äideiltä peräisin ohje ”laske kymmeneen”, kun pinnalla meinaa alkaa kiristymään. Kun vielä muistaa laskea ääneen, saavat myös aivot happea.

Voimme suunnittelulla ja rutiineilla turvata arjen kulkua, mutta täysin emme voi haastavia tilanteita välttää. Niinpä haastavien tilanteiden varalle on hyvä tiedostaa omat toimivat toimintatavat ja tarpeen mukaan kehittää uusia. Monet ovat saaneet helpotusta fokuksen kääntämisestä johonkin muuhun tai tiedostavan läsnäolon menetelmistä:

Mikä sinua auttaa kun stressi painaa?

Millä pienillä teoilla olosi on helpottunut?

Jos haluat voit jo omaaviesi tapojen lisäksi testata seuraavia:

– Syvään hengittäminen kymmenen kertaa nenän kautta. Tunnista ulos hengittäessä ilmavirta nenän ja ylähuulen tuntumassa.

– Laske ääneen 100:sta alaspäin aina 7 pois luvusta ottaen.

– Käännä katseesi ulos ikkunasta kohti taivasta tai aukealla paikalla katso mahdollisimman pitkälle.

HANNA JA KIMMO TAPIALA

Joulun lapsi

Mitä ajattelit, nuori äiti, sotajouluna -39 synnytyslaitoksessa lapsi vierelläsi?

Entä pommisuojassa uudenvuodenpäivänä -40 lapsi sylissäsi?

Eilen isä lähti, tänään soivat sireenit, näen pommien putoavan aivan lähelle.

Huomenna sinut haetaan lapsesi kanssa maalle synnyinkotiisi. He, miehet, isät, veljet, äitien pojat rintamilla. On sota.

Muistui mieliin Betlehemin lasten surma kauan sitten – äitien itku?

Nytkin: surua, kyynelitä, rukouksia loputtomiin sinä kylmänkylmänä pakkastalvena 1940, niinä talvisodan jäisinä kuukausina, jolloin ompelemasi lumipuvut värjäytyivät pohjolan metsissä Suomen rajoilla, jolloin palelimme kaikki sydänjuuriamme myöten.

Joulun lapsi elää.

MILKA KIVILINNA

KARI EHONSALO



JOULUKUU Namibiassa

Aurinko paahtaa täydeltä terältä ja pakottaa ihmiset katsomaan taivaalle – näkykö yhtään sadepilveä. Sade viilentäisi ilman, kastelisi maan ja täyttäisi kuivuneet altaat ja juomalammit. Tällainen on joulukuu Namibiassa. Viime sadekaudella ei vettä tullut eikä siis satoakaan. Myös karja on joutunut syömään kuivia korsiä jo heinäkuusta lähtien.

Joulukuu on kuitenkin toivon kuukausi, sillä ”kaikki voi vielä kääntyä hyväksi”, niin kuin ihmiset sanovat. Toivoa tuo se, että työssäkävvät saavat yhden ylimääräisen palkan – lomarahat, joka mahdollistaa vähän jotain ylimääräistä. Tuo ylimääräinen useimmilla on uudet vaatteet tai ruokaa. Toivoa on myös se, että sateet voivat vielä alkaa tammikuussa ja kaikki korjaantuu entiselleen.

Juhliin kuuluu perinteinen tanssi. Tässä Onandjokwen sairaalan sairaanhoitajien tanssiryhmän iloa.

Joulukuu on myös loman ja juhlien aikaa, varsinkin hääjuhlien ja tanssin. Sukulaiset pääsevät lomien takia mukaan juhliin ja ehkäpä heillä on myös antaa jotakin häälahjaa. Häihin lahjoitetaankin ruokaa, lemmiä ja rahaa. Kulut ovat melkoiset, sillä länsimäinen häähumu on vallannut Namibian siinä missä muunkin maailman.

Juhla-aika on haasteellinen niissä kodeissa, joissa alkoholi näyttelee suurta osaa. Luvallisia

ja luvattomia kapakoita on tarjolla joka nurkalla ja siellä halpa itse tehty olut turruttaa irti arjesta. Ilo ja riemu ovat hetkellisiä, eikä niillä ole joulun kanssa mitään tekemistä.

Namibiassa on myös suuri joukko niitä, joille joulukuu ei poikkea tavallisesta arjesta mitenkään. He ovat niitä, jotka joka päivä seisovat katujen kulmissa ja odottavat, että joku palkkasi edes päiväksi. Näille ihmisille selviäminen huomiota on koko elämän täyttävä tehtävä.



MAIJA KUOPPALA

Nuoret tytöt harjoittelevat esiintymistä.

Kirkoilla on suuri merkitys ihmisten elämässä. Kirkkoon mennään sunnuntaisin ja joulunakin ani varhain, että saisi istumapaikan. Pyhävaatteet ovat päällä, Raamattu ja virsikirja kainalossa, iho puhtautta kiiltäen. Pyhä on pyhä monella tavalla ja sille on ihmisten elämässä oma paikkansa. Kirkossa puhutaan myös toivosta, rukoillaan suotuisia säitä ja kiitetään.

Olen toiminut nyt kaksi vuotta Suomen lähetysseuran aluepäällikkönä täällä eteläisen Afrikan alueella. Tältä näköalapaikalta saan katsoa sitä todellisuutta, jossa yhteistyökirkkomme taistelevat irti vuosikymmenien aikana syntyneestä taloudellisesta riippuvuussuhteesta lähetysjärjestöihin ja kumppanikirkkoihin Euroopassa ja Amerikassa. Saan myös olla todistamassa sitä, kun kirkot kantavat itse vastuun omasta työstään. Saan olla katsoomassa kumppaneiden kanssa samaan suuntaan.

Tänä jouluna, nostan muiden kanssa katseeni taivaalle ja odotamme yhdessä virkistäviä sateita.

MAIJA KUOPPALA
*Aluepäällikkö,
 eteläinen Afrikka
 Suomen
 Lähetysseura*



Joulupukki ja Jumala laivaristeilyllä

Syyspimeällä teki mieli lähteä viikonloppumatkalle. Aihekin oli mielenkiintoinen: ”Jumala”. Ryhmä kirjailijoita, taiteilijoita, kirkon työntekijöitä, tiedemiehiä ja muuten vaan pimeää paossa olevia ihmisiä oli kokoontunut laivan auditorioon. Siellä keskusteltiin ja kiisteltiin risteilyn teemasta. Yhtä osallistujaa harmitti se, että Jumalasta puhutaan lapsille kuin joulupukista, eikä kumpikaan ole hänen mukaansa olemassa. Siihen toinen osallistuja, aivotutkija, totesi rauhal-

lisesti näkevänsä joulupukin joka vuosi, useitakin.

Joulupukki ja Jumala kertovat maailmasta, jossa ihmiset tarvitsevat elämäänsä muutakin kuin mitattavissa olevia tosiasioita. Ihmisen mieli ja sydän tuntevat olevansa elossa, kun arjen keskellä voi toivoa, unelmoida tai tulla yllätetyksi.

