

AAMUN KOITTO

Ortodoksinen seurakunta- ja aikakauslehti

3 ♦ 4.6. 2018 ♦ 8 €



TERVE IHMINEN

Pyhiinvaellus, hoitava matka • Miksi lähteä kirkkoon?

AAMUN KOITTO

Ortodoksinen aikakauslehti

tässä numerossa



MARTINUS MARKOFF

10 Terveys voi hetkien verran olla myös mielentila.



MARTINUS MARKOFF

18 Lähde kirkkoon! Avaa kesällä nurmettunut kirkkopolku.



MARTINUS MARKOFF

8 Kirkon lääkkeitä ovat mm. katumuksen sakramentti, ehtoolliseen valmistautuminen ja siihen osallistuminen.

- 4-7 Terve ihminen**
Sairaudet ovat aina kiinnostaanet ihmiskuntaa. Mitä niistä ajatellaan tänä päivänä?
- 8-9 Kirkon lääkkeet**
- 10-11 Pyhiinvaellus, hoitava matka**
Suomalaisille pyhiinvaellus antaa lisätilaa ajatuksille ja askeleille.
- 12-13 Kasvokkainen**
Risto Pelkonen
- 14 Helmenkalastaja**
Pelastakaa lapset
- 15 Arkkuhautaus vai tuhkaus**
- 16-17 Raamatun ihmiskäsitys**
- 18-19 Miksi lähteä kirkkoon?**
- 20-23 Uutisvaaka, Vieraskirja, Media**
- 24 Kirjat**
- 25 Venäjänkielinen sivu**
- 26-27 Ilmoituksia**
- 28 Isien opetuksia**

Aamun Koitto PSHV:n ja Karjalan hiippakunnan seurakuntien lehti, perustettu 1896, www.aamunkoitto.fi
Kustantaja Pyhien Sergein ja Hermanin Veljeskunta ry. (PSHV), Valamontie 42, 79850 Uusi-Valamo
Toimituskunta KS Joensuun piispa Arseni, toimittaja Risto Lindstedt, toimittaja Mauri Liukkonen, pastori Harri Peiponen, pappismunkki Johannes Parviainen, pastori Tuomas Kallonen, pastori Marko Mäkinen, toimitussihteeri Mari Vainio **Päätoimittaja** piispa Arseni, Kotalahdentie 49, 71920 Pajujärvi, puh. 050 3110349, piispa.arseni@ort.fi **Toimitussihteeri** Mari Vainio, puh. 050 564 8899, mari.vainio@ort.fi **Tilaukset, peruutukset, osoitteenmuutokset ja laskutus** puh. 0206 100 490, aamun.koitto@ort.fi **Ilmoitusmyynti, -aineistot ja trafiikki** puh. 0400 361190, simo.palviainen@entra.fi Taitto Aste Helsinki Oy Painaminen PunaMusta Oy. **Seuraava numero ilmestyy** 3.9. **Seuraavan numeron aineistopäivä** 23.7. **Kannen kuva** Tuomas Kallonen ISSN 0355-9009

nyt ja iankaikkisesti

Sairaina syntyneet

Pääsiäiskaudella kirkossa luettiin evankeliumikertomus Kristuksen ja sokeana syntyneen kohtaamisesta. Kertomus on monella tapaa mielenkiintoinen. Itselleni se on erityisen tärkeä. Ennen pappetta työskentelin kehitysvammaisten hoitajana. Keskeinen teologinen kysymys mielessäni oli se, miksi joku syntyy sairaana ja toinen terveenä?

Sokeana syntyneen kohdalla yhteisö esitti kysymyksen sairauden syystä. Oletus oli, että sairaus olisi aina synnin seurausta. Eräällä tapaa kirkkomme opettaa juuri näin. Rukouksissa kuolinvuoteen äärellä todetaan, että Jumala sallii kuoleman, ettei pahuus vallitsisi ikuisesti. Sairastavuus on hajoavaisuuden ja kuoleman merkki. Siksi me olemme kyseisen rukouksen perusteella kuolevaisia synnin eli lankeemuksen seurauksena. Kyse ei ole kuitenkaan kenenkään yksittäisen henkilön synnistä, vaan ihmisen lankeemuksesta pahuuteen.

Sokeana syntyneen kohdalla Kristus täydentää tätä opetusta. Hänen sanojensa mukaan mies oli sokea, jotta Jumalan teot tulisivat hänessä ilmi. Oikeastaan meissä kaikissa, koska kaikki me olemme syntyneet sairaina ja kuolevaisina. Mutta millaisista teoista Kristus puhuu?

Parantaessaan sokean Herra teki tahnaa syljestään ja maan tomusta. Samoista aineista, joista ihminen on luotu: maan tomusta ja Jumalan Sanasta. Pyhä Efraim Syyrialainen tulkitsi Raamatun kertomusta niin, että Kristus korjasi sen, mikä luomisessa oli vajavaista.

Ajatuksena Efraimin tulkinta on sensaatiomainen: onko luominen epätäydellinen? Ehkä ei kuitenkaan niin, ehkä on turvallisempaa puhua keskeneräisestä luomisesta. Aikamme ortodoksiteologi isä John Behr on kirjoittanut ihmisen luomisesta projektina. Kun Jumala loi Aadamin, hän aloitti ihmisen luomisen, joka päättyi Kristukseen. Omalta osaltamme luominen on valmis vasta tulevana aikoina, kun Jumala nostaa meidät ylös sinne, missä ei ole kipua, surua eikä huokauksia. Mielestäni isä Johnin ajatus luomisen keskeneräisyydestä kohtaa hyvin pyhän Efraimin tulkinnan sokean parantamisesta. Parantaessaan sokean Kristus viittaa iankaikkiseen elämään: Jumalan tekoihin ristissä, haudassa ja ylösnousemisessa.

Vasta tulevassa elämässä saamme lopullisesti terveyden, tullessamme kirkastetuiksi kauneuteen, johon Jumala on tahtonut meidät luoda.

Pastori Tuomas Järvelin

Olenko terve ihminen?

Kysymys terveydestä koskettaa meitä kaikkia. Usein kevään ja syksyn flunssa-aikoina haastellaan terveydestä, ainakin jos ei muutakaan keskustelunaihetta löydy. Kun mikään ei erityisesti vaivaa, pidämme terveyttä itsestäänselvytenä.

Sairauksiksi luokitellaan monenlaiset fyysiset ja psyykkiset vaivat, mutta luetteloon voi liittää vielä hengellisen sairauden, jonka oireet saattavat pysyä kätkössä ainakin läheisiltä ja joskus jopa itseltä. Ihminen on vajavainen, eli aina löytyy jotain parannettavaa. Kun sielu sairastaa, ihminen ei tunne kipua, eikä ehkä hae vaivaan lääkitystä. Sen sijaan kun meillä on vähäinenkin ruumiillinen vaiva, koetamme etsiä siihen parannusta. Sielu on kuitenkin ruumista arvokkaampi, sillä se on kuolematon.

Pyhän apostoli Paavali toteaa: *"--jota Herra rakastaa, sitä hän kurittaa--"* (Hepr. 12:6). Tämän ajatuksen valossa ei ainoastaan ulkoisia vastoinkäymisiä, vaan myös sairautta voidaan pitää hengellisesti kasvattavana tapahtumana. Ilman pimeyttä emme voisi käsittää valon merkitystä ja ilman sairautta tuskin kykenisimme pitämään terveyttä rukouksen ja kiittolisuuden aiheena.

Kesä vaikuttaa seurakuntien elämään yhtäältä elävöittävästi mutta toisaalta myös lamaannuttavasti. Kesällä vietetään useiden pyhäkköjen temppeleijuhla, järjestetään seurakunnan kristinoppileirit ja osallistutaan ristisaattoihin. Toisaalta työntekijät pitävät lomiamia, joten toiminnat supistuvat ainakin pienissä seurakunnissa. Seurakuntalaiset puolestaan käyvät vähemmän jumalanpalveluksissa loma-aikoina. Luostareissa kesä on puolestaan vilkkainta aikaa.

Kesäloma vapauttaa lähtemään pyhiinvaellukselle omiin luostareihimme tai vierailemaan naapuriseurakunnassa kuulemassa "parempilahjaista pappia". Loma antaa mahdollisuuden viettää aikaa omaisten ja ystävien seurassa eli huolehtimaan sosiaalisesta hyvinvoinnista. Se auttaa myös huoltamaan omaa sisäistä ja ulkoista kuntoa lukemalla sekä liikkumalla.

Tavallinen, arkinen elämä on hengellisessä mielessä terveintä mahdollista, jos siihen sisältyy sielua huoltavaa rukousta, jumalanpalveluksissa käyntiä, lukemista ja lähimmäisten huomioimista.

Muodostukoon tämä kesä kaikille Aamun Koiton lukijoille eri tavoin hengellistä, fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista elämää tervehdyttäväksi ja vahvistavaksi.

Piispa Arseni





Terveys – monen asian summa

Voiko ihmisen tila koskaan olla ”täydellinen”? Ortodoksinen kirkko on terveystieteiden näkökulmasta aivan oikeassa opettaessaan, kuinka ihminen on luonnostaan vajavainen. Ihmisen puutteellisuus koskee kaikkia ihmisyyden ulottuvuuksia, siis myös sitä, mitä kutsutaan terveydeksi.

