

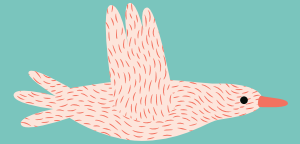
MAALISKUU 2022

AKI-LIITOT RY

CRUX

1

TEEMA
HYVINVOINTI



Liikunta
auttaa
jaksamaan
s. 22

- ▶ Harri Kerkon Johannespassio s. 52
- ▶ Kesätyöntekijän pikkujättiläinen s. 58

VERKOSSA
AKIn aamukahvit



.....

Riittää kun tiedät mihin
suuntaan haluat kulkea
ja otat yhden askeleen
kerrallaan. Hyvä elämä
on seurausta hyvistä
valinnoista.

.....

Tomi Parkkinen



JANNE KERÄNEN

PAPPISLIITON PUHEENJOHTAJA

janne.keranen@gmail.com

Mielipiteesi merkitsee - vastaa jäsentutkimukseen

Maaliskuun lopulla saat sähköpostiisi pyynnön vastata AKI-liittojen jäsentutkimukseen. Toivon, että vastaat. Tämä neljän vuoden välein toteutettava tutkimus on merkittävä tietoa-neisto. Sen tarjoamia tietoja käyttävät Pappisliitto, Kanttori-urkuriliitto ja Teologiliitto niin omassaan kuin AKI-liittojen yhteisessä päätöksenteossa.

Liittojen tehtävä on paneutua jäsenten kokemiin työelämän epäkohtiin. Siksi on erittäin olennaista saada luotettavaa tietoa siitä, miten työpaikoilla voidaan, millaisten palkkauksen, johtamisen ja työyhteisökysymysten parissa työpaikoilla painitaan ja mihin suuntaan tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuskysymyksissä on viime vuosina kuljettu. Myös kirkkotyönantajaa kiinnostanevat tiedot työhyvinvoinnin ja työn merkityksellisyystekijöiden kehityslinjoista.

Samalla tuotetaan aineistoa myös tutkimustyöhön. Tutkimusta on jälleen toteuttamassa professori Kati Tervo-Niemelä, jonka kanssa liitot ovat tehneet pitkäaikaista yhteistyötä.

Osa tuloksista nousee poikkeuksetta myös julkiseen keskusteluun. Liittojen jäsentutkimus on esimerkiksi keskeisin lähde tiedolle siitä, miten kirkon viranhaltijat suhtautuvat pappisuuden rajaamiseen vain yhdelle sukupuolelle tai kaik-

kien parien vihkimiseen, ja miten nämä asenteet ovat ajan mittaan muuttuneet.

Kysely on perinteisesti ollut aihepiiriltään varsin kirkkokeskeinen. Tämä johtunee kyselyn historiasta. Sen taustalla on Pappisliiton jäsenkysely, joka toteutettiin ensi kerran vuonna 1998. Kanttori-urkuriliitto tuli mukaan AKI-yhteistyön myötä. Teologiliitto osallistui kyselyyn ensimmäisen kerran vuonna 2018.

Tämän vuoden kyselyä on pyritty muokkamaan siten, että sen kautta saadaan mielekästä tietoa myös muualla kuin kirkon sektorilla työskentelevien jäsenten työelämätilanteista. Kirkon työhön liittyviä kysymyksiä on silti edelleen runsaasti, sillä tutkimus tuottaa tietoa useista aihepiireistä aikasarjoina. Kirkkoa koskevien kysymysten vähentäminen ei ole toisaalta kovin perusteltua.

AKI-liittojen jäsenistä valtaosa työskentelee kirkossa tai kristillisissä järjestöissä - Teologiliitonkin jäsenistä kolmasosa.

Jäsenten näkemykset ohjaavat liittojen päätöksentekoa. Niiden avulla ratkaistaan se, millaisia palveluita jäsenille tarjotaan, mitä tavoitellaan neuvotteluissa ja edunvalvonnassa ja millaisia asioita nostetaan julkiseen keskusteluun. Sinun mielipiteesi on tärkeä.

Kiitos jokaisesta vastauksestasi jäsentutkimukseen. ✕

Jäsenten
näkemykset
ohjaavat liittojen
pätöksentekoa.
Sinun mielipiteesi
on tärkeä!

CRUX

1 | MAALISKUU | 2022

TEEMA: HYVINVOINTI

- 22 **LIIKUNTA**
alkaa olla keskeinen osa toimintaa myös seurakunnissa
- 28 **OMAN ITSENSÄ LÖYTÄMINEN JA HENGELLINEN MINUUS**
henkisen ja hengellisen hyvinvoinnin näkökulmasta
- 34 **PYHÄ METSÄKYLPPY**
Luontohengellisyys kokonaisvaltaista hyvinvointia tukemassa
- 38 **KORONA-AJAN VAIKUTUS EKSISTENTIAALISEEN HYVINVOINTIIN**
- 42 **HYVINVOINTIA LUONNOSTA**
Miten luontokosketus edistää hyvinvointia ja terveyttä
- 48 **ALLERGISTEN HUOMIOIMINEN EHTOOLLISELLA**
Kaikki saavat tulla, jos uskaltavat

ARTIKKELIT

- 52 **HARRI KERKON JOHANNESPASSIO**
syntyi ajatuksesta, että kirkko tarvitsee uutta, hiljaisen viikon teologiaa tehostavaa musiikkia
- 58 **KESÄTYÖNTEKIJÄN PIKKUJÄTTILÄINEN**
tarjoaa työntekijälle pikakurssin työsuhteen perusasioihin
- 64 **MIN VÄG**
Hur gick det så här?



42

CRUX

JULKAISIJA

AKI-liitot ry.

Rautatieläisenkatu 6
00520 Helsinki

PÄÄTOIMITTAJA

Merja Laaksamo
Puh. (09) 4270 1506
merja.laaksamo@akiliitot.fi

TOIMITUSSIHTEERI

Heli Meinola
Puh. (09) 4270 1515,
heli.meinola@akiliitot.fi

TOIMITUSKUNTA

Merja Laaksamo, pastori (pj.)
Martti Hertteli, kanttori
Kaisa Iso-Herttua, oppilaitospastori
Juha Itäleino, seurakuntapastori
Katja Kangas, kanttori
Satu Kreivi-Palosaari, kappalainen
Janette Lagerroos, kappalainen
Ismo Savimäki, kanttori
Joanna Toyräänvuori, tutkijatohdori

OSOITTEENMUUTOKSET

Tuija Kukkonen
Puh. (09) 4270 1503
tuija.kukkonen@akiliitot.fi

Heli Meinola
Puh. (09) 4270 1515
heli.meinola@akiliitot.fi

TOTEUTUS JA ULKOASU

Otavamedia OMA
Firdonkatu 2 T 151
00015 Otavamedia

ILMOITUSHINNAT

Koko	
2/1 s.	380 mm x 255 mm
	1 790,- euroa
1/1 s.	190 mm x 255 mm
	1 020,- euroa
1/2 s.	155 mm x 114 mm
	73 mm x 228 mm
	560,- euroa
1/4 s.	101 mm x 118 mm
	330,- euroa
1/8 s.	101 mm x 55 mm
	200,- euroa
takasivu	190 mm x 230 mm
	1 200,- euroa

ISSN 0783-0122

PAINOPIIKKA

PunaMusta Oy

AJANKOHTAISTA

Ajankohtaista edunvalvonnassa **6**

AKIn aamukahvit **11**

Haettavana Pappisliiton apurahaa **11**

Kuoropolku on vuoden 2022 musiikkiryhmä **12**

Papiston päivät Seinäjoen Framilla **14**

Kanttori-urkuriiton stipendit haettavana **16**

Ilmoittaudu Suomalais-ugrilaiseen pappeinkokoukseen **20**

VAKIOT

Pääkirjoitus **3**

Päätoimittajalta **10**

Teologiliiton puheenjohtajalta **13**

Kanttori-urkuriiton puheenjohtajalta **17**

Etymologian sanakirja **18**

Sarjakuva **20**

Teologiliiton kuulumisia **21**

Opiskelijavinkkeli **27**

Kolumni **33**

Työntekijän näkökulma **51**

Eläkeläisen mietteitä **57**

Mielipide **66**





YHTEISTOIMINTALAKI TULEE KIRKKOONKIN

Työnantajan ja henkilöstön välinen, työpaikoilla tapahtuva yhteistoiminta on yleisesti ollut lakisääteistä jo pitkään. Kirkossa yhteistoiminta on toistaiseksi perustunut virkaehtosopimuksiin eikä lakiin. Oma yhteistoimintalaki kirkkoonkin on valmisteilla – mikä muuttuu ja miksi?

JUSSI JUNNI

TOIMINNANJOHTAJA, AKI-LIITOT RY



Uusi, vuoden 2022 alusta voimaan tullut yhteistoimintalaki sanoittaa seuraavasti: ”Tämän lain tarkoituksena on edistää työpaikoilla toimintakulttuuria, jossa työnantaja ja henkilöstö toimivat yhteistoiminnan hengessä toistensa oikeuksia ja velvollisuuksia kunnioittaen ja ottaen samalla huomioon toistensa edut. Lisäksi lain tarkoituksena on, että yrityksen toimintaa ja työyhteisöä kehitetään jatkuvalla tavalla sekä toiminnan tuloksellisuutta ja työhyvinvointia parannetaan.”

Yhteistoimintalailla on siis tarkoitus taata se, että henkilöstön näkemykset otetaan huomioon silloin, kun työpaikalla tehdään olennaisia työhön, työn järjestelyihin tai muihin olosuhteisiin liittyviä muutoksia. Eli niin että henkilöstö pääsee

mahdollisimman varhaisessa vaiheessa mukaan muutosten suunnit-

teluun, vaikka viimekätinen vastuu päätöksenteosta onkin johdolla.

Kirkko on yhteistoiminnassa poikkeus

Suomessa on yhteistoiminnan sääntelyn suhteen valittu ratkaisu, että eri työelämäsektoreilla on omia yhteistoimintalakeja. Edellä mainittu uusi yhteistoimintalaki koskee yksityistä sektoria – yrityksiä, yhdistyksiä ja säätiöitä, sisältäen myös esimerkiksi yliopistot ja ammattikorkeakoulut. Yksityisellä sektorilla on ollut yhteistoimintalaki jo 1970-luvulta asti.

Julkisella sektorilla on omat yhteistoimintalait. Valtion virastoihin ensimmäinen yhteistoimintalaki säädettiin 1980-luvun lopussa. Kuntasektorilla edettiin pitkään yhteistoimintasopimusten varassa, kunnes vuonna 2006 myös kunnat – ja



Yhteistoimintalain saaminen kirkkoon on ollut AKI-liittojen pitkäaikainen tavoite.

ensi vuoden alusta myös uudet hyvinvointialueet – saatettiin oman yhteistoimintalain piiriin.

Kirkko on jäänyt yhteiskunnan ainoaksi työelämäsektoriksi, jolla ei ole omaa yhteistoimintalakia. Yhteistoiminnan suhteen kirkko on koko ajan tullut jälkijunassa. Vuoteen 1999 asti yhteistoiminta kirkossa oli pelkästään suositusten varassa! Vasta tuolloin saatiin kirkkoon työnantajia sitovasti velvoittava yhteistoimintasopimus, jonka varassa yhteistoiminta lepää edelleenkin.

Kehitys on sen jälkeen muualla yhteiskunnassa ajanut sopimukseen perustuvan kulttuurin ohi. Yhtenä syynä tälle on muun muassa Euroopan unionin yhteistoimintamenettelydirektiivi (2002/14/EY) sekä uudistettu Euroopan sosiaalinen peruskirja, joiden on katsottu edellyttävän, että yhteistoiminnasta säädetään lailla myös julkisen sektorin osalta.

Miksi yhteistoimintasopimus ei riitä?

Yhteistoimintasopimus ei kuitenkaan takaa riittävää turvaa työntekijöiden oikeuksien toteutumiselle. Suomea sitovat kansainväliset sopimukset edellyttävät, että työntekijöiden oikeudet toteutetaan te-

hokkaasti. Se tarkoittaa sitä, että oikeuksien pitää olla aina voimassa ja että niiden ohittamisesta voidaan tuomiota sanktiot.

Yhteistoimintasopimus on sopimus siinä missä työsopimuskin. Se on irtisanottavissa päättymään irtisanomisajan (6 kk) kuluessa. Vaikka riski ei vaikutakaan kovin

suurelta, olisi hyvin ongelmallista, jos työnantaja irtisanoisi yhteistoimintasopimuksen, koska silloin kaikki työntekijöiden neuvottelu- ja tiedonsaantioikeudet raukeaisivat tyhjiin. Toisin kuin palvelussuhteen ehtoja koskevilla virkaehtosopimuksilla, yhteistoimintasopimuksella ei ole jälkivaikutusta, joten siinä sovitujen menettelytapojen voimassaolo päättyisi kokonaan.

Toinen sopimuksen ongelma liittyy siihen, että sen rikkomisesta ei juurikaan seuraa mitään. Jos työnantaja estää esimerkiksi luottamusmiehen osallistumisen työntekijän työtehtävien muuttamista koskevaan neuvotteluun, on oikeussuojareitti pitkä: Ensin pitää käydä asiasta työpaikalla paikallisneuvottelu. Sitten neuvottelujärjestömme JUKON pitää pyytää asiasta keskusneuvottelua Kirkon työmarkkinalaitokselta. Sen jälkeen asiaa tulee vielä käsitellä Kirkon työmarkkinalaitoksen pääneuvotteluryhmässä, ennen kuin rikkomuksesta voi nostaa kanteen työtuomioistuimessa. Eikä työntekijä, jonka oikeuksiin on kajottu, edes itse hyödy tästä mitään.

Vertailun vuoksi muualla yhteiskunnassa menetellään seuraavasti: Jos työnantaja esimerkiksi irtisanoo työntekijän ilman yhteistoimin-



Mikä muuttuu ja miksi?

taneuvottelua, voidaan työnantajan toiminnasta nostaa kanne käräjäoikeudessa suoraan. Virheellisestä irtisanomisesta voidaan tuomita irtisanotulle työntekijälle rahamääräinen hyvitys. Yhteistoiminnan lainminlyönnistä voi joutua myös rikosoikeudelliseen vastuuseen eli maksamaan sakkoa.

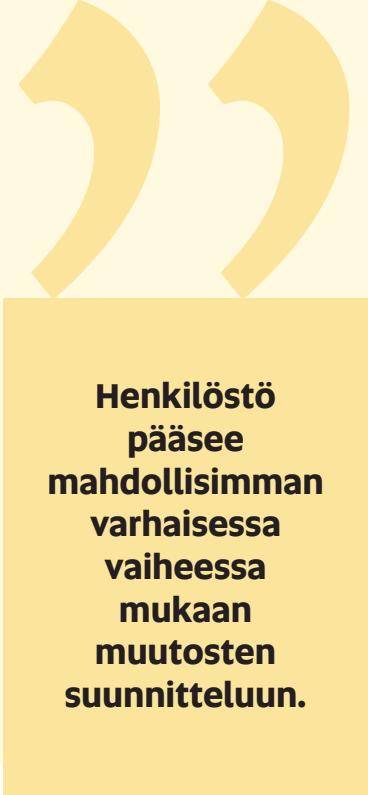
Muutos on onneksi tulossa

Kirkkolaiva on kääntymässä. Kirkkohallituksessa on syksyllä 2021 alkanut prosessi, jossa kirkolle valmistellaan omaa yhteistoimintalakia. Sen seurauksena yhteistoimintasääntely olisi kirkossakin jatkossa yhtäläistä muun yhteiskunnan kanssa. Lisäponntta valmistelulle antoi eduskunnan työelämä- ja tasa-arvovaliokunnan mietinnön (TyVM 18/2021 vp) lausuma, jonka mukaan valiokunta edellyttää, että lainvalmistelu aloitetaan myös kirkossa.

Lakia valmistelevan työryhmän tulisi saada lakiluonnos valmiiksi loppukevästä, jonka jälkeen on tarkoitus toteuttaa lausuntokierros seurakunnille. Kirkolliskokous voisi saada lakiesityksen käsiteltäväkseen syksyllä, ja eduskuntakäsittely sijoittuisi vuoteen 2023. Laki voisi olla voimassa aikaisintaan vuoden 2024 alusta.

Yhteistoimintalain saaminen kirkkoon on ollut AKI-liittojen pitkäaikainen tavoite. Ensimmäisen kerran tästä tavoitteesta valtuusto päätti kirkkopoliittisissa linjauksissa vuonna 2016. Tämän jälkeen on tehty aktiivista vaikuttamistyötä lainvalmistelun aloittamiseksi. Tässä on viime vuoden aikana on-

nistuttu ja kyseessä on merkittävä saavutus. Tänä keväänä teemme työtä sen takaamiseksi, että laki ei jää tyngäksi vaan että se takaa työntekijöiden oikeudet mahdollisimman tehokkaasti. ✕



**Henkilöstö
pääsee
mahdollisimman
varhaisessa
vaiheessa
mukaan
muutosten
suunnitteluun.**



MERJA LAAKSAMO
PÄÄTOIMITTAJA

Hyvinvointia sielulle ja ruumille

Korona-aika on erityisesti koetellut ihmisten hyvinvointia. Kaikki eivät voi hyvin normaalinakaan aikana, joten aiheesta on tärkeää puhua. Korona-aikana sosiaalisten suhteiden välttäminen ja omiin bunkkereihin vetäytyminen ovat aiheuttaneet monille haasteita. Suuri osa ihmisistä on sosiaalisia ja saa voimaa vuorovaikutuksesta. Toisille taas on vapauttavaa saada laillisesti vetäytyä kontakteista pandemian vuoksi.

Vuoden ensimmäinen Crux puhuu hyvinvoinnista. **Satu Kreivi-Palosaari** kirjoittaa liikunnasta Oulun näkökulmasta. Oulujoen seurakunta sai ensimmäisenä seurakuntana opetus- ja kulttuuriministeriön Liikkuva perhe -palkinnon. Liikunta on korona-aikaan hyvin sopiva seurakunnan työmuoto, joka kokoaa eri-ikäisiä ihmisiä yhteen. Seurakuntayhtymä panostaa myös monin tavoin työntekijöiden liikuntaan ja työhyvinvoinnin edistämiseen.

Henkisen ja hengellisen hyvinvoinnin näkökulma tulee esille **Paavo Kettusen** artikkelissa hengellisestä minuudesta. Termi on uusi suomen kielessä ja Kettunen määrittelee sen käyttäen hyväksi psykologisen minuuden käsitettä. Hengellinen minuus muuttuu ihmisen kasvaessa ja kehittyessä psyykkisen minuuden alueella.

Suomalaiset ovat kautta aikojen ammentaneet hyvinvointia luonnosta. Osalla toimeentulo on edellyttänyt luonnossa liikkumista, mutta moni menee metsään vain rentoutuakseen ja latautu-

akseen. **Anu Morikawa** kirjoittaa luontohengellisyydestä, jolloin ”Jumalan läsnäolo ja pyhän kosketus on mahdollista kokea Luojan suuressa luontokirkossa”.

Henri Järvisen artikkeli puretuu metsän hyvinvointivaikutuksiin. Jutussa tulevat esille elämänmittainen lähivihreäpolku -tietopaketti, Green care -toiminta sekä yksittäisen pariskunnan tarina metsän keskelle muuttamisesta.

Suvi-Maria Saarelainen tarkastelee kirjoituksessaan koronan vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin tutkimustiedon pohjalta. Pitkittänyt pandemia on aiheuttanut suoranaista koronastressiä, yksinäisyyden lisääntymistä ja mielialan madaltumista. Itsensä toteuttamisen mahdollisuudet ovat kaventuneet ja merkityksellisyyskokemukset horjuneet pandemian vuoksi.

Hyvinvoinnista puhuttaessa muistetaan nyt myös heitä, jotka kärsivät vakavasta allergiasta ja sen vuoksi epäroivät seurakunnan toimintaan osallistumista. **Sari Vauhkosen** artikkelista selviää, miten seurakunnissa voidaan turvata myös allergikkojen osallistuminen ehtoolliselle ja muuhunkin seurakunnan toimintaan.

Pääsiäinen lähestyy ja tähän liittyen julkaisemme **Harri Kerkon** kirjoituksen säveltämästään Johannes-passiosta. Kerko toteaa, että kirkkomme tarvitsee uutta, hiljaisen viikon teologiaa tehostavaa musiikkia. Tätä tarkoitusta palvelee hiljaisen viikon musiikkihartauksiin soveltuva, kevyemmällä kokoonpanolla toteutettava liturginen teos. ✕

Suomalaiset
ovat kautta
aikojen
amentaneet
hyvinvointia
luonnosta.

AKIn aamukahvit

AKIN AAMUKAHVEILLA keskustellaan vapaamuotoisesti kirkon töihin liittyvistä aiheista. Tapaamiset alkavat esitetytymiskierroksella ja noin vartin alustuksella. Aamukahveilla vaihdetaan kuulumisia ja kysellään puolin ja toisin. Lataa siis kahvinkeitin ja aamukahvit kalenteriin!

Lomakausi lähestyy

To 7.4.klo 9–10: Vuosilomat, lomarahat, kalenterisulkeiset ja muut seurakunnan käytännöt. Keskustelemassa **Merja Laaksamo** ja **Ina Laakso**.



Leirikesän riemut

To 12.5. klo 9–10: Leirivapaat, -päivärahat, siirtovapaat ja kaikki se muu. Keskustelemassa **Annukka Ruusula** ja **Ina Laakso**.

Teams-linkit ja tarkemmat aikataulut löydät osoitteesta akiliitot.fi/tapahtumakalenteri



Ina Laakso AKIn asiantuntijaksi

TEOLOGIAN MAISTERI INA LAAKSO on aloittanut AKIn asiantuntijan sijaisena 31.1. Laakso sijaistaa lokakuun loppuun perhevapaalle jäänyttä Vesa Engströmiä. Laakson vastuualueena ovat koulutuspolitiikka, teologian opiskelijatyö, palvelussuhdeasiat ja Teologiliiton hallinto.

Laakso on valmistunut teologian maisteriksi Åbo Akademista. Laakso oli Engströmin sijaisena edellisen jakson syksyllä 2020.

Ina Laakso ny sakkunnig hos AKI-förbunden

TEOLOGIE MAGISTER INA LAAKSO har börjat som vikarierande sakkunnig på AKI-förbunden 31.1. Laakso vikarierar Vesa Engström under hans vårdledighet. Till Laaksos ansvarsområden hör utbildningspolitik, teologernas studerandearbete, frågor gällande anställningsförhållanden och Teologförbundets administration. Laakso har avlagt sin examen vid Åbo Akademi. Laakso fungerade som Engströms vikarie också under hösten 2020.

Pappisliiton apurahaa haettavana 12 000 euroa

PAPPISLIITON HALLITUS JULISTAA haettavaksi kaksi apurahaa liiton opinto- ja avustusrahastosta, yhteismäärältään 12 000 euroa. Apurahat jaetaan joka toinen vuosi. Apurahan saajan tulee olla Pappisliiton työelämäjäsen.

Apurahojen myöntämisessä huomioidaan sekä tieteelliset että ammatilliset tutkimukset. Niillä voidaan tarvittaessa tukea myös sellaisia hankkeita, jotka liittyvät tai sivuavat liiton toimintaa.

Ensimmäinen apuraha (6 000 €) myönnetään tieteellisen tutkimuksen tekemiseen (esimerkiksi lisensointityö, väitöskirjatyö) tai ammatillisen jatkotutkimuksen (esimerkiksi ylemmän pastoraalitutkimuksen tutkimus) suorittamiseen.