On paikka, missä joulupukki ja Jumala ovat kumpikin totta. Työni kehitysvam-

maisten pappina on näyttänyt sen, mistä heitä kannattaa etsiä: majatalon tallista tai luolasta niin kuin ensimmäisenä jouluna. Siis sieltä, missä kaikki ei ole ehyttä, suunnitelmien tai toiveiden mukaista tai ehtinyt valmiiksi. Jotakin elämässä voi rakentaa, että syntyisi tila jonkin uuden tai perinteisen vanhan astua esiin. Mutta se uusi on lopulta aina ihme, lahja, ei koskaan itsestään selvyys, eikä vain ihmisten omaa aikaan saannosta.

Ylisen Kartanon juhlasalissa oli alkamassa joulunäytelmä. Joulunäytämö ja kulissit olivat valmiina. Oli jouluevankeliumin vuoro. Joulun henkilöiden oli määrä astua kunkin vuorollaan esiin. Juuri silloin ”Maria” jänisti. Mietimme kuumeisesti vaihtoehtoja. Mutta sitten

tuli Toni, otti Jeesus-vauvan syliinsä ja käveli Joosefin rinnalla päähenkilöiden paikalle. Ja evankeliumi tuli valmiiksi.

Toni OLI Jeesuksen äiti tavalla, josta katsojille syntyi kokemus ”Kolmannen” läsnäolosta. Hänen, joka jouluenkeleiden laulun mukaan rakastaa ihmisiä.

Jo vuosia sitten ymmärsin, että jouluaatto Ylisellä ja vastaavissa kehitysvammaisten hoiva- ja kuntoutuspaikoissa on joulupukin aikaa. Papin ei kannata ”kilpailla” tämän ilmiön kanssa. Joulupukin odottamiseen tiivistyvät melkein kaikki elämän odottamiset, jolloin levottomuus täyttää helposti mielen. Joulupäivän aamuna voi

sitten kirkossa iloisesti jakaa joulukokemuksia yhdessä toisten kanssa. Silloin on enkelien sanoman aika:

”Älkää pelätkö! Minulla on iloinen uutinen. Jeesus, ihmisten auttaja ja Jumalan Poika on syntynyt. Menkää katsomaan Häntä.”



Minne siis menisin? Siihen arkeen, jota elän. Niin Maria ja Joosefin tekivät, eivätkä he tienneet mitään joulusta, matkalle veronmaksua varten lähtivät. Jouluruoka- ja lahjaostoksille, laulamaan kauneimpia joululauluja tai sitten ei, tai pakoon kaikkea tohinaa, jonnekin sinne ja josakin siellä, missä jo olen. Kirjoittaessamme kollegoiden kanssa olemuskielistä rippikoulu-

kirjaa löysimme hyvin vanhan teologisen viisauden. Hetki on se tila, missä Jumala. Hän ei ole menneisyydessä, eikä tulevaisuudessa. Jumala on nykyisyydessä. Kun pysähdymme ja olemme läsnä toiselle, syntyy tila, jossa Jumalan on mahdollista koskettaa. Silloin on meidän joulu.

MARGIT NYMAN
sairaalapappi



Peukaloisen matkassa kohti omaa itseä

Lasten satuterapiaryhmät ja kirjallisuusterapeuttiset sanataideryhmät



KUUUN JA AURINGON LAPSET, KATINKA TUISKU 2009

Kirjallisuusterapia on luovien terapioiden muoto. Lasten ja nuorten kirjallisuusterapia on sen alalaji, jossa satuja, tarinoita ja muita tekstejä lasten ja nuorten omia suullisia ja kirjallisia tuotoksia käytetään sekä ennaltaehkäisevästi kasvun ja kehityksen tukena että kuntouttavina ja parantavina välineinä. Lasten kirjallisuusterapeuttiset sanataideryhmät ja satuterapiaryhmät ovat lasten ja nuorten kirjallisuusterapiapian muotoja.

Satuterapiaryhmä levähdyspaikkana

Satuterapiaryhmä alkaa. Lapset tulevat ryhmätilaan kuka arkana pälyillen, kuka reippaana heti tilansa vallaten. Ohjelma aloitetaan sillä, että kirjallisuusterapeutti lukee lapsille kansansadun Peukaloinen. Lapset eläytyvät satuun. He kulkevat peukalon mittaisen pojan matkassa hevosen korvassa, solahtavat sen mukana lehmän ja suden vatsaan ja selviävät neuvokkuutensa avulla roistojen kynsistä ja takaisin kotiin äidin ja isän luo. Seuraavaksi jokainen keksii oman sankarinsa. Yhden ryhmän jäsenen sankari on Peukaloinen.

Satuterapiaryhmät on perinteisesti suunnattu psykiatrisen hoidon tueksi tai lastensuojelun piirissä oleville lapsille ja nuorille. Ryhmissä kirjallisuusterapeutti lukee lapsille satuja ja tarinoita. Eriytyisen toimivia ovat vanhat kansansadut, mutta myös uudemmat, kirjailijoiden kirjoit-

tamat taidesadut, kuten Topeliuksen ja Anni Swanin sadut, sopivat tähän tarkoitukseen. Saduista pyritään keskustelemaan, mutta jo niiden kuuleminen ja mielessä työstäminen turvallisessa ryhmässä on kuntouttavaa. Lapsia kehoitetaan myös valikoimaan luettavia satuja itse, jolloin terapeutti saa tarpeellista tietoa lasten tarpeista. Ryhmissä keksitään ja kirjoitetaan omia tarinoita sen jäsenten taitojen ja tilanteen mukaan. Työskentelyn tukena voidaan piirtää, askarrella ja kuunnella musiikkia. Joissakin ryhmissä toimivat käsinuket ja mielikuvamatkat.

Satuterapiaryhmissä lapsilla on mahdollisuus levähtää ja saada etäisyyttä omaan maailmaansa, kun he seuraavat tarinan kulkua ja elävät sitä yhdessä sen hahmojen rinnalla. Heidän ei tarvitse ajatella tietoisesti itseään käsitellessään sisintään ja elämäänsä tarinoiden kautta. Kirjallisuuden tarjoama hoidollinen lähestymistapa ei ole ongelmakeskeinen,

vaan se tarjoaa pehmeämmän väylän lasten ja terapeutin välille.

Satuterapiaryhmissä käsiteltäviä teemoja ovat muun muassa syntymä, kuolema, ystävyyttä, sisaruussuhteet, pelot, kiusatuksi tuleminen tai kiusaamisen kokemukset, vanhempien avioero sekä elämän jatkuminen ja tietysti hyvästit ja elämän jatkuminen ryhmän päättyessä. Teemoja on mahdollista varioida lasten akuuttien tilanteiden mukaan ja heidän taustansa huomioiden. Kutakin teemaa lähestytään siihen soveltuvien satujen kautta. Esimerkiksi sisaruskauteiden teemaan sopii Tuhkimosatu ja vanhempien avioeron teemaan Katinka Tuiskun Kuun ja Auringon lapset.

Sairaalaympäristössä ryhmien koko ja ikähaitari räätälöidään yhdessä hoitavan tahon kanssa lasten ja nuorten kunto ja kehitystaso huomioiden. Toisena ohjaajana toimii mielellään osaston oma hoitaja tai muu lapsille tuttu henkilö. Edellytys ryhmään osallistumiseen on kyky olla pienen ryhmän jäsenenä. Osallistuminen ei edellytä lukutaitoa tai kirjoitustaitoa.