WHO:n määritelmä terveydestä: ”Terveys on täydellinen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila, eikä pelkästään sairauksien puuttumista”, on paras ymmärtää eräänlaisena utopiana. Se on tavoitetilä, jota ei täysin saavuteta, eikä tarvitsekaan.

Terveyden pohtiminen on ihmisen historiassa suhteellisen tuore ilmiö. Oikeastaan se

teki kunnan läpimurron vasta meidän aikamme. Aiemmin terveyttä pidettiin ikään kuin ongelmattomana perustilana, jonka tarkempaan erittelyyn ei ollut tarvetta. Se jäi näkymättömäksi abstraktioksi.

Sairaudet sen sijaan ovat aina kiinnostaneet ihmiskuntaa. Sairauksien etiologiaa eli syitä on arvuuteltu ainakin tuhansien vuosien ajan.

Mitä sairaudet ovat? Mistä ja miksi ne tulevat?

Syy sairauksia kohtaan tunnettuun kiinnostukseen on yksinkertainen. Ennen nykyistä lääketieteellistä tietämystä melkein mitkä tahansa sairaudet muodostivat eksistentiaalisen uhan. Ne saattoivat yllättäen viedä ihmiseltä kyvyn hankkia ravintoa ja elantoa, syöstä kurjuuteen ja tuhoon kokonaisia perheitä, kyliä ja heimoja sekä viedä kenet tahansa

kesken kaiken pois elävien joukosta.

Sairauksien historiallisista selityksistä on erotettavissa muutamia perusmalleja.

Eräs yleisimpiä on niin sanottu ontologinen sairausmalli. Siinä sairaus ymmärretään käytännössä aivan kuin konkreettisena olentona, joka iskee ihmiseen. Terveystantropologiassa on tunnistettu esimerkiksi Afrikassa laajalle levinnyt käsitys siitä, että tauti on pieni ötökkä, joka pääsee tunkeutumaan pahaan aavistamattoman ihmisen sisikuntaan vaikkapa sieraimen tai suun kautta ihmisen nukkessa.

Ontologinen sairausmalli ei ole tuntematon meidän nykyisessä kulttuurissamme. Kun joku saa influenssan, meillä on heti valmis mielikuva pikkuruisesta viruksesta, joka olisi pitänyt torjua huolellisemmalla käsihygienialla, mutta joka pääsi kuin pääsikin rellestämään ihmisen elimistössä. Tai sitten kerrotaan, että henkilö N. sai syövän. Ajatuksissamme maligni tauti hahmottuu konkreettiseksi möykyksi, vieraaksi olenoksi.

Edellä kuvatuissa esimerkeissä ontologinen arki ajattelumme on monessa suhteessa väärillä jäljillä. Todellisuudessa influenssa ei ole sama kuin influenssavirus, vaan kyseessä on moninainen elimistön reaktio eri oireineen ja haittoineen. Myös syöpätaudin osalta voi sanoa, että se ei ole ulkopuolinen tunkeutuja, vaan elimistön oman kudoksen hallitsematon liikakasvu.

Jopa moderni kliininen lääketiede on aika lailla ontologisen ajattelun kahleissa. Se johtuu siitä, että sairauksien ja oirekokonaisuuksien ymmärtämiseksi on ollut välttämätöntä luoda diagnostinen luokittelujärjestelmä, jonka avulla sairaudet voidaan kuvata mahdollisimman tarkoin kriteerein. Kansainvälisesti on ollut parikymmentä vuotta käytössä ICD-10 tautiluokitus, joka aiotaan vuoden 2018 aikana korvata parannetulla ICD-11 -luokituksella. Mielenterveyshäiriöille on oma DSM-V -luokittelunsa.

Sinänsä hyödylliset diagnostiset järjestelmät voivat kuitenkin liiallisesti ohjata lääkäreiden ajattelua, välillä jopa potilaan vahingoksi. Ajatellaan vaikka epämääräisiä ja vaihtelevia oireita, joista ihminen kärsii, mutta joita terveydenhuolto ei oikein hyväksy ”todelliseksi”, koska ne eivät muodosta tauti-



LEHTIKUVA

luokittelusta löytyvää selkeää ontologista kokonaisuutta.

Tunnetta ja tietoa

Nykyisin ihmisten itsensä asiantuntijutta oman terveydentilan suhteen on alettu kunnioittaa, mutta nykyaikaisen lääketieteen reilu satavuotinen historia on kieltämättä ollut paternalistinen. Ihmisen subjektiivisesti kokemaa terveydentilaa ei ole välttämättä pidetty luotettavana. Objektiviseksi on katsottu ainoastaan terveydenhuollon ammattilaisen tekemä arvio. Tutkimuksissa on kuitenkin toistuvasti osoitettu, että mikäli ihminen todella kokee terveytensä huonoksi, sillä on merkitystä ja ennustearvoa myös hänen tulevan terveydentilansa kannalta, vaikka juuri sillä hetkellä terveyspalvelujen tarjoajat eivät löydä tilanteeseen sopivaa diagnoosia.

On sanottu, että täysin tervettä ihmistä ei siinä mielessä ole, että jokaiselle löytyy suuresta diagnoosikirjasta jokin koodinumero, useimmille meistä moniakkin. Jos joku väittää olevansa terve kuin pukki, kyse on vain siitä, että hänestä ei ole otettu riittävästi laboratoriotestejä eikä pyritetty joka puolelta magneettikuvauksissa.

Kuitenkin jo pelkkä arkikokemus kertoo, että terveydessä täytyy olla kyse paljon muustakin kuin vain oireista tai niiden puuttumisesta. On selvää, että pelkkä sairauslähtöinen malli ei ole hedelmällinen lähtökohta, jos

ajatellaan ihmisen terveyttä ja hyvinvointia vähänkin laajemmassa perspektiivissä. Useimmat sairaudet eivät ole dikotomisia joko tai -ilmiöitä. Ne ovat monesti jatkumoa ja ulottuvat lievistä vaivoista vaikeisiin taudinmuotoihin.

WHO:n 1940-luvun lopulla julkaissama laaja määritelmä terveydestä oli kahdessa suhteessa vallankumouksellinen. Ensinnäkin se toi ensi kertaa sosiaalisen hyvinvoinnin fyysisen ja psyykkisen rinnalle osaksi kokonaisvaltaisempaa terveystieteellistä määritelmää. Toiseksi määritelmässä korostettiin, että kyse on nimenomaan terveydestä, eikä siis pelkästään sairauslähtöisen ajattelun mukaisesta diagnoosin tai taudin puuttumisesta.

Tämän terveystieteellisen filosofian pohjalta on vähitellen kehittynyt aiempaa laajempi ymmärrys siitä mitä terveys voisi olla. Terveyttä on opittu ajattelemaan positiivisena voimavarana.

Itse olen käyttänyt rahasäkkivertausia. Me synnymme maailmaan mukanaamme tietty terveysvaranto. Se on kuin säkki, joka sisältää terveyttä ja josta voimme elämän varrella ammentaa voimaa kaikenlaisiin puuhiimme. Onnen lahjat eivät käy tasan, sillä joillakin säkki on jo syntyessä heikommin varusteltu, ja se on yhteiskunnankin otettava huomioon. Joka tapauksessa kaikille käy iän myötä niin, kelle aiemmin ja kelle myöhemmin, että pussiin puhkeaa pieniä reikiä, joista terveys alkaa vähitellen valua maantielle. Jossain



vaiheessa säkki tyhjenee lopullisesti.

Erityisen hyvä uutinen on se, että elämän kuluessa pussin sisältöä on mahdollista jopa lisätä. Sitä kutsutaan terveyden edistämiseksi tai -viitekehystä hieman vaihtamalla voimaannuttamiseksi.

Jos säkki ei jostain syystä tunnu helposti kasvavan, niin ainakin sen kulumista voi hidastaa terveillä elintavoilla. Joskus toki tarvitaan terveyspalveluja paikkaamaan isompia reikiä.

Toinen niin ikään käyttökelpoinen näkökulma syntyy, kun terveys jäsenetään toimintakyvyn kautta. Kirjallisuudessa käytetään termiä funktionaalinen terveys. Kiinnostus ei niinkään kohdistu diagnooseihin ja nimeltä mainittaviin sairauksiin vaan siihen, kuinka hyvin ihminen mahdollisine oireineen selviää arkipäivästään ja elämän haasteista.

Jokaiselta yli 75-vuotiaalta löytyy tarkassa tutkimuksessa jokin rappeumavika. Se voi olla osittain kulunut pikkusormen nivel tai kenties ohut kalkkijuoste vatsa-aortasta. Silti on jokseenkin turhaa lyödä ihmiseen diagnosoilemaa, jossa lukee artroosi tai ateroskleroosi, ellei muutoksista koidu mitään

varsinaista haittaa jokapäiväiseen elämään ja mikäli niillä ei ole isompaa ennustearvoa tulevan terveyden suhteen.

Myös työikäisten työkyvyn arvioinnissa toiminnallisen terveyden malli on järkevä. Sairaudet ja diagnoosit itsessään eivät ratkaise työkykyä, vaan arvioitavana on laaja kokonaisuus, johon kuuluvat työn vaatimukset, työolot ja monta muuta tärkeää asiaa.