Toinen apuraha (6 000 €) myönnetään sellaiseen hankkeeseen, joka edistää papin työtä ja seurakunnan tai kirkon toimintaa tuoden siihen uusia näkemyksiä

ja työtapoja. Hankkeeseen ei lähtökohtaisesti tarvitse kuulua tieteellistä tai ammatillista tutkimusta. Painopiste on käytännön työn innovatiivisessa kehittämisessä.

Apurahoja haetaan kotisivujen lomakkeella

31.5.2022 mennessä. Hallitus päättää apurahojen myöntämisestä 15.9.2022. Apurahojen käyttämisen tulee ajoittua enintään kolmen kalenterivuoden ajalle, myöntämisvuosi mukaan luettuna (v. 2022–2024). Apurahan saajan tulee tehdä Pappisliiton hallitukselle selvitys apurahan käytöstä.

Apurahalomake löytyy Pappisliiton kotisivuilta kohdasta apurahat (akiliitot.fi/pappisliitto). Lisätietoja antaa tarvittaessa AKIn apulaistoiminnanjohtaja **Merja Laaksamo**, merja.laaksamo@akiliitot.fi, puh. 09 4270 1506.





ISMO SAVIMÄEN KUOROPOLKU VALITTIIN VUODEN MUSIIKKIRYHMÄKSI

Suomen Kirkkomusiikkiliitto on nimennyt Hämeenlinna-Vanajan seurakunnan kanttori **Ismo Savimäen** kuoropolun vuoden 2022 musiikkiryhmäksi. Vuoden musiikkiryhmä on Kirkkomusiikkiliiton myöntämä tunnustus kirkon musiikin piirissä tapahtuvasta ansiokkaasta musiikkityöstä.

KUOROPOLKUUN KUULUVAT tällä hetkellä Vox Vanajae, Aurora ja Aurorina. Vuoden musiikkiryhmän valintaperusteena oli innostava toiminta sekä kiinnostavat ja kekseliäät toimintatavat, kirkkomusiikin harrastusmahdollisuuksien synnyttäminen sekä jäsenyys Kirkkomusiikkiliitossa. Kuoropolku mahdollistaa pitkäjänteisen kehittymisen kuorolaulajana seurakuntien lapsi- ja nuorisokuoroissa.

Kirkkomusiikkiliitto pyrkii rakentamaan molempia osapuolia ilahduttavaa yhteistyötä vuoteen. Nimitykseen kuuluu myös 500 euron rahapalkinto sekä 1 000 euron budjettivaraus, joka varataan vuoden musiikkiryhmän ja Kirkkomusiikkiliiton yhteistoimintaan.

Ismo Savimäki kertoo: ”Seurakuntamme kuoropolku syntyi aikanaan omalla painollaan. Alussa oli Vanajan lapsikuoro, ja kun lapset varttuivat ja pysyivät kuorossa, siitä tuli Vanajan

nuorisokuoro, ja sen kasvualustaksi oli taas perustettava uusi lapsikuoro. Jotta nuorisokuoroon saataisiin varmasti miesääniä, oli perustettava Hämeenlinnan poikakuoro.

Tyttökuoroissa oli enimmäkseen niin paljon väkeä, että oli oltava erikseen kuoro 13–14-vuotiaille ja 10–12-vuotiaille. Nämä saivat nimekseen Aurora ja Aurorina. Muutamia vuosia sitten näissä oli laulajia enimmäkseen yli kaksi sataa.

Kuoropolku elää koko ajan. Tällä hetkellä sekä Aurorinassa että Aurorassa laulaa sekä tyttöjä että poikia, entisestä Vanajan nuorisokuorosta on kuoriutunut nuorten aikuisten kuoro Vox Vanajae. Aktiivilaulajia näissä on tänä syksynä ollut runsaat sata. Kuoropolulla on alusta lähtien ollut myös jatkumo: Vanajan kamarikuoro, jonka perustin vuonna 1994 sekä vuonna 2017 syntynyt Vanajan mieskuoro.

Vuodesta 2015 lähtien kuorolau-

luun on saanut tuntumaa kokonainen ikäluokka. Harjoitan vuosittain kaikki Hämeenlinnan ja Janakkalan kolmasluokkalaiset Sibelius-aiheiseen jättikonserttiin. Monen on helppo aloittaa tämän jälkeen viikoittaiset kuoroharjoitukset.

Kuorojen perustoimintaa ovat olleet bussimatkat ympäri Eurooppaa. Konserttipaikkojamme ovat olleet muun muassa Itävalta, Italia, Serbia ja Färösaaret. Suurin tunnustus kuoropolun kulkijoille on ollut Vanajan nuorisokuoron nimitys Yleisradion Vuoden nuorisokuoroksi vuonna 2011–2012.

Tunnusmaisinta kuorojen ohjelmistolle on monipuolisuus. Polun alkumetreillä lauletaan enimmäkseen kevyehköä hengellistä musiikkia, mutta skaala laajenee jo pian myös klassisempaan musiikkiin sekä eri kulttuurien lauluarteisiin. Ilmaisu rikastavat myös elokuva- ja musiikalisävelmät.”



LAURA LEIPAKKA

SUOMEN TEOLOGILIITON PUHEENJOHTAJA

laura.leipakka@evl.fi

Pysähtyminen paikallaan

Työssä jaksaminen on ollut tapetilla viime vuosina, jo aikana ennen koronapandemiaa. Työhyvinvointiin, työolosuhteiden joustavuuteen sekä työstä palautumiseen on kiinnitetty huomioita niin työnantajan kuin työntekijän puolelta. Sen sijaan työtehtävien rajaamiseen ei aina osata kiinnittää huomiota kenenkään taholta.

Erityisesti asiantuntijatyön, mutta myös muiden muun työtehtävän, hienous ja kamaluus on siinä, että työ ei oikeastaan lopu koskaan.

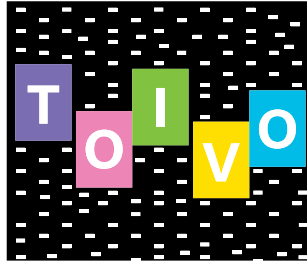
Aina jokin asia on kesken tai on jotain, jota voisi vielä tehdä. Henkilökohtaisesti minulle on ollut työelämässä ehdottomasti vaikeinta oppia sietämään keskeneräisyyttä sekä rajaamaan omaa työtäni. Keskeneräisyyden sietäminen tarkoittaa esimerkiksi jatkuvia usean kohdan mittaisia muistiinpanolistoja vaiheessa olevista asioista ja sitä, että aina asiat eivät hoidu oman aikatauluni mukaan. Työtehtävien rajaaminen puolestaan haastaa siihen, miten käytän omaa työaikaani. Mikä työssäni on olennaisinta sekä mihin asioihin minun tulisi ja kannattaisi keskittyä eri hetkinä. Olen herkästi innostuvaa tyyppiä, joka mielellään sanoo ennemmin kyllä kuin ei. Tällöin löydän itseni usein tilanteista, joissa töitä on kertynyt niin paljon, että en edikään hoitaa kaikkea siinä aikataulussa kuin olin ajatellut.

Kaltaisilleni aikaoptimisteille työtehtävien

rajaaminen on keskeinen keino hallita työn kuormittavuutta ja työhyvinvointia. Usean deadline kummitellessa mielessä asiat kasaantuvat ja kiire aiheuttaa kiukkua sekä väsymystä. Pieni stressi voi olla hyvä motivaattori, mutta jatkuvana olotilana se alkaa syödä voimavaroja niin henkisen kuin fyysisen jaksamisen puolelta. Siksi yritän muistaa kollegani taannoin antaman viisaan neuvon. Hänen mukaansa tulevaisuuden työelämässä voittajia ovat ne, jotka osaavat keskittyä olennaiseen ja pysähtyä. Voittajat osaavat rajata työaikaansa ja tekemänsä työn määrää. He osaavat hengähtää, huokaista ja pitää tauon ennen kuin jatkavat - todennäköisesti huomattavasti motivoituneimpina ja virkeämpinä kuin pysähtymisen unohtaneet työtoverinsa.

Voittajat
osaavat rajata
työaikaansa ja
tekemänsä työn
määrää.

Miten ammattiliitto voisi tukea työntekijää pysähtymisessä ja olennaiseen keskittymisessä? Tarjoamalla koulutusta työn rajaamiseen ja hallintaan, järjestämällä vertaistukitapaamisia tai mahdollistamalla virkistytymistä? Työnantaja ja työntekijä ovat tietenkin avainasemassa työhyvinvoinnin toteutumisen takeina, mutta liitto voisi olla tässä hyvänä tukena. Onhan sen jäsenten hyvinvointi keskeistä myös liiton hyvinvoinnin kannalta. Pysähtyminen on aika ajoin paikallaan. Tästä muistuttaminen ja tämän tukeminen voisi olla myös ammattiliittoasia. ✕



PAPISTON PÄIVÄT

12.–13.10.2022 Seinäjoen Framilla

TERVETULOA PAPISTON PÄIVILLE SEINÄJOEN FRAMILLE 12.–13.10.2022

Päivien tapahtumapaikkana on kongressikeskus Frami. Messu toteutetaan Lakeuden ristin kirkossa. Päivien teemana on Toivo. Ohjelmassa käsitellään ympäristöön, papin identiteettiin ja työnkuvan muuttumiseen liittyviä aiheita. Tutustu ohjelmaan ja tule mukaan valtakunnallisesti suurimpaan papistolle suunnattuun koulutus- ja neuvottelutapahtumaan.

Papiston päivien työryhmä

KESKIVIIKKO 12.10.2022

10.30–11.30 Toivon lähteillä. Jumalanpalvelus Lakeuden Ristin kirkossa, liturgina *Karoliina Virkamäki*, saarnaa piispa *Matti Salomäki*, kanttoreina *Maria Väinölä* ja *Lea Salumäe*. Siirtyminen Framille, bussikuljetus

12.00–13.30 Ilmoittautuminen

Lounas kahdessa vuorossa

Materiaalinäyttely ja hiljainen huone

13.30–14.30 Päivien avajaiset, toivon herättely

Pappisliiton puheenjohtaja *Janne Keränen*, kaupungin puheenvuoro, kirkkoherra *Jukka Salo*, Improaalto, Vuoden papin julkistaminen, Pappisliiton apurahojen jakaminen, *Houseband*

14.30–15.00 Kahvitauko

Materiaalinäyttely ja hiljainen huone

15.00–16.30 Onko toivoa?

Paneelikeskustelun juontajana *Toivo Loikkanen*, keskustelijoina *Risto Saarinen*, *Piia Ryttilä*, *Panu Pihkala* ja *Anu Rask*.

19.00 Bussit hotelleilta Rytmikorjaamolle

19.30 Iltamat ja jatkot Rytmikorjaamolla

- maljapuhe, ruokailu, Stand up -ohjelmaa, karaoke
- jatkoilla *J. Huumo & Rock'n Rolls Band*

Bussit hotelleille sovittuina aikoina.

TORSTAI 13.10.2022

9.00–9.45 Minä annan teille tulevaisuuden ja toivon. Aamuhartaus ja raamattutuokio Jer. 27: 11

Hiippakuntadekaani *Terhi Kaira*

10.00–10.45 Toivo ja ahdistus ympäristökriisin aikakaudella Luento: tutkija, kirjailijapastori *Panu Pihkala*

11.00–12.30 Toivon kanavat:

1.Kestävä toivo

Pandemian monet käänneet ovat turhauttaneet meitä. Olisiko parempi olla toivomatta liikoa, jotta ei aina pettyisi? Kristinuskossa opetetaan kuitenkin kestäväää ja vakaata toivoa. Miten sitä voisi elää todeksi arjen työssä

erilaisten epävarmuuksien keskellä? Kanava keskittyy toivon teologiaan nykypäivänä professori *Risto Saarisen* johdolla.

2.Tämä rakennus olemme me – mitä olen oppinut yhteisöistä ja urbaanista uskosta

Kaupungistuminen muovaa maailmaa ja koskettaa meitä kaikkia. Kaupunki ei ole vain tausta ihmisten elämälle, se vaikuttaa monin tavoin siihen minkälaiseksi elämä muodostuu. Tiheiden verkostojen kaupungissa ihmiset valitsevat yhteisöt, joihin haluavat kuulua. Kaupunkiteologi *TM Anu Rask* on perehtynyt opinnoissaan kaupunkiteologian kysymyksiin. Lisäksi hän on toiminut vuosia helsinkiläisissä seurakunnissa rakentaen yhteisöjä, kuten Alppilan kirkon kahvilaa ja brunssia, Kallion kulma -yhteisömediaa sekä Jätkäsaaren Hyvän toivon kappelin urbaania messuyhteisöä. Vuorovaikutteisessa kaupunkiteologian kanavassa pohditaan yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden kysymyksiä sekä maailmankatso- musten risteämis- ja törmäyskohtia.

3.Tulevaisuus, toivo ja ilmastonmuutos

Mitä tarkoittaa raamatunlause "Minä annan teille tulevaisuuden ja toivon" ilmastonmuutoksen maailmassa? Pelastaako Jumala maailman ihmisten tuottamalta ilmastokatastrofilta? Vai voimmeko heittää hanskat tiskiin ja keskittyä tuonpuoleiseen pelastukseen? Kanavassa tarkastellaan ilmastoteologiaa tulevaisuuden ja toivon näkökulmasta ja keskustellaan luomakunnan polttavista kysymyksistä. Vetäjänä on *TM Piia Ryttilä*, joka on tutkinut gradussaan ilmastonmuutoksen teologiaa. Hänellä on kokemusta myös kirkon ympäristötyöstä sekä ilmasto- ja ympäristöaktivismista monella taholla.

4.Hävikikahvit ja brunssit: Ideat jakoon -paja

Tule jakamaan, kuulemaan ideoita ja kokemuksia, miten seurakunnassa voi hyödyntää ruokahävikkiä. Mukana *Merja Lampila*, *Aila Jaakkola* ja *Marttina Rahja*.

5.Kristus blir allt och i alla (Kol 3:11)

Den kristna tron bär i sig framtidstro och ett starkt hopp. Vi tar upp några samtida teologers försök att kommunicera den kristna lärans frågor om historiens slut och Jesu återkomst i en samtid präglad av en naturvetenskaplig världsbild. Workshopens syfte är att tillsammans reflektera över deras bidrag och dela erfarenheter om att leva av och förmedla hopp i en tid av oro.

Workshopen leds av *Yvonne Terlinden*, TD, psykoterapeut.

6."Hänen on tultava suuremmaksi, pitääkö minunkin?" Henkilöbrändi, papin työ sosiaalisen median alustoilla ja muuttuneessa mediakentässä vuonna 2022.

Onko sinulla mielipide valmiina nopeatempoisiin sosiaalisen median keskustelurytmiin? Pitäisikö papin uskaltaa rohkeammin tehdä someaktivismia? Osaatko

luoda ilmiöitä vai määräävätkö muut keskustelun aiheet?

Sosiaalista mediaa ei voi papin työssä ohittaa. Voisiko vuosi 2022 olla se, jolloin otat täysipainoisesti somen mahdollisuudet käyttöön. Kanavassa kuulet kokemuksia ja saat vinkkejä siitä, millainen sisältö toimii erilaisilla alustoilla, kuulet epäonnistumisista, ja saat eväitä oman sosiaalisen median työnäyn kirkastamiseen. Kanavaa luotsaa Kallion seurakunnan pappi ja someinnostuja, pastori *Visa Viljamaa + guests*.

7.Pyhiinvaeltaen kohti toivoa

Pyhiinvaellus on ikiaikaista ja nykyaikaista. Se yhdistää luonnossa kulkemisen, kulttuurihistorian, pyhät paikat ja hengellisyyden kokonaisvaltaiseksi kokemukseksi. Pyhiinvaellusreitit kytkevät meidät eurooppalaisiin reitistöihin ja laajemmin kansainväliseen yhteyteen. Miten pyhiinvaellus voi toimia muuttuvassa arjessa monialaisesti kirkon työn keskellä kohtuutta, kestävyyttä ja toivoa vaalien? Miten Suomen ensimmäinen pyhiinvaelluskeskus voi tukea seurakuntien työtä? Pyhiinvaelluskeskuksen projektipäällikkö *Annastiina Papinaho* avaa pyhiinvaellusta tässä ajassa ja nostaa esimerkein mahdollisuuksia soveltaa pyhiinvaellusta työssä ja arjessa.

8.Minäkö eläkkeelle? Valmistautuminen kolmannen elämänvaiheeseen

Eläkkeelle valmistautuvien kanavan ohjaa *Marketta Rantama*, ura- ja työhyvinvoinnin valmentaja, joka on toiminut eläke-esittelijänä kirkon eläkkeissä, henkilöstöpäällikkönä Kuopion seurakuntayhtymässä ja yliopistossa. Eläkkeelle siirryttyään hän jatkaa toimintaa yrittäjänä. Hän on perehtynyt erityisesti ikäjohtamisen kysymyksiin ja varttuneiden työntekijöiden asemaan työmarkkinoilla.

9."Kaikkialle virtaava vesi - ravintona kaikille" -bibliodraamatyöskentely

Luovaa toimintaa ja keskustelua Raamatun tekstistä (1. Moos. 2: 4b-15). Toimintaperiaatteena vapaaehtoisuus, luottamuksellisuus ja jokaisen oikeus omaan kokemukseen ilman toisten arvostelua. Ohjaajina *Anne Blomquist* ja *Leena Väyrynen-Si*.

10.Kahvakuulakanava

Koko päivä Teamsissa ja niskaa jo juulii. Taukojumppa olisi hyvästä, mutta miten? Kahvakuula on nostettuna huoneen nurkkaan, mutta se toimii lähinnä koriste-esineenä. Tässä kanavassa perehdytään kahvakuulan käyttöön taukoliikunnassa ja tavoitteellisemmassa kuntourheilussa. Ohjaajina seurakuntapastori, ryhmäliikunnanohjaaja ja liikunta-agentti *Heidi Pitkänen* ja sotilaspastori, ryhmäliikunnanohjaaja *Juuso Sikiö*.

11.Kalevan navetta, opastettu kierros klo 11.15–12.00

Kalevan Navetan talokierroksella tutustutaan vaiherik-

kaan rakennuksen historiaan. Kierroksella vierailaan kulloinkin vapaana olevissa ja tarkastellaan rakennuksen arkkitehtuuria. Talokierros esittelee millaista toimintaa taide- ja kulttuurikeskuksessa tänä päivänä tapahtuu. Kokoontuminen klo 11.10 Kalevan Navetan aulassa, Nykoolinkatu 25.

12. Alvar Aalto -kierros klo 11.15–12.30

Kävelykierros paikallisen oppaan johdolla arkkitehti Alvar Aallon Seinäjoelle suunnittelemassa hallinto- ja kulttuurikeskuksessa, joka on saanut nimen Aalto-keskus. Kierroksella tutustutaan mm. Lakeuden Ristiin,

Seinäjoen kaupungintaloon, teatteriin sekä Aallon kirjastoon. Kokoontuminen klo 11.10 Seinäjoen kaupungintalon edessä, Kirkkokatu 6.

12.30–14.00 Lounas kahdessa vuorossa

Materiaalinäyttely ja hiljainen huone

14.00–15.00 Toivossa tulevaisuuteen

Pappi uudella vuosikymmenellä, *Esko M. Laine*

· *Houseband*

· Puheenvuoro toivosta, siunaus ja lähettäminen, piispa *Matti Salomäki*

15.00 Päätöskahvi

ILMOITTAUTUMINEN

Papiston päiville ilmoittautuminen alkaa 24.3. ja jatkuu 18.9. asti. Jos ilmoittaudut 30.6. mennessä, osallistumismaksu on edullisempi kuin sen jälkeen.

Ilmoittaudu kotisivujen lomakkeella osoitteessa pappisliitto.fi. Ilmoittautumisen alkaessa saat uutiskirjeen, jossa on suora linkki ilmoittautumiseen.

Papiston päivien 2022 osallistumismaksut ovat (edullisempi hinta 30.6.2022 saakka):

- työelämäjäseneet 260 € / 300 €
- työelämän ulkopuolella olevat jäseneet (esim. työttömät, eläkeläiset) 160 € / 200 €
- opiskelijajäseneet 100 €
- ei-jäseneet, kaikki 300 € / 340 €

Hinta sisältää ohjelman, ruokailut ja iltajuhlan. Majoittuminen maksetaan erikseen. Voit tutustua hotellivaihtoehtoihin kotisivuillamme. Ilmoittautumisen yhteydessä varataan majoitus sekä osallistuminen kanavaan. Osallistumismaksu ja majoittuminen maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä. Maksuvaihtoehtoina ovat luottokortti, verkkopankki tai lasku. Varaudu ilmoittamaan laskutusosoite ilmoittautumisen yhteydessä.

Papiston päivien ohjelmasisältöä koskeviin kysymyksiin vastaa päivien pääsihteeri, apulaistoiminnanjohtaja **Merja Laaksamo**, puh. (09) 4270 1506, merja.laaksamo@akiliitot.fi. Ilmoittautumiseen, rekisteröintiin ja majoitukseen liittyviin kysymyksiin vastaa Kokouspiste Oy, tapahtumat@kokouspiste.fi.

Huom! Työnantajan halutessa yhteislaskun, pyydämme ottamaan yhteyttä sähköpostitse Kokouspisteeseen.

Osallistumisesi peruuntuessa tai maksullisen palvelun muutostarpeessa, ota yhteys Kokouspisteeseen tapahtumat@kokouspiste.fi. Kaikki maksullisten palvelujen peruutukset tulee tehdä kirjallisesti. Suoritamme maksupalautuksia tapahtuman toimitusehtojen mukaisesti. Mahdollista maksupalautusta varten tarvitsemme tilinumeron. Maksu palautetaan ainoastaan laskun maksajalle. Peruuntumistapauksessa on mahdollista nimetä toinen henkilö alkuperäisen osallistujan tilalle.

Maksuttomien palvelujen muuttaminen (esim. kanavien vaihtaminen) ja maksullisten palvelujen lisääminen omalla ilmoittautumislomakkeella on mahdollista 18.9. saakka.

Kanttori-urkuri-liiton stipendit jaossa



SUOMEN KANTTORI-URKURILIITOLLA on stipendirahasto, joka on perustettu liiton 75-vuotisjuhlien yhteydessä vuonna 1982. Stipendejä voidaan myöntää liiton jäsenille liiton toimialaan liittyvään tutkimus- ja opiskelutoimintaan sekä opintomatkoihin, seminaareihin ja symposiumeihin.

Stipendihakemukset osoitetaan hallitukselle. Hakulomake löytyy Kanttori-urkuri-liiton verkkosivuilta. Mahdolliset liitteet voit toimittaa osoitteella toimisto@akiliitot.fi. Stipendien hakuaika päättyy **15.8.2022**. Hallitus käsittelee stipendianomuksia elokuun kokouk-

sessaan hakuajan päättymisen jälkeen. Hallitus päättää hakemusten perusteella stipendien saajista.

Hakemuksesta on käytävä ilmi stipendin käyttötarkoitus, anottava summa, muut samaan tarkoitukseen anottut/saadut apurahat sekä pankkiyhteys, johon mahdollinen stipendi maksetaan.

Samalle henkilölle stipendi voidaan myöntää kuuden täyden vuoden välein. Tämä tarkoittaa, että vuonna 2022 stipendin voi saada, jos ei ole saanut stipendiä vuoden 2015 jälkeen.



MINNA RAASSINA

AKIN JA KANTTORI-URKURILIITON PUHEENJOHTAJA

minna.raassina@evl.fi

Muutoksia osaamistarpeissa

Kuluvana talvena on liiton asettama työryhmä päivittänyt Kanttorin tehtävät ja tehtävien vaativuus -ohjeistusta. Se laadittiin vuonna 2011, muutama vuosi uuden palkkausjärjestelmän käyttöönoton jälkeen. Tätä kirjoitettaessa työ on vielä hiukan kesken.