Sanataideryhmä inspiraation lähteenä

Sanataideryhmän tapaamisen aiheena on Kalevala. Lapsille luetaan Sammon tarina, heidän tasolleen sopivaksi soveltaen ja kuvilla elävöittäen. Ohjaajalla on sekalainen valikoima pieniä pahvilaatikoita, nappeja, tulitikkua ja muuta askartelumateriaalia sekä peiteväriä. Lapset saavat askarrella ja maalata oman sam-

ponsa, juuri sellaisen kuin haluavat. Samalla jokainen miettii ja kertoo, mitä asioita hänen samponsa jauhaa: hyvää mieltä, kivoja kavereita, taitoa pyytää ja antaa anteeksi, terveyttä isälle ja äidille...

Kirjallisuusterapeuttisessa sanataideryhmässä luetaan satuja ja tarinoita, keksitään ja kirjoitetaan omia tarinoita, piirretään, askarrellaan ja leikitään luovasti. Ryhmä voi olla suunnattu lapsille, joilla on oppimisen ja kielellisen kehityksen vaikeuksia, tai lapsille, jotka ovat arkoja tai joilla on vuorovaikutuksen ja tunne-elämän haasteita.

Tavoitteet ovat kolmenlaiset. Ensimmäinen tavoite liittyy oppimiseen ja itsetunnon kasvuun. Oppiminen ja kielelliset taidot paranevat ja itsetunto kohenee, kun lapsi saa onnistumisen kokemuksia. Samalla karttavat ryhmässä olemisen taidot. Hyvin tärkeä on terapeuttinen tavoite. Sen toteutuessa lapsi saa mahdollisuuden käsitellä vaikeita asioita tarinoiden kirjoittamisen tai kertomisen sekä keskustelun ja vertaiskokemusten avulla. Kolmantena tavoitteena on yhteisöön kuulumisen tavoite. Jäsenet saavat sanataideryhmästä itselleen harras-



KUUUN JA AURINGON LAPSET, KATINKA TUISKU 2009

"Kun lapsi pyytää aikuista lukemaan sadun, hän itse asiassa pyytää tätä kertomaan jotakin lapsesta itsestään" (Kajamaa 1998).

tuksen ja sen kautta yhteisöön kuulumisen kokemuksen. Painotukset vaihtelevat sen mukaan, millaisista lapsista on kyse. Vastaavanlainen toiminta sopii hyvin myös kouluopetuksen osaksi ja tueksi, etenkin pienluokille.

Samoilla satuterapian ja kirjallisuusterapeutin sanataideryhmän ideoilla voidaan toteuttaa myös fyysisesti sairastuneiden lasten ja nuorten ryhmiä (esim. syöpä, reuma tai diabetes). Ryhmät ovat mahdollisia niin ikään esimerkiksi avioerolapsille tai lapsille, jotka ovat menettäneet läheisen ihmisen tai joiden läheinen ihminen on sairastunut vakavasti.

Sadut nuorten ja aikuisten elämän oppaina

Sadut ja tarinat toimivat hyvin myös nuorten kanssa, kunhan sisältöä ja toimintaa suunnataan heidän kehitystasolleen ja mielenkiinnon kohteisiinsa. Höysteenä käytetään runoja, sarjakuvia ja rocklyriikkaa sekä otteita nuortenromaaneista. Satujen käyttö on hedelmällistä myös aikuisten kanssa, muun muassa kirjallisuusterapeuttisissa kasvuryhmissä ja työhyvinvointia tukevissa ryhmissä. Kenelläpä ei olisi työtoverinaan Nalle Puh-tarinoiden Ihaata ja Tiikeriä. Kovin moni on elämänsä kriisitilanteessa kokenut olevansa yksin suuressa maailmassa

niin kuin seikkailuun lähetetty sadun prinssi.

Kaiken ikäisillä on satujen avulla mahdollisuus kokea katharsis, puhdistumisen kokemus, jossa päästään työstämään tunteita. Mitä voimakkaampia tunteita satu saa aikaan, sitä paremmin se hoitaa – samalla turvallisesti olipa kerran -maahan etäännyttynä.

SILJA MÄKI



Maalaukset ovat Katinka Tuiskun kirjasta Kuun ja Auringon lapset (2009).

Silja Mäki on äidinkielenopettaja, erityisopettaja, sanataideohjaaja, kirjallisuusterapeutti, psykoterapeutti (koul. 2012–14) ja kirjallisuusterapiaohjaajien kouluttaja. Hän on käyttänyt pitkään kirjallisuusterapeuttisia menetelmiä osana opetusta erityisluokassa sekä ohjannut lasten, nuorten ja aikuisten kirjallisuusterapeuttisia ryhmiä sekä elämäkerrallisen kirjoittamisen ryhmiä. Mäki toimii Helsingin yliopiston Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenian ja Suomen Kirjallisuusterapiayhdistys ry:n järjestämän Kirjallisuusterapian perusteet -koulutuksen johtajana, em. yhdistyksen varapuheenjohtajana ja Hyvinvointiosuuskunta Kukoistuksen jäsenenä.

Tietoa alkavista ryhmistä osoitteesta www.terapiasiljamaki.fi
Lisätietoja: www.kukoistus.com, www.kirjallisuusterapia.net

Kirjallisuutta

Hyväri, Hanna (2010) *Satu auttaa selviytymään*. Voi hyvin 8/2010, 30–35. (Silja Mäen haastattelu satujen käytöstä aikuisten kanssa.)

Kajamaa, Ritva (1998) *Sadut lapsen psyykkisen terveyden edistäjinä*. Teoksessa Saarinen, E. (toim.) *Sairaan ja vammaisen lapsen hyvä elämä*. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto, 125–133.

Mäki, Silja & Kinnunen, Pirjo (2002) *Lasten ja nuorten kirjallisuusterapiasta*. Teoksessa Ihanus, J. (toim.) *Koskettavat tarinat*. Johdantoa kirjallisuusterapiaan. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu, 35–78.

Mäki, Silja & Arvola, Pirjo (2005) *Lapsi ja nuori sadun peilissä*. Teoksessa Mäki, S. & Linnainmaa, T. (toim.) *Hoitavat sanat*. Opas kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Duodecim, 26–52.

Mäki, Silja & Arvola, Pirjo (2009) *Satu kantaa lasta*. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1. Helsinki: Duodecim.

Mäki, Silja & Arvola, Pirjo (2009) *Tarina tukee lasta*. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 2. Helsinki: Duodecim.

Tuisku, Katinka (2008) *Kuun ja Auringon lapset*. Kärkölä: Pieni Karhu.

Vankilan joulu ja papin työ vankilassa

Hämeenlinnan vankila on yksi Suomen 26 vankilasta. Nykyisellä paikallaan vankila aloitti toimintansa 1972 toukokuussa. Silloin pellolle oli vankityönä syntynyt moderni laitos, jota tultiin ihailemaan ulkomaita myöten. Tällä hetkellä taas odotellaan uutta, saneerauksen alkamista, joka on luvattu alkavaksi viimeistään 2016. Jo vuonna 1972 vankilaan asettui naisia, miehiä ja äitejä lapsineen omille osastoilleen. Myös kohtaamaan joulun aika.