Hallintaa ja heikkoutta

Voidaan päätyä johtopäätökseen, että terveydessä on loppujen lopuksi kyse elämänhallinnasta. Eri puolilla maailmaa tehdyt tutkimukset osoittavat, kuinka koulutus näyttää tuovan ihmisille aivan selvää terveyshyötyä ja jopa elinajan odotteen kasvua. Taustalta löytyy koulutusryhmittäisiä elintapaeroja, työelämään ja asuinympäristöön liittyviä tekijöitä ja muutakin, mutta monet tutkijat ovat päätyneet esittämään, että osa koulutuksen tuomasta hyödystä voisi liittyä juuri kohentuneeseen elämänhallintaan. Koulutus antaa siihen välineitä, vaikka ei tietenkään ole ainoa elämänhallinnan lähde.

Mitä muuta tiedetään terveyttä heiken-

tävistä tai edistävästä tekijöistä? Terveysriskeistä ja terveyden taustatekijöistä on tarjolla valtavasti tietoa, voisi jopa sanoa, että liikaa. Tulee joskus tunne, että suorastaan hukumme joka puolelta tulvivaan terveysinformaatioon.

Terveytutkimuksen merkittävin sähköinen tietokanta PubMed listaa lähes 30 miljoonaa terveyteen liittyvää tieteellistä tutkimusraporttia ja artikkelia. Sen lisäksi internet ja sosiaalinen media pyörittävät joka hetki biljoonia bittejä terveyteen liittyvää dataa, joka ei ole aina kovin tutkittua ja luotettavaa.

Kehitys on ollut huimaa viimeisen 150 vuoden ajan. Tuntuu kummalliselta, että ikivanha teoria miasmasta, näkymättömästä ihmisiä sairastuttavasta pahasta haurusta, oli Euroopassa vallitseva sairauksien selitysmalli vielä 1870-luvulla. Se oli toimiva teoria aina siihen asti, kunnes bakteerien rooli tartuntatautien synnyssä voitiin vedenpitävästi osoittaa. Toinen antiikin ajan selitysmalli perustui humoraalipatologiaan, oppiin elinesteistä ja niiden tasapainosta terveyden taustavoimana. Myös se säilytti elinvoimansa yllättävän pitkään.

Nykyinen tietämyksemme terveydes-

tä perustuu pitkälti luonnontieteellisen tiedon räjähdysmäiseen kasvuun. Jo meillä 1980-luvulla lääkäriksi opiskelleille syntyi helposti tunne, että terveystiedon kehitys oli saavuttanut huippunsa ja että tiesimme käytännössä melkein kaiken olennaisen. Tänä päivänä pelkkä nopea vilkaisu tuohon yhden sukupolven takaiseen, C-kasettien aikaiseen lääketieteen maailmaan saa naurahtamaan. Kuinka vähän 1980-luvulla tiedettiin! Kuinka paljon oli tiedon aukkoja, joita ei edes ymmärretty aukoiksi! Mutta joko nyt lopulta olemme tiedon huipulla?

Genomitutkimus, molekulaarinen lääketiede, neurotieteet ja muu vastaava tutkimus ovat kieltämättä avanneet viikko viikolta tarkemman näkymän siitä, mitä ihmisen elimistössä tapahtuu.

Silti voidaan hyvällä syyllä väittää, että emme sittenkään tiedä tarpeeksi. Kliinikot eivät edelleenkään aina pysty selittämään, miksi yksi sairastui tiettyyn tautiin ja toinen ei. Sekin on tavallaan kiusallista, että miljoonien hyvin tehtyjen tieteellisten artikkeleiden tuloksissa on jatkuvasti tuhansia ristiriitaisuuksia.

Kaikesta edistyksestä huolimatta modernista tieteellisestä terveystutkimuksesta löytyy paljon heikkouksia ja ongelmia.

Yksi perustavanlaatuisen virhe tapahtuu siinä, että ihmisen terveyteen liittyvät ilmiöt pyritään näkemään pelkistyneinä sekä muusta maailmasta ja elämästä irrallisina. Jotta laboratoriossa ja tietokoneen ääressä saataisiin kunnon ote tutkimusongelmasta, se on pakko pirstoa pieniksi palasiksi. Samalla jokin tärkeä kokonaisuus häipy horisonttiin.

Syitä ja riskitekijöitä

Omalla alallani kansanterveystieteessä ilmestyy päivittäin lukuisia tutkimuksia, joissa epidemiologisin menetelmin yritetään selvittää terveysongelmien syitä ja riskitekijöitä. Suuressa osassa tutkimuksia hypoteesi perustuu perin yksinkertaiseen lineaariseen mallinnukseen. Tyyppillisesti tarkasteltavaksi otetaan jokin epäilty riskitekijä ja katsotaan, näyttääkö se liittyvän odotettua useammin tietyn sairauden kehittymiseen. Käytännön syistä fokus on kerrallaan vain yhdessä tekijässä, joka tuntuu aina sillä hetkellä lähes maailman keskipisteeltä. Joskus analyysiin

liitetään muutamia väliin tulevia muuttujia, mutta pääosin muut tekijät pyritään sulkemaan pois tilastollisten monimuuttujamallien ja muiden teknisten temppujen avulla.

Systeemisen ajattelun näkökulmasta tällainen yhden sirun erillinen tarkastelu tuntuu suorastaan tyhjänpäiväiseltä. Ihmisen elämä on äärimmäisen kompleksinen kokonaisuus. Sitä hallitsee nonlinearinen dynaamiikka, eikä terveyttäköön voi millään ymmärtää yksinkertaisten vaikutussuhteiden summana.

Vaikka ihminen itsessään on äärimmäisen monimutkainen, hän on vain pieni osa korkeamman tason systeemejä. Niitä ovat yhteisö, johon hän kuuluu, kulttuuri laajasti ymmärrettyä sekä viime kädessä koko globaali maailma. Kaikki nämä systeemitasot vaikuttavat ihmisen terveyteen.

Itse en voi olla hämmästelemättä sitä, että tämä kaikki ylipäänsä toimii. Minuun vaikutti voimakkaasti 15 vuotta sitten lukemani Richard Solén ja Brian Goodwinin systeemibiologinen teos "Signs of life: how complexity pervades biology". Kirja valaisi matemaattisesti luonnon mysteereitä, joissa nähdään kaaosta, entropiaa ja outoa järjestystä. Ihmeelliseltä tuntui lukea, että matemaattisesti kyetään mallintamaan jopa se, kuinka muurahaiset onnistuvat kollektiivisesti rakentamaan keon.

Toisaalta muurahaispesästä on vielä pitkä matka ihmisyyden ymmärtämiseen, tai edes tarjumaan sitä, mistä kaikista asioista terveys syntyy ja koostuu.

Terveyden monikerroksellisuus on hahmotunut tiedeyhteisössä yllättävän vaivalloisesti. Pikkuhiljaa olemme kuitenkin alkaneet ottaa askeleita kohti kokonaisvaltaisempia selityksiä.

Ensimmäisiä kunnon yrityksiä oli vuonna 1991 julkaistu Dahlgrenin ja Whiteheadin sosiaaliekologinen terveysmalli. Sen mukaan ihmistä ympäröi monta terveyden kannalta merkittävää systeemitasoa. Alimpana ovat biologiset ja psyykkiset perusrakenteet, seuraavalla tasolla oma terveyskäyttäytyminen, sen yläpuolella läheiset ihmissuhteet ja vuorovaikutus toisten kanssa. Sitten nousee sosiaalisen ja fyysisen ympäristön tasolle, jossa terveyden kannalta kriittisiä tekijöitä on paljon: puhdas elinympäristö, työ, koulutus, asuinolot ja niin edelleen. Ylimpänä löytyy

korkean tason kerrostuma, jossa makroekonomiset, ympäristölliset ja kulttuuriset tekijät vaikuttavat globaalisti enemmän tai vähemmän kaikkien maailman ihmisten terveyteen. Esimerkiksi voi ottaa vaikkapa ilmastomuutoksen.

Henkinen ja hengellinen terveys

WHO:n klassisesta terveystermistä saattoi muuten puuttua fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden rinnalta yksi ulottuvuus. Englanninkielessä tunnetaan käsite spiritual health. Luonnontieteisiin nojaavassa lääketieteessä se koetaan yleensä vieraaksi, mutta esimerkiksi Yhdysvalloissa siihen liittyvä tutkimus on varsin vilkasta. Suomen kielessä ja kulttuurissa käsite esiintyy harvemmin eikä sille ole vakiintunutta käännöstä. Usein tarvitaan yksi sana lisää, puhutaan henkisestä ja hengellisestä terveydestä. Mitä sillä sitten pitäisi ymmärtää?

Henkinen ja hengellinen ulottuvuus terveydessä voi tarkoittaa montaa asiaa. Joillekin se on uskontoon ja rukoukseen liittyvä kokonaisuus. Yhtä lailla se voi merkitä toivoa, elämän tarkoitusta ja hengenrauhaa. Amerikanjuutalainen, myöhemmin Israeliin muuttanut sosiologi Aaron Antonovsky (1923-1994) tavoitteli hieman samaa koherenssin teoriallaan. Hänen mukaansa salutogeenista eli terveyttä edistävää on se, että ihminen kokee maailman ymmärrettävänä, jollain tapaa hallittavana ja mielekkäänä.