Vapaaehtoistyön painoarvo on kymmenessä vuodessa noussut merkittävästi. Kanttoreiden panos kuorojen ja musiikkitoimijoiden koordinoijina on huomattava. Vapaaehtoistyön johtaminen on rinnastettavissa esihenkilötehtäviin.

Kanttoreitten erikoistumisaloihin ovat nousseet hoiva- ja yhteisömuusikon koulutukset. Aikaisemmat erikoisalat mukailivat usein musiikkigenrejä (esim. rytmimusiikki tai gospelkuorot). Uudemmissa koulutuksissa keskitytään enemmän siihen, missä tilanteissa ja mihin tarkoitukseen musiikkia käytetään, mitä sillä tavoitellaan.

Kaksi vuotta sitten tarve verkkosisällöille kasvoi äkkiä rajusti. Sen lisäksi, että musiikkisisällötä oli muokattava uudenlaiseen tilanteeseen sopiviksi, useimpien kanttoreitten tehtävänä oli omaksua muita tarvittavia teknisiä taitoja ja opetella laitteitten käyttöä.

Uusi ohjeistus nostaa esille myös sen musiikkiosaamisen, jota tarvitaan ennen varsinaisia ammattiopintoja opiskelupaikan saamiseksi. Tässä kanttorin tehtävä eroaa kaikista muista kirkon aloista. Tehtävän edellyttämän osaami-

sen tunnistaminen on erityisen tärkeää kausikanttoreiden tehtävissä, kun ammattitutkintoa ei yleensä vielä edellytetä.

Kanttoreiden osana on tehdä jatkuvaa iltta-, viikonloppu- ja pyhätyötä. Myönteisenä kehityksenä ja miltei ensimmäisenä työaikakorvauksena saavutettiin kaksi vuotta sitten korvaava vapaa arkipyhätyöstä. Palkkausjärjestelmässä voitaisiin tunnistaa ja kompensoida epäkiitollisiin aikoihin sijoittuva työajaton työ.

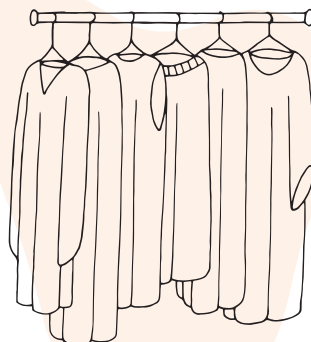
Kanttorikunnan koulutustaso on noussut. Nykyisin kaikkiin kanttorin virkoihin vaadi-

taan korkeakoulututkinto. Viimeaikainen kehitys, jossa virkoja muutetaan alempiasteiseksi ilman muutoksia tehtävissä, ei oikeasti palvele ketään eikä mitään. Lyhytnäköiset (ja kokonaiskuvassa minimaalisiksi jäävät) säästöratkaisut aiheuttavat ainakin kahdenlaisia ongelmia:

Alemmanasteiseen virkaan ei saada hakijoita – tason C virkoihin kelpoistavaa koulutustahan on tuntuvasti vähennetty – ja kanttorin työtehtäviä siirtyy muille, kun ei kuitenkaan voida katsoa kaikkia entisiä tehtäviä enää virkaan kuuluviksi. Palkanalennuksesta saatavat säästöt jäänevät kokonaiskuvassa minimaalisiksi ja merkityksettömiksi todennäköisten hankaluuksien rinnalla.

Mitä muutoksia tulevat vuodet mahtavatkaan sisältää? Esille on noussut mm. lähijohtajajärjestelmän alasajo, kun seurakunnilla ei ole enää varaa moniportaiseen johtajuuteen. Tämänkin aika näyttää. ✘

Myönteisenä
kehityksenä
saavutettiin kaksi
vuotta sitten
korvaava vapaa
arkipyhätyöstä.



Etymologioita sakastin kaappien kätkeistä

C.S. Lewisin Narnia-kirjojen kiehtovimpia kuvia on vaatekaappi, jonka kautta pääsee sukeltamaan toiseen, salaperäiseen maailmaan. Samoin voi käydä, kun avaa sakastin vaate- ja ehtoollisvälinekaapin. Tervemenoa antiikin Roomaan ja Kreikkaan, myös Tuhannen ja yhden yön satujen Persiaan!

EHTOOLLISEN ESINEET on kaikei koettu aina niin pyhiksi tai vain papistolle kuuluviksi, että niiden nimitykset on jätetty omaan etäiseen rauhaansa. **Kalkki** kuulostaa tutulta, mutta onkin kotoisin muualta. Vielä ruotsissa viinimaljan ja seinien maalauksessa käytetyn kiviaineksen nimitys on sama, *kalk*, mutta latinassa juuret jo haarautuvat hieman, kreikassa vielä enemmän: viinimalja on latinaksi *calix* (kreikaksi *kalux*), kalkkikivi *calx* (kreikassa *khalix*). Kreikan *kalux*, "kuori", juontuu verbistä *kaluptein*, "kätkeä". **Pateeni**, leipälautanen, on vielä tarkempi laina: lat. *patena*, kreikk. *patane*.

Kalkin ja pateenin alustana ja suojana käytettävät tekstiilien nimet ovat silkkaa latinaa: **korporaali** (ehtoollisliina, lat. *corpus*, "ruumis"; *corporalis*, "ruumiiseen kuuluva"), **bursa** (korporaalin säilytyskotelo, lat. *bursa*, "kukkaro") ja **palla** (kalkin päälle asetettava kovetettu

suojakangas; lat. *palla*, "vaippa, liina"). Korporaali ja *korpraali* ovat sanoina lähellä toisiaan, mutta niidenkin juuret haarautuvat eri suuntiin: korpraalin taustalla häälyy italian *caporal de squadra*, "ryhmän pää".

Merkillistä kyllä, kaiken latinan ja kreikan keskellä itse **ehtoollinen** on saanut pitää kotoisen nimityksensä, joka vielä pari sukupolvea sitten toi ainakin länsisuomalaisille mieleen illallispöydän. Kaiken varalta kirkossa puhuttiinkin Herran pyhästä ehtoollisesta. Sittemmin länsisuomalaisten ehtoollinen ja itäsuomalaisten *iltanen* sulautuivat illalliseksi, ja ehtoollinen alkoi riittää alttarin sakramentin nimeksi. Monessa kielessä sanan keskiössä on ehtoollisen merkitys, esim. yhteys (*communio*, *comunione*) tai kiittolaisuus (kreik. *eukharistia*).

Olisi voinut kuvitella, että ehtoollisviini olisi erityisen luonteensa vuoksi saanut yhtä

erityisen nimen, mutta ei. Kalkkiin kaadetaan sama latinan *vinum* kuin karahviinkin. Hieman sana on tosin muokkaantunut: vielä Agricolalla juoman nimi oli *viina*. Omintakeisempi, nykyihmisen korvaan ehkä vähän särähtäväkin nimitys on **öylätti**, muinaisruotsin *öfläte*. Sen alkumuoto on latinan *oblatum*, ”esille pantu”.

Liturgisen vaatteiston selvitystyö on aluksi helppoa, jos aakkosjärjestyksessä liikkeelle lähdetään: **Alba** on suoraa lainaa latinasta ja tarkoittaa valkoista. Substantiivina latinan *alba* merkitsee aamunkoitoa.

Tuomiokirkon sakastin kaapista saattaa löytyä piispalta unohtunut **hiippa**. Hiipan alkuperä ei ole vähimmäskään määrin kirkollinen: kyseessä on pitkänomainen, teräväpäinen lakki, jota esim. lapset aikanaan käyttivät yrittäessään ottaa toisiaan kiinni. Ei ole sattunutta, että leikin nimi oli hippa. Sittemmin hiippa on jäänyt piispojen, tonttujen, haltijoiden, velhojen ja kääpiöiden vakioasusteeksi.

Kaftaani, papin ei-liturginen juhla-asu vie jäljittäjänsä aluksi Venäjän luostareihin, joiden pihoja parrakkaat munkit astelevat pitkissä kauhanoissaan, sitten Turkin vuoriseutujen kautta arabimaihin ja Persiaan, missä *qaftan* tai *khaftan* on pysynyt muodissa vuosisadasta toiseen. Samoista maisemista lienee peräisin myös englannin nimitys kaftaanille: *caosack*. Sanan alkuperä on joko persian *kazhakand*, ”vuorattu silkki” tai turkin *quzzak*, ”paimentolainen, seikkailija”. Hämäävän lähelle näitä tulee myös sanan *kasakka* turkkilainen alkuperä *kazak*, maantierosvo.

Suomeen kaftaani lainautui alun perin niin kauan sitten, että sana ehtii muokkaantua suuhumme

sopivammaksi: *kauhtana*. Sana kuitenkin arkistui ja lähti elämään omaa elämäänsä. Monelle kauhtana tuo mieleen ennemmin nuhjaantuneen työtakin kuin papin juhla-asun.

Kasukka on lainaa muinaisvenäjältä. Vaikka samankaltainen *caosack* johdatti äsken Turkkiin ja Persiaan, oppineet venäläiset viittaavat sanan *kazhul* äärellä Roomaan, latinan sanaan *casula*, ”pieni talo, mökki”. Olisiko roomalaisten puolihumoristinen mielikuva papin kasukasta ollut sama kuin nykyihmisellä, joka kokeilee itseään pari numeroa muhkeammille mitoitettua vaatetta: teltta!

Liperit ovat rehellisen kotoista alkuperää. Liperit ovat johdos sanasta lippu. Aiemmin puhuttiin myös *liputtimista*.

Stola (suora laina latinasta ja kreikasta) juontuu hieman tylsästi kreikan verbistä *stellein*, ”pukea”. Monen pappisvihkimyksen puheessa stolaa verrataan ikeeseen, jonka Jeesus asettaa vihittävän hartaille, mutta valitettavasti etymologista yhteyttä ikeellä ja stolalla ei ole.

Vuosia 2020–2022 leimaava liturginenkin varuste on ollut **maski**. Sana on matkannut meille ruotsin (*mask*) ja ranskan (*masque*) kautta arabias-ta. Arabian *maskhara* merkitsee sekä leikinlaskua, naamiaisia että ilveilijää. Maskin vaihtoehtona käyttämämme **visiiri** oli tosin Ahmed Ahneen virkanimike (kalifi Harun el Pullahin suurvisiiri), mutta tutummassa merkityksessä se on muotoutunut muinaisranskan sanasta *vis*, kasvot. Visiiri tarkoitti alun perin suojakypärän silmikköä.

Ismo Savimäki

Kanttori, Hämeenlinna-Vanajan seurakunta

NAISTEOLOGIT RY:N VUOSIKOKOUS 2022 – ÅRSMÖTE 2022

Naisteologit ry - Kvinnliga teologerna rf vuosikokous järjestetään **maanantaina 28.3. klo 13** Saksalaisessa kirkossa (Bernhardinkatu 4, Helsinki). Kokouksen jälkeen on messu.

Aloitamme lounaalla Block by Dylan-ravintolassa klo 12. Naisteologit ry tarjoaa lounaan.

Olet lämpimästi tervetullut mukaan!

Naisteologit ry - Kvinnliga teologerna rf årsmöte ordnas **måndag 28.3 kl. 13** i Tyska kyrkan (Bernhardsgatan 4, Helsingfors). Vi firar mässa tillsammans efter mötet.

Vi börjar mötet genom att äta lunch tillsammans på restaurang Block by Dylan kl. 12. Kvinnliga teologerna rf bjuder på lunch.

Varmt välkommen med!

Vuoden kanttori 2022

VUODEN KANTTORI 2022 julkistetaan Lahden kansainvälisellä Urkuviikolla järjestettävässä jäsentapaamisessa **10.8.2022**. Alaosastoja pyydetään nimeämään ehdokkaansa vuoden kanttoriksi 2022 ja lähettämään ehdokkaansa tiedot liiton toimistoon viimeistään **15.5.2022** kotisivujen lomakkeella (akiliitot.fi / Suomen Kanttori-urkuriliitto / Toiminta / Vuoden kanttori)

Muistatthan varmistaa ehdokkaaltanne, että hän pääsee, mahdollisen valinnan osuessa omalle kohdalleen, itse paikalle Lahteen 10.8.2022.

IVX Suomalais-ugrilainen pappeinkokous

Sallikaa lasten tulla!

14. SUOMALAIS-UGRILAINEN PAPPEINKOKOUS järjestetään Turun kristillisellä opistolla **10.-13.8.2022** otsikolla Sallikaa lasten tulla. Teemana on kristillinen kasvatus. Pappisliitolla on 15 henkilön osallistumiskiintiö kokoukseen.

Kokouksessa keskustellaan erityisesti kirkkojen lapsi- ja nuorisotyön käytänteistä, haasteista ja mahdollisuuksista. Piispojen johtamissa kirkkojen delegaatioissa on mukana paitsi pappeja ja teologeja myös muita kasvatuksen ammattilaisia ja asiantuntijoita.

Ilmoittautuminen kotisivujen lomakkeella. Linkki lomakkeelle löytyy kalenteriosioista elokuun kohdalta.

Ehdota Vuoden pappia 2022!

ON AIKA MIETTIÄ Vuoden pappi 2022 -ehdokkaita. Kuka kollegoista olisi kunnostautunut jollakin erityisellä työsaralla, mikä olisi syytä huomioida? Vuoden pappia voivat ehdottaa liiton alaosastot, opiskelijajärjestöt, hallituksen ja valtuuston jäsenet sekä vähintään kolme liiton jäsentä yhdessä.

Pappisliiton hallitus ei asettanut Vuoden papille 2022 erityiskriteereitä, vaan ehdottajat saavat itse perustella ehdotuksensa.

Millaisia pappeja on viime vuosina valittu vuoden papiksi?

- oppilaitospappi
- verkkopappi
- sateenkaarityön uranuurtajapappi
- saamelaistyössä kunnostautunut pappi
- yhteisöllisiä työskentelytaitoja ja voimauttavaa valokuvausta hyödyntänyt pappi
- sairaalapappi
- työpaikkapappi
- perheneuvojapappi
- perusseurakuntatyötä tekevä pappi

Kuka hän on tänä vuonna? Lähetä Vuoden pappi -ehdotus perusteluineen **31.5.2022** mennessä kotisivujen lomakkeella (akiliitot.fi / Pappisliitto / Toiminta / Vuoden pappi)

Vuoden pappi 2022 julkistetaan Papiston päivillä 12.10.2022 Seinäjoella.





ELLA LUOMA
TEOLOGIAN MAISTERI,
VIESTINNÄN SILPPUTYÖLÄINEN

Nyt on sellainen olo, ettei mistään tule mitään!

En ole koskaan pitänyt itseäni ihmisenä, joka voisi uupua töissä. Aina-kaan näissä nykyisissä, joiden tehtävänkuvaa on mietitty paljonkin. Alkuvuodesta toimistolle iski kuitenkin korona-aalto ja huomaamatta hommat alkoivat kasaantua. Paperityöt, jotka eivät ole erityinen vahvuuteni vaan lähinnä työnkuvaan kuuluva välttämätön paha, olivatkin äkisti työni keskeinen sisältö. Veivasin papereita edes takaisin aamusta iltaan.

Aluksi en huomannut mitään. Luukutin Rammsteinia tyhjässä toimistohuoneessa, piirtelin suttupapereihin ja setvin paperikasoja. Sitten aloin piirrellä vähän lisää, kävin hakemassa kahvia, siivosin työpöydän ja tuijotin paperipinoa. Luin sähköpostit, vaihdoin käyttäjäkuvan, hain lisää kahvia ja tuijotin paperipinoa. Nappasin paperin käteen, katsoin sitä ja tuijotin seinää. Paperipino ei pienentynyt. Siinä se katseli minua syyttävästi. Miksi et tee töitäsi? Se kysyi, eikä minulla ollut vastausta.

Aloin ärtyä. Jos jokin paperi oli kateissa, se tuntui kiusanteolta. Työkavereiden kommentit mistä tahansa tuntuivat henkilökohtaisilta syytöksiltä. Laskennallisesti töitä ei ollut liikaa, tiesin että minun olisi pitänyt selvitä. Hävetti tulkittomasti, että ne roikkuivat. Join lisää kahvia ja päätin ryhdistäytyä. Tein pitkän päivän, josta suuri osa meni paperin tuijottamiseen. Yöllä nu-

kuin huonosti, hartioita särki, teki mieli suklaata. Tipahdin Teams-keskusteluista, kiukustuin aamupalaverissa, puhdistin puhelimen näyttöä useita kertoja päivässä, koska se tuntui koko ajan jotenkin tahmaiselta.

Lopulta kirjoitin Teamsiin viestin: Nyt on sellainen olo, ettei mistään tule mitään. Hetkeä myöhemmin esihenkilö ilmestyi työpisteelleni. Miten sulla menee? Hän kysyi. Ensin meinasin sanoa, että mikäs tässä, kaikki hyvin. Sitten

muistin lähettämäni Teams viestin. Mä en nyt vaan jotenkin pärjää, sanoin. Selvä, esihenkilöni sanoi yksikertaisesti. Me saadaan näitä töitä toisella tapaa jaettua, niin sulle ei tule näin paljon näitä

paperihommia. Puhuimme puolisen tuntia koronasta, työtavoista ja keväästä. Sitten lähdin kotiin. Parin viikon päästä aloin taas olla iloinen itseni.

En hahmottanut uupumisen merkkejä kuin vasta jälkepäin, mutta esihenkilöni hahmotti ja puuttui tilanteeseen ajoissa. Kaikista kama-linta koko jutussa oli se, että tiesin että minun pitäisi pystyä tekemään työt, mutta en silti pystynyt. Häpeä oli valtava ja syytin kaikesta itseäni, että olen muutaman viikon aikana muuttunut äkisti huonoksi ja laiskaksi. Ikäpolvelleni on tyyppillistä, että työelämässä ei näytetä heikkouksia ja aina pitää jaksaa. Onneksi on vielä ihmisiä, jotka eivät ajattele niin. ✕

Häpeä oli valtava
ja syytin kaikesta
itseäni.

Liikunta alkaa olla keskeinen osa toimintaa myös seurakunnissa

Liikkuminen vapauttaa turhista rooleista

– Tuleeko työpaikkaliikuntaa?, työterveyslääkäri kysäisi papilta muutama vuosi sitten. – Arkun edellä tulee kuljettua joskus pitkäkin matka, pappi totesi.

Tänä päivänä seurakunnissa saattaa tulla muunkinlaista liikuntaa työtehtävissä kuin arkun perässä tai edellä käveleminen. Myös vapaa-aikana työntekijät liikkuvat innokkaasti. Erilaiset ruokailut, jotka alkoivat nousta seurakuntien toiminnassa keskeiseen rooliin, ovat joutuneet väistämään koronaa, mutta varsinkin ulkoliikunta on toiminut myös korona-aikana.

SATU KREIVI-PALOSAARI

KAPPALAINEN, OULUJOEN SEURAKUNTA





Oulujoen seurakunta palkittiin hiljattain opetus- ja kulttuuriministeriön Liikkuva perhe -palkinnolla. Ensimmäistä kertaa palkinto tuli seurakuntaan.

– Perheiden liikunnallinen toiminta seurakunnassa on vahvasti ennaltaehkäisevää perhetyötä. Kun mietin perheiden hyvinvointia ja sitä mikä perheitä houkuttelee tekemään asioita yhdessä, niin ensimmäisenä tulee mieleen liikunta, varhaiskasvatuksen ohjaaja, tiimiesimies **Maaret Sulkala** sanoo.

Oulujoen seurakunnan Liikkuvat perheet -konsepti tarjoaa monenlaisia erilaisia yhdessä liikkumiseen ja tekemiseen pohjautuvia toimintamuotoja kuten liikuntalauantai, laulua ja liikuntaa lapsiperheille ja perhepaloilua tai ulkoilukummitoimintaa.

Sulkala haluaa nostaa esille kirkon Liikkuva seurakunta -sivulta kohdan, jossa todetaan: ”Ihminen on henkinen, hengellinen ja fyysinen kokonaisuus, jossa kaikki ulottuvuudet ovat yhtä tärkeitä. Ihminen voi hyvin, jos nämä osa-alueet ovat tasapainossa. Hengelli-

sesti liikuntaa voi lähestyä luotuisuuden kautta – ruumis on Pyhän hengen temppele, jota saa pitää hyvässä kunnossa.”

Sulkalan työtoverit, perhetoiminnan ohjaajat **Anu Suomalainen** ja **Tomi Pajukangas** ovat myös ilahtuneita tunnustuksesta.

– Liikuntalauantaissa, niin kuin kaikessa muussakin perheiden toiminnassa, ihmiset saavat olla vapaasti keitä he ovat, ilman suorituspainetta tai odotuksia. Jo pelkästään se, että suuri osa toiminnasta ollaan ulkona ja luonnossa, vapauttaa niin työntekijät kuin seurakuntalaiset turhista rooleista ja valta-asetelmista, Suomalainen pohtii.

Yhtä tärkeää kuin musiikki ja kädentaidot

Varhaiskasvattajat näkevät, että liikunta sopii seurakuntien toimintaan yhtä hyvin kuin musiikki, kädentaidot ja kulttuuri. He kiittelevät, että kirkkoherra on aina suhtautunut liikuntatoimintaan kiinnostuneesti ja kannustavasti, ja tarvittaessa puolustanutkin liikunnallisen toiminnan paikkaa, jos

vaikka tiloille olisi ollut muutakin käyttöä.

– Mielestämme olemme luoneet perusteltua ja tämän ajan ihmisille sopivaa toimintaa.

Tomi Pajukangas kertoo, että liikuntalauantai on siitä hyvä konsepti, että ensin liikutaan yhdessä perheenä ja sen jälkeen syödään yhteisestä pöydästä. Kun koronan vuoksi yhteinen ruokailu on ollut tauolla, perhetoiminnan ohjaajat ovat lähteneet perheille liikuntakummeiksi, eli pihaleikkeihin tai vaikka hiihtoretkelelle mukaan.

Oulujoen seurakunnan varhaiskasvatuksen saaman liikuntapalkinnon perusteisiin liittyi sekä perhe liikunnasta viestiminen että ehkä myös näkemys, jota voi kuvata diakoniseksi. Perusteluissa kiiteltiin toiminnan maksuttomuutta, avoimuutta ja sitä, että toimintaa on kehitetty perhelähtöisesti.

Oulujoella on pidetty myös modernia raamattupiiriä siten, että ja-keiden avautumista on avitettu yhteisellä kävelylenkillä. Ensi syksyn sururyhmään suunnitellaan yhteistä kävelylenkkiä. Seurakunnan ylpeys on seurakuntatalon oma liikuntasali.

Hanke lisäämään työntekijöiden liikuntaa

HR-koordinaattori **Ritva Sanaksenaho** Oulun seurakuntien henkilöstöpalveluista kertoo, että Oulun seurakuntayhtymä tukee työntekijöiden omaehtoista liikuntaharrastusta liikuntaseteleillä. Tämän lisäksi henkilöstöllä on henkilökorttiin lii-

Liikunta sopii seurakuntien toimintaan yhtä hyvin kuin musiikki, kädentaidot ja kulttuuri.





Oulujoen seurakunnan työntekijät Anu Suomalainen, Maaret Sulkala ja Tom Pajukangas ottivat vastaan opetus- ja kulttuuriministeriön Liikkuva perhe -palkinnon.



tetty etu, joka oikeuttaa liikuntapalveluihin Oulun kaupungin liikuntalaitoksissa, eli ilmaiseksi pääsee uimaan ja kuntosalille. Tyky-toimintaa tarjotaan kaikille vakinaisille ja pitempiaikaisissa määräaikaisissa työsuhteissa oleville työntekijöille. Erityisesti siihen pyritään ohjaamaan passiivisia liikkujia sekä ikääntyviä. Työnantajan tukena on myös työterveyshuollon järjestämiä erilaisia ryhmiä ja luentoja.