Vankila on yhteisössä ristiriitainen paikka. Tänä päivänä vankilaan joutuvat ihmiset, jotka yhteisön silmissä ovat tehneet väärin ja siitä seuraamukseksi on annettu vapauden menetys. Rangaistukseksi, seuraamukseksi yhteisö voisi sopia toisinkin. Kun ihminen joutuu vankilaan, vankilassa työntekijät huolehtivat rangaistuksen toimeenpanosta. Samalla heidän tehtäväksi on myös asetettu kuntouttava työ. Kuntouttavan työn tehtävänä on estää rikosten uusimista, antaa mahdollisesti välineitä pysyä päihteettömänä ja parhaimmillaan vahvistaa ihmistä niin, että löytäisi oman tehtävän ja paikan yhteiskunnassa. Kuntouttavaa toimintaa on muun muas-

sa opiskelu, erilaiset kurssit ja tähän alueeseen kuuluu myös hengellinen toiminta.

Kun puhutaan vankilasta ja vangeista, ei voi välttyä kysymykseltä, mistä kaikki johtuu? Mikä on syy, joka on tuonut tai ajanut ihmisen vankilaan? Onko rikos hetkellinen mielenmenetyks, heikkous, sattuma? Onko kyse kasvatuksesta? Onko joku ihminen syntynyt pahaksi?

Itse olen työskennellyt vankilassa nyt kymmenisen vuotta. Olen vakuuttunut, että ketään ei ole luotu vankilaan tai kukaan ei ole suunnitellut päätyvänsä vankilaan. Olen nähnyt vangeissa kauniita ja ihania kykyjä, ystävyyttä, syvyyttä, huolta, ikävää, lahjoja. Nämä piirteet ovat vain peittyneet tai ne on dumpattu syvälle ympäristön toimesta.

Itselleni on yhä enemmän vahvistunut käsitys, että ihminen on pitkälti ympäristön tulos, ympäröivän vuoro vaikutuksen summa, jopa uhri. Nykyaika on ajan hengen mukaisesti lähtenyt korostamaan yksilön vapautta ja vastuuta ja tässä yli-individualismissaan ihminen on käytännössä jäänyt yksin kosmiseen viluun. Tästä yhteydettömyy-

destä kasvaa ihmisiä myös vankilaan.

Hengellisen työn tehtävänä vankilassa on pitää yllä kristillisen uskon perustotuuk-sia. Kaiuttaa sitä ääntä toisen maailman, että jokaisen ihmisen arvo on luotuisuudessaan. Jokainen on myös korvaamattoman arvokas jo it-sessään. Kukaan ihminen ei myöskään viime kädessä jää tai ole elämässä yksin. Hengellisellä työllä on vankilassa juuri paikkansa viime kädessä positiivisen ihmiskuvan-sa vuoksi, vaikka toisin on tapana väittää. Ihmistä ei nähdä suorituksen perusteella, oireesta, sairaudesta, synnistä käsin. Useita kertoja olen kuullut seurakuntalaisilta, että ”Jumala ei hylkää, vaikka tapahtuisi mitä”, ”joku jaksaa olla kärsivällinen”. Hengellinen työ tuo kirjaimellisesti toivoa ja uskoa sanoinkuvaamattoman epätoivon ja hädän hetkeen.

Kauneimmillaan tämä sanoma avautuu juuri joulun sanomassa: Jumala astuu ja osallistuu vaatimattomaankin ihmisen elämään Jeesus-lapsen syntymässä. Lopulta, ”ei tarvitse pelätä, maassa on rauha.”

Vankilan joulu pyrkii olemaan tyyppillinen joulu mah-

Empatia – ILO JA TAAKKA

dollisuuksien mukaan. Joulun tunnelma, muistot, jotka vankilassa tulevat myös kipeinä vastaan, tuodaan perinteisesti esille.

Niin sanottuun kirkkoon, joka on yhteiskäytössä oleva kokoontumistila, muun muassa koulua varten, luentojen pitämiseksi ja palaveriä käytettäväksi, joulukuun alussa tuodaan korkea kuusi. Erillisille osastoille kootaan muovikuuset. Riippuen osastosta, seinille saattaa ilmestyä myös tonttuja ja muita koristeita.

Joulujuhla järjestetään vangeille noin puolessa kuussa. Siihen, niin kuin muihinkin tilaisuuksiin, osallistuminen on vapaaehtoista. Joulujuhla on hengellisen vapaaehtoistyöntekijöiden ja vankilan yhteinen juhla. Pöydät on katettu kauniiksi. Tarjolla on puuroa, soppaa, kahvia ja täytekakkua. Keittiön väki on valmistanut ruuat ja vastaavasti vapaaehtoiset hoitavat tarjoilun. Kattauksia on miehille ja naisille omansa. Kumpaankin juhlaan kuuluu myös jouluevankeliumi, pieni hartaus ja tuttuja joululauluja.

Joulukuun toimintaan kuuluvat myös Kauneimmat Joululaulut. Niitä lauletaan hyvän laulattajan avustuksella. Laulujen välissä muistellaan yhdessä joulumuis-toja.

Varsinaiseen jouluaikaan kuuluvat joulukirkot. Muu toiminta on vaiennut. Kokemus on osoittanut, että kirkot poistavat hivenen joulun nostattamaa yksinäisyyden tunnetta. Joulukuun liittyy tietenkin joulusaunat ja jouluateria. Läheiset muistavat vankeja tervehdyksillä siviilin puolelta.

Joulun muistamisiin perinteisesti Hämeenlinnan vankilassa liittyvät luterilaiset vapaiden suuntien seurakunnat. Pastori on lähettänyt seurakuntalaisten seurakuntiin noin kolmekymmentä jouluraha-anomuskirjettä. Seurakunnat vastaavat toimintansa mukaisesti joko pienellä raha-



siirrolla tai joululehdellä sekä tervehdyksellä. Rahat jyvitetään vangeille kristillisesti tasan joulurahana käytettäväksi hankintoihin. Ja lehdet vastaavasti tervehdyksineen pastori välittää omille seurakuntalaisille. Toiset haluavat hiljentyä kuuntelemaan joulumusiikkia. Joitain levyjä löytyy pastorilta lainattavaksi.

Kauniissa ”Suutarin joulu” kertomuksessa kerrotaan isä Martista, jonka luo Jeesus lapsi lupautuu tulemaan seuraavana päivänä. Martti odottaa ja odottaa, mutta hänen luokseen ilmestyy vain muita ihmisiä, jotka ovat hädässä ja erilaisen avun tarpeessa. Suutari auttaa heitä, mutta Jeesus lasta ei vain näy ja näin päivä päättyy. Turhautuneelle Martille Jeesus kuitenkin vastasi, ”minä näyttäydin sinulle kaikissa avuntarvitsijoissa.”

Joulu näkyy ja kuuluu ja joulun syvä sanoma myös elää vankilassa. ”Suutarin joulu” päättyy lempeään ääneen: ”Totisesti minä sanon teille: Kaikki mitä olette tehneet yhdelle näistä minun vähimmistä veljistäni, sen te olette tehneet minulle.”

Iloista joulun odotusta

TUOMO KINNUNEN

Hämeenlinnan vankilan ja vankisairaalan pastori

Lapsi kertoo vanhemmalle olevansa huonovointinen. Hän näyttääkin sairaalta. Hetken kuluttua vanhempi epäilee sairastavansa samaa vatsatautia, koska olo tuntuu huonolta. Vanhempi ryhtyy järjestelemään lapselle olosuhteita, joissa olisi paras mahdollinen olo ja huonovointisuus helpottuisi. Jälkikäteen vanhempi huomaa, ettei itse tuntemuksistaan huolimatta sairastunut. Olisikohan ollut kysymys vanhemman empatiasta, kyvystä asettua lapsen tuntemuksiin?