Teimme taannoin haastattelututkimusta Keniassa siitä, kuinka siellä terveydenhuollon ammattilaiset, terveysalan opiskelijat, maallikot ja perinteiset kansanparantajat ymmärtävät, vai ymmärtävätkö lainkaan, henkisen ja hengellisen terveyden. Tulokset olivat yllättävän selvät. Taustastaan riippumatta ihmiset kokivat, että ratkaisevan tärkeää terveydelle ja hyvinvoinnille on se, että ihminen on tasapainossa myös henkisen ulottuvuuden akselilla. Eli toisin sanoen haastateltujen mukaan ihminen voi hyvin, kun hän on selittämättömän kosmisen harmonian piirissä.

Loppujen lopuksi, tämä ei taida olla mikään uutinen eikä uusi asia.

Jussi Kauhanen



TERVEYDESTÄ HUOLEHTIMINEN - KANSALAISVELVOLLISUUS JA JUMALAN TAHTO

Moni meistä ei arvosta terveyttään. Miksi emme kunnioita omaa kehomme temppeä?

Kirkollisten paastojen aikana meitä kehoitetaan miettimään omaa elämäämme ja suhdettamme Jumalaan. Samalla meidän kaikkien olisi hyvä tarkastella myös omaa terveyt-

tämme. Ihminen on kokonaisuus, fyysinen terveys sekä hengellisyys asuvat meissä. Tasapainon, harmonian, Jumalan luoman järjestyksen ymmärsivät pyhät isät jo aikoja sitten, mutta kovin kauaksi olemme menossa

näistä ihanteista.

Nyky-yhteiskunnassa on vallalla ajattelutapa, että ihmisellä on oikeus elää miten haluaa: minun elämäntapani on henkilökohtainen asiani. Näin periaatteessa onkin. Kovin

lohduttomilta kuitenkin monet terveystämme kartoittavat tutkimustulokset näyttävät. Siksi on aiheellista kysyä: miksi me omilla epäterveellisillä valinnoillamme tuhoamme terveytemme?

Meidät on opetettu siihen, että elimme-pä miten tahansa, terveydenhuolto hoitaa sairautemme. Syylistämisen pelossa terveysvalistus on pirstaloitunut. Enää ei ole entisen ajan kaltaisia koko maan kattavia tietoisuuksia, jotka valistaisivat meitä terveellisempään elämäntapaan. Joudumme elämämme aikana ottamaan vastuuta ja hoitamaan meille annetut velvollisuudet ja tutkimusten mukaan arvostamme terveyttämme, mutta teot ei tue tätä tulosta.

Kohtuullisuus ennen kaikkea

Pyhät isät osasivat jo kauan sitten varoittaa liiallisuuden vaaroista. Kohtuullisuus on kaiken keskiössä. Meidän tulisi kunnioittaa siis kehoamme.

Arkipiispa Johannes kirjoitti ortodoksisen perinteen terveysohjeista Suomen lääkäri-lehdessä (10/2000). Seuraavassa hänen pohdintojaan:

”Teologisen ja samalla periaatteellisen taustan ortodoksisen kirkon opetukselle terveydestä muodostaa kirkon näkemys maailmasta, joka ilmenee maailmaa tarkoittavasta kreikan kielen sanasta ”kosmos”. Maailmalla on kristillisen luomisuskon mukaan Jumalan antama ja tarkoittama järjestys. Se on luotu harmoniseksi kokonaisuudeksi, joka toimii hyvin sillä edellytyksellä, että sen rakennetta varjellaan ja kunnioitetaan.

Kosmos-teoria edellyttää Jumalan luomistyön antaman rakenteen kunnioittamista. Se merkitsee kaiken sen välttämistä, mikä oleellisesti rikkoo luonnon järjestystä eli tasapainoa.

Ihmisen elämän tulisi heijastaa harmo-nista järjestystä eli terveen elämän edellytysten huomioonottamista. Monet vanhan kirkon opettajat kiinnittävät erityistä huomiota siihen, ettei ihminen elintavoillaan vaarantaisi omaa hyvää järjestystään eli vahingoittaisi terveyttään. Kaikessa olisi pyrittävä kohtuuteen ja tasapainoon, fyysisesti, henkisesti ja hengellisesti. Tämä palvelee parhaiten fyysistä ja hengellistä terveyttä ja hyvinvointia.”

Voisi siis sanoa: terveydestämme huolehtiminen on sekä kansalaisvelvollisuus että Jumalan tahto.

Sielunhoito on sairaanhoitoa

Sielunhoidosta, ja erityisesti potilaan tai sairaalasielunhoidosta, on suomalaisessa ortodoksisuudessa kirjallisuudessa kirjoitet-

tu vähän. Matti Sidoroff toteaa Sielunhoito ortodoksisessa kirkossa artikkelissaan (Ortodoksia 35, 1986), että kaikki se mitä kirkko on ja mitä sen nimissä tehdään, tähtää ihmisen pelastukseen ja on siten sielunhoitoa.

Laajasti ymmärrettyä sielunhoitoa on Sidoroffin mukaan koko ihmisen eliniän kestävä yhteys kirkkoon aina kasteesta hautaan: pääasiassa tämä sisältää opetus- ja kasvatus-toiminnan, jumalanpalvelus- ja sakrament-tielämään ohjaamisen sekä diakoniatyön. Rajattuna sielunhoito on lähinnä sielullisten sairauksien hoitoa.

Heikki Makkosen mukaan (Johdanto pastoraaliteologiaan, 2005) sielunhoidossa ei ole kyse vain papin saamasta koulutuksesta ja hänen henkilökohtaisesta osaamisestaan, vaan kirkon pyhien mysteerioiden vaikutuksesta ja Pyhän Hengen osuudesta. Yhteiskunnan ylläpitä-mä terapia keskittyy yksilön fyysiseen tilaan ja henkiseen tasapainoon ja niiden tervehdyttämiseen.

Kirkossa sielunhoito lähtee uskosta siihen, että ihminen on perusominaisuuksiltaan hyvä, mutta väärät valinnat ovat loitontaneet hänet todellisesta minästä: tehtävänä on siis palauttaa ihminen omaksi itsekseen. Väli-neenä ovat itsetuntemusta ja itsekieltäytymistä korostavana kilvoituselämän, katumuksen sakramentin, ehtoolliseen valmistautuminen ja siihen osallistuminen.

Sairaudet ovat kuitenkin väistämättömiä. Mitä ortodoksinen kirkko voi tarjota sielunhoidon alueella? Erkki Piironen käsittelee selkeästi ortodoksisen potilaan sielunhoitoa esitelmässään sairaalasielunhoitajien luen-topäivillä (1967).

Kirkon isät neuvovat sielunpaimenia kohtelemaan erityisellä hienovaraisuudella ja isällisellä rakkaudella niitä seurakuntalaisia, joita sairaus on nöyryyttänyt ja herkistänyt katumukseen ja hätään elämänsä jatkumisesta ja sielunsa pelastuksesta.

Sairaita voi myös muistaa viikoittaisissa jumalanpalveluksissa. Esirukouspyyntöjä sairaan puolesta voi jättää esimerkiksi kirkon isännöitsijälle, joka toimittaa ne papistolle luettavaksi palveluksissa, tällöin koko seurakunta osallistuu esirukouksiin.

Kuuntele ja kiitä

Itse koen, että jokainen keskustelu on sielunhoitoa ja tähän papin tulisi aina varautua. Heikki Makkonen mainitsee kolme keskeistä papin sielunhoidollista ominaisuutta ja taitoa, mutta oikeastaan kaikkien seurakuntalaisten tulisi tiedostaa ja tunnistaa niiden merkityksen.

- Taito kuunnella, ja erityisesti aktiivinen

kuunteleminen synnyttää -empatiaa, kykyä eläytyä toisen tunne- ja ajatusmaailmaan sekä taito erottaa todellinen sanoma ja nämä ylläpitävät toivoa elämän uudistumisessa.

Kuten Jeesuksen parantamat sairaat, myös sairavuoteelta parantuneiden tulee kiittää Jumalaa: papin voi pyytää toimittamaan kiitosrukoushetken.

Pastori Harri Peiponen

SELUNHOIDON PALVELUSMUODOT

Perinteisesti kirkossamme käytetään sairaitten sielunhoidossa lähinnä kolmea palvelusmuotoa, jotka ovat: rukoushetki sairaan puolesta, sairaan ripitys ja sairaanvoitelun sakramentti.

RUKOUSHETKI SAIRAAN PUOLESTA

🙏 voidaan toimittaa kirkossa, sairaalassa tai kotona

🙏 rukoukset, että Herra antaisi kaikki synnit anteeksi ja sammuttaisi sairaassa olevan kuumeen sekä huojentaisi tuskan ja armoissaan parantaisi hänet

🙏 sairaan tulee uskoa hänen puolestaan kannettavien rukousten ja Jumalan parantavaan voimaan

🙏 evankeliumi Jeesuksen ihmesteosta, parantaa sadanpäällikön sairaan palvelijan (Matt.8: 5-13).