– Työhyvinvoinnin ja liikunnan merkitys ja kysyntä ovat lisääntyneet. Tähän kysyntään on vastattu ja kannustettu erityisen hankkeen avulla.

Oulun seurakuntayhtymän toteuttaman ”Osallisuus Suhteessa - Osallistava johtaminen ja hyvinvointi työyhteisössä” -hankkeen yhtenä painopisteenä on fyysisen kunnan ja työssäjaksamisen ke-

hittäminen. Hanke saa rahoitusta Euroopan sosiaalirahastosta ja rahoitusviranomaisena toimii Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskus.

Syyskuussa 2021 alkoi kahdenkymmenen henkilön pilottivalmennus. Valmennus toteutetaan kuntosali- ja ryhmäliikuntamuotoisena osallistujan omien tavoitteiden mukaisesti. Ohjaajana toimii kokenut sosiaali- ja terveysalan ammattilainen ja personal trainer.

Ritva Sanaksenaho kertoo, että myös työntekijöiden vapaa-ajanyhdistys Kirva ry edistää jäsenistön kunnan hoitamista, virkistymistä ja yhteenkuuluvuutta tarjoamalla henkilöstölle erilaisia liikuntamuotoja. Ohjelmassa on eri lajeihin tutustumisia, etäjumppia ja fysioterapeuttin ohjaamia kuntosalitunteja.

– Kirvan toiminnassa lähdetään matalan kynnyksen periaatteella

Liikuntalauantain luistelupäivässä perhetoiminnan ohjaaja opettaa lasta luistelemaan luistelutuen avulla. Luistelutukia on hankittu pari kappaletta Oulujoen seurakunnalle, jotta niitä pystytään lainaamaan perheille liikuntatapahtumissa.

Työhyvinvoinnin ja liikunnan merkitys ja kysyntä ovat lisääntyneet.



Liikuntalauantai on siitä hyvä konsepti, että ensin liikutaan yhdessä perheenä ja sen jälkeen syödään yhteisestä pöydästä.

liikkeelle. Loppuvuodesta toteutettiin kolmen kuukauden aikana Liiku vaikka kilsa- tempaus. Eniten kilometrejä kerännyt palkitaan ja kaikkien osallistujien kesken arvotaan lahjakortteja.

Lenkillä tulevat parhaat oivallukset

Haukiputaan seurakunnan kirkkoherra **Jaakko Tuisku** nähdään somekuvissaan milloin melomassa, pyöräilemässä tai hiihtämässä.

– Liikunta ja hengellisyys kulkevat minulla käsi kädessä. Toki vaarana on joskus omalla kohdallani, että liikunnasta tulee urheilua. Liikunta irrottaa arjesta ja vapauttaa ajatukset. Liikunta on hengittämistä, ajatusten, arjen, elämän hengittämistä. Se on kuin kehon rukousta.

Tuisku sanoo suoraan, että liikunta on auttanut jaksamaan. Hän on kulkenut töissä toimituksia myöten paljon pyörällä.

– Jos jonkin puheen kanssa olen jumissa, usein lenkillä tai salilla tulevat parhaat oivallukset. Sitten onkin kiire kotona laittaa ne ylös. Jos työyhteisössä on jäänyt jokin mieleen kupruilemaan, paras tapa on päästää höyryt lähtemällä liikkumaan.

Tuisku sanoo, että liikkuvan seurakunnan teemat olivat mielessä erityisesti piispan pyöräilyn aikoihin. Myös esimerkiksi Kiiminkijokisoudun viimeinen pätkä on lähtenyt kirkkorannasta.

Pidimme melojille kahvilaa ja esittelimme kirkkoa. Olemme toteuttaneet myös vanhan kirkkotien vaelluksen, joka kiinnosti paljon. Kellon Kiviniemestä on mennyt vanha kävelytie kirkkoon.

Jaakko Tuisku unelmoi liikkuvasta kirkosta, jota toteutetaan yhdessä seurakuntalaisten kanssa.

– Se on rentoutta ylittää totut hengellisyuden muodot, se hyödyntää myös paikkakunnan verkostot aiempaa paremmin. ✕



SALLA NATUNEN

TEOLOGIAN OPISKELIJA, ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO

Oma hyvinvointi keskiöön

Väsyttääkö? Oletko aamuisin äreä? Unohteletko asioita? Kiristeleekö niska-hartiasoutu? Tuntuuko välillä, ettei mikään kiinnosta? Stressaatko? Hep, täällä! Voin myöntää, että minulle edellä mainitut asiat ovat tuttuja viimeisen vuoden ajalta. Jatkuva koronan aiheuttama muutos ja epävarmuus ovat aiheuttaneet itselleni niin opintojen kuin töiden parissa paineita ja edellä mainitsemiani lieveilmiöitä.

Myös työajaton työ seurakunnassa on opiskelijalta vaatinut harjoittelua ja totuttelua, koska alkuun olin tavoitettavissa puhelimen päässä läpi vuorokauden, vastasin viesteihin ja puheluihin heti sekä istuin pitkiä päiviä toimistolla, koska tunsin siihen valtavaa velvollisuutta, vaikka todellisuudessa tein suunnittelutyötä myös toimiston ulkopuolella. Olin koko ajan hieman yliviirittynyt – aivoni sekä kehoni kävivät kovilla kierroksilla. Toki teologian opintojen ja työn yhdistäminen myös vaativat omanlaista tasapainottelua sekä soveltamista, mitkä välillä luovat turhaa stressiä elämäni. Yliopistossa kun ei valitettavasti pahemmin työajattomasta työstä opeteta tai puhuta.

Milloin viimeksi olet kysynyt itseltäsi, miten voit, mitä minulle kuuluu? Olen huomannut työksäni, että usein me kirkon työntekijät kuuntelemme ja jaamme toisten ihmisten huolia, murheita sekä elämän iloja ja suruja. Joskus toisten ihmisten huolten ja murheiden kantaminen voi tuntua hyvinkin raskaalta. Toki koen sen työmmesokerina ja suolana – olla mukana, tukena ihmisten arjessa, elämässä, iloissa ja suruissa. Usein kuitenkin työn ja arjen jalkoihin jää oma hyvinvointi. Harvoin tulee pysähtyttyä ja kysyttyä itseltä, miten minulla oikeasti menee? Olen huo-

mannut, että itse tarvitsen usein tähän jonkun pysäyttävän tekijän. Yleensä se tekijä on kauhea väsymys tai sairastuminen. Ei kauhean tervettä pidemmän päälle, sanoisin.

Olen nyt tietoisesti yrittänyt himmata elämäni ja lievittää stressiä. Avaimet rennompaan elämään ovat jokaisen omissa käsissä, jos niitä tahtoo käyttää. Aiemmin pelkäsinkin töissä sanoittaa ääneen väsymyksen ja sen, etten pysty tekemään kaikkea mahdollista tai mahdotonta, vaan yritin sinnitellä eteenpäin. Nykyään uskallan pyytää apua ja sanon suoraan: ”Ei, en valitettavasti pysty tähän. Aikani ei riitä.”

Vapaa-ajallani suljen usein työpuhelimeni, joskus myös henkilökohtaisen puhelimen ja olen stressaamatta siitä, mitä ympärilläni tapahtuu. Harvoin vapaa-ajallani edes luen uutisia, koska tunnen olevani niiden kanssa jatkuvassa oravanpyörässä pohdimassa maailman tilaa, joka ahdistaa ja rasittaa tiedostamatta minua. Yleensä vetäydyn vapaa-ajallani luontoon ja hevosten pariin. Luonnossa saan pääni tyhjennettyä ja pystyn keskittyä olennaiseen – pystyn pysähtymään, aistimaan, kuuntelemaan ja katselemaan luomakuntamme kauneutta.

Koen myös Jumalan tulevan minua lähemmäksi luonnossa ja hoidan omaa uskoani sekä sieluani usein metsässä. Puolisoni kotipihassa olevat hevoset taas tuovat iloa elämäni ja niiden kanssa touhuaminen karkottaa murheet pois, sillä hevonen aistii ihmisen mielialan ja murheet. Hevosen kanssa joutuu olemaan aidosti läsnä ja elää hetkessä. Turpaterapia on mahtavaa. Kannustankin jokaista pysähtymään hetkeksi esimerkiksi luonnon äärellä, aistimaan ympärillä tapahtuvia asioita ja kuulostelevaan itseään – kysymään itseltään, miten voit? ✕

Oman itsensä löytäminen ja hengellinen minuus

Joka tahtoo pelastaa elämänsä, kadottaa sen, mutta joka elämänsä minun tähteni kadottaa, on sen löytävä. (Mt. 16:25) Mitä on oman elämänsä löytäminen, kadottaminen ja pelastaminen? Miten voi kadottaa oman elämänsä, jos ei ole sitä koskaan löytänyt? Tarkastelen oman itsensä löytämistä ja omaa minuutta henkisen ja hengellisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Väitän, että ihmisen on tärkeää löytää oma itsensä ja minuutensa. Ymmärrän nämä käsitteet tällöin sekä psykologisesta että teologisesta ja hengellisestä näkökulmasta.

PAAVO KETTUNEN

KÄYTÄNNÖLLISEN TEOLOGIAN EMERITUSPROFESSORI,
ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO, JOENSUU

Mitä on hengellinen minuus? Tähän käsitteeseen en ole aikaisemmin suomen kielessä törmännyt. Itse määrittelin sen käyttäen hyväksi psykologisen minuuden käsitettä. Ennen kuin voin puhua hengellisestä minuudesta, on kerrottava, mitä minuus ylipäinsä on.

Psykologiassa minä tarkoittaa kaikkea sitä, minkä ihminen itse kokee minuna, siis ihmisen kokemusta itsestään ja omasta persoonastaan. Se on samalla kykyä jäsentää omia kokemuksiaan niin, että niihin tulee joku mielekkäisyys. Minäkuva on niiden erilaisten ominaisuuksien, toimintojen ja päämäärien kokonaisuus, joiden avulla yksilö kuvaa itseään. Minän määrittelemisen ei



ole yksinkertaista, sillä ei ole mitään yksiselitteistä ja mitattavissa olevaa minää.

Onkin helpompi havaita minän puuttuminen kuin todistaa minuuden olemassaolo. Kun ihmiseltä puuttuu minuuden tunne, hän ei tunne itseään eikä ajatuksiaan omikseen vaan kokee oman persoonansa vieraaksi ja ajatuksensa toisen ihmisen ajatuksiksi. Tällöin hän pikemminkin tarkkailee itseään ja omaa käytöstään. Hän on ulkopuolinen omaan itseensä liittyen. Hänen erillisyyden tunteensa voi kadota.

Ihmiselle, jonka minuuden kokemus on ohut tai kadonnut, olisi julmaa sanoa, että hänen tulisi kadottaa elämänsä. Miten sen voi kadottaa, jos ei edes ole sitä löytänyt? En usko, että Jeesus tällaista tarkoitti. Silloin hän olisi puhunut Jumalan luomistodellisuutta vastaan.

Itsetunto on osa minäkuvaa

Minäkuvan yksi olennainen osa on itsetunto. Se on hyvä silloin, kun minäkäsityksessä voitolla ovat positiiviset ominaisuudet. Huono se on silloin, kun negatiivisten piirteiden määrä on suurempi kuin positiivisten. Hyvään itsetuntoon kuuluu se, että ihminen uskaltaa olla avoin myös heikkouksilleen ja tunnistaa omia haavojaan ja kipupis-

teitään. Hän siis *tuntee* tällöin itseään paremmin kuin se, joka ei näitä puoliaan tunnista. Heikkouksien ja puutteiden tunteminen on mahdollista, kun ihminen kokee olevansa rakastettu epätäydellisyydestä huolimatta. Hyvä itsetunto ei siis tarkoita minäkuvaa, että olisi täydellinen, puutteeton ja särötön. Puutteiden ei tarvitse romuttaa itseluottamusta, vaan niiden tunnistaminen antaa mahdollisuuden suuremmalle rehellisyydelle. Se mahdollistaa myös oman persoonallisuuden kipeiden puolien käsittelyn. Hyvinvointiin kuuluu oman pahoinvoinnin tunnistaminen silloin, kun se on totta.

Pyrkimys elää moitteettomasti ja täydellisyyden tavoittelu pikemminkin haavoittavat kuin tukevat hyvää itsetuntoa. Hyvään itsetuntoon kuuluu kyky kestää pettymyksiä ja epäonnistumisia ilman, että jokainen pettymys vaurioittaisi itsetuntoa. Päinvastoin hyvä itsetunto helpottaa omien virheiden myöntämistä. Niistä ei seuraa itsetunnon vararikkoa. Monesti saatetaan sanoa ihmisestä, joka esittää kaiken hyvänä ja itsensä onnistuneena, että hänellä on hyvä itsetunto. Asia voi olla myös päinvastoin. Jos itsetunto on heikko, ihmisen pitää kehittää suojakseen panssari, joka suojaa omien heikkojen puolien ja epäonnistu-

misten tulemista julki. Näin hän pyrkii suojelemaan nimenomaan itseään.

Minuuden eri osat

Ihmisen minää voidaan tarkastella ainakin kolmesta näkökulmasta: yksityinen minä, sosiaalinen minä ja minäihanne. *Yksityinen minä* sisältää kokemuksen, että minussa on jotakin ainutlaatuista, sellaista joka kuuluu vain minuun. Minun ajatukseni, toiveeni, unelmani ja pelkoni ovat hyvin henkilökohtaisia. Tähän hyvin kiinteästi kuuluu myös minun uskon maailmani ja jumalakokemukseni. Oman yksityisyyden ja henkilökohtaisuuden tunnistaminen merkitsee myös oman minuuden ja psyykkisen itsenäisyyden tunnistamista. Kokemus omasta erillisyydestä syntyy jo varhaislapsuudessa, mutta aina yksilöllisen minän rajat eivät ole aikuiseen nakaan täysin selvät.

Sosiaalinen minä merkitsee ihmisen kuulumista johonkin yhteisöön tai ryhmään. Se on sen tunnistamista, että minulla ei ole vain omaa yksityisyyttä ja erillisyyttä, vaan olen osa suurempaa joukkoa. Ihmisellä ei myöskään ole vain yhtä sosiaalista minää, vaan hän on samanaikaisesti useamman ryhmän jäsen ja voi kuvata itseään useasta näkökulmasta. Havainnot itsestä työssä ovat erilaisia kuin perheenjäsenenä. Uskonnollisen ryhmän jäsenenä voivat aktivoitua toisenlaiset puolet itsestä kuin urheiluseurassa. Sosiaalisen minän roolit voivat myös sekoittua. Ihminen voi heijastaa esimerkiksi uskonnolliseen yhteisöön sellaisia minuutensa puolia, jotka olivat hänelle ominaisia lapsuus-

Hyvä itsetunto ei siis tarkoita minäkuvaa, että olisi täydellinen, puutteeton ja särötön.



perheessä. Uskonyhteisö on monesti lapsuusperheen jatke. Sitä se voi olla myös käänteisessä merkityksessä.

Minäihanteeseen kuuluvat sellaiset ominaisuudet ja luonteenpiirteet, jotka ihminen haluaisi omata, mutta joihin hän ei kykene. Ihanneminä on tavoite, johon hän elämässään pyrkii. Hän haluaisi olla ihanteensa kaltainen, mutta ei todellisuudessa ole. Ihanneminään kuuluvat myös moraaliset ja eettiset odotukset itselle.

Ihanneminän ja yksityisen minän välillä on aina jännite. Ihanneminä on vähän parempi kuin todellinen minä. Jännitteen suuruus kertoo sekä itsetunnosta että psyykkisestä terveydestä. Myös sosiaalisen minän alueella yksilö voi toimia niin, ettei hänen toimintansa vastaa hänen yksityisen minänsä tai mi-

näihanteensa näkemyksiä. Ihanneminuuden ja todellisen, elämässä toteutuvan minuuden väliset jännitteet ja ristiriidat kuuluvat sopivassa määrin elämään. Terveen ihmisen ihanteet ovat hieman korkeammalla, mihin hän mielestään yltää. Jos ristiriita on liian suuri, ihanneminän vaatimukset voivat musertaa ihmisen. Silloin kyseessä on neuroottinen häiriö. Jos mitään ristiriitaa ei ole, kyseessä on narsistinen häiriö tai psykopatia.

Hengellinen minuus kasvaa psyykkisen todellisuuden kivijalalle

Hengellinen minuus ei ole erillinen osa ihmisessä, vaan se kasvaa psyykkisen minuuden ja minäkäsityksen perustalle. Näkemys itsestä minänä on mukana silloin, kun olen suhteessa Jumalaan tai toisiin

ihmisiin. Jos minäkuva on hämartyntynyt tai kielteinen, sillä on epäilemättä vaikutus myös jumalasuhteeseen.

Hengelliseen minuuteen kuuluu psykologisen minuuden tavoin yksityinen ja sosiaalinen puoli sekä hengellinen minäihanne. Yksityiseen hengelliseen minään kuuluu näkemys, että jokaisen hengellinen elämä on ainutlaatuinen, hänelle tyypillinen ja tässä mielessä pyhä ja loukkaamaton. Hengellinen minäkuva koostuu kaikista itseän kuuluvista ominaisuuksista. Siinä on mukana asianomaisen psyykinen minäkuva, jonka hyvin olennaisena osana on itsetunto. Itsetunto ja minäkäsitys vaikuttavat esimerkiksi siihen, mitä ihminen ajattelee Jumalan suovan hänelle: olenko sen arvoinen, että Jumala välittäisi tämänkaltaisesta? Masentuneen tai it-

Seurakuntien toiminnan yksi keskeinen tehtävä olisi ihmisten terveen itsetunnon ja itsearvostuksen tukeminen.

seään vähättelevän persoonallisuus vaikuttaa myös hänen uskonnollisuuteensa.

Pienen vauvan minuuksien rakentuu hyvin olennaisella tavalla fyysisen kosketuksen ja ruumiillisuuden kautta. Tuskin olemme vielä tarpeeksi tunnistaneeetkaan, miten olennainen asia ihmisen hengellisen minuuden rakentumisessa on hänen fyysisyytensä, sukupuolisuutensa ja seksuaalisuutensa. Näillä alueilla koetut hyväksymisen tai hylätyksi tuleminen kokemukset värjättävät hyvin usein myös jumalasuhtetta.

Hengellinen sosiaalinen minä merkitsee osallisuutta siitä, miten oma hengellinen elämä on osa suurempaa kokonaisuutta, esimerkiksi perheessä ja seurakunnassa. Sosiaaliseen minäkuvaan myös hengellisessä elämässä kuuluvat kokemukset yksinäisyydestä ja tarvitsevuudesta: olenko itseriittoinen vai toista tarvitseva? Yksilö tuo sekä oman psykologisen että hengellisen minäkuvansa osaksi sitä sosiaalista kenttää, missä hän toteuttaa uskonnollista elämäänsä. Niinpä esimerkiksi itsetunnon heikko voi seurakunnan tilaisuuksissakin koko ajan etsiä vahvistusta itsetunnon tai yksinäisyydestä kärsivä ”imee” yhteyden kaipuutaan joka tilanteessa.

Hengellinen minäihanne tarkoittaa hengellistä elämää, jota ihminen pitää ihanteellisena, mutta jota hän ei koe saavuttavansa. Hengellinen ideaaliminä on hyvin olennaisesti muodostunut oman minäkuvan aineksista. Omien tutkimusteni pohjalta näyttää siltä, että hyvin monet rakentavat oman hengellisen minäkuvansa eettisten normien noudattamisen tai laiminlyöntien kautta. Moni on myös asettanut hengellisen ideaaliminän riman niin korkealle, ettei hän todellisuudessa koskaan siihen ylety. Tällöin hän kokee hengellistä häpeää. Joskus ihmiset voivat mitättömyyden ja kelpaamattomuuden tunnossa myös kilpailla keskenään.

Tutkittuani kohtuullisen paljon ihmisen tunne-elämän ja hengellisen elämän kokemuksia olenkin tullut johtopäätökseen: seurakuntien toiminnan yksi keskeinen tehtävä olisi ihmisten terveen itsetunnon ja itsearvostuksen tukeminen. On myös kristillisyyttä, joka on omiaan nujertamaan ja lannistamaan itsetuntoa.

Onkin tärkeää erottaa toisistaan itserakkaus ja itsensä rakastaminen. Edellisessä ihmisen kyky rakastamiseen keskittyy lapsekkaalla tavalla omaan itseen. Itsensä rakastami-

nen puolestaan on tervettä itsensä arvostamista ja hyvän elämän suostamista ja sen hyväksi toimimista niin itsensä kuin toistenkin kohdalla.

Kätketty ja muuttuva minuuksien

Sekä psyykkisestä että hengellisestä minuudesta osa on aina kätkettyä, piilotettua, salattua tai jopa kiellettyä. Nämä näkymättömät minuuden puolet voivat olla sekä myönteisiä että kielteisiä. Käsitteenä hengellisestä minuudesta on vaiettu. On uskonnollisuutta, jossa ei saisi tuoda esiin mitään elämän varjopuolia. Sitten on uskonnollisuutta, jossa omassa hengellisyydessä ei nähdä juuri mitään positiivista. Voisiko tuo jatkuva syntiheliäisyyden tunto olla sellaista elämää, jonka Jeesuskin sallisi kadotettavan? Sekä hengellisen että psyykkisen terveyden kannalta olisi tärkeää tiedostaa, mitä hengelliseen minuuteen kuuluu ja miten se on kehittynyt.

Hengellinen minuuksien myös muuttuu. Terveen hengellisyyden ihanne ei ole sellainen ”usko lapsuuden”, joka ei koskaan kasvaisi kohti aikuisuutta. Kun ihminen kasvaa ja kehittyy psyykkisen minuuden alueella, tätä samaa soisi tapahtuvan myös hengellisessä minuudessa. ✕

Hengelliseen minuuteen sekä muun muassa syyllisyyteen, armoon ja ihmisen tarvitsevuuteen liittyviä kysymyksiä Paavo Kettunen käsittelee laajemmin viime syksynä ilmestyneessä kirjassaan Kuka minä todella olen? Kätkössä olevaa minuuksia etsimässä. (Väyläkirjat 2021)



NOORA MATTILA
HELSINKI

Miten idealisti selviää (työ)elämästä hengissä?

Opiskeluaika on tiettyssä mielessä aikaa, jolla on selkeä tavoite – valmistua. Itselleni kävi niin, että työelämään siirtyessäni selkeys hävisi ja olo oli kuin tiiliseinäen törmänneellä. Ehti kulua hyvä tovi, ennen kuin ymmärsin, että tiiliseinä koostui enimmäkseen arvoristiriidasta. Arvoristiriita työssä on sinällään vakava asia, että pitkittyessään se aiheuttaa uupumista, ja siksi sellaisen kanssa ei kannata jäädä yksin itkemään ja kiristelemään hampaita. Olen kiitollinen mahdollisuudesta kääntyä työpsykologin ja työnohjaajan puoleen, kun omasta työkalupakista ovat välineet loppuneet kesken, oma (työssä) jaksaminen on huolettanut, tai on ollut tarve purkaa höyryjä jollekin turvaliselle ja puolueettomalle ihmiselle. Vastaavaa mahdollisuutta ja siihen tarttumista toivon ja suosittelun varauksetta kaikille.