Empatiaa on kykyä ymmärtää, tiedostaa, vaistota tai kokea samoin toisten ihmisten tunteita, ajatuksia ja kokemuksia. Sen kautta voi saada käsityksen toisen tilasta ja eläytyä siihen. Empatian avulla tulee mahdolliseksi myötäelää, ikään kuin asettua toisen kenkiin. Tuloksena useimmiten on toisen kokemus ymmärretyksi tulemisesta. Empatian kautta toinen ihminen saa kokemuksen, ettei ole vaikean asiansa kanssa yksin tai että ilo tulee jaetuksi oikealla tavalla. Lajin säilymisen ja yhteen liittymisen kannalta empatia on oleellinen ilmiö.

Aito empatia saa perustan ihmisen varhaisina elinvuosina. Saadessaan hyväksyntää tunteilleen ja tarpeilleen lapselle kehittyy kokemus omasta hyväksyttävyydestä ja arvokkaasta erilaisuudesta. Turvallisesta kiintymyksestä käsin tulee

mahdolliseksi kohdata myös toisen ihmisen kokemukset. Varhaisissa kiintymyssuhteissa traumatisoituminen rikkoo omaa turvallisuuden ja arvokkuuden tunnetta. Sen seurauksena voi syntyä esimerkiksi liiallinen kiltteys, joka on syytä erottaa empatiasta.

Neurotutkimuksen mukaan läheisessä vuorovaikutuksessa toimiva ihminen kopioi tietämättään itselleen toisen eleitä, ilmeitä tai asentoja. Kadulla vastaantulevan tutun ystävällisen hymy ”tarttuu” ja vastaamme siihen hymyllä. Lapsessa sairauden aikaansaamat eleet ja asennot vetävät vanhemman omassa kehossaan samoihin tuntemuksiin. Peilisolut ovat hermosoluja, jotka peilaavat toisen ihmisen hermotoimintaa. Puhutaan somaattisesta empatiasta. Niiden avulla tulee mahdolliseksi ymmärtää toisen kokemusmaailmaa tuntemalla omassa kehossa samaa. Tämä perustuu siihen, että kaikilla tunteilla on kehossamme omat fyysiset ilmentymänsä, jotka ovat ihmisille melko yhteisiä. Empatiaa kokevalle ihmiselle voi syntyä myös liian sitova



muutta ja toivottomuutta kuin syvästi masentunut perheenjäsen. Tärkeää on paitsi tuntea empatian kautta, millaisessa olotilassa läheinen on, myös ottaa riittävä etäisyys oman vireystilan ja elämänvoiman säilyttämiseksi. Sairastuneen läheisen on pidettävä mielessä, että hän tarvitsee tilan oman terveen elämänsä elämiseen. Siitä käsin voi palata empatian avulla ymmärtämään masentunutta ja jopa auttaa häntä ulos masennuksestaan. Minän ja sinän erottaminen mahdollistaa empatian ylläpidon ja sen, että se säilyy luonteeltaan väliaikaisena samaistumisena.

Empatia on siis sekä voimavara että taakka. Kyky empatiaan on lahja, joka läheisissä suhteissa vahvistaa luottamusta ja läheisyyttä. Se ohjaa meitä toimimaan toisen ihmisen tilanteeseen nähden oikealla tavalla. Toisaalta se voi johtaa meidät uuvuttamaan itsemme, jos emme tunnista tai salli omaa erillisyyden tarvettamme ja järjestä riittävästi tilaa sille. Erityisesti riskiryhmässä ovat tällä hetkellä muun muassa monet omaishoitajat, jotka yksin hoitavat sairasta läheistään. Väsymys ja pitkäaikainen läheisen auttajana oleminen saattaa johtaa kyvyttömyyteen säädellä samaistumista.

EIJA HIMANEN
perheneuvoja

”Pikkulämpimää päälle pantavaa”

yhteiskuntamme pienimmille

Valkonauhasisar **Pirkko Laakso** Helsingin Valkonauhasta on kertonut syksyn kuluessa kymmeniä nuttuja ja sukkiä lahjoitettavaksi Kätilöopiston keskososaston vauvoille. Tämä ei ole ensimmäinen kerta kun Pirkko on tarttunut puikkoihin jakaakseen lämpöä ja huolenpitoa pienille vauvoille. Pirkon kutomia vauvan nuttuja on lähetetty jo aikaisemmin Etiopian vauvoille, mutta tällä kertaa tarvitsijoita löytyi lähempää.

Pirkko kertoi valinneensa nuttuihin ja sukkiin eri värejä, sillä hän toivoo, että kukin vauvapersoonaa saisi itselleen sopivimman värisen nutun tai sukat. Samalla kun Pirkon kädet ovat tehneet silmukoita, on hän halunnut siirtää valmiisiin tuotteisiin sylintäydeltä siunauksia, rohkaisevia ja rakkautta sisältäviä ajatuksia.

Helsingin Valkonauhan jäsen **Marke Kaskimies** ”sorvasi” tämän projektin Kätilöopiston pyynnöstä Pirkolle ja hän on luvannut myös toimittaa nutut ja sukat perille keskososastolle. Helsingin Valkonauha on sponsoroinut hanketta kustantamalla osan Pirkon tarvitsemista langoista ja napeista.

Pirkko toivottaa Kätilöopiston keskososaston lapsille vanhempineen ja koko henkilökunnalle lämmintä joulua!

IRJA ESKELINEN



Pirkko Laakson kutimet heiluvat pienimpien hyväksi.



Heli Koivulehto ihastelee Pirkon töitä.

*Niin vaalin pienoistani
elämään,
kuin lumimyrskyyn
ruusun istuttaisin.
(Aale Tynni)*

Hän saa levätä

Tarja Suominen jäi Valkonauhan jäsenten mieliin lämpimänä ja aina toiset huomioonottavana persoonana. Hänen elämässään korostui äärimmillen lähimmäisten auttaminen ja palveleminen. Tarjan elämässä muodostui hyvin tärkeäksi Pelastusarmeija, jossa hän kävi isoäitinsä kanssa jo pikkutyttönä ja toimi aikuistuttuaan monissa eri tehtävissä kolmella vuosikymmenellä. Tarja valmistui vuonna 1975 Pelastusarmeijan upseerikoulusta pelastusupseeriksi ja sen jälkeen hengellinen työ vei häntä eri puolille maailmaa. Tarja opiskeli Lontoossa Kansainvälisessä upseeriopistossa, perehtyi Hollannissa sielunhoitoon ja osallistui Filippiineillä Pelastusarmeijan kansainväliseen evankelioimiskonferenssiin. Hän koulutettiin myös terapeuttiseksi sielunhoitajaksi. Tarjalle tulivat tutuiksi niin Rauman, Pietarsaaren kuin Vaasankin Pelastusarmeijat ja hän vastasi kansallisnuorisosihteerinä lapsi- ja nuorisotyön suunnittelusta ja kehittämisestä pohjoismaissa ja Virossa. Hän oli lähes kymmenen vuotta myös Pelastusarmeijan johtajan yksityissihteerinä ja tulkki. Tänä aikana johtajana oli tanskalainen ja



Tarja Anneli Suominen
1.12.1952–18.9.2013

ruotsalainen henkilö, joten tehtävä oli erittäin vaativa.