SAIRAANRIPITYS

🙏 toimitus, jossa potilas tunnustaa syntinsä Jumalalle papin ollessa todistajana

🙏 pappi antaa Herran Pyhän ehtoollisen

🙏 papin tulisi pyrkiä lieventämään sairauden aiheuttamaa ikävää, kipua ja katkeruutta

🙏 monista asioista voi keskustella, mutta ei uuvuttua sairasta

SAIRAANVOITELUN SAKRAMENTTI

🙏 se ei ole sama kuin katolisen kirkon viimeinen voitelu, vaan tehdään sairaan vahvistukseksi ja parantamiseksi

🙏 voidaan toimittaa myös yleinen sairaanvoitelu, jolloin siihen voivat osallistua niin sairaat kuin terveetkin, sillä kukaan ei varmastikaan ole niin terve etteikö voisi osallistua, jos tuntee tarvitsevan voitelun

🙏 ”Jos joku teistä sairastaa, kutsukoon tykönsä seurakunnan vanhimmat, ja he rukoilkoot hänen edestään, voidellen häntä öljyllä Herran nimessä. Ja uskon rukous pelastaa sairaan, ja Herra antaa hänen nousta jälleen, ja jos hän on syntejä tehnyt, niin ne annetaan hänelle anteeksi.” (Jaak. 5:14-15)



TUNTO, TERVEYS JA HÄMMÄSTYS

TERVEYS ON MUUTAKIN KUIN LÄÄKITYS JA DIAGNOOSI

Terveys on periaatteessa yksityinen asia, mutta se kuitenkin pyörittää miljardeja, kuten olemme viime vuosina pakotettuina oppineet. Keskustelu terveydenhuollosta on ollut taas sairaalloisen ärtynyttä, vaikka terveydestä puhutaankin.

Oman terveydentuntonsa määrittelemisen ei sinänsä ole erityisen vaikeaa.

Niille, joilla on taipumusta luulosairauteen, se on kaikkein helpointa. Netti tarjoaa jonottamatta ja ilmaiseksi diagnoosin oireisiin riippumatta siitä, mitä ikinä onkaan keksinyt pelätä.

Terveystiedot ovat ihmisen erillisiin osiin purkamista, joita irtopalasia yritetään hallita useinkin toisistaan poikkeavien reseptien evankeljumeilla. Ei ole sellaista lääkettä, keksintöä, ei osaamista, ei tekniikkaa, jota ei käytettäisi, kun se löydetty on ja hallintaan saatu.

Lääketieteen kehitys on ollut käsittämättömän huimaa. Se huimaus vahvistaa selvi-

tymisen, turvallisuuden ja luottamuksen tunnetta, ja on jokapäiväisen kiitollisuuden aihe. Ne, jotka eivät luota lääketieteseen, ovat kiitollisia uskomuslääketieteille. Siitä tulee helposti jokapäiväisen pettymyksen aihe, itselleen ja läheisille. Niin tai näin, hautajaisissa kaikki näkemuserot tasaantuvat.

Verenpainetta kyllä, diabetes sekin, rankakulumia, reuma sekin vielä, sepelvaltimotaudin uhka, sydämen vajaatoimintaa minkä teet, mitä kaikkea mahdollista vielä. Aina-kin se, että kaiken mahdollisen ja toisinaan mahdottomankin osaaminen vahvistaa medikalisoitumista.

Siihen ei ole reseptiä, ellei sitä kirjoita itse. Mitä tahansa, miten perittyä hyvänsä, tai

kohtalon paiskomaa huonoa tuuria, onnettomuutta, niin mikään sairaus ei sinällään määrittele kantajaansa ihmisenä. On aina jotain muutakin elossa olevaa ja merkittävämpää kuin voimassa oleva diagnoosi.

Kaiken diagnostiikan ohittaen terveys voi hetkien verran olla myös mielentila. Vain hetken, mutta useinkin sen välttämättömän tarpeellisen. Hetkenkin tunto rauhasta on muutama minuutti terveyttä.

Hetkestä todellisuuteen

Kaikki on mitattavissa (miksi muuten?) ja analysoitavissa paitsi ne hetket ja paikat, joissa saattaa kokea itsensä ehjäksi. Terveeksi.

Näitä hetkiä ja paikkoja yhdistää aina



Mikä voisi olla terveystävämpi kokemus, kuin on auringonnousu mökkirannassa. Kuinka monta miljoonaa kuvaa niistäkin on tallennettuina kotialbumeissa. Ne eivät ole siellä esteettisen näkymänsä tai muistin tuemisen takia, vaan kuvan ottaneen sisäsyntyisen ymmärryksen vuoksi.

Jokainen kykenee kuvittelemaan, ilman mökkirantaakin, miten päivännousu punnertaa itseään yhä korkeammalle, tiputtelee hämärän harsoja hitaasti, hosumatta, ja sen aamusiivon tehtyään helähtää täydeksi kotivesien aamutyveneeseen päästyään. Tämäkin päivä vielä. Iltapäivällä saattaa sairausmuisti tavoittaa huomauttamalla, että aamulääkkeet jäivät ottamatta. Haitanneeko tuo? Muistaminen huomenna. Päivä ainakin muistaa noustavasti. Se tässä niin helpottavaa onkin. Päivä nousee varmuudella senkin jälkeen, kun sitä ei itse enää havahdu vastaanottamaan.

Toivon mahdollisuudet

Jokainen vaiva ja uusi esiin kaivettu sairaus riippii enemmän tai vähemmän olemisen ja tekemisen mahdollisuuksista. Lääkityksenä on vielä toivo uusista, vaikka todennäköisesti pienemmistä mahdollisuuksista.

Toivo, tuo viides vuodenaika, kirjoitti Mari Mörö. Missä tahansa, miten tahansa ristimerkin tehden, askellusten määristä riippumatta, pyhiinvaellus on viidennen vuoden ajan asioita.

Suomalaisille pyhiinvaellus liittyy kiinteästi myös kesään, vuodenvaihteen hengähdystaukoon, joka kuin huomaamatta antaa lisätilaa ajatuksille ja askeleille. Ajatella, pysähtyä, huomata, jakaa, rukoilla kävellen, väsyä etsiessään.

Tito Colliander kuvaa romaanissaan Risti-saatto liittymistä Petserin luostariin matkalla olleeseen saattoon. ”Ja hän tiesi, tunsivat vaivattomallaan, ettei kukaan tästä joukosta vilkaisi häneen uteliaasti tai ihmeissään – hänelle vain tehtäisiin tilaa, niin kuin nyt.”

Saada tilaa, tulla sellaisenaan hyväksytyksi. Sen määritelmän tulisi kuulua terveysopin perussääntöihin. Ehkä se jostain rivien väliltä löytyykin. On toisenlaisiakin sääntökirjoja. Oma tila tulee raivata itsekkäästi, tarvittaessa kyynänpäiden kovuudella. Tämän opin yleisyys alkaa jo näkyä autistisena empatiana.

Vasta monien pyhäisinä koettujen hetkien jälkeen löydän ortodoksisen kirkon kotisivuilta tekstiä pyhiinvaelluksesta.

”Pyhä kohde ei automaattisesti muuta matkaa pyhiinvaellukseksi. Pyhiinvaelluksen ja matkailun ero on matkalle annettussa sisäisessä merkityksessä ja matkan sisäisessä suuntautumisessa. Pyhiinvaelluksen merkitys on pyhän kohtaamisessa, pyhän koskettamisessa. Se on kohtaamista ja keskustelua Jumalan kanssa ja Jumalan pyhien kanssa. Pyhiinvaeltaja suuntautuu sisäisesti kohti pyhää ja lähestyy sitä nöyrästi ja kunnioittaen. Tämän erottelun tarkoituksena ei ole rakentaa vertailuasemaa tai esittää matkailua mitenkään vähäarvoisena. Kyseessä on yksinkertaisesti kaksi aivan eri asiaa. Ja siitä huolimatta ne käytännössä sekoittuvat ja yhdistyvät meissä erilaisina muunnelmina.”

Museoksi muuntuneen lainajyvämakasiinin rappusilla, päivälämpöisiin hirsisiin nojailen, muunnelma pyhiin vaeltamisesta jatkuu istuenkin. Selän takana arjen historiaa, edessä hengen: Rengon harmaakivikirkko, Pyhän Jaakon kirkko, suomalainen pyhiinvaelluskohde.

Rappusilla on rauhan ja perillä olemisen salaperäinen tuntu. Sitä ei häiritse tieto siitä, että matka tulee kohta moottoripyörällä jatkuamaan, ei se, että ihminen kulkee elämänsä pisimmän matkan itsessään epätäydellisyytensä varjo seuranaan. Matkalla olemisen perustila on keskeneräisyys, myös pyhiinvaelluksen.

Tiedän nyt, ettei pyhiinvaellus ole matkailua eikä matkailu pyhiinvaellusta. Ja senkin, ettei tämä istuskelu ole hengellistä velvollisuutta eikä kilvoittelua, ei sisäistä suuntautumista kohti pyhän koskettamista, ei tehtyä uhrilupausta, mutta nöyrää kiittolisuutta tämä on.