Kerran valmistumisenjälkeistä elämää käsitellessäni työnohjaajani nosti esille ajatuksen yliopistosta idealismia ruokkivana paikkana. Idealistille siirtyä työelämään voi olla kuin kylmä suihku: On kivuliasta havahtua siihen, että kaikki eivät tee töitä ensisijaisesti siitä syystä, että haluaisivat tehdä maailmasta paremman paikan. Sammassakin työyhteisössä työnteolle on erilaisia lähtökohtia ja motivaation lähteitä: esimerkiksi asuntolainan maksaminen, arvostetuksi tuleminen tai itsensä tarpeelliseksi kokeminen, kivat työkaverit, tai ihan vaan se, että päivät saisi jo-

tenkin kulumaan. Työyhteisön jäsenten erilaisissa motiiveissa ei ole mitään väärää, mutta eron huomaaminen voi auttaa kipuilevaa idealistia, työkavereita ja työnantajaa ymmärtämään toisiansa paremmin. Ymmärrys lisää myötätuntoa ja myötätunto hyvinvointia.

Tosiasioihin törmäämisen ei tarvitse tarkoittaa oikeudenmukaisuuden tavoittelusta tai omista arvoista luopumista. Oman jaksamisen kannalta on kuitenkin tärkeää tunnistaa arvoristiriidan syy ja pyrkiä vaikuttamaan tilanteeseen. Täydellistä työpaikkaa tai -yhteisöä ei ole olemasakaan, eikä kaikkia elämän päätöksiä ole aina mahdollista tehdä pelkästään omien arvojen mukaisesti. Mahdol-

Ymmärrys lisää myötätuntoa ja myötätunto hyvinvointia.

lisuuteen tehdä valintoja vaikuttavat aina käytettävissä olevat resurssit ja ympäröivät olosuhteet. Yhtenä arvoristiriitaa kokevana selviytymiskeinona sekä suojamekanismina uupumista ja lamaantumista vastaan voi ammattivun lisäksi toimia tyyneysrukousmainen muistutus siitä, miten tärkeää on osata tunnistaa asiat, joihin voi vaikuttaa, ne, joihin ei voi, ja erottaa ne toisistaan. Jos muut keinot on jo käytetty, viime kädessä eniten omassa vaikutuspiirissä oleva asia voi olla siirtyminen arvoristiriitaa aiheuttavasta työpaikasta sellaiseen, joka vastaa paremmin omia arvoja. ✕

Kirjoittaja on koulutukseltaan teologian maisteri ja työskentelee vertaistukitoiminnan koordinaattorina Uskontojen uhrien tuki ry:ssä.



Pyhä metsäkylpy

Luontohengellisyys kokonaisvaltaista hyvinvointia tukemassa

Autossa käy kähinä. Lapsilla on takapenkillä kinaa ja vanhemmatkin ovat vähän riitaisalla tuulella. Auto ajetaan parkkiin ja porukka suuntaa yhdessä metsään. Noin 20 minuutin metsässä oleilun jälkeen mieli alkaa avartua, hengitys kuin huomaamatta tasaantua, askel hidastua. Alkaa nähdä ylös, sivuille, eteenpäin. Kun lopulta eväshetken jälkeen palailaan lähtöruutuun, voi huomata, että mielessä on ilo, levollisuus, kiitollisuus. On helppo hengittää. Voi havaita, että alun riitaisa joukko taivaltaa lempeässä puheensorinassa ja välillä ikään kuin hiljaisuutta kuunnellen. Metsäretki on tehnyt tehtävänsä!



ANU MORIKAWA

OPPILAITOSPAPPI, AALTO-YLIOPISTO, ESPOON

SEURAKUNTAYHTYMÄ

KUVA **OKA MORIKAWA**

Korona-aika laukaisi retkeilybuumin. Kun tekeminen karsiutui ympäriltä, yhtäkkiä olikin aikaa ja halua hakeutua ikiäikäisen äärelle. Suomessa metsä ja luonto ovat olleet aina lähellä. Luontoa on totuttu pitämään luontevana osana arkea. Kaupungistuminen on johtanut kuitenkin siihen, että retkeilyn eteen joutuu näkemään hieman vaivaa.

Ajatus noin 20 minuutin metsässä oleilun hyödyistä on kokemusperäistä, mutta samaa todistaa myös tutkittu data. Japanilainen käsite shinrin-yoku voidaan kääntää suomeksi metsäkylvyksi. Sana on kuvaava: metsään voi mennä kylpemään. Värit, tuoksut, maisemat – kaikki se ympärillä oleva hoitaa mieltä ja kehoa. Shinrin-yoku on määritelty täydelliseksi sulautumiseksi luonnon kauneuteen ja ihmeellisyyteen aistien avulla. Vuodesta 1982 japanilainen metsä-vartiolaitys alkoi saattaa yleiseen tietoon harjoitusta, jota kutsuttiin nimellä shinrin-yoku. Stressaantuneita ja työuupuneita suurkaupunkilaisia rohkaistiin jättämään urbaani häly hetkeksi taakseen ja suuntaamaan metsään. Metsässä oli

tarjolla vastapainoa; hiljentymistä, rentoutumista, palautumista ja sitä kautta henkistä tasapainoa. Nipponin lääketieteellisessä oppilaitoksessa tehdyt tutkimukset osoittivat, että metsässä vietetty aika laskee verenpainetta, sykettä ja kortisolitasoja. Metsässä, kuin luonnostaan, sydämen syketiheys vaihtelee terveyttä edistäen ja mieliala kohenee. Luonnossa vietetyllä ajalla on siis tutkitusti fyysisistä, henkistä ja emotionaalista hyötyä.

Metsä kirkkoni olla saa

Suomalaisille luonto on laajasti henkisten ja hengellisten kokemusten näyttämö. ”Metsä kirkkoni olla saa” -ajattelu on pohjollaan tuttua. Luonnon kautta on koettu ja koetaan yhteyttä itseä suuremman kanssa. Kristinuskon näkökulmasta kyse on siitä, että Jumala toimii luomakuntansa kautta. Luonnolla on arvo itsessään, mutta Jumala myös tuottaa monenlaista hyvää sen välityksellä. Luonnolla on keskeinen merkitys hiljaisuuden viljelyssä. **Pauliina Kainulaisen** ajattelussa ”rajan taju palaa sen kautta, että palaamme laajamittaisesti näkemään luonnon pyhänä. Tämä on se maailmankatsomuksel-

linen muutos, jonka läntinen kulttuuri tarvitsee. Mekanistisesta maailmankatsomuksesta on siirryttävä kokonaisvaltaisempaan”.

Luontohengellisyys on mukana haastamassa elämäntapaamme ja tekojamme mm. ekologisen ajattelun näkökulmasta. Ilmastokriisi, ekologinen ajattelu ja ympäristötunteet ovat tämän ajan keskeisiä ilmiöitä, joita on kirkon työssä mahdoton sivuuttaa. Hiilineutraali kirkko-strategiassa todetaan, että konkreettisilla toimilla kirkko on toivon kantaja. Ilmastoahdistuksen ja pessimismin keskellä kirkko haluaa luoda toivoa ja innostaa kirkon jäseniä ja muita ihmisiä työhön ilmastomuutoksen hillitsemiseksi. **Panu Pihkala** (2017) muistuttaa, että ympäristötoiminta ei ole pelkkää luopumista, vaan sen kautta voi myös saada paljon. Se, että uskaltaa käsitellä omaa ja muiden keskeneräisyyttä vie meitä siihen suuntaan, että voimme rohkaistua kohtaamaan elämän ambivalenssin: moniulotteisuuden ja ristiriitaisuuden. Luontohengellisyys pyrkii osaltaan vastaamaan tarpeeseen olla armollisia itsellemme ja toisillemme. Luontokokemus itsessään on myös kannustin kestävämpiin elämäntapoihin. Ympäristöystävällisemmän elämäntavan myötä voi löytää merkityksellisyyttä elämään. Muun muassa **Otso Sillanaukeen** (2018) ilmastopohdintaan liittyvät keskeiset kysymykset elämästä ja minuudesta: kuka minä olen ja miten minä haluan elää? Mikä tuottaa minulle iloa? Missä ja millä tavoin voin hyvin?

Luontokokemus itsessään on myös kannustin kestävämpiin elämäntapoihin.

Kristillisessä perinteessä luonnon pyhyys on kolmiyhteisen Jumalan läsnäoloa kaikessa luomakunnassa (Kiitollisuus, kunnioitus, kohtuus 2008). Wille Riekkinen puolestaan korostaa luontoa suurenmoisena opettajana; Luonto on antanut raamatit ajatella suuria asioita, kuulla Jumalan puhetta, nähdä luonnon ja elämän tarkoituksenmukaisuuden. Luonnon keskellä ja sen hiljaisuudessa voi kuulla Jumalan. Raamatunkaan mukaan Herra ei asu vain käsin tehdyissä tempeleissä. Siksi Jumalan läsnäolo ja pyhän kosketus on mahdollista kokea myös Luojan suuressa luontokirkossa.

Pyhä metsäkylpy

Pyhä metsäkylpy on eräänlainen tapa lähestyä luontokirkkoa. Se luo kosketuksen paitsi omaan sisimpään myös luontoon ja luomakuntaan. Parhaimmillaan pääsee aistimaan jotakin pyhää, mutta sitä kokemusta ei tietystikään kukaan voi kenellekään taata. Pyhä metsäkylpy ajatusta seuraten, kuka tahansa yksin tai yhdessä, voi hyödyntää maisemaa, tuoksuja, värejä - kaikkea luonnosta löytyvää tai maahan kätkeytyvää. Voi tehdä tutkimusmatkan lähiluontoon ottamalla mukaansa esimerkiksi sanaparit a) Luonto ja Rukous b) Liike ja Pyhä tai c) Läsnäolo ja Luoja. Teemojen tarkoitus on auttaa kulkijaa palaamaan perusasioiden äärelle. Tavoitteena on itsetunteuksen lisääntyminen luonnon kauneuden kokemisen myötä. Muista, että pihan puukin on luontoa ja voi tarjota hengähdyshetken



Luonnossa liikkuessa on joskus tarpeen taivaltaa hitaasti harkiten ja joskus reippaasti hengästyen.

Pihan puukin on luontoa ja voi tarjota hengähdyshetken kiireen keskelle!

kiireen keskelle! Kaikkea sitä mitä sisimmässä koemme ei tarvitse sanoiksi purkaa, mutta halutessaan pohdiskelun apuna voi käyttää esimerkiksi seuraavia kysymyksiä: Mitä symboleita luonnosta löydät? Mitä värejä näet? Löytyisikö matkan varrelta oma rukouskivi? Miltä luonto juuri nyt kuulostaa? Huomaatko metsän eläimiä? Mitä tuoksuja erotat? Miltä sinusta tuntuu juuri nyt? Joskus yhdessä koettu ja jaettu avaa mahdollisuuden pyhän kokemiseen, joskus hiljaisuus ja yksin kulkeminen ovat tähän kokeemukseen suurempi reitti.

Luontohengellisyyden kautta meillä on mahdollisuus löytää jotakin uutta itsestämme, sisimmästämme tai suhteestamme pyhään. Kaikki tämä voi tapahtua ilman ulkoisia paineita, välineitä tai rituaaleja. Usein riittää, että lähtee liikkeelle, menee luontoon. Siinä tapahtuu jo keskeisin. Kaikki muu on lisäarvoa, joka parhaimmillaan hoitaa kokonaisvaltaisesti sekä fyysistä, psyykkistä että hengellistä minuutta. Merkityksiä syntyy, kun antaa mielen levätä luonnon keskellä. ✕

Korona-ajan vaikutus eksistentiaaliseen hyvinvointiin

Keskustelu koronapandemian vaikutuksesta ihmisten hyvinvointiin on kuluneen kahden vuoden aikana käynyt varsin vilkkaana. Tässä kirjoituksessa avaan muutamia tutkimukseen perustuvia näkökulmia siitä, mitä tiedämme koronan vaikutuksista ihmisten eksistentiaaliseen hyvinvointiin pandemian eri vaiheissa.



SUVI-MARIA SAARELAINEN

TT, VARAJOHTAJA, TEOLOGIAN OSASTO,
FILOSOFINEN TIEDEKUNTA, ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO
KUVA **UZI VARON**

Eksistentiaalista hyvinvointia on tutkimusmaailmassa tarkasteltu ennen kaikkea elämän merkityksen näkökulmasta. Elämän merkityksellisuuden eksistentiaalinen ulottuvuus linkittyy kiinteästi siihen, mistä yksilön kokemus syvästä merkityksen tunteesta rakentuu, niistä tekijöistä, jotka muovaavat ihmiselämän tapahtumista koherenttia, tarkoituksenmukaista ja eteenpäin katsovaa. Kun elämällä on

mielekäs suunta ja ihminen kokee kuulumisen tunnetta, myös merkityksellisuuden kokemus on balanssissa. Myös mahdollisuus toteuttaa itseään, omia tavoitteita ja toiveita ovat keskeisiä merkityslähteitä nykyihmiselle. Elämän merkityslähteet ovat osa ihmisen persoonallisuutta. Merkityslähteet muodostuvat henkilökohtaisista arvoista ja maailmankuvasta, keskeisistä uskomuksista ja rituaaleista, joiden kautta merkityksellisuuden kokemusta vahvistetaan.



Merkityslähteet ovat osin tietoisia ja osin tiedostamattomia tekijöitä, joiden avulla ihminen pyrkii rakentamaan elämässään merkityksellisyyden kokemusta.

Kun elämän tapahtumat syystä tai toisesta vahingoittavat, horjuttavat tai haastavat yksilön merkityslähteitä, saattaa ihminen ajautua merkityksen kriisiin. Tällaisessa kriisissä ihmisen ymmärrys elämän tapahtumien tarkoituksenmukaisuudesta joutuu koetukselle. Tällainen kriisi voi olla esimerkiksi äkillinen sairastuminen, kuoleman tai kuolevaisuuden kohtaaminen tai oman toimintakyvyn äkillinen lasku tai muuttuva elinympäristö. Tutkimushankkeissa, joissa olen mukana, on tarkasteltu, onko koronapandemia tällainen merkityksen uhka: aiheuttaako korona ihmisille eksistentiaalisen hyvinvoinnin kriisin?

Ensimmäisen korona-aallon positiivisuusbuusti

Ensimmäisen korona-aallon aikana maailmaa kohtasi ennen näkemätön sulkutila, kun keväällä 2020 koulut ja oppilaitokset sulki ovensa, etätyökomennukselle määrättiin monissa maissa, rajoitukset arjen kontakteista ja turvaväleistä tulivat osaksi arkea. Ensimmäisen sulkutilan aikana keräsimme tutkimusaineistoa suoma-

laisten, puolalaisten, italialaisten ja espanjalaisten keskuudesta. Tutkimustulokset yllättivät meidät. Sen sijaan, että olisimme löytäneet huomattavaa määrää merkityksen kriisiä, löysimme, että kokemus merkityksellisyydestä oli varsin vahvaa. Huomasimme myös, että merkityksen kokemus oli hieman ohuempaa nuorempien vastaajien ja matalammin koulutettujen keskuudessa.

Vastaavia tutkimuslöydöksiä alkoi ilmetä maailmalla laajemmin: merkityksen kokemuksesta ihmiset pyrkivät pitämään kiinni moninaisin keinoin. Tulokset myös osoittivat osin, että mitä vanhempi vastaaja, sen vahvempana kokemus merkityksellisyydestä säilyi. Ikääntyvien pärjääminen ja yksinäisyys olivat vahvasti lehdistössäkkin esillä kevään 2020 aikana. Tuolloin sekä seurakunnat että yksityishenkilöt tarttuivat vahvasti ikääntyvien tukimuotojen rakentamiseen. Puhelinoitot ja naapuriapu tulivat monelle ikääntyneelle tärkeään ajankohintaan.

Ihminen on luonteeltaan merkityksellisyyteen – eksistentiaaliseen hyvinvointiin – pyrkivä olento. Haasteiden ja kriisinkin keskellä pyrimme löytämään uusia merkityslähteitä ja pitämään kiinni niistä asioista, jotka vielä ylläpitävät merkityksen kokemusta. Tämä teoreettinen näkemys vahvistui monessa

kansainvälisessä tutkimuksessa koronan alkupuolella.

Merkityksellinen työ mutta millä hinnalla?

Tarkastellessamme seurakunnan työntekijöiden työssäjaksamista ja kokemusta työn merkityksellisyydestä ensimmäisen korona-aallon loppupuolella huomasimme kokemusten kahdet kasvot. Hieman vajaan neljänsadan kyselyyn vastanneiden keskuudessa oli selkeää, että seurakuntatyö koettiin erittäin merkityksellisenä. Lähes 80 % vastaajista koki, että työ tuo merkityksellisyyttä elämään. Ottaen huomioon valtavan digiloikan ja työtehtävien muutokset, joita seurakunnissa käytiin läpi, voisi jopa todeta, että työssä jaksaminen oli yllättävän hyvää, sillä noin kolmannes vastauksista sisälsi viitteitä työkuorman liiallisuudesta.

Kun käänämme tämän tuloksen toisinpäin ja palaamme kirjoitetuihin kokemuksiin työn haasteista, näemme kokemuksen toiset kasvot. Jo ensimmäisen korona-aallon loppupuolella, alkukesästä 2020, noin kolmannes vastaajista koki oireita, joiden voidaan nähdä haastavan hyvinvointia työssä. Uupumuksen kokeminen, kognitiiviset haasteet kuten ärtyneisyys sekä tunnepuolen haasteet että etäisyyden ottaminen työstä sekä työstä irrottautuminen muodostivat kuormittavuutta. Sanallisesti kuvatuiksi tulivat esimerkiksi haasteet työpäivien kohtuuttomasta pituudesta, työyhteisön ja kohtaamisen kaipausta sekä kaipausta selkeisiin ohjeisiin ja omaan työturvallisuuteen koronan keskellä.

Tutkimusaineisto ei kuitenkaan vastaa siihen, miten seurakunnissa

Kriisinkin keskellä pyrimme löytämään uusia merkityslähteitä.

on kyetty huomioimaan työteki-
jöiden hyvinvointi pandemian jat-
kuessa: Miten seurakunnat ovat
onnistuneet huoltamaan omien
työntekijöidensä jaksamista tilan-
teessa, jossa jatkuvat rajoitusten
muutokset vaikuttavat arkityön te-
kemiseen monella tavalla?

Koronan jälkikaikujen vaikutus seurakuntatyössä

Ensimmäisen korona-aallon aikana
toiveikkuus osin perustui ”pian
tämä loppuu”-ajatukseen. Kaksi
vuotta myöhemmin näemme, että
pandemian aallot ovat seuranneet
toinen toistaan. Korona ei ollut-
kaan yhden kevään puristus vaan
muuttui kestävyyslajiksi, jossa pun-
nitaan ihmisen tylsyydensietokykyä
sekä kestoa pysyä etäällä lajitoveri-
densa keskuudesta.

Pitkittynyt pandemia haastaa ek-
sistentiaalista hyvinvointia ennen
kaikkeaa koronastressin muodossa:
yksinäisyyden lisääntyminen, mieli-
alan madaltuminen, itsensä toteut-
tamisen kaventunut mahdollisuus,
merkityksellisyyden kokemuksen
horjuminen nimenomaan pande-
mian vuoksi. Syksyllä 2021 kerää-
mämme tutkimusaineisto vaikut-
taa edelleen kertovan, että elämän
merkityksellisyyttä yleisellä tasolla
kokee varsin moni suomalainen.
Näemme kuitenkin erittäin selke-
ästi sen, että koronastressiä ilmenee
suuressa määrin alle 25-vuotiaissa
vastaajissa. Keski-ikäiset vaikuttavat
koronastressin osalta porskuttavan
melko hyvin, mutta stressin määrä
vaikuttaa ainakin osin nousevan
jälleen vastaajien iän kasvamisen
myötä. Vielä tarvitsemme lisää ai-
neistoa nähdäksemme, miten ikään-
tyneet ovat korona-ajan kokeneet.

Kun koronapandemia viruk-
sena tulee päätökseen, edessä saat-
taa olla vuosien jälkihuolto koro-
nastressin pitkäaikaisvaikutusten
jäljiltä. Tukea kaipaavat niin nuo-
ret kuin vanhatkin. Arki on muut-
tunut lapsilla, jotka ovat kasvaneet
etäverkostoissa; nuorilla, jotka ovat
rakentaneet identiteettiään hajanai-
sessa ympäristössä; yrittäjillä ja niin
monilla muilla, jotka ovat menettä-
neet toimeentulonsa. Arki on muut-
tunut myös kirkon työssä ja työnte-
kijöillä.

Toivo kasvaa yhdessä tekemisestä

Ihmissuhteilla on suuri merkitys ki-
peiden kokemusten jakamisen het-

kellä: toivo ja merkityksellisyyden
kokemus vahvistuvat. Toivo koro-
nan jälkihoidossa kasvaa yhdessä
ajatusten jakamisesta ja kokemus-
ten puntaroinnista, jaetusta arjen te-
kemisestä ja uudelleen rakentami-
sesta.

Kun paluu ”normaaliin” ymmär-
retään uutena – suurena – muutok-
sena, jossa on tilaa, aikaa ja myötä-
tuntoista asennetta, on mahdollisuus
myös uuden löytämiseen. Tulevai-
suuden ”normaali” kenties sisältää
jotakin tuttua ja vanhaa. Mutta pa-
luu ”normaaliin” on jälleen muu-
tos. Muutos haastaa aina läpikulki-
jansa. Muutos kutsuu reflektimaan
korona-ajan kokemuksia, oppeja ja
kestäviä työtapoja. ✕





Luontosuhteessa on kotiinpaluun meininkiä

– miten luontokosketus edistää ihmisten hyvinvointia ja terveyttä?

Luonnossa liikkuminen on Suomessa aina ollut osa ihmisten elämää. Meille ovat säilyneet erilaiset luonnon pyhät paikat – seidat, kalliomaalaukset ja lehdot, jotka kertovat monikerroksisesta luontosuhteestamme. Merkittävä osa suomalaisista on aina saanut toimeentulonsa metsästä ja luonnosta. Kansallistaiteilijoiden luomassa kuvassa suomalaisuudesta luonto oli vahvasti läsnä.

Olemme vahvasti luontokansaa.

HENRI JÄRVINEN

PASTORI, HELSINGIN SEURAKUNTAYHTYMÄ

Kaupungistumisen myötä vapaa-ajalla tapahtuvan luonnossa virkistäytymisen merkitys on kasvanut.

Konkreettisesti se on näkynyt viime vuosien koronasulkujen aikaan, kun ulkomaanmatkojen sijaan suomalaiset siirtyivät nopeasti kotimaan luontomatkailun pariin ja kesämökkien myynti kasvoi räjähdysmäisesti. On hätkähdyt-

tävää ajatella, että käytännössä kaikki suomalaiset ulkoilevat. Eurobarometrin (2018) mukaan Suomi on Euroopan ulkoilullisin kansa.

Viime aikoina luontoon on kiinnitetty enemmän huomiota niin yhteiskunnallisesta kuin hyvinvointinäkökulmastakin. Luonto ja metsät ovat Suomen kilpailukyvyyn ja yhteiskunnan menestyksen avaintekijöitä. Luonto on

osa uudistuvaa käsitystä hyvinvointiyhteiskunnasta. Samaan aikaan kun arkiaktiivisuus ja sisälläolo lisääntyvät ja kasvattavat terveystannuksia, luonnon virkistyskäyttö ja yhteys hyvinvointiin voivat olla iso kansantaloudellinen satsaus. Tässä artikkelissa tulee esille kolme näkemystä ihmisen ja luonnon tärkeästä suhteesta.

Lähivihreä luo hyvinvointia

Elämänmittainen lähivihreäpolku-tietopaketti kertoo, miten kaupungistumisen myötä arkiset elinympäristömme ovat tiiviisti rakennettuja, eivätkä laajat ulkoilu- ja virkistysalueet kaupunkien laidoilla ole helposti kaikkien saavutettavissa. Jo yli 72 % suomalaisista asuu kaupunkialueilla, ja siksi kaupunkiluonnolla on erittäin suuri hyvinvointia turvaava merkitys. Tutkimusten mukaan viherympäristön ja luontokosketuksen terveyshyödyt ovat moninaiset ja tieto luonnon hyvinvointivaikutuksista lisääntyy koko ajan. Tietopaketti onkin tuonut esiin termin lähivihreä tarkoittamaan luontoa ja viherympäristöjä erityisesti kaupunkilaisten elinympäristöissä.