Näissä kaikissa tehtävissään Tarjalla oli erityinen sanan käyttäjän taito niin puhuen kuin kirjoittaen kuin laulaenkin. Tarja oli viimeiset vuotensa Pelastusarmeijassa ylisihteerinä, jossa hän teki työtään suomen lisäksi ruotsiksi ja englanniksi. Näiden vaativien työtehtävien jälkeen hän muutti kotikaupunkiinsa Tampereelle pitääkseen huolta leskeksi jääneestä äidistään ja niin saimme hänestä Tampereen Valkonauhaan sihtee-

rin ja sittemmin työntekijän. Tarja kehitti Tampereen Valkonauhan toimintaa monin tavoin ja onnistui vakuuttamaan myös rahoittajia, sillä hänen kautenaan yhdistys sai muutaman vuoden ajan kohdennettua toiminta-avustusta Raha-automaattiyhdistykseltä ja myös muutamat säätiöt tukivat yhdistyksen aktiivista toimintaa.

Tarja tuli tutuiksi eri puolilla maata toimivissa Valkonauhan paikallisyhdistyksissä, joissa hän kävi pitämässä luentoja erityisesti jaksamiseen, voimavaroihin ja kiltteyden kipuihin liittyvissä seminaareissa. Monissa tilaisuuksissa salit olivat täynnä, sillä aiheet puhuttelivat kuulijoita syvästi. Tarja oli myös Suomen Valkonauhaliiton liittohallituksen jäsen.

Tarjan hengellisyys oli avaraa ja rakkauden läpäisemää. Hänen musiikilliset ja kirjalliset taitonsa ilahduttivat ja toivat kokoontumisiimme paljon iloa. Siksikin tuntui niin kohtuuttomalta kun Tarjan kohtaloksi tuli ankara sairaus, joka vei häneltä puhutut ja kirjoitetut sanat. Tampereen Valkonauhan pitkäaikainen jäsen Ulla Salunen piti Tarjaan aktiivisesti yhteyttä vielä senkin jälkeen kun Tarja joutui luo-

pumaan työstään terveydelisistä syistä. Ulla kertoi, että mainitessaan Tarjalle siitä miten surulliselta tuntuu katsoa vierestä ankaran sairauden etenemistä ja kuinka kohtuuttomalta se tuntuu, oli Tarja sanonut kaiken olevan hyvin. Hän oli jatkanut, että ”olen saanut Jumalalta niin paljon hyvää, miksi en siis ottaisi vastaan tämän vaikeankin”. Tuossa vastauksessa näkyi Tarjan persoonan suuruus ja sydämen rakkaus sekä uskon voima.

Tarja Suomisen elämäntyön seuraaminen pistää ihmettelemään, miten paljon tämä vaatimattomista oloista lähte-

nyt monilapsisen perheen tytö ehti siltikin vaikka sairaus mursi elämänlangan varhain. Tarjan opetti esimerkillään ja elämällään meille hyvyiden ja rakkauden merkityksen kotiläksyä ihmisen elämässä. Kaikkein vaikeimmalla hetkellä eivät enää auttaneet kauniit sanat, mutta musiikkisen sijaan auttoi. Ulla Salunen kertoi, että Tarjan siirrettyä sanojen ulottumattomiin, he saattoivat istua yhdessä ja kuuntelivat kaunista musiikkia, klassista ja hengellistä. Musiikin maailma pystyi sanoittamaan sen, mitä puhutut ja kirjoitetut sanat eivät enää kysyneet ilmaisemaan.

Kaikkein tärkeimmäksi jäivät lopulta hellävaraiset kädet, lähimpien ystävien ja rakkaiden vierailut ja erittäin vähät sanat. Tarja sai lähteä Taivaalliseen kotiin luottaen vanhan koraalin sanoihin ”Maan matkaltain kun lähdän, en lähde peljäten”.

Saamme uskoa, että Jumala joka tuntee nimeltä kaikki taivaan tähdet on kutsunut nimeltä luokseen myös Tarjan, jonka loi elämään yhteydessään. Enää ei ole Tarjan vaikea tulla ymmärretyksi, katse on taas iloinen ja silmät tuikkivat. Kaikki on nyt Tarjalla hyvin.

IRJA ESKELINEN

Tarja kirjoitti lauluja ja runoja. Seuraava runo on nimeltään

Jumala, missä olet?

*Työssänsä joku kyselee: Jumala, missä sä oot?
Vaen en tiedä, mitä mä teen.
Mä tahtoisin nähdä Sinut uudelleen,
vaen en tiedä, miten se käy.
Siksi mä pyydän ihan hiljaa näin:
Ota käteni käteesi sun.*

*Kadulla joku kyselee, Jumala missä sä oot?
Eksynyt olen mä taas.
Mä tahtoisin nähdä Sinut uudelleen,
vaen en tiedä, miten se käy.
Siksi mä pyydän ihan hiljaa näin:
Ota käteni käteesi sun.*

*Kirkossa joku kyselee, Jumala missä sä oot?
Uskoa jaksas mä en.
Mä tahtoisin nähdä Sinut uudelleen,
vaen en tiedä, miten se käy.
Siksi mä pyydän ihan hiljaa näin:
Ota käteni käteesi sun.*

*Meistäkin joku kyselee, Jumala missä sä oot?
Voimani ovat loppuneet.
Mä tahtoisin nähdä Sinut uudelleen,
vaen en tiedä, miten se käy.
Siksi mä pyydän ihan hiljaa näin:
Ota käteni käteesi sun.*

Veden rytmiä ja värin kauneutta

In kesäiseen tapahtumatarjontaan liittyi viime kesänä toistamiseen galleria Honkarannan kesänäyttely. Tällä kertaa teemana oli Veden rytmiä - värin kauneutta. Näyttelyyni sain vieraiksi myös joukon Oulun Valkonauhan jäseniä. Kiitokset siitä.

Lastemme kasvettua ja muutettua kotoa, tuli tilaa ja aikaa paneutua taiteen tekemiseen ja opiskeluun. Vuosikaudet kävin usean taideopettajan opissa Oulu-opiston akvarelli-, öljyvärimaalaus sekä taidepiirustuksen kursseilla. Myöhemmin tuli tarvetta perehtyä laajemmin ja syvemmin taiteen maailmaan ja siksi opiskelin Lapin yliopistossa kuvataiteita ja Oulun yliopistossa taidehistoriaa. Kuitenkin paras opettaja on ollut oman tekemisen kautta kokeileminen ja kova harjoittelu.

Kuvataiteen aineopintojen yhteydessä sain opiskella flaamilaista maalaustekniikkaa. Flaamilainen kerrosmaalaus on usein se kuvanrakentamisen tapa, jota pääsemme ihailemaan taidemuseoissa. Flaamilaiseen maalaustekniikkaan tutustuminen tarjoaa yhden viitekehysten ratkaisujen moninaisuuden edessä tuskaillevalle maalarielle.