Yksin ollen, kun kukaan ei ole vaatimassa lisää todisteita, on helppoa sanoa ääneen ”juuri nyt on hyvä olla.” Se on kuin rukous. Lyhyt, mutta ei kevyt.

Kun moottoripyörä jo hörpöttelee, niin kypärää päähän kiilatessani siihen väliin mahtuu ylimääräisenä kitkana vielä kysymys siitä, millä tarkkuudella näitä vaeltamisia on lupa nimetä. Sitä en tiedä, reitin Lammin kalmismaalle tiedän. Ja sen, että hautausmailla vaeltaminen on mielenterveyden luomuhoidon. Kaikki, mikä voimistaa mieltä ja suhteellisuudentajua, vahvistaa tavalla tai toisella myös ruumiin terveystä. Tai sairauden sietämistä.

Risto Lindstedt

samankaltaisina toistuvat, suurina luonnonilmiöinä toisensa kohtaavat todellisuudet. Auringon vajoaminen mereen vihreä välähdys viimeisenä viestinään, pulskinaamaisen täydenkuun kapuaminen kaarelleen johtavaksi yöilmeksi, revontulten liehuvien liepeiden sirinä autiuden liikkumattomassa hiljaisuudessa. Yhdessäkään niistä ei ole mitään uhkaavaa, niihin hetkipausseihin tarttuu ymmärrys siitä, mitä ikuisuuden toistot tarkoittavat. Ne kokemukset muuttavat ihmisen turvallisella tavalla vähäiseksi. Pienistyminen vahvistaa terveydentuntoa, koska sairaustunnon jää yksinkertaisesti vähemmän tilaa.

Aavojen merien rannoilla, missä meri ja horisontti ovat jo erottamattomalla tavalla kiinni toisissaan, voi opetella laskemaan suurten maininkien vyöryvuoron. Muuhun laskemiseen, mittaamisesta puhumattakaan, ei sitten olekaan mahdollisuutta.

Meri pauhaa ukkosen kumuna ilmanrannassa. Se on voimaa, joka ei nyt ole käymässä käsiksi, kunhan muistuttaa ikiaikaisuudeltaan. Se on miljardien vuosien muistutus, eikä sen tajuamisen sekaan ehdi verenpaineitensa miettiminen. Ei ehdi, deliifini ehtivät.



Terve, ehyt ihminen

Arkkiatri Risto Pelkoselle terveys ei ole sairauden puutetta vaan eheyden kokemista.

Haastatteluhetkellä arkkiatri on palannut muutama päivä sitten Kristiina -puolisonsa kanssa Valamon luostarista Heinävedeltä.

- Olemme jo parikymmentä vuotta viettäneet siellä Kirkkaan viikon, kertoo Pelkonen.

Valamo on rakas paikka, jonka pääsiäisen jälkeinen riemu tarttuu kulkijaan.

- Menemme sinne nyt jo kuin kotiimme. Silloin siellä kellot soivat, kaikkialla kuuluu Kristus nousi kuolleista, Totisesti nousi - tervehdys. Ihmiset ovat iloisia ja onnellisia.

- Olemme siellä yleensä koko viikon. Itse osallistun sekä aamun että illan palveluksiin.

Luostari tuli arkkiatrin elämään 1990-luvulla Joensuun yliopiston siellä järjestämän seminaarin kautta.

- Silloin minulle syntyi syvä suhde Valamoon. Koko miljöö oli häkellyttävän koskettava, palvelukset tekivät suuren vaikutuksen. Se oli silloin lähes eksoottinen kokemus.

- Myöhemmin vieraillessamme siellä saimme tuntea tervehdyttävän, näkymättömän pyhän kosketuksen.

Kaikista kokemuksista huolimatta Pelkonen ja hänen vaimonsa ovat edelleen luterilaisia.

- Kutsumme itseämme piilo-ortodokseiksi,

sanoo Pelkonen naurahtaen.

Kahden kirkon läsnäolo elämässä suo mahdollisuuden eri näkökulmiin.

- Luterilaisessa kirkossa jumalanpalvelus on seurakunnan yhteinen hetki, mutta ortodoksisessa palveluksessa jokainen on itse hakemassa omaa henkilökohtaista pyhyiden kosketustaan.

- Jos näistä kokemuksista poistaa kaikki ”rönsyt”, niin koen, että ortodoksisessa jumalanpalveluksessa voi kokea syvästi näkymättömän olemassaolon.

Pääsiäisen Pelkoset viettävät aina perheen kesken. Valamo suo sen jälkeen mahdollisuuden pysähtyä, levätä, lukea ja nauttia pitkistä kävelylenkeistä. Sitä voisi kutsua uusiutumiseksi.

Arjen hallintaa

Terveys on kaikissa suomalaisten arvomittauksissa yleensä aina ykkössijalla. Sitä pidetään pohjana hyvälle elämälle. Huolestuttavaa on, että kansalaisten terveys jakaantuu niin epäreilulla tavalla. Yhdet voivat hyvin, toiset eivät. Sosioekonomiset terveyserot ovat pysyneet suurina ja kasvaneet vaikka kaikkien terveys on parantunut

Lääkärinä ja lääketieteen yliopistotutkijana ja opettajana toimineelle arkkiatrilta terveys

ei kuitenkaan ole sairauden puutetta.

Lähinnä on kysymys arjessa selviytymisestä. Terveysmittana ei voida pitää laboratorioarvoja tai muita suureita. Terveys on eheyden kokemista. Se tarkoittaa sitä, että ihminen hallitsee elämäänsä sairauden aiheuttamista oireista huolimatta.

Eheys on Pelkosen mukaan omatoimisuutta ja itsenäisyyttä, toimeen tulemistä itsensä ja mahdollisten sairausoireiden kanssa. Voi tehdä itselleen tärkeitä asioita.

- Arjen hallinnalla on suuri merkitys. Se merkitsee sitä, että niin etevää kuin lääketiede tänä päivänä onkin, vain murto-osa pitkäaikaisista sairauksista on kokonaan parannettavissa. Kuitenkin hoitojen ja elämän hallinnan avulla ihminen saattaa elää kuinka pitkään tahansa hyvää elämää.

Terveys arvoista huolimatta, siitä on Pelkosen mielestä tullut melkoista kauppatavaraa. Arkkiatri ihmettelee nykypäivän ylenpalttista terveysintoilua. Erilaiset alati vaihtuvat ruokavaliot, muoti-ilmiöt ja kehon anturimitaukset tuntuvat oudoilta. Asiolla on aina toki kaksi puolta.

- On arveltu, että erilaisten mittausten ja oman kehon kontrolloimisen kautta ihmiset osaavat paremmin hoitaa itseään ja kääntyvät ajoissa lääkärin puoleen. Se olisi tietenkin hyvä

asia, mutta ehkä tämä aiheuttaa riippuvuutta.

Omien elintoimintojen jatkuva tarkkailu ei aina ole ihmisen parhaaksi.

- Tällä tavoin ihminen ei enää ole oman elämänsä subjekti, eheä persoona vaan hän on itsensä objekti. Silloin ihminen on yhtä aikaa sisäinen itse ja ulkopuolinen toinen. Minuuden ja toiseuden ristiriita voi olla vaarallista.

Hieman sarkastisesti Pelkonen pohtii tyhjenevien parantoloiden täyttyvän pian neurootikoista, jotka jatkuvasti tarkkailevat itseään ja elimistön toimintaa.

Terve arkijärki kantaa pitkälle. Mitään vip-paskonsteja ei keho kaipaa. Äly hoi älä jätä.

Kokonainen ihminen

Keho on kokonaisuus. Terve sielu terveessä ruumiissa. "Ei kumpikaan yksinäänsä elä", kirjoitti Lönnrot. Molempia tulee ravita. Risto Pelkonen rakastaa taidetta ja uskoo sen hyvää tekevään voimaan. Pelkosen kesänviettokaupungissa Savonlinnassa on hänen aloitteestaan jo viiden vuoden ajan järjestetty suosituja "Terveyttä taiteesta" -seminaareja.

Taiteen parantavaa vaikutusta Pelkonen vertaa luonnossa liikkumisen lahjaan.

- Taide opettaa katsomaan maailmaa uudella tavalla. Samalla taide-elämys koskettaa ihmistä persoonana; hän voi nähdä myös itsensä uusin silmin. Luontokokemus toimii samalla tavoin. Luonnossa ihminen pääsee hiljaisuudessa ja harmoniassa itsensä äärelle.

- Sielun ja ruumiin, hengen ja aineen välinen vuorovaikutus on elinehto.

Pelkosen mukaan hermoston ja hormonien luoma viestintäverkosto ylläpitää elintoimintojen tasapainoa. Kaikki elämän kokemukset myönteiset ja kielteiset, heikentävät tasapainoa. Taide lisää itseymmärrystä, vahvistaa sosiaalisuutta ja elämän hallintaa. Taideta-pahtumassa ollaan yksin ja yhdessä.

Omasta terveydestään Risto Pelkonen pitää rennosti huolta.

- Syömme monipuolista, tavallista kotiruokaa. Vältämme liian suolan ja kovien rasvojen käyttöä. Siinä kaikki. Kaloreita ja jouleja tärkeämpää on yhteinen ateriahetki.