Suomen ympäristökeskuksen kestävä kaupunkistumisen tutkija **Henna Malinen** ajattelee, että kaupungeissa tarvitaan monipuolista

luontoa ja sen mahdollistamiseksi tarvitaan yhteistyötä ihmisten ja eri toimijoiden kesken. Hän korostaa, että ihmiset ovat erilaisia ja eri elämäntilanteissa ihmisten tarpeet muuttuvat. Tämä koskee myös ihmisen luontosuhdetta.

Miksi sitten tarvitaan luontoa kaupungeissa?

Henna Malinen toteaa ihmisen olevan täysin riippuvainen luonnosta.

– Luonto tuottaa niin fyysisiä, psyykkisiä kuin sosiaalistakin hyvinvointia. Lisäksi luonto tarjoaa monia toimintamahdollisuuksia. Kaupungeissa laajat viheralueet voivat olla monille hankalasti saavutettavissa, jolloin pienten ja läheisten viherelementtien merkitys korostuu.

Suomen ympäristökeskus ja ympäristöministeriö ovat julkaisseet osana Kestävä kaupunki -ohjelmaa Elämänmittainen lähivihreäpolku -aineiston, joka on tietopaketti lähiluonnon hyvinvoinnin vaikutuksista. Keskiössä materiaalissa ovat ihmisten luonnosta saamat hyödyt, mutta myös muun luonnon tarpeita on huomioitu. Aineiston lähtökohdalla on Maailman terveysjärjestön määritelmä terveydestä. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin lisäksi luontoliikunta erotettiin aineistossa omaksi osakseen. Vi-

dentenä aineistoon lisättiin viherrakenteen turvaaminen.

– Luonto tuottaa aineellista hyvää ja mielen hyvinvointia. Tutkimustietoa kootessa oli yllättävää huomata, miten luonto tukee muun muassa sosiaalisia kontakteja ja koheesiota. Yhdessä liikkumisen lisäksi viheralueet mahdollistavat spontaaneja kohtaamisia ja tarjoavat ilmaisia sosiaalisia kohtaamispaikkoja. Esimerkiksi nuorille viheralueiden sosiaalinen puoli on erityisen tärkeä.

Malisen mukaan luonnon vaikutus hyvinvointiin jää toisinaan myös huomaamatta.

– Esimerkiksi mikrobiotistusta ei näe, mutta sillä voi olla kauaskantoisia vaikutuksia. Luonnossa lapset altistuvat maaperän mikrobeille, ja se taas ehkäisee muun muassa allergioita.

Kun puhutaan lähiluonnosta, on hyvä muistaa, että Suomessakin yli 70 prosenttia ihmisistä asuu kaupungeissa ja siksi siellä on valtava kysyntä lähiluonnon palveluille. Lähiluonnon turvaaminen on myös osa kestävästä kaupunkikehitystä. Malinen pohtii, että eri toimijoiden olisi tärkeää ottaa huomioon luonnon merkitys ja tunnistaa, mikä on lähiluonnon arvo. Esimerkiksi koulut voivat käyttää sitä opetuksen tukena. Yksilötasolla voi lähteä liikkeelle miettimällä, mihin voi vaikuttaa ja miten luontoa voi lisätä tai säilyttää omassa lähiympäristössä.

– Esimerkiksi parvekeistutukset tuovat pienen palan luontoa kaupunkiin ja tosi lähelle. Ne voivat auttaa pölyttäjiä ja niistä on paljon muutakin hyötyä. Kun lähiluonto on arkiympäristössä, niin se on helposti saavutettavissa. Laajat

Tieto luonnon hyvinvointivaikutuksista lisääntyy koko ajan.



“Luonto tuottaa aineellista hyvää ja mielen hyvinvointia”, sanoo Henna Malinen.



“Näen luontotoiminnan paluuna ihmiselle lajityypilliseen ympäristöön. Siinä on kotiinpaluun meininkiä - viljelijän ja varjelijan rooliin”, sanoo Tuomo Salovuori.

viher- ja virkistysalueet kaupunkikeskustojen ulkopuolella ovat tärkeitä, mutta niille kulkeminen vaatii aikaa ja rahaa. Kaikilla pitäisi olla edes jotain luontoa myös lähiympäristössä. Metsä ei myöskään ole kaikille mieluisin luontoympäristö, mutta luontokosketus syntyy monenlaisissa viherympäristöissä.

Henna Malinen pohtii, että vaikka lähiluonnon arvo ymmärretään, niin käytännön toteutus vaatii ponnistuksia ja yhteistyötä. Kuitenkin moni yhteisö, esimerkiksi seurakunnat ovat keskeisiä rakentajia ja kaupungin kehittäjiä.

– Keinovalikoima lisääntyy koko ajan, ja vaikeissakin päätöksissä voidaan tehdä edes joitakin asioita hyvin ja edistää kestävästä kaupunkikehityksestä ja lähiluontoajattelua. Esimerkiksi viherkatot ja pienetkin viheralueet voivat olla merkittäviä.

Luonto tarjoaa tekemisen ja samalla tervehtymisen mahdollisuuden

Tuomo Salovuori toimii Sininauhaliitossa hengellisen työn kehittäjänä. Hän on toiminut Green care -toiminnan projektipäällikkönä yli 10 vuotta. Salovuori toimi pitkään puutarha-alan ammattilaisena, mutta siirtyi myöhemmin kasvatustieteilijän rooliin. Kasvatusta siis monella tavalla.

Salovuori pohtii työkseen luonnon hyvinvointivaikutuksia ja kehittää niihin liittyvää toimintaa pääasiassa Helsingissä.

– Aihe on tullut läheiseksi oman elämän kautta. Hengellisyyden ohella luonto on iso osa minua.

Omassa elämänhistoriassani luontosuhde on ollut kannatteleva voima nuoresta lähtien ja johtanut ammattiin, ensin puutarha-alalle. Vähitellen aloin pohtia, miksei tätä

hyödynnetä enemmän ja sitä kautta tieni vei Green care -toiminnan pariin. Etsin ulkomailta sellaisia juttuja, joita Suomessa ei vielä ollut ja miten luontoa on käytetty ihmisten kanssa toimiessa.

Salovuori on tehnyt työtä erityisryhmien kanssa ja kosketus muihin ihmisiin on tärkeä osa Green care -toimintaa. Henkistä puolta ei ole yleensä huomioitu luontotoiminnassa, mutta kokemustasolla sekin on tullut Salovuorelle tutuksi. Hän pitää kokonaisvaltaisuutta hienona asiana.

– Menetelmiä on todella paljon. Puutarhan- tai eläintenhoitoa. Erätoimintaa ja maatilatoimintaa. Ihmisten pitäisi löytää käytännön tasolla oma juttunsa. Esimerkiksi joku harrastus, josta voi nauttia ja syventää luontosuhdetta. Näen juuri henkilökohtaistamisen tärkeänä.



Tuomo Salovuori pohtii työkseen luonnon hyvinvointivaikutuksia ja kehittää niihin liittyvää toimintaa pääasiassa Helsingissä.

– Nykyään hengellisyydessä kokonaisvaltaisuus ja hengellisyys ymmärretään entistä paremmin ja juuri luonnossa olet kokonainen ihminen. Näen luontotoiminnan paaluuna ihmiselle lajityypilliseen ympäristöön. Siinä on kotiinpaluun meininkiä – viljelijän ja varjelijän rooliin.

Green care -toiminta on kuntouttavaa luontotoimintaa, jossa kohde-ryhmät ovat monesti erityisryhmiä. Esimerkiksi koulujen erityisryhmiä, mielenterveys- tai päihdetautisia ihmisiä, vankeja tai vanhuk- sia. Luonto on keskeisessä roolissa ja luonnon hyvinvointivaikutuksia käytetään tietoisesti hyväksi. Ammatillisia prosesseja mietitään tarkkaan, jotta vaikutuksia voidaan perustella.

– Maatiloja käytetään usein toimintaympäristöinä. Samoin terapeuttinen puutarhanhoito ja erilaiset eläinavusteiset toiminnot ovat suosittuja. Se voi olla myös perinteistä kalastusta ja eräretkeilyä.

Salovuori ajattelee, että luontokokemus menee ihmisen normaali- suojauksen läpi. Suomalainen ajatus metsästä kirkkona perustuu tähän. Siellä ihmiset ovat eri tavalla auki ja defenssit laskevat.

– Tänä päivänä ollaan melkoisen informaatiotulvan kohteena, pääsauhuten ruutujen ääressä. Luonto tarjoaa vastapainon ja suuren sylin ihmisille. Me pystymme palaamaan ihan toisenlaiseen elämään, jossa pää lepää, ruumis rasittuu ja aistit heräävät. Psykykinen palautuminen mahdollistuu. Lisäksi konkreettisesti tekemisellä, käsillä tekemisellä on tervehdyttävä vaikutus.

– Luonto tarjoaa myös yhteisöllisen, osittain vaihtoehdoisen, tekemisen mahdollisuuden. Esimerkiksi puutarhapalsta on yksinkertaisuudessaan tosi kiva mahdollisuus koota ihmisiä yhteen. Vaikka tuoda maahanmuuttajia ja kantasuomalaisia yhteen ja rakentaa yhteisöllisyyttä. Tekemisen ympärille kokoontuminen on seurakunnille

hieno mahdollisuus. Esimerkiksi kalastuskerhossa ihmiset, jotka eivät yleensä muuten ole toiminnassa mukana, pääsevät konkreettisesti yhteen. Se on myös tittleistä riisua ja tasa-arvoista.

Elossa luonnon keskellä

Pohjois-Karjalassa, erämaassa Lieksan ja Kuhmon välillä on vanha metsänvartijan tila, jossa Keski-Aasiasta tutussa jurtassa asuu kuvittaja ja kulttuurintutkimuksen opiskelija **Tytti Toivanen** miehensä kanssa. He ovat muuttaneet sananmukaisesti metsän keskelle, lähimpään kauppaan on matkaa 40 kilometriä.

– Muutto tänne on ollut vuosien matka. Asuimme aikoinaan kerrostalossa ja huomasimme, että emme halua asua enää kaupungissa. Sitten pääsimme mummonmökkiin, mutta sekään ei riittänyt. Pitkillä vaellusreissuilla teltassa asuminen toi perspektiivin, että taloon palaaminen tuntui palaamiselta jonkinlaiseen umpioon.

Tytti Toivanen huomauttaa, että he eivät ole suinkaan ensimmäisiä, jotka tekevät tällaista Suomessa.

Itse asiassa maailmassa iso osa ihmisistä asuu varsin yksinkertaisissa, sähköttömässä olosuhteissa. Kerrostaloasuminen on muutenkin ihmiskunnan historiassa melko uusi juttu. Suomessakin modernisaatio on tapahtunut myöhään. Pari sukupolvea sitten asuttiin sähköttömässä hirsitaloissa ja kesäisin aitoissa. Askeettinen kesämökki on monelle normi.

– Aluksi pelotti, että miten me selviydymme. Mutta sitten ymmärsimme, ettei asumisen näin tarvitse olla selviytymistä vaan ihan normaalia elämää.

Tänä päivänä ollaan melkoisen informaatiotulvan kohteena, pää sauhuten ruutujen äärellä.

Taustalla tällaisessa asumismuodossa on usein riippumattomuus. Ei ole laskuja tai vuokria. Toivasten tontti on oma.

– Asuminen täällä on vastannut suurin piirtein odotuksia. Minun aistini lepäävät täällä. On rankkaa kahlata lumessa hakemaan puita ja vettä, ja se ei ole lepoa. Mutta siinä on kiinni elämän perusteissa, eikä ole sidottu hanoihin ja putkiin. Kerrostaloissa on aika isoista jutuista riippuvainen.

Kyse on myös paluusta luontoon ja luonnon keskelle, niin henkisesti kuin fyysisestikin.

– Luonto on minulle tärkeä juttu. Teen pienimuotoista puutarhahommaa ja viljelyä. Metsäluonto on myös hirveän tärkeää; sienesitys, marjastus, liikkuminen. Kun asuu niin, että puut humisevat metrien päässä, niin huomaa, ettei tarvitse mennä metsään, kun on jo metsässä. Ei tarvitse mennä palauttavalle kävelylle metsään, kun voi olla ytimessä. Se oli pointtina, kun tänne muutettiin.

Toivaselle henkinen luontoyhteys on osa maailmankuvaa ja kokemusta perustavanlaatuisesta yhteydestä maailmankaikkeuteen. Puut ja linnut ympärillä ovat hyvin elossa, ja voi nauttia siitä, että saa olla elossa niiden kanssa. Toivanen onkin julkaisemassa tänä keväänä **Eeva Maria Leinon** kanssa esikois-

teoksen Pohjoisen alitajunnan maa (Viisas elämä, 2022), joka pohtii naiseuden myyttejä osana pohjolan luontoa.

– Koen, että en voi vain mennä ottamaan luonnosta, vaan menen aina pyytämään. Tunnustan, että aikaisemmin se on ollut keinotekoista, mutta nyt kun olen alkanut elämään luonnon keskellä, niin yhteys luontoon tuntuu todellisemmalta. Ajattelen, että mihin ihminen kiinnittää huomionsa, niin siitä ihmisen todellisuus koostuu. Jos tuijotamme vain ruutuja, niin se on meidän todellisuutemme ja samalla

unohdamme, mitä muuta maailmassa on. Minusta alkoi tuntua hullulta, että tunnistin enemmän Kauniiden ja rohkeiden näyttelijöitä ja Applen logon kuin kasveja, jotka olivat kuitenkin tässä lähellä. Se oli minulle suuri herätys, että mistä minun maailmani koostuu.

Vaikka Toivanen on mennyt metsään paremman elämän perässä, hän suhtautuu silti luonnon hyvinvointipuoleen kriittisesti.

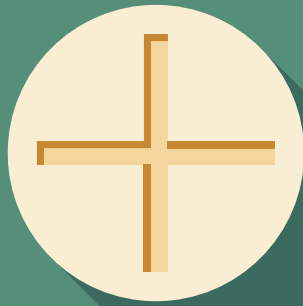
– Itselläni on nihkeä suhtautuminen hyvinvointi-sanaan. Joskus tuli vastaan ajatus, että metsä olisi hyvinvointipalvelu. Ajattelen, että silloin luonto on henkisellä tasolla ihmisen riiston kohde. Miksi ylläpidämme tällaista systeemiä, jossa metsää tarvitaan palautumiseen. Pitäisikö enemmän pohtia, miksi ihmiset uupuvat ja mitä tässä oikein ylläpidetään. Onko kaikki se tarpeellista. ✕

Tytti Toivaselle henkinen luontoyhteys on osa maailmankuvaa ja kokemusta perustavanlaatuisesta yhteydestä maailmankaikkeuteen.



KUVA KATI HILTUNEN

G? K? M?



Kaikki saavat tulla, mutta uskaltavatko kaikki?

On sunnuntai ja messu kirkossa. Pappi asettaa ehtoollista. Kirkon penkissä seurakuntalainen istuu jännittyneenä. Pääsenkö tänään ehtoolliselle? Onko se minulle turvallista? Estääkö pappi toimillaan osallistumiseni?



SARI VAUHKONEN

ALUEKAPPALAINEN, PUNKAHARJUN KAPPELISEURAKUNTA

Vaikkeiden ruoka-aineallergioiden kanssa elämä ei ole helppoa. Pahimmillaan hippunenkin väärää ainetta aiheuttaa henkeä uhkaavan allergisen reaktion, anafylaksian. Usein ihmisten toiminta voi vaikeuttaa elämää entisestään. Onneksi useimmiten kyse on tietämättömydestä ja ajattelemattomuudesta, ei välinpitämättömyydestä.

Ehtoollinen on seurakunnan yhteydenateria, jonne jokaisella pitäisi olla halutessaan mahdollisuus tulla. Näin ei kuitenkaan valitettavasti ole. Usein ehtoollista asettavan tai jaka-

van papin toiminta estää niin keliakikon kuin vilja-allergisenkin saapumisen yhteiselle aterialle. Pienillä asioilla meistä jokainen voi kuitenkin huomioida sen, että kaikkien olisi mahdollista osallistua.

Näin huomioin allergisen

Ensiarvoisen tärkeää on huolehtia käsihygieniasta, siitä ettei käsien kautta aiheuta kontaminaatiota kenellekään, esimerkiksi jos on ennen messua sattunut syömään jotain allergisoivaa. Onneksi koronan myötä me kaikki olemme oppineet pitämään huolta käsihygieniasta.

Pelkkä käsidesi ei huuhto esim. pähkinän tai gluteenin jäämiä sormista. Juuri papin kädet ovatkin pahin kontaminaation riski alttarilla, varsinkin jos tarjolla on gluteenitonta ja ns. tavallista leipää. Ehtoollisen asettamisen ja jaon aikana on huolehdittava siitä, ettei samoilla käsillä lainkaan koske molempia leipiä. Gluteenia sisältävää leipää ei pidä myöskään missään nimessä murtaa tai käsitellä avoimen kalkin päällä, koska leivästä tippuvat hipukset aiheuttavat riskin vilja-allergikolle ja keliakikolle. Parasta olisi käyttää vain gluteenitonta leipää,

Yhdessä syömisellä on valtava sosiaalinen merkitys meille jokaiselle, myös allergikolle.

jolloin kontaminaatoriskiltä alttarilla vältyttäisiin.

Näin helpotan osallistumista

Ehtoollisleivissä ja -viineissä on eroja. Allergikon näkökulmasta olisi valtava helpotus, jos esimerkiksi kirkon eteisessä olisi kerrottuna selkeästi, mitä ainesosia käytetyssä leivässä ja viinissä on. Kun näin menetellään, on huolehdittava, että leivän tai viinin tuoteselosteen muuttuessa ne päivitetään myös seurakuntalaisille. Siirtymisen vain gluteenittomaan, mieluiten viljattomaan leipään, estäisi alttarilla tapahtuvan kontaminaation. Jos käytössä on myös gluteenillista leipää, gluteeniton leipä käsiteltäisiin vain esim. pinsetein. Alkuun pienillä sokeripinseteillä leivän jako voi tuntua haastavalta, mutta tähänkin varmasti tottuu. Ensiarvoisen tärkeää on muistaa, ettei samoilla käsillä voi käsitellä tavallista ja gluteenitonta leipää. Jos murrat kaksin käsin tavallisen leivän, ovat kätesi kontaminaation riski vilja-allergiselle ja vaikeasta keliakiasta kärsivälle. Koko työyhteisön on sitouduttava yhteisiin pelisääntöihin ja huolehtimaan ehtoollisaineiden allergikkojen kannalta turvallisesta käsittelystä jokaisessa vaiheessa.

Seurakunnan toiminta pyörii usein vahvasti ruuan ja varsinkin kahvitarjoilujen äärellä. Jos tarjoiluja on, olisi hyvä huomioida myös

allergikot, varsinkin jos tietää, että toiminnassa on mukana heitä, joille allergiat tuottavat päänvaivaa. Aikuisten kohdalla tilanne on siinä mielessä helppo, että jokainen aikuinen tietää yleensä itse mitä voi syödä. Lapsi ei aina osaa itse huomioida riskejä ja nuoren kohdalla taas ryhmän paine saattaa saada otamaan turhia riskejä.

Surullisimmilta itsestäni tuntuu nuorten ja vanhempien kertomukset siitä, kuinka nuori on jäänyt konfirmaatiossa ilman ehtoollista. Paikalla ollut pappi ei ole osannut kertoa, mitä leipää on käytössä tai oikeammin, mitä ainesosia leipä sisältää. Viininkin kanssa ongelmaksi voivat tulla niin sulfidit kuin muut allergeenit. Yllättäen viinit voivat sisältää jäämiä mm. kalasta, maidosta ja kananmunasta. Jos rippileirillä on nuori, jolla on paljon allergioita, kannattaa sopivat viini ja leipä miettiä jo ennen konfirmaatiota. Ja nuoren kannalta olisi parasta, että kaikille käytettäisiin samoja tuotteita, jolloin nuori saisi kokea yhteenkuuluvuuden tunteen alttarilla.

Vaikeiden allergioiden kanssa eläessä yhteenkuuluvuuden tunne varsinkin ruokailujen yhteydessä voi kärsiä. Ne hetket, jolloin saakin syödä samoja tarjoiluja kuin kaikki muut, tuntuvat juhralta. Yhdessä syömisellä on valtava sosiaalinen merkitys meille jokaiselle, myös

allergikolle. Ehtoollisen osalta on melko helppo järjestää asiat niin, että se voi aidosti olla koko seurakunnan yhteinen ateria.

Keskuudestamme löytyy väistä-mättä kuitenkin heitäkin, jotka eivät kaikesta huolimatta pysty osallistumaan ehtoolliselle yhdessä toisten kanssa. Näitä tilanteita ajatellen olisi hyvä tuoda esille, että voi olla osa seurakuntayhteisöä ilman ehtoollisyhteyttä. Ehtoollisen aikana voi tulla alttarille ja nauttia vain leivän tai viinin tai tulla siunattavaksi ehtoollisen nauttimisen sijaan.

Aina voi kysyä

Vakaviin allergioihin suhtautuminen on onneksi parantunut vuosien varrella. Edelleen vastaan tulee asenteita, joissa ymmärrys ei riitä. Anafylaksiatasoisesti allerginen ei voi itse valita, voiko syödä vai ei. Ruoka-rajoitteet vaikuttavat vahvasti sosiaalisiin tilanteisiin, koska niissä on mukana usein ruoka. Anafylaksian riski onkin pahimmillaan läsnä koko ajan.

Ruoka-aineallergiat pitäisi ottaa huomioon kaikissa tarjoiluissa. Kenenkään ei ole kiva jäädä ilman. Vähimmäisvaatimuksena voi pitää, että olisi saatavilla tuoteselosteet kaikista tarjottavista. Ja jos toisille tarjotaan vaikka juuri paistettuja lettuja, niin silloin pitäisi miettiä, miten myös esim. keliakikko voisi saada saman tarjoilun. Samassa letupannussa tuotteita ei tietenkään voi paistaa. Aivan kaikkia emme tietenkään voi huomioida, jos allergiat eivät ole tiedossa. Aina voi kysyä, onko jotain mitä voisoin varata sinulle ensi kerraksi. Avoin keskustelu allergia-asioissa on hyvä lähtökohta puolin ja toisin. ✕



OSSI JAUHAINEN

KANTTORI, KUOPION ALAVAN SEURAKUNTA

Kansainvälinen yhteistyö, sattumako?

Yhteistyön alku. Helmikuussa 2018 kaksi ystäväni täyttivät “pyöreitä” ja järjestivät hyväntekeväisyyskonsertin paikallisessa ravintolassa.

Esiintyjiksi he olivat kutsuneet muusikkotuttujaan, ja toimin itse taustalaulajana. Paikalle saapui myös Sari “Sakke” Wallenius, jonka kanssa jutustelimme soundcheckin lomassa. Kerrotuani Sakelle olevani kanttori, hän mainitsi Nashvillessä asuvan gospellaulaja Everett W. Millerin. Everettiin hän oli tutustunut ollessaan mukana kansainvälisessä Up With People -tanssi- ja lauluryhmässä. Googlailtuani Everett W. Millerin nimen huomasin hänen esiintyneen Dr Bobby Jonesin kuorossa, ja esiintyneen jopa samoilla lavoilla kuin Kirk Franklin ja CeCe Winans. Totesin, että tämä kaveri on saatava Alavan kirkolle. Otin yhteyttä Everettiin messengerillä esitellen itseni ja laitoin linkkejä eri julkaisuista, joissa olin ollut mukana. Myöhemmin esittelin Everettin kapellimestari Rauno Tikkaselle, joka innostui ideasta ja totesi, että AMKo sinfonia on mukana konsertissa, jos sellainen toteutuu. Kaksi viikkoa myöhemmin pienimuotoinen Suomen kiertue oli sovittuna saman vuoden marraskuulle.