Vastakohta öljyvärimaalaukselle on akvarellimaalaus. Akvarelliväreillä saa aikaan myös hyvin maalauksellisia töitä. Ak-

varelli on jännittävä ja haastava tekniikka, koska siinä joutuu sekä piirtämään että maalaamaan. Hyvä aiheen suunnittelu ja ohut lyijykynäluonnos auttavat hyvään lopputulokseen.

Merens vaihteleva luonne on mielenkiintoinen maalauskohte. Tuuli saattaa hetkessä rikkoa tyynen pinnan ja jo pienetkin muutokset sääoloissa synnyttävät täysin uudenlaisen värityksen. Liikkuva vesi muuttuu hyvin toisenlaiseksi muodostaessaan pyörteitä tai kuohuessaan tyrskyvässä meressä. Läheltä katsottuna vedessä näkyvät värit ovat jännittäviä ja usein aivan odottamattomia: hiekan ja veden sekoituksesta syntyvä okraa ja ruskeaa tai taivaalta heijastuvaa violettiä ja sinistä.

Olen katsellut kesäisin veneiden liikettä Iijoki-suistossa, aivan meren äärellä. Päätin tehdä näkemästäni oman tulkinnan.



Vauhtia aallokossa

Meri on ihmeellinen, se on salaperäinen, viehättävä, arvaamaton, jopa mystinen. Meren ja taivaan avaruuden luoma tunne omasta pienuudesta antaa ajatuksille tilaa.

Oli ollut aurinkoinen ja lämmin kesä, otin aurinkoa mökkimme pihalla. Katsellessani ympärilläni huomasin puiden ympäröimän kivikkoisen ulokkeen rannassamme. Näytin sitä miehelleni ja sanoin: ”Tässä olisi hieno huvimajan paikka”. 7-vuotias kuopuksemme kuuli keskustelumme ja oli heti valmis isänsä apupojaksi. Huvimaja valmistui sinä kesänä ja saimme siitä hienon näköalapaikan, josta voi seurata Iijoki-suiston vesiliikennettä. Kalastajaveneitä seuraavista lokkilaumoista voi päätellä onko kalastaja saanut saalista. Purjeventäkin liikkuu kesäisin paljon ja nopeat pikaveneet ovat lisääntyneet. On myös lohensoutajia ja ahvenenonkijoita eli elämää riittää jokisuistossa seurattavaksi.

Huvimajan ikkunaheijastukset ovat jopa kahdenkin ikkunalasin läpi maalaamiani. Niistä tulee salaperäisempiä, kun niissä sekoittuu maailma lasin takana ja ulkopuolella. Aurinko on nurmikolla, maisema vaihtuu hetkittäin. Yksi heijastuksista on hyvin mystinen. Taivaanrannalla näkyi ikään kuin kaksi ihmistä, juoksin hakemaan kameran ja sainkin otettua valokuvan aiheesta. Oli syyskuinen lämmin, hämärtyvä ilta, aurinko oli laske-
massa horisonttiin. Tunsin olevani meren mahtavuutta ihaillessani täysin voimaton, mutta samalla olin pakahtua. Olin ymmärtänyt jotain sanoinkuvaamatonta meren olemuksesta.

Visuaalisena ihmisenä havainnoin maailmaa silmän kautta etsien herkeämät-



Aurinko nurmikolla

tä ideoita. Olipa ideoita kuinka paljon tahansa, ne eivät sinänsä synnytä maalausta, vaan sen sielu tulee muualta. On liki mahdoton selittää, miten luovuus siirtyy kankaalle. Se on tapahtuma, joka jää ja saa jäädäkin salaisuudeksi.

"Pihapihlaja"-maalaus esittää pihapihlajaa heijastuksena ikkunalasin kautta. Työssäni halusin kokeilla runollista ajatusta ku-



Pihapihlaja

ten tieteessä: ensin on hypoteesi, sitten koe ja lopuksi analyysi. Tätä periaatetta noudattivat sekä Turner, Da Vinci että Delacroix.

Maalaaminen on tapa kertoa kokemuksista, muistoista ja tapahtumista. Perinteinen estetiikka on korostanut taideteosten pystyvän puhuttelevaan kaikkia. Modernistinen taide pyrkikin etsimään universaalia taiteen kieltä, jonka avulla mahdollisimman moni voisi jakaa saman esteettisen kokemuksen. Ei ole olemassa yhtenäistä taiteen kielioppia, jonka avulla merkitykset avautuisivat kaikille samanlaisina.

Maalaustaiteessa mikään ei ole nykyisin itsestään selvää, ei väri, eivät sommitteelliset jännitteet, persoonallinen ilmaisu, hyvä maku tai toteutuksen taidokkuus. Taidehistoriaa tarkastellessa esiin saattaa jopa nousta ajatus ”maalauksen kriisistä” vakiona, joka ajaa taiteilijoita etsimään vastausta peruskysymyksen äärelle, joka on ”miten maalata”. Maalaustaiteen monista perinteisistä piirteistä kuten esittävydestä tai ihmishahmoista on tullut jälleen hyväksyttäviä.



Kesäharrastuksia

Olipa kuva merestä todellinen tai kuvitteellinen, on se avoin loputtomille tulkinnoille. Meri on toiseuden maisema, tuttu ja tuntematon luonnonvoima. Horisontin takana ovat vieraat maat ja kulttuurit. Pinnan alle kätkeytyy vedenalainen elämä, jossa luonto on vielä säilyttänyt osan koskemattomuuttaan ja salaperäisyytään.

Länsimaisessa hyvinvointiyhteiskunnassa purjehdus- ja sukellusharrastukset sekä rantalomat ovat tehneet merestä populaarin ja kaupallisen maiseman. Samanaikaisesti nykytaide on tuonut meritaiteeseen uuden näkökulman nostamalla esiin ihmisen ja luonnon väliseen suhteeseen liittyviä moraalin, etiikan ja vastuun kysymyksiä. Näihin kuuluvat ajatukset luonnon välineellistymisestä ja ihmisen suhteesta mereen silloin kun toimeentulon, hyödyn, virkistykseen ja suojelun toiveita ja vaatimuksia asetellaan rinnakkain.

MIRJA KOIVUPERÄ

Kirjoittaja on Sodankylässä syntynyt ja nykyisin Oulussa asuva kuvataiteilija ja Oulun Valkonauhan jäsen. Mirjan töihin voi tutustua myös osoitteessa <http://mirja.koivupera.fi>. Mirjaan saa yhteyden sähköpostitse: mirja.koivupera@elisanet.fi



Aamupäivän valo

Kutsu

Valkonauhan perinteiset

Joulukahvit

lauantaina 14.12.2013

liiton tiloissa osoite Liisankatu 27 A 3.
Tarjoilu alkaen klo 12.00 ja ohjelmaosuus alkaa klo 13.00. Ohjelmassa yhteislauluja ja sooloesityksiä. Mukana musiikinopettaja Taru Koivisto ja Joulun Sanan pitää Valkonauhan joulusaarnaaja Pirkko Laakso.

Lämpimästi tervetuloa!



MAALAUKSEN MIRJA KOIVUPERÄ, OULUN VALKONAUHA RY

*Suomen Valkonauhaliitto
kiittää jäsenistöään
v. 2013 toiminnasta ja
toivottaa levollista joulua!*



Tervetuloa Valkonauhan toimintaan!