Joka-aamuiset kävelylenkit ovat kuuluneet elämään jo vuosia. Näin painokin on pysynyt kurissa. Kaunokirjallisuus ja kamarimusiikki puhdistavat mielen.

Yksin ja yhdessä

Arkkiatri joutuu olemaan paljon ihmisten kanssa tekemisissä. Se on suuri ilo, joskus taakakin.

- Kannan aina huolta siitä, mitä voisin tehdä yhteiseksi hyväksi.

- Tapaamisiin liittyy yleensä aina velvollisuuksia. Joskus olisi mukava saada kutsu vain

kyläilemään, naurahtaa Pelkonen.

Ikävuosia mittarissa on jo kunnioitettavat 87 vuotta.

- Kehon rytmi hidastuu iän karttumisen myötä ja kömpelyys asettuu taloksi. Näin kaikkien tehtävien valmistelu vie enemmän aikaa. Asiat eivät suju enää niin nopeasti kuin nuorempana.

Taiteen arvostuksesta kertovat myös monet oman kodin maalaukset.

- Ja on minulla omakin taideharrastus. Veistän kaarnaa, sanoo Pelkonen.

Harrastus lähti liikkeelle vuosia sitten Savonlinnan kesäsaareissa lastenlasten kanssa.

- Pikkutyöt tarvitsivat leikkeihinsä milloin mitään rekvisiittaa. Kauppaan oli pitkä matka. Siksi päätettiin tehdä itse.

- Kerran löysin myrskyn jäljiltä paljon pak-sua kilpikaarnaa. Aloin veistää lapsille nukkekotia. Sinne tehtiin ukkoja ja akkoja. Lopuksi siitä muodostui kokonainen Tuohelan kylä ja kyläläisistä kirjoitettiin kirja.

Käsillä tekemistä Risto Pelkonen pitää hyvin elämää tervehtyvänä asiana. On arvokasta nähdä kätensä jälki. Arkkiatri penää peruskouluun enemmän käsillä tekemistä. Näin vanhat taidot kantavat myös sukupuolvelta toiselle.

Eri sukupolvien yhdessäolo on kaiken kaikkiaan tärkeää. Tahaton yksinäisyys on tänä päivänä varsinkin monen vanhemman ihmisen ongelma. Ihminen tarvitse rinnalleen toisen ihmisen. On tärkeää koskettaa ja tulla kosketetuksi.

Vanhojen ihmisten yhdistävänä tekijänä toimii myös vapaaehtoistyö.

- Auttaminen ja palveleminen on pohja välle terveydelle. Sen vuoksi eläkeläiset, jotka

tekevät vapaaehtoistyötä ovat muita terveempiä.

Tähän yhdistyvät myös ihmiselle hyvää tekevät hengelliset arvot.

- Seurakunnilla ja uskonnoilla on suuri merkitys siinä, että ne kokoavat ihmiset yhteen. Näin rakentuu tarvetta edistävää yhteistä sosiaalista pääomaa.

Oman hengellisen kotinsa Risto Pelkonen löytää edelleen Kauniaisten luterilaisesta seurakunnasta. Siellä on hyvä olla.

- Me olemme luterilaisia vaikka olemme saaneet ortodoksisen tartunnan, sanoo Pelkonen.

Arkkiatri muistelee taannoin Helsingin Sanomien enkeli-artikkelista nousutta keskustelua.

- Ortodokseilla kerubit ja serafit ovat luonnollinen osa hengellistä elämää. Itse olen ajatellut, että elämä ilman kuvitelmaa siitä, että on enkeleitä, on aika tylsää.

Ilman salaisuuksia ei ole hyvää elämää Pyydän lopuksi arkkiatrielta terveysneuvon tämän päivän ihmiselle:

- Terveys on elämäntapa. Ei sitä pidä niin kauheasti hakea tai rakentaa. Tärkeintä on, että on joku jota rakastaa ja joku joka rakastaa ja että voi tuntea elämän merkityksellisyyden.

- Tunne itsesi. Kysy kuka minä olen, mikä on minun suhteeni ympäristöön. Kohtuus kaikessa. Suuria tyhmyyksiä on viisasta välttää.

Ja se elämän tarkoitus?

- Pysyä hengissä. Elämän tarkoitus on elämä itse. Niin se vain on, sanoo arkkiatri Risto Pelkonen.

Mari Vainio



Risto Pelkonen rakastaa taideta ja uskoo sen hyvää tekevään voimaan. Kotona on paljon kuvataidetta, mm. maalaus nuoresta Kristiina-rouvasta.

Pelastakaa Lapset

Syntyessään maailmaan lapsi joutuu heti kosketuksiin maailman ja toisten ihmisten kanssa. Lapsella on oikeus kokea kiintymystä, toveruutta ja rakkautta. Haluan uskoa ja toivoa, että kaikki lapset ovat rauhan lapsia.



Lasten tuleva kohtalo on aina sidoksissa aikuisten maailmaan. Me kaikki haluaisimme jättää viattomat lapset kaikkien konfliktien ulkopuolelle, mutta se ei valitettavasti ole mahdollista. Siksi tarvitaan meitä kaikkia antamaan vilpittömästi kaikemme, ettei lasten tarvitsisi olla osallisia aikuisten välisissä ongelmassa, joissa viha, kostonhimo, suuttumus, uhkailu ja väkivalta nousevat esiin.



Jo nuorena opiskelijana olin mukana innokkaana rauhan puolustajana erilaisissa järjestöissä. Seurasin tarkkaan maailman tapahtumia ja kirjoitinkin niistä. Chilen vallankaappaus vuonna 1973 sai nuoren pojan kirjoittamaan laudatur aineen aiheesta ja lisäksi erityisesti Vietnamin sota oli koko ajan esillä kansainvälisissä uutisissa. Uusiin levottomuuksiin kuului, että täysin viattomat siviilitkin joutuivat sotien uhreiksi. Miljoonat naiset ja lapset joutuivat uhreiksi.



Usein on sanottu, että sodassa tuhoutuu ensin totuus, mutta myös viattomuus ja toivo. Nyt vanhenevana Helmenkalastajana olen nähnyt Kreikan saaristossa pakolaisten toivotonta elämää. Mieleeni on juur-

tunut kuva erään koulun pihalla iloisesti ja äänekkäästi leikkivistä sadoista lapsista, mutta aivan lähikaduilla pienet pakolaislapset kerjäsivät ruokaa, likaisina ja kurjina. Tunsin silloin syvää lohduttomuutta ja surua, vain hiljainen rukous lähti huuliltani.



Kaiken toivottomuuden keskelläkin meidän on jatkettava elämäämme. Kristittyinä yksi meidän tärkeimmistä tehtävistämme on rukoilla jatkuvasti ja julistaa rauhan evankeliumia kaikkialle. Kirkon jumalanpalveluksien rukousten kautta pyydämme rauhaa maailman ja kaikkien yhdistymistä. Lisään rukouksiin vielä kohdan, jossa pyydetään Jumalaa antamaan rauhan tahtoa ja sovinnon mieltä eri puolilla maailmaa sotiville. Rukoukset opettavat meidät myös hyväksymään ihmisten erilaisuuden ja



toimimaan oikeudenmukaisuuden edistämiseksi maailmassa sekä auttamaan huonoimassa asemassa olevia ihmisiä.



Kaikki me ihmiset olemme osa Luojan luomaa maailmaa ja meidän tulee kantaa vastuuta toinen toisistamme. Meidän tulee vaalia ja lisätä toivoa ympärillämme. Epätoivo on kaiken rauhan ja oikeudenmukaisuuden vihollinen. Apuvälineiksi meille annetaan voimakas usko, toivo ja rakkaus. Vain silloin kun Kristuksen oppi rakkaudesta valloittaa ihmisten sydämet, lakkaa eripuraisuuksien selvittely aseiden ja vihan avulla.



Haluan uskoa, ettei yksikään ihminen, ei yksikään äiti ja lapsi, ole tässä Jumalan luomassa maailmassa vähäarvoisempi kuin puut ja tähdet. Ihminenkin on maailman-kaikkeuden lapsi, jolla on oikeus olla täällä. Vaikeuksista selviytyminen voi tuntua vaikealta, joskus jopa mahdottomalta ja vaatii rohkeutta nähdä ja myöntää ihmisen kärsimys.



Maailma on kuitenkin myös kaunis paikka. Oikeaa rakkautta ja ihmisten keskinäistä huolenpitoa on yhä olemassa. Kaikessa valheellisuudessaan, kärsimyksissään ja kaikista pettyneistä toiveista huolimatta – maailma on kaunis. Ihmiset rakastakaa!

Pappismunkki Johannes Parviainen



MARI VAINIO



MARKUS MARKOFF

Arkkuhautaus vai tuhkaus?

Kysymys ortodoksiseen kirkkoon kuuluvan vainajan polttohautauksesta on nousut toistuvasti esiin 1990-luvulta alkaen. Perinteisesti kristillinen kirkko on kieltänyt polttohautauksen.