Vierailu Suomessa. Puolisen vuotta oli kulunut, ja Everett saapui marraskuussa Helsinki-Vantaan lentokentälle, jossa olin häntä vastassa

yhdessä Sakke Walleniuksen kanssa. Matka jatkui henkilöautolla Kuopioon taittuen nopeasti jutustellessa. Pari ensimmäistä päivää Kuopiossa Everettillä meni matkasta toipumiseen, mutta iltaisin kävimme jo tutustumassa Kuopioon. Kolmantena päivänä olimme jo työn touhussa. Suomen vierailu sisälsi neljä konserttia, joista kaksi oli Kuopion Alavan kirkossa yhdessä kuoron, AMKo sinfonian ja bändin kanssa, sekä konsertit Leppävirran kirkossa ja Sastamalan kirkossa. Everett piti myös gospel

workshopit Kuopiossa ja Sastamalassa, joiden tuloksista nautimme konserttipäivinä messuissa. Vierailun aikana nauhoitimme myös kaksi musiikkivideota Everettin kanssa: ”Promised Land” (Maan kor-

veassa) yhdessä Kristiina Braskin kanssa, sekä ”See the God” -laulun yhdessä Kristiina Braskin ja Popo Salamin kanssa.

Yhteistyö jatkuu. Korona-aika on lykännyt Everettin suunniteltua vierailua, mutta meillä on suunnitteilla konsertti- ja workshop kiertue marraskuulle 2022. Viestejä ja kuulumisia vaihdamme Everettin kanssa vähintään viikoittain, ja onpa meillä tulossa uusi orkestraalinen julkaisukin tunnetusta ”How Great Thou Art” -kappaleesta. Äänite on jo miksausvaiheessa, ja sillä esiintyvät solisteina Everett W. Miller, baritoni Petteri Lehikoinen, Alavan kirkkokuoro ja Harri Hyppölän johtama Tahdistin-orkesteri. ✕

Totesin, että tämä
kaveri on saatava
Alavan kirkolle.



HARRI KERKON
JOHANNES-PASSIO

HARRI KERKO

KANTTORI, LOHJAN SEURAKUNTA
KUVAT LARS ERIKSSON

Tapa opastaa sanankuulija kristinoppiin käyttämällä kantiloitua eli puhelaulamalla raamatuntekstejä on varhaiskirkollista perua. Erityisten ja keskeisten aiheiden esittely liturgiassa sai jo ensimmäisillä vuosisadoilla draamallisia piirteitä, kun Jeesuksen repliikit kantilloitiin matalammalla äänellä kuin muiden. Ajatuksena oli, että Vapahtajan rooli vaikuttaisi rauhoittavasti.

Varsinkin juhla-aikojen tekstit alettiin myöhemmin jakaa usean lukijan kesken. Pääsiäisenä ja sitä edeltävänä paaston ja hiljaisen viikon aikana draaman käyttö yleistyi. Yleensä tekstin kerronnassa pysyttiin erityisissä kantilointisävelissä, mutta huippukohdissa kuten kohdassa Jumalani, Jumalani, miksi minut hylkäsit, sai olla maalailevaa melismointia.

Suunnilleen 1100-luvulla passio-otekstejä alettiin jakaa usean esittäjän tulkittavaksi, ja 1400-luvulla moniäänisyyden kehittyessä kuoro sai paikan draaman esittelyssä. Myöhemmin 1600-luvulla passiot alkoivat koko kristillisessä maailmassa sulautua oratorion ja oopperan muotoihin. Läpi 1700-luvun

ainakin luterilaisessa Saksassa sävellettiin jumalanpalveluskäyttöön kansankielisiä, huomattavan laajoja oratoriopassioita. Näiden teosten rakenne vaihteli vuosisatojen aikana. Passio saattoi koostua pelkästään jonkin Raamatun evankeliumin tulkinnasta, jolloin se nimettiin kyseisen evankelistan mukaan, tai teksti saattoi rakentua osittain tai kokonaan vapaan runouden pohjalta, jolloin se voitiin nimetä vapaammin. Saksan luterilaiset passiot saivat oman leimansa, kun raamatuntekstien rinnalle sijoitettiin hiljaisen viikon virsiä.

Kirkkopassioiden lisäksi eräät säveltäjät, esimerkiksi Georg Phillip Telemann, kirjoittivat passioita konserttisaleihin. Niissä käytettiin raamatuntekstien sijasta vapaampaa passiorunoutta. Konserttipassioiden tarkoituksena oli sivistää porvaristoa. Passiotaiteen huipensi rohkeilla musiikillisilla draamoillaan

saksalainen Johann Sebastian Bach (1685–1750).

Passioita on sävelletty jossain määrin meidän päiviimme asti. Niitä esitetään erityisesti paasto aikana, mutta niiden tehtävä ei juuri koskaan ole liturginen eivätkä ne välttämättä kiinnity hiljaisen viikon jumalanpalveluselämään. Tämä seikka vaikutti oleellisesti päätökseeni alkaa säveltää – halusin kirjoittaa passion jumalanpalveluskon-tekstiin.

Kirkkomme tarvitsee uutta, hiljaisen viikon teologiaa tehostavaa musiikkia

Mielestäni kirkkomme tarvitsee uutta, hiljaisen viikon teologiaa tehostavaa musiikkia. Kun niin sanottuja ahti-iltoja pidetään harvnevassa määrin, kärsimyshistorian teologinen painoarvo voi jäädä jumalanpalveluselämässä heikoksi. Samalla myös paljon enemmän ti-

Mielestäni kirkkomme tarvitsee uutta, hiljaisen viikon teologiaa tehostavaa musiikkia.



laa saava pääsiäinen menettää kontrastin puuttuessa tehoaan. Kirkkokuusikkona, säveltäjänä ja ammatillisen velvollisuudentunnon kehottamana olin valmis ja motivoitunut omalta osaltani korjaamaan mainittua puutetta. Olin jo pitkään suunnitellut passion säveltämistä, ja nyt päätin tarttua tähän väkävään teemaan. Paneuduin kaikkiin neljään evankeliumiin ja niiden nyansseihin, ja suurimman vaikutuksen minuun teki muita nuorempi

Johanneksen evankeliumi. Johanneksen Jeesus on muiden evankelistojen Jeesusta mystisempi. Vapahtajamme on Johanneksen evankeliumissa suuri voittajahahmo, joka tuntuu tietävän jo etukäteen, miten hänelle tulee käymään. Johannes esittelee Jeesuksen mielestäni myös jumalallisempänä kuin muut evangelistat. Muissa kolmessa evankeliumissa Jeesus näyttyy enemmän ihmisen kaltaisena, lihallisena hahmona.

Alusta lähtien oli selvää, että muokkaan passion sellaiseen esitys- ja rakennemuotoon, joka palvelee seurakuntaa jumalanpalveluselämän kautta. En siis halunnut säveltää massiivista oratoriopassiota vaan hiljaisen viikon musiikkihartauksiin soveltuvan, kevyemmällä kokoonpanolla toteutettavan liturgisen teoksen. Kokoonpanoon valitsin kaksi solistia: evankelistan rooliin tenorilaulajan ja Jeesuksen osaan bassobaritonin. Kuoro ilmen-



Halusin säveltää hiljaisen viikon musiikkihartauksiin soveltuvan, kevyemmällä kokoonpanolla toteutettavan liturgisen teoksen.

tää kansanjoukkoja ja Pilatusta sekä tuottaa musiikillista efektointia. Instrumenttikokoonpanoksi valitsin oboen, jousiston ja urut.

Teokseni on filosofialtaan sangen luterilainen. Kirkkokuntamme reformaation suurin oivallus oli antaa sanankuulijalle mahdollisuus osallistua paitsi jumalanpalvelukseen, koraalien kautta myös liturgisiin sävelteoksiin. Ajattelen, että luterilaisissa passioissa, myös omassani, koraalit antavat teokseen seurakuntalaisen näkökulman. Tämä ajatus viehättää minua suuresti.

Teoksen rakenne

Passioni evankelista ei kuljeta tarinaa resitoiden eikä esimerkiksi bordunaäänien päällä kantilloiden, niin kuin ortodoksisessa liturgiassa; se olisi jotenkin tylsää. Sen sijaan tenorievankelista kertoo tapahtumat ikään kuin läpisävelletyn laulun tuokioina, jotka oboen pienet välisoolot teoksen alussa keskeyttävät. Tämän jälkeen teksti jatkuu seuraavan laulun tuokiona. Muodostuu vaikutelma loppumattomasta laulutuokioiden verkostosta. Myöhäisemmässä vaiheessa teosta alkavat jäsentää myös kuoron soolot ja seurakuntavirret. Selvästi väkevin kohta on pitkä ja yhtenäinen kuoron

esittämä laulu, jossa epäroivä Pilatus joutuu – enemmän tai vähemmän vastoin tahtoaan, juutalaisten joukkojen painostamana – vangitsemaan Jeesuksen. Tämä juutalaisten kansanjoukon ja Pilatuksen kuorodialogi on suorastaan infernaalinen.

Teos on siis rakenteellisesti yhtäältä kuoro-osien, soolojen ja vaikkapa koraalien käytön suhteen tavanomainen luterilainen passio, mutta toisaalta jotkin osat esiintyvät sangen epätavallisessa kontekstissa. Tästä esimerkkinä on Isä meidän -rukouksen käyttö Jeesuksen kuolinhetken draamallisena tehosteena. Johanneksen evankeliumissa Jeesuksen kuolinhetki melkein vain kuitataan tapahtuneeksi; muissa kuolinkamppailu saa draaman käsitteilyssä selvästi enemmän tilaa.

Olen vuosia sitten kirjoittanut Markuksen evankeliumin tekstiin sangen onnistuneen kuoromotetin Jeesuksen kuolinhetkestä, ja olin vähällä käyttää sitä tässä teoksessa. Onneksi kuitenkin luovuin ajatuksesta, sillä olisin särkenyt Johanneksen tulkinnan tapahtumasta ratkaisevassa kohdassa raukkamaisella tavalla. Päädyin teologisesti erikoiseen ratkaisuun: panin Jeesuksen lausumaan kuolinhetken kynnyksellä Isä meidän -rukouk-



sen. Rukous ei esiinny Johanneksen evankeliumissa tässä muodossa ensinkään, mutta käytin sitä silti, koska tämä kristikunnan tärkein rukous soveltuu loistavasti Jeesuksen ja Isän viimeiseksi dialogiksi. Sen hyvin monikerroksisen sisällön voidaan ymmärtää sisältävän armoa, synnintunnustusta, rakkautta ja heittäytymistä Isän suojeleviin käsiin. Tämä Isä meidän -rukousta laulava Jeesus, on teokseni ainoa varsinainen aaria.

Toinen normaalista poikkeava kohta on passion päätös. Teos ei huipennu pelkästään loppukoraaliin, vaan sen lisäksi kirjoitin kuoroepilogin, joka vie tunnelman pääsiäisen jälkeiseen aikaan ja antaa iloa ja toivoa Jeesuksen paluusta: Psalmi 40: 1--- ”Hartaasti minä odotan Herraa - -”, päättää passion toiveikkaasti. Loppukuoron lisäksi passiossa on toinen itsenäinen kuoro-osuus, jonka tekstin lainasin suoraan Johann Sebastian Bachin Johannespassiosta. Bachin passiossa kyseinen kohta on tenoriaa-

ria, minulla siis ”kuoroaaria”:

Ach, mein Sinn, wo willst du endlich hin, / wo soll ich mich erquicken? / Bleib ich hier, oder wünsch ich mir Berg und Hügel auf den Rücken? / Bei der Welt ist gar kein Rat, / und im Herzen stehn die Schmerzen meiner Missetat, / weil der Knecht den Herrn verleugnet hat.

Voi, sieluni, mihin sinä olet menossa / mistä löytäisin lohdutuksen? / Jäi-sinkö tänne, vai kätekeytisinkö / vuorten ja kukkuloiden taa? / Maailmasta ei ole apua, / ja sydämeni on täynnä tuskaa häpeällisen tekoni vuoksi, / kun palvelija on kieltänyt Herransa. (Suom. Erkki Pullinen)

Tässä vaiheessa, kun teos on jo sävelletty, minun on todettava, että alkuperäinen tarkoitukseni kirjoittaa teos keskimääräisen kirkkokuoron toteutettavaksi ei liene aivan realistinen. Jo teoksen laajuus ja varsinkin evankelistan pitkä ja rankka osuus edellyttävät ammattilaulajan panosta. Kuoro-osuuden pyrin pitämään käytännöllisenä, monipuolisena ja vaikeustasol-

taan kohtuullisena. Niin ikään Jeesuksen rooli ja instrumenttiosuudet vaativat ammattimuusikoita, mutta urkuosuus on loistavasti toteutettavissa kollegallisena yhteistyönä useamman kanttorin seurakunnassa, jossa kanttoriresursseja voidaan esityksessä irrottaa kapellimestarin ja urkurin pesteihin.

Passio on musiikillisliturgisena draamana kristillisen musiikkitaiteen vaikuttavimpia traditioita. Sen alkuperäinen liturginen konteksti on ainakin luterilaisessa kirkossa lähes täysin kadonnut. Syynä tähän on mielestäni hiljaisen viikon polttopisteen sammuminen kirkkovuodessa. Sille ei ikään kuin löydy enää paikkaa. Passioita esitetään lähes pelkästään konserttitilanteissa, ja niissäkin painopiste on Johann Sebastian Bachin passioissa. Ne saatavatkin olla ylivertaisia, mutta toivoisin silti koko passiokirjallisuuden laajempaa huomioimista, ja ennen kaikkea – niiden palauttamista alkuperäiseen, liturgiseen kontekstiin. ✕



ANNA-LIISA ALAVUOTUNKI
LEHTORI, HELSINKI

Eläkevuosien rikkautta

Lähes 20 vuotta eläkkeellä. Mihin tämä aika on mennyt? Paljon mielenkiintoisia matkoja, jonkin verran vapaaehtoistoimintaa seurakunnassa ym. Ensimmäisinä eläkevuosina kokosin isäni elämään ja sota-aikaan liittyvää tietoa kirjaan Tulilinjoilla ja kuumilla paikoilla. Äitini elämästä kirjoitin kirjan Jälleen tuli pysähdys. Korona-ajan pysähdyttämänä syntyi myös kirja 1960-luvun teologisen tiedekunnan opintomatkoista ja toinen erikoisesta matkastani henkilöautolla yli Kaukasusvuoriston.

Eläkeaika tarjosi mahdollisuuden toteuttaa nuoruuden kulkurihaavetta. Kun terveyttä oli, päätin patikoida caminoreittejä Santiago de Compostelaan. Niinpä ystäväni kanssa teimme ensimmäisen caminomme v. 2006. Pian se sai jatkoa patikoinneista Fransiscuksen Rauhantiellä ja vaelluksesta Rooman pyhiinvaelluskirkkoihin, poluille Nasaretista Kapernaumiin, Grough Patricille Irlantiin ja Lontoosta Canterburyyn. Syntyi kirja Caminoilla ja muilla pyhillä poluilla.

Monenlaisissa tunnelmissa olen palannut vaelluksilta. Fransiscuksen Rauhan tie sai yllättävän lopun kotimaan lentokentällä, kun matkatoverini kännykässä oli viesti: "Voisitko tulla kriisiryhmään. Jokelan koulussa on ammuttu." Jesus Trail-vaelluksen loppuksi oli huikeaa saapua Arbelanvuoren yli, nähdä Gennesaret, istua sen pimenevillä rannoilla ja Kapernaumin synagogan raunioilla lukemassa

Jeesuksen opetuksia ja kokea ihmisten ystävällisyyttä. Erikoista oli myös nousta Irlannissa sakeassa sumussa Saint Patricin vuorelle, Pyhän Patricin haudalle ja nähdä, miten jotkut tekivät jyrkkää nousua paljain jaloin siellä täällä veristenkin kivien keskellä.

Pappisliiton pyhiinvaelluksilla Santiago de Compostelaan olen saanut olla kolme kertaa. Matkat ovat vahvistaneet kaipuuta elämän yksinkertaisuuteen. Viimeisestä matkasta tuli toisenlainen kuin olimme odottaneet. Useita vaelluksia kanssamme tehnyt "Isä Aslak" oli matkan ensimmäisenä aamuna puhunut meille "sen tien kulkijoista". Neljäntenä vaelluspäivänä hänen matkansa päättyi tielle. Kirjoitin päiväkirjaani: "Kaikki oli kuin sumun peitossa - eilen oli kuljettu yhdessä - nyt yksi vaeltaja oli jo perillä."

Syksyllä 2019 kuljin Britteinsaarilla vanhaa pyhiinvaellustietä Canterburyn katedraaliin, jossa anglikaanisten ja ortodoksisten kirkkojen Meetingin päätösmessussa oli huikeaa kokea kaikesta huolimatta kristikunnan yhteyttä.

Mitä eläkeiän vuodet ovat opettaneet? Ne ovat antaneet perspektiiviä elämään, mutta myös muistuttaneet, että askel lyhenee vuosi vuodelta. Pyhiinvaellusmatkat ovat opettaneet hiljaisuuden elämäntapaa ja selviytymään yksinkertaisissakin oloissa. Ne ovat myös osoittaneet matkatoverien merkityksen ja sen, miten mukavaa on palata kotiin mieli täynnä kiitosta elämästä, terveydestä ja varjeluksesta. ✕

Eläkeaika tarjosi mahdollisuuden toteuttaa nuoruuden kulkurihaavetta.



KESÄTYÖNTEKIJÄN PIKKUJÄTTILÄINEN 2022

Paljonko palkkaa on tarpeeksi? Milloin kesätyöntekijällä on vapaapäivä? Lasketaanko leirillä työtunteja? Olenko minä virkasuhteessa vai työsuhteessa? Kesään on vielä kuukausia, mutta kesätyöasiat ovat ajankohtaisia jo nyt.

Omasta työpaikasta neuvotellessa on hyvä olla perillä kesätyöntekijöitä koskevista oikeuksista. Kesätyöntekijän pikkujättiläinen 2022 tarjoaa jälleen pikakurssin perusasioihin.



Seurakunnat hakevat kesätyöntekijöitä hyvin erilaisiin tehtäviin. Kirkollisissa lehdissä, rekrytointisivuilla ja ainejärjestöjen kautta etsiskellään kirkkomusiikin ja teologian opiskelijoita kesäavuksi, auttamaan leirirumban pyörittämisessä ja paikkaamaan työntekijävajasta kesälomien aikana. Kesätyöntekijän asema seurakunnassa vaihtelee sovittujen tehtävien mukaan: joku palkataan pelkästään yhtä leiriä tekemään, toinen hyppää mukaan rippikouluprosessiin jo kevään aikana, kolmas saa töitä kaikille kesäkuukausille. Jokaisen kesätyöntekijän on hyvä olla perillä työsuhteen perusasioista.

Sopimukset kunnossa

Kaikkia kirkon töissä olevia kirkollisen alan opiskelijoita koskee Kirkon yleinen virka- ja työehtosopimus KirVESTES. Tämä sopimus sisältää kaikki työnantajaa ja työntekijää koskevat perussopimukset aina palkkauksesta päivärahoinhin ja vapaapäiviin. Sopimusteksti

löytyy kokonaisuudessaan Kirkon työmarkkinalaitoksen kotisivuilta, osoitteesta <https://evl.fi/kirkontyömarkkinalaitos/sopimukset>.

Oman työnantajan kanssa kannattaa aina tehdä kirjallinen työsuopimus, josta käy ilmi työsuhteen kesto, palkka, pääasiallinen työpaikka sekä työaika. Työsopimuksesta täytyy selvittää se, millaisiin tehtäviin sinut on palkattu. Sopimuksessa tulee näkyä myös, että työntekijään sovellettava työehtosopimus on Kirkon yleinen virkaja työehtosopimus. Jos työnantaja on joku muu kuin seurakunta, esimerkiksi järjestö tai urheiluopisto, saatetaan työsuhteessa noudattaa myös muuta työehtosopimusta kuin KirVESTES:ä.

Ellei työnantajasi ehdota kirjallisen työsuopimuksen tekemistä, ota itse asia rohkeasti puheeksi. Suullisen sopimuksen varaan ei kannata jättäytyä. Kirjallinen työsuopimus takaa, että työsuhteen pelisäännöt ovat selvät molemmille osapuolille. Hoida työsuopimusasiat kuntoon jo ennen työsuhteen alkua – mahdol-

listen ongelmien selvittäminen voi olla jälkikäteen hankalaa. Mikäli jokin asia solmittavassa työsuopimuksessa epäilyttää, niin ole rohkeasti liittoosi yhteydessä.

Paljonko palkkaa?

Työsuhteeseen otetun teologian- ja kanttorio opiskelijan kuukausipalkan tulee olla haarukassa 1 237,16–1 897,40 euroa. Määräaikaisen virkasuhteen palkkaus sen sijaan on määriteltävä palkkausjärjestelmän tehtävän vaativuuden arvioinnin mukaan.

Opiskelijoiden palkkaa ei ole sidottu opiskeluvuosien tai opintopisteiden määrään, mutta palkasta neuvoteltaessa täytyy ottaa huomioon sovittujen työtehtävien laatu ja laajuus sekä opiskelijan aiempi työkokemus ja hänen opintojensa määrä. Opintojen loppuvaiheessa olevan tai tutkintovaatimuksiin liittyvän harjoittelun suorittaneen opiskelijan palkkaa ei tule määrittellä palkkahaarukan alapäästä. Oma ryhmänsä ovat ne, joilla on jo oman alansa virkaan pätevoittävä



tutkinto. Heidän palkkaansa tarkastellaan suhteessa tehtävän vaativuuteen. Erityisesti kirkkomusiikin opiskelijat saattavat hoitaa seurakunnissa myös kanttorien sijaisuuksia. Sijaiseksi palkattavan henkilön palkan tulee olla kausityöntekijän palkkaa parempi: sijaisen palkka määritellään tehtäväkohtakohtaisesti peruspalkasta käsin.

Mikäli olet menossa seurakuntaan töihin kuukautta lyhemmäksi jaksoksi, esimerkiksi vain yhdelle leirille, palkkasi voidaan silti määrittellä kuukausipalkan perusteella.

Jos kuljet virkamatkoja omalla autollasi, sinulla on oikeus saada kilometrikorvausta. Kysy kuitenkin kirkkoherralta, millainen käytäntö seurakunnassa on. Kilometrikorvauksia ei makseta työmatkasta, jonka ajajat kotoa töihin, vaan vasta työsopimuksessa määritellystä työpäivästä käsin suoritettua matkasta. Kilometrikorvauksista täytetään aina erillinen lomake, josta ilmenee matkan pituus ja sen tarkoitus. Kilometrikorvaus vuonna 2022 on 46 senttiä.

Työaika vai ei?

Opiskelijoiden keskuudessa elää keänä käsitys, että hengellisen työn kesätyöntekijät eivät noudata työaika. Kirkon virka- ja työehtosopimuksessa korostetaan kuitenkin, että työajattomia työntekijöitä ovat vain hengellistä työtä tekevät viranhaltijat, esimerkiksi papit ja kanttorit. Vastaavaa työtä tekevät työsopimussuhteiset työntekijät ovat työaikamääräysten piirissä. Tällaisia työntekijöitä ovat esimerkiksi lastenohjaajat, lähetys- ja pyhäkoulusihteerit sekä kirkollisten alojen kesätyöntekijät. Näillä työntekijöillä on siis työaika, joka on luonnollisesti voimassa myös leirien aikana.