Joululehden painoon mennessä osa kevätkauden toimintojen ajankohdista oli päätetty. Pyydämme tutustumaan kotisivuihimme www.suomenvalkonauhaliitto.fi. Osoitteesta löytyy lisää tietoja Valkonauhan työstä eri puolilla maata. Voitte kysellä myös puhelimitse liiton toimistosta 09-1351 268.

TAMPEREEN VALKONAUHA RY:N KOTIPESÄ kevätkaudella 2014,
Satamakatu 16 D 79, 33200 Tampere

Matalan kynnyksen järjestölähtöinen työmuoto keskiviikkoisin klo 15-17 (pariton viikko)

- 15.1. Elämään liittyvät pelot ja ahdistukset, *Katri Nahkuri*
- 29.1. Elämää Saarenmaalla, *Pirjo Paavola*
- 12.2. Askarteluiltapäivä, *Katri Nahkuri*
- 26.2. Kävely kuntoon, *Irmeli Ahonen*
- 12.3. Lukupiiri, *Pia Soidinmäki*
- 26.3. Mobiililaitteen mahdollisuudet, *Annele Kinnunen*
- 9.4. Via Dolorosa, *Raimo Naumanen/Paija*
- 23.4. Askarteluiltapäivä, *Katri Nahkuri*
- 7.5. Marttojen vierailu, *Tuula Jaskari-Malinen*
- 21.5. Kevätjuhla

SEMINAARI 15.3. teemalla "Kiltteydestä kipeät"

Kiltteydellä on kahdet kasvot: vääränlainen ja liiallinen kiltteys kipeyttää ja uuvuttaa elämän, hyvä kiltteys luo hyvää sekä itselle että muille. Kumpaa omani on – ja miksi? Kouluttajana toimii kirjailija *Anna-Liisa Valtavaara*.

Lisätietoja yhdistyksen toiminnasta voi tiedustella puheenjohtaja Paula Kupiakselta puh. 040-5753771 tai paula.kupias@gmail.com. tai valkonauha.tre@kotikanava.fi. Voit käydä tutustumassa myös yhdistyksen kotisivuihin www.tampereenvalkonauha.fi

TERVETULOA SIIS JOUKKOOMME, TAVATAAN TAMPEREEN VALKONAUHAN KOTIPESÄSSÄ!

HELSINGIN VALKONAUHA-VITA BANDET I HELSINGFORS RY.

Aloitamme **22.1.2014** teemaillalla **Maahanmuuttajat ja kohtaaminen**.

Saamme vieraaksemme ja aiheesta alustamaan sosiaaliohjaaja *Sari Kohon*. Tilaisuus alkaa **klo 17.00**. Kysy porttikoodi toimistoaikana puh. 09-1351 268/Suomen Valkonauhaliitto. Sari Koho toimii tällä hetkellä Käyttäjälähtöisiä palveluja ikäihmisille (KÄPI) -projektin palveluohjaajana. Sari on ollut aiemmin 27 vuotta töissä Helsingin kaupungin sosiaalivirastossa. Tervetuloa kuulemaan Saria ja keskustelemaan yhdessä! Tilaisuus on osoitteessa Bulevardi 15 C 32 (Sisäpiha, koodilla pääset portista sisäpihalle!) Lisätietoja yhdistyksen toiminnasta: www.helsinginvalkonauha.fi.

OULUN VALKONAUHA RY. järjestää seminaarin "**Kiltteydestä kipeät**" **12.4.**

Kouluttajana toimii kirjailija *Anna-Liisa Valtavaara*.

Lisätietoja voi tiedustella sähköpostilla aurinkokoti@luukku.com (Irmeli Kaipainen).

Satujen salaisuudet

Sadut itsetuntemuksen ja voimaantumisen välineinä
Kirjallisuusterapeuttinen kasvuryhmä aikuisille

Keskiviikkoisin 5.2., 12.2., 19.2., 26.2., 5.3., 12.3., 19.3., 26.3., 2.4. ja 9.4.2014 klo 18–20

Suomen Valkonauhaliitto

www.suomenvalkonauhaliitto.fi

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki

Voisiko elämän tiivistää satuun?
Mikä on lempisatuhahmosi?
Inhottaako tai vihastuttaako joku satuhahmo sinua erityisesti?
Oletko kokenut olevasi kuin sadun prinssi mahdollottoman elämäntehtävän edessä?
Kertooko noita tai jättiläinen joskus tunteistasi enemmän kuin puhutut sanat?
Jaatko mielelläsi ajatuksiasi ja kokemuksiasi samanhenkisten ihmisten kanssa?

Tule tutkimaan itseäsi ja elämäsi satujen lukemisen, niiden pohjalta kirjoittamisen ja tästä viriävien keskustelujen innoittamana. Ryhmän tavoitteena on antaa mahdollisuus tunteiden käsittelyyn ja sitä kautta voimavarojen lisäämiseen.

Satuja ei tarvitse tuntea ennakoita eikä olla taitava kirjoittaja. Kokeilunhalu ja leikkimielinen uteliaisuus riittävät. Punakynää ei käytetä. Kirjoittajat houkutellessaan kirjoittamaan pienten kirjoitusharjoitusten avulla.

Kuva kirjasta Katinka Tuisku: Kuun ja Auringon lapse t

Ohjaajana **Silja Mäki**

erityisopettaja, kirjallisuusterapeutti, psykoterapeutti (koul. 2012–14)

Hyvinvointiosuuskunta Kukoistus

Ryhmän järjestää Suomen Valkonauhaliitto yhteistyössä Agricola-opintokeskuksen kanssa.

Ennakkotapaamiset ryhmästä kiinnostuneille ovat ke 22. ja 29.1. klo 18–20. Varaa pian aikasi ennakkotapaamiseen (noin 20 minuuttia) puh. (09) 1351 268 toimistoaikana. Ryhmämaksu on 40 euroa.

Lisätietoja kirjallisuusterapiasta www.kirjallisuusterapia.net ja www.kukoistus.com ja ohjaajasta www.terapiasiljamaki.fi



Itella Green

Eläviä sanoja

Kohotkaa korkeiksi, portit, avartukaa, ikaikaiset ovet!

Kirkkauden kuningas tulee!

(Ps.24:7)

Hyvää joulua. Riittää, että teet sen vähän minkä voit.

(Martin Lönnebo)

Jumala, me emme voi odottaa itseltämme mitään, mutta kaikkea sinulta:

me elämme kokonaan sinun laupeutesi varassa.

Anna sen vaikuttaa meissä, älä säästele laupeutesi ja oman elämäsi voimaa:

Poikaasi Jeesusta Kristusta, armoa ja totuutta, joka on suurempi kuin ymmärrämme, nyt ja aina, niin kauan kuin elämme.

(Huub Oosterhuis)

Nyt minä rauhoitun.

Talvi näkyy asettuvan taloksi.

Sen valkoinen takki on jäänyt kivelle.

Orvokeille sanon:

nukkukaa hyvin siellä puhtaan täkkinne alla!

Ilman kaipausta kohotan pikkuiset leuat,

suutelen umpeen samettisilmät.

(Irja Hiironniemen runo Levolle

teoksesta Laula ruohossa, tuuli)

On jouluyö. Ja lattia vihannoi lumiruuuina, lehdiksi puhkeilevat seinät.

(Anna-Maija Raittila)

Kuule, kellot, joulun kellot, soivat, rakkauden kellot kajahtaa!

(Linda Kunnas)