Polttohautausta ei ole käytetty kristillisen kirkon piirissä koska ruumiin polttamista on pidetty pakanallisenä tapana ja sen on katsottu lisäksi estävän ruumiin ylösnousemuksen Kristuksen toisessa tulemisessa. Valtaosassa kristillistä maailmaa polttohautaus ei sen vuoksi ole käytössä.

Ensimmäinen vainajan tuhkaus varta vasten rakennetussa uunissa tapahtui Milanossa Italiassa vuonna 1876. Tämän jälkeen polttohautaukset alkoivat yleistyä protestanttisissa maissa, mutta toisen maailmansodan jälkeen niiden suosio laski jyrkästi. Syynä tähän oli vastenmielisyys saksalaisten toimia kohtaan sodan aikana. Tuolloin kaasukammioissa surmatut juutalaiset, roomanit, kommunistit ja seksuaalivähemmistöjen edustajat poltettiin Saksan ja Puolan krematorioissa. Myöhemmin polttohautaus alkoi taas yleistymään erityisesti Euroopan suurissa kaupungeissa. Ensimmäinen krematorio valmistui Suomeen vuonna 1926 Helsingin Hietanien hautausmaan tuntumaan. Alkuaan sen

käyttö oli kuitenkin vähäistä.

Vuonna 2016 Suomessa tuhkattiin jo reilut puolet vainajista ja pääkaupungissa luku oli yli 80 prosenttia. Suurissa kaupungeissa hautapaikan löytäminen kaikille vainajille olisi vaikeaa, jos tuhkaus ei olisi niin yleistä. Pääkaupunkiseudulla on muun muassa paljon sukuhautoja, joihin ei mahdu enää yhtään arkkua, mutta tuhkauurna käyttämällä sukuhautojen käyttöä on voitu jatkaa.

Hautauksessa ei ole kyse ainoastaan vainajan teknisestä hautaamisesta, vaan hautaustapa on sekä uskonnollinen että mitä suurimmassa määrin tunnekysymys. Joku voi haluta tulla tuhkatuksi ja vainajan tahtoa hautaustavassa on paikalliskirkkomme piispainkokouksen linjauksen mukaisesti kunnioitettava.

Katolinen kirkko vapautti polttohautauksen vuonna 1960, mutta ortodoksisella kirkolla ei ole asiasta yleistä päätöstä, vaan jokainen paikalliskirkko on ratkaissut asian omalla päätöksellään. Suomen ortodoksisen kirkon piispainkokous käsitteli asiaa 15. maaliskuuta 1997 pitämässään kokouksessa.

Kysymyksen polttohautauksesta ja mahdollisesta tuhkan sirottelemisesta maahan oli piispainkokoukselle esittänyt rovasti Aleksander Korelin. Tuolloin Helsingin seurakunnassa oli valmisteilla hautausmaan ohjesääntö ja siihen tarvittiin piispainkokouksen näkemys polttohautauksesta ja tuhkan sirottelusta maahan. Piispainkokous totesi päätöksessään, jota olivat tekemässä arkkipiispa Johannes ja Helsingin metropoliitta Leo sekä Oulun metropoliitta Ambrosius, että ruumiin hautaaminen maahan on tavanomainen käytäntö ortodoksisissa paikalliskirkkoissa. Suomen tilanteessa katsottiin kuitenkin välttämättömäksi myöntää oikeus tuhkaukseen ja tuhkan hautaukseen uurnassa sille erityisesti osoitettuun paikkaan tai maahan. Vainajan tuhkan sirottelun maahan piispojen kokous kielsi kokonaan.

Piispainkokouksen päätös tarkoittaa käytännössä hautaustoimituksen jälkeen tapahtuvaa vainajan polttamista arkussa krematoriossa. Krematoriossa tuhka laitetaan uurna, joka haudataan hautausmaalle tai urna asetetaan hautausmaalla olevaan uurnaholviin. Hautaan laskemisen tai uurnaholviin asettamisen yhteydessä on tapana toimittaa muistopalvelus tai litania.

Piispa Arseni



Mikä on ihminen!

Kuningas Daavid pohtii psalmissaan: "Mikä on ihminen! Kuitenkin sinä häntä muistat. Mikä on ihmislapsi! Kuitenkin pidät hänestä huolen." Jumala teki ihmisestä lähes kaltaisensa kunnialla ja kirkkaudella seppelöidyn olennon. (Ps. 8) Raamatun ihmiskuva sai alkunsa luomisesta ja elämästä lähellä Jumalaa.

Pyhät isät painottavat luomistyötä harmoniasta, eivät vain luomisteoista käsin. Elämä oli sopusuhtaista, koska Jumalan kuvaksi luotu ihminen eli läheisessä yhteydessä Jumalaan.

500-luvulla elänyt erämaakilvoittelija abba Dorotheos kuvaa, miten ihminen sijoitettiin

paratiisiin hyveillä kaunistettuna. Paratiisilinen, Jumalaa kohti suuntautuva asenne oli ihmisen luonnollinen ja terve tila. Elämässä vallitsi kirkkaus ja kunnia, sillä Aadam ja Eeva rukoilivat ja katselivat Jumalaa vailla syntiä.

Ihmisen asema ilmeni Jumalan kaltaisuudessa (Ps. 8; vrt. 1. Moos. 1:26). Ihminen

hallitsi kaikkea luotua hyvydessä (Ps. 8:5–6). Hyvä suhde luomakuntaan ilmensi Jumalan suuruutta ja kunniaa (Ps. 8:9).

Raamatun ihmiskuva kietoutuu Jumalan ja ihmisen väliseen suhteeseen. Kolmiyhenteisen Jumalan persoonien välinen rakkaus tuli julki luomistyössä. Aito suhde Jumalaan ja luoma-

kuntaan perustui rakkauteen, luottamukseen ja Jumalan kirkkauden katselemiseen.

Langennut ihminen

Ihmisen asema Jumalan läheisyydessä särkyi ja muutti muotoaan. Ihminen sairastui synnin hivuttavaan sairauteen. Luonnonmukainen suistui luonnonvastaiseen ja rakkaus Jumalaan muuttui nautinnon rakkaudeksi. Ihminen ajautui himojensa heittelemänä synnin tekoihin. Käärmeen kavaluudesta ja ihmisen lankeemuksesta vihollisen pahuus pääsi valloilleen.

Paha ei korjaantunut, vaikka Jumala ilmaisi tahtonsa, kutsui ja johdatti ihmistä rakastamaan häntä ja antoi lakinsa neuvoksi. Profeetta Jesajan sanoin abba Doroteos toteaa:

"Jalkapohjista päälakeen ei tervettä paikkaa, vain mustelmaa ja juomua ja verestä haavaa. Ei niitä ole puhdistettu, ei sidottu eikä öljyllä pehmitetty." (Jes. 1:6).

Elämän kipu, murheet, epäoikeudenmukaisuus, raskaat pettymykset ja omat laiminlyönnit seuraavat ihmistä. Raamatun ihmiskuva, perimmäinen totuus ihmisen alkuperäisestä tilasta ja Jumalan ajatus ihmisestä ei muuttunut, vaikka Jumalan kaltaisuus särkyi.

Rakastettu ihminen

Luomistyön paradoksi ilmenee siinä, että kaikkitietävä Jumala loi ihmisen, jolla oli rakkauden tähden vapaus valita tiensä. Vapautta seurasi vastuu. Ensimmäinen käsky liittyi paastoon: hyvän- ja pahantiedon puusta syöminen johtaisi kuolemaan (1. Moos. 2:17). Siksi kirkko yhä kutsuu ajoittain paastokilvoitukseen, jotta jokainen oppisi kuolettamaan pahaan taipuvaa tahtoaan ja kääntämään sydämensä Jumalan puoleen.

Luomistyö julistaa Jumalan ja ihmisen välistä läheistä yhteyttä, jota Jumala ei ole unohtanut. Lankeemus kertoo kaksijakoisesta suhtautumisesta Jumalaan. Tämä tulee ilmi esimerkiksi psalmitekstissä, johon abba Doroteos viittaa:

"Kuule meitä, Israelin paimen, sinä, joka johdatat Joosefin heimoa kuin paimen laumaansa, sinä, jonka istuinta kerubit kannattavat! Ilmesty kirkkaudessasi – Osoita voimasi, tule avuksemme." (Ps. 80:2–3)

Sisin kipeänä ihminen yrittää kätkeytyä, mutta myös kaipaa Jumalan kirkkautta, jota pelkää. Hyväksi luotu, Jumalaa lähellä elävä ihminen oli erityisellä tavalla viisas ihminen (homo sapiens). Sitten Jumalan tuntemisesta kumpuava viisaus vääristyi. Jokainen on

silti yhä Jumalan rakastama ihminen (*homo dilectus*).

Jumalan rakkaus sai kirkkaimman muotonsa, kun Jumalan Poika syntyi ihmiseksi. Kun prokuraattori Pontius Pilatus katseli kohti kärsimystä kulkevaa Jumalan Poikaa, hän todisti tietämättään – *"Katso, ihminen!"* (Joh. 19:5) – Jumalan ihmisrakkaudesta, joka mursi kuoleman ja synnin vallan. Jeesus korotti ihmisyyden ruumiillisesti ja kirkastettuna taivaaseen. Ihminen on tarkoitettu paratiisia varten.

Paluuta tekevä ihminen

Jumala