Kesätyöntekijöitä palkataan tällä hetkellä seurakuntiin kahdenlaisiin palvelussuhteisiin: työsuhteisiin ja määräaikaisiin virkasuhteisiin. Suurin käytännön ero näiden kahden välillä on juuri työajan seurannassa. Kesätyöntekijän ollessa määräaikaisessa virkasuhteessa seurantaa ei tarvitse tehdä. Lisäksi eroa on palkan määräytymisessä, virkasuhteisen

palkan määrittelyssä tehtävän vaativuuden mukaan, työsopimussuhteisen palkka määräytyy edellä mainitusta KirVESTES:n liitteessä 5 mainitusta palkkahaarukasta. Liitettä viisi ei siis voida käyttää virkasuhteisiin työntekijöihin. Työsuhteessa oleville työntekijöille kuuluu myös maksaa mahdolliset yö-, aatto- ja sunnuntaityökorvaukset sekä lisä- ja ylityökorvaukset. Kesätyöntekijän leiripäivärahoihin tai lomapäiviin palvelussuhteen lajilla ei ole vaikutusta.

Töissä ja vapaalla

Työajassa olevilla yleinen säännöllinen työaika on 38 tuntia ja 45 minuuttia viikossa eli 7 tuntia ja 45 minuuttia päivässä. Tähän sisältyy kilpailukyky sopimuksessa sovittu työajan lisäys. Työmatkoja asunnosta työpaikalle ei lasketa työajaksi, mutta jos joudut työpäivän aikana siirtymään työpisteestä toiseen, nämä matka-ajat ovat osa työaikaasi. Lähimmän esimiehen kanssa kannattaa sopia siitä, kuinka paljon työaika voit käyttää esimerkiksi rippikoulutuntien ja muiden työhösi kuuluvien tilanteiden valmisteluun.

Kesätyöntekijälle kuuluu kaksi vapaapäivää viikossa. Jos vapaapäivät jäävät leirin alle, ne siirtyvät pidettäväksi myöhemmin. Jokainen kesätyöntekijä on oikeutettu sopimuksen mukaiseen vuosilomaan. Ensimmäiseltä kahdelta

Kesätyöasiat ovat ajankohtaisia jo nyt.





täydeltä työkuukaudelta lomapäiviä kertyy kaksi kuukaudessa, kolmannelta kuukaudelta yksi. Täydeksi työkuukaudeksi lasketaan kuukausi, jossa on yli 14 työpäivää. Loman ajankohdasta kannattaa keskustella työnantajan kanssa. Mikäli et ehdi pitää lomapäiviäsi, ne on mahdollista korvata rahana. Tästä kannattaa kuitenkin aina sopia etukäteen.

Työaika leirillä

Useimmiten kesätyöntekijöiden tehtäviin kuuluu olennaisena osana leirityö. Työsuhteisilla työntekijöillä työaika noudatetaan leirillä siinä missä muutenkin. Työaika tulee seurata myös leirillä, tässä auttaa myös etukäteen laadittu tuntalista leirille. Työsuhteessa oleville kesätyöntekijöille kuuluu korvata myös mahdolliset leirin aikana kertyneet ylityötunnit joko rahana tai

vapaana. Korvauksen suuruus määräytyy tunti tunnista -periaatteella, eli yhdestä ylityötunnista työntekijä saa joko yhden tunnin vapaata tai tunnin palkkaa vastaavan rahallisen korvauksen.

Leirityöaika koskevan momentin noudattaminen vaatii käytännössä sitä, että leirien aikataulua suunnitellaan etukäteen myös työntekijäresurssien näkökulmasta. Työ- ja vapaa-aikoja suunnittelemalla ja jakamalla pystytään takaamaan kaikkien työntekijöiden riittävä lepo leirin aikana – kukaan ei jaksakaan eikä voi tehdä töitä 24 tuntia vuorokaudessa, ei edes leirillä.

Leirillä työaika voidaan haluttaessa pilkkoa niin, että työajan välissä on vapaa-aikaa – esimerkiksi toisen opettajan tuntien aikana tai leiriläisten vapaa-aikana. Tällöin työntekijä voi olla leirin käytössä

taukojaan lukuun ottamatta aamusta iltaan. Työajan suunnitteluun tulee aina lähteä kunkin leirin tarpeista ja suunnittelun lähtökohtana on hyvä käyttää leirin ohjelmaa.

Leirielämää

Moni kesätyöntekijä viettää ison osa kesäkuukausista leirillä, ja leirityöstä työntekijän kuuluu saada tietyt korvaukset: leiripäivärahaa sekä virkasuhteisten leirityöaikahyvitystä.

Leiripäivärahaa maksetaan jokaiselta yhtäjaksoiselta leirivuorokaudelta (kokopäiväraha = 45 €/vrk). Leirivuorokauden lasketaan alkavan, kun työntekijä lähtee kotoaan tai työpaikaltaan ja päättyvän, kun hän palaa sinne. Jos reissaat esimerkiksi vaellusparille Lappiin, matkat lasketaan mukaan leiriaikaan. Mikäli leiriin tai retkeen kuu-



Työnantajan kanssa kannattaa aina tehdä kirjallinen työsopimus.

luu seurakunnan kustantama ruokailu, päivärahasta vähennetään laitosruokailun verotusarvoa vastaava summa, joka on 5,36 €/lämmän ateria. Mikäli ruokailuun kuuluu leiriläisten ruokailun valvontaa, tulisi summana käyttää valvotun laitosruuan verotusarvoa 4,29.

Leiripäivärahan saaminen riippuu siitä, missä työpaikkasi on. Mikäli työpaikkasi on työsopimuksessa merkitty seurakunnan leirikeskus, jossa leirit pidetään, et ole oikeutettu leiripäivärahaan. Työpaikan ei pitäisi olla leirikeskus – varsinkaan silloin, jos työhösi kuuluu muutakin kuin pelkkiä leirejä. Leirikeskuksen pitäisi myös sijaita yli 5 kilometrin päässä virkapaikasta.

Leirien vastuukysymyksistä on hyvä muistaa, että kesätyöntekijä ei voi olla leirin turvallisuusvastuussa. Mikäli hänet kuitenkin määrätään tällaiseen vastuuseen, siirtyy oikeudellinen vastuu kesätyöntekijän esimiehelle eli kirkkoherralle.

Kannattaako työttömyyskassan jäsenyys?


Kesätöitä tekevä opiskelija voi halutessaan liittyä työttömyyskassan jäseneksi ja kerryttää näin kesätöillään työssäoloehto. Kassan jäsenyys kannattaa, jos valmistuttuaan sattuukin jäämään työttömäksi; kun työssäoloehto täyttyy, vastavalmistunut maisterikin on oikeutettu ansiosidonnaiseen päivärahaan. Työs-

säoloehdon täyttymiseen lasketaan mukaan myös muut kuin kirkon töissä tehdyt työt.

Kanttori-urkuriliiton, Pappisliiton tai Teologiliiton ilmainen opiskelijajäsenyys ei sisällä työttömyyskassan jäsenyyttä, joka on aina maksullinen. Jäsenmaksu on 9 €/kk eli 108 € kuluvana vuonna. Nykyisen taloustilanteen vallitessa työttömyyskassan jäsenmaksu kannattaa usein kuitenkin maksaa. Jos olet kiinnostunut työttömyyskassan jäsenyydestä, ota yhteyttä AKIn toimistoon!

Kysy ja keskustele rohkeasti!

Kesätyöntekijän kannattaa pitää kiinni oikeuksistaan. Muista kuitenkin, että työntekijällä on paitsi oikeuksia myös velvollisuuksia. Hoida sinulle annetut tehtävät huolella ja noudata esimieheltä saamiasi ohjeita. Nykyisessä työtilan-



teessa kesätyöt tarjoavat arvokasta kokemusta seurakuntatöistä ja toimivat myös erinomaisena käyntikorttina tulevia töitä haettaessa. Töihin kannattaa siis suhtautua riittäväällä vakavuudella. Muista, että seurakunnan silmissä edustat myös kaikkia oman alasi opiskelijoita. Kaikista mieltä painavista asioista kannattaa kysyä ja keskustella. Jokaisella työpaikalla on omat käytäntönsä, joiden tunteminen helpottaa työntekoa huomattavasti. Monet asiat ovat myös sellaisia, joista täytyy itse sopia oman esimiehen kanssa. Näitä ovat esimerkiksi kesätyöntekijän työtehtävät, osallistuminen rippikoulun ennakkotapaamisiin ennen varsinaisen työjakson alkamista, opetustehtävien jakaminen rippikoulussa ja monet muut asiat, joista ei ole olemassa virallisia sopimuksia. Kannattaa siis olla aktiivinen jo ennen työsuhteen alka-

mista, niin välttyy ikäviltä yllätyksiltä. Seurakunnan luottamusmieheltä tai liitostasi voit aina kysyä, mikäli jokin asia epäilyttää.

Työterveyshuolto on palvelu, joka ei automaattisesti kuulu lyhyessä työsuhteessa oleville työntekijöille. Oman esimiehen kanssa kannattaa keskustella myös siitä, kuinka toimit, jos satut sairastumaan kesken kesätöiden.

Jos kaipaat lisätietoa kesätöihin liittyvistä asioista, ota rohkeasti yhteyttä. Yhteystietomme löytyvät tämän lehden takaa. Myös työpaikoilla toimivat luottamusmiehet ovat kesätyöntekijöiden käytettävissä.

Onnea työnhakuun ja työn iloa kesääsi! ✕



HUR GICK DET SÅ HÄR?

MARIA BJÖRKGREN-VIKSTRÖM

FÖRSAMLINGSPASTOR I ÅBO SVENSKA FÖRSAMLING

Jag kan inte nämna en enskild händelse eller säga ett datum när jag visste att jag vill bli präst. Däremot minns jag tydligt hur jag en eftermiddag i skolans korridor, efter drygt 20 år som religions- och psykologilärare upplevde: Nu brinner jag inte mera för mitt jobb, jag måste vidare till något annat. Det var en sorg eftersom min läraridentitet var stark. Jag var lärare i tredje generation och hade hela mitt liv levt i skolårets rytm. Under studie-

åren hade jag ändå varit förutseende och gjort mig behörig också för prästyrket.

Jag blev prästvigd år 2020 på Mikaelidagen och förordnades till Åbo svenska församling som församlingspastor på deltid och sedan förra hösten har jag jobbat heltid. Det hade gått en lång tid mellan det att jag blev klar med mina studier (maj 1987) och mitt inträde i prästämbetet. Under åren som religions- och psykologilärare (27 år) och som sakkunnig i skolsam-

verkan och konfirmandarbete vid Kyrkostyrelsen (6år) har jag dock haft teologuppgifter och känt mig som teolog fastän jag inte varit prästvigd. Ändå var det ett stort steg att som 57-åring bli prästvigd och börja jobba som församlingspräst.

Jag hade under 32 år levt i ett prästhem, tio av de åren i biskopsgården i Borgå. Från sidan hade jag följt med prästens vardags men jag visste så klart inte hur det känns att vara präst, att tjäna vid altaret i mässan, sitta i sorgesamtal, ha förrättningar och att jobba på helgerna. Jag hade varit med om närmare 30 prästvigningar, planerat prästvigningsskaffet i biskopsgården, samtalat med nyvigda präster och deras familjer. Från kyrkbänken hade jag följt med hur stolan och mässhaken kläddes på prästkandidaterna men jag hade inte själv känt tyngden eller kraften i dem.

När min man Björn lämnade biskopsuppdraget i Borgå hösten 2019 flyttade vi till Åbo där han fick tjänst vid Åbo Akademi. Vi ville båda flytta hit, här bor flera av våra familjemedlem-

mar. Jag märkte ganska snart att det var tungt att inne i veckorna bo i Helsingfors. Jag ville integreras i min nya hemstad, ville att livet skulle vara i balans. Samma vecka som coronapandemin bröt ut i vårt land fick jag ett samtal från min hemförsamling. De behövde en präst på deltid och frågade om jag var intresserad. Under Björns biskopstid funderade jag ibland på att bli präst men det hade inneburit att vi båda skulle ha jobbat på helgerna på var sitt håll. Nu var situationen en annan. Jag tog fasta på kallelsen jag fick från församlingen, funderade och bad Gud om ledning. Sen sökte jag fram mina betyg, ringde till biskopen som tyckte det var goda nyheter, konkurrensen av andra goda nyheter var inte så hård några dagar innan landet stängdes ner.

Det har varit fint och spännande att börja ett tredje skede i mitt yrkesliv. Jag har fått mycket stöd av mina arbetskamrater. I mitt jobb som religionslärare undervisade jag och försökte levandegöra vad religion handlar om. Som präst får jag i mötet med

församlingsbor inte enbart undervisa om gudsuppfattningar, etiska frågor och traditioner utan jag får dela tron på Guds omsorg och kärlek i riter, samtal, bön och gudstjänster.

Mina erfarenheter från läraryrket och från åren vid Kyrkostyrelsen är till mycket stor hjälp. Jag har tillsammans med ungdomsarbetsledaren jobbat med församlingens samarbete med småbarnspedagogiken och lågstadierna. Det har varit jätteintressant att i praktiken få göra det som jag i sex års tid som sakkunnig vid Kyrkostyrelsen har fördjupat mig i.

Under mitt första år som präst har jag ibland glömt bort att jag är präst. Jag känner inte mig annorlunda på något sätt och det är inte heller lättare att be och leva kärleksfullt. Men när jag klär på mig prästskjortan, min prästdräkt eller alban och stolan känner jag mig trygg, glad och stolt.

Kläderna känns inte som bördor utan de påminner mig om det uppdrag jag fått ta emot och jag känner att jag är buren av Gud. Det är fint! ✕

Luonto tarvitsee jokaisen seurakunnan ja seurakuntalaisen ymmärrystä ja suojelua

C ruxin joulukuun 2021 numeron teemana oli eläimet. Me lukijat olemme varmaankin yhtä mieltä tämän teeman lähtökohdasta; kuten Kari Kuula sanoitti: "...kaikki elämä on arvokasta Jumalalle... elämä on itseisarvo." Jatkan tästä teemasta eteenpäin.

Keräilin nuorena poikana 1970-luvulla innokkaasti perhosia. Silloin niitä ja muita hyönteisiä oli suorastaan käsittämättömän paljon enemmän kuin nykyisinä kesinä.

Perhosten ja muiden hyönteisten määrät ovat romahtaneet reilussa 40 vuodessa paljon. Näihin hyönteisiin yhteyksissä olevien ketokasvien, ojanvarsi-kukkien, lintujen ym. määrät ja esiintymispaikat ovat vähentyneet samassa suhteessa. Viime vuosina olen yrittänyt opetella lintuja ja niiden käyttäytymistä enemmän kotikaupungissani. Päiväperhosia ei täälläpäin juuri enää lentele kauneimpina loppukesän päivinäkään. Olen siis tässä uudessa harrastuksessa hieman myöhässä, sillä monet lintulajitkin ovat nyt vähentyneet pelottavan nopeasti.

Viime aikoina sekä EU:n tasolla että Suomessa on keskusteltu luonnon monimuotoisuuden köyhtymisestä. Eikä yhtään liian aikaisin. Avohakkuut, vaelluskalat, Etelä-Suomen metsien pirstoutuneisuus, ravinnepestöt vesistöihin, kivistöiminnan vaikutukset luontoon puhuttavat ihmisiä paikkakunnasta riippumatta. Ympäristön yksipuolistuminen on ilmastomuutoksen maailmassa suuri tulevaisuuden megatrendi, josta pu-

hetta tulee riittämään myös seurakunnissa.

Seurakuntien työntekijöiden on hyvä harrastaa luontoasioita. Kun luontoa harrastaa, siitä on iloa sekä itselle että työnantajalle. Mielestäni jokaisen seurakunnan kannattaisi miettiä omasta näkökulmastaan esimerkiksi seuraavia asioita:

– Onko seurakunta metsänhoitosuunnitelmaa tehdessään kysynyt mielipiteitä esim. paikallisilta lintuharrastajilta? Seurakunta voi aika helposti auttaa hädässä olevia lintulajeja ja siinä samassa mo-

nia muitakin metsien eliölajeja. Seurakunnan metsät ovat seurakuntalaisille paljon muutakin kuin tukkeja.

– Voisiko seurakunnan nurmikkoja hoitaa luonnollisemmin? Joidenkin paikkojen maaperää voisi köyhdyttää ja uudistaa niittymäisiksi. Samalla voisi jättää jokaviikkoisen hyönteisten giljotiinin – ruohonleik-

kurin - pois noilta alueilta.

– Voisiko seurakunta käyttää istutuksiin enemmän sellaisia kasveja, jotka maistuvat myös hyönteisille ja jättää kasvinsuojeluaineet pois?

– Voisiko seurakunnan puistoihin jättää vanhoja puita ja jättää ne jopa lahoamaan sinne tikojen hakattaviksi?

Luonnonsuojelu oli aikoinaan ihmisten mielikuvissa jonkinlaista ”viherpiipertäjien” hommaa. Tänä päivänä on syytä ymmärtää, että luonto tarvitsee jokaisen seurakunnan ja seurakuntalaisen ymmärrystä ja suojelua. ✕

Esa Järvinen

Kappalainen, Malmin seurakunta

Viime aikoina on
keskusteltu luonnon
monimuotoisuuden
köyhtymisestä.
– Eikä yhtään liian
aikaisin.



**AKI LIITOT
FÖRBUNDEN**

Perustettu 25.1.2001

AKIn toimisto
Rautatieläisenkatu 6,
00520 Helsinki Avoimna arkisin klo 10–14. Puh. (09) 4270 1500,
toimisto@akiliitot.fi www.akiliitot.fi

Edunvalvontaan ja työsuhteeseen liittyvät kysymykset osoitteeseen
edunvalvontaa@akiliitot.fi

SUOMEN KIRKON PAPPISLIITTO
Finlands kyrkas prästförbund r.y.
www.pappisliitto.fi
Perustettu 14.1.1918



**Puheenjohtaja,
Pappisliitto
Janne Keränen**

Suomen Lähetysseura
palvelupäällikkö,
pastori, TM
Puh. 040 676 1790
janne.keranen@
suomenlahetusseura.fi

PAPPISLIITTO PÄRSTFÖRBUNDEN

SUOMEN KANTTORI-URKURILIITTO
Finlands Kantor-organistförbund r.y.
www.skul.fi
Perustettu 15.6.1907



**Puheenjohtaja, AKI
Puheenjohtaja,
Kanttori-urkuriitto
Minna Raassina**

Savonlinnan seurakunnan
johtava kanttori, MuM,
Diplom-Kirchenmusikerin (A)
Puh. 044 776 8060
minna.raassina@devl.fi



SUOMEN TEOLOGILIITTO
Finlands teologförbund r.y.
www.teologiliitto.fi
Perustettu 2.6.2017



**Puheenjohtaja,
Teologiliitto
Laura Leipakka**

Espoon seurakuntayhtymä
projektikoordinaattori, TM
Puh. 040 8278 514
laura.leipakka@devl.fi

STL

TOIMINNANJOHTAJA



Jussi Junni
pastori, TM, PsM
Puh. (09) 4270 1507
GSM. 044 744 7041
jussi.junni@akiliitot.fi

Yleishallinto,
neuvottelutoiminta,
edunvalvonta,
palvelussuhdeneuvonta

ASIAANTUNTIJAT



Ina Laakso
TM
GSM 044 4937 294
ina.laakso@akiliitot.fi

Työelämä- ja
uraneuvonta, teologian
alan koulutuspolitiikka,
Teologiliiton hallinto
ja ammatilliset asiat,
opiskelijatyö (teologia)
(31.1-2.11.2022)

JÄSENPAVELUSIHTTEERIT



Tuija Kukkonen
yo-merkonomi
Puh. (09) 4270 1501
tuoja.kukkonen@akiliitot.fi

Jäsenyysasiat, alaosastot,
luottamusmiestutskurssit



Heli Meinola
Puh. (09) 4270 1515
heli.meinola@akiliitot.fi

Cruxin toimitussihteeri,
jäsenyysasiat,
opintomatkat

APULAISTOIMINNANJOHTAJA



Merja Laaksamo
pastori, TM
Puh. (09) 4270 1506
GSM 050 542 3664
merja.laaksamo@akiliitot.fi

Cruxin päätoimittaja,
AKIn viestintä, Pappis-
liiton hallinto ja alaosasto-
toiminta, opintomatkat,
pappien ammatilliset asiat,
palvelussuhdeneuvonta



Annukka Ruusula
kanttori, MuM
Puh. (09) 4270 1505
GSM 044 744 7040
annukka.ruusula@akiliitot.fi

Kanttori-urkuriitto hallinto
ja alaosastotoiminta,
kanttorien ammatilliset asiat,
palvelussuhdeneuvonta,
opiskelijatyö (kirkkomusiikki)



LAKIMIES
Maarit Engström
OTM, KTM
Puh. (09) 4270 1502
maarit.engstrom@akiliitot.fi

Palvelussuhdeneuvonta,
luottamusmiestoitinnan
koordinointi, koulutustehtävät

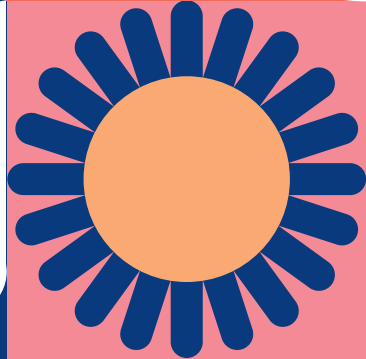
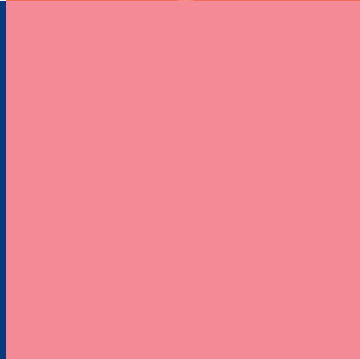
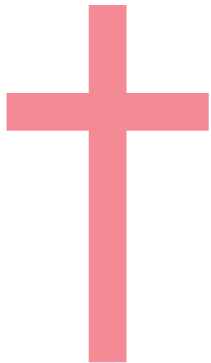


JÄRJESTÖKOORDINAATTORI
Ilari Huhtasalo
pastori, TM
Puh. (09) 4270 1513
GSM 044 036 1610
ilari.huhtasalo@akiliitot.fi

Hallinto, jäsenpalvelut,
kokousjärjestelyt

Erityiskoulutettujen työttömyyskassa Erko
Asemamiehenkatu 2 C, 00520 Helsinki
Puh. (09) 7206 4343 ma ja to klo 12–15
Faksi (09) 272 1212
erityiskoulutettujen.tk@erko.fi
www.erko.fi

Puhelinpalvelu yksityiselämän oikeusasioissa:
Arkisin klo 10–16 Eversheds Asianajotoimisto Oy
Puh. 010 684 1300. Mainitse minkä liiton jäsen olet ja
jäsennumerosi.



KIRKKOPÄIVÄT JA
LÄHETYSJUHLAT
OULUSSA
20.-22.5.2022

#YHDESSÄ'2022

JÄSENTAPAHTUMA KANTTORI-URKURIKIITON JA PAPPISLIITON JÄSENILLE LAUANTAINA 21.5. KLO 13–15

Iloisia kohtaamisia liiton toimihenkilöiden ja kollegoiden kanssa sekä salaattibuffet leivän ja viinin kera.

Tervetuloa!

Ilmoittaudu nettilomakkeella
akiliitot.fi/tapahtumakalenteri/,
josta näet myös osoitetiedot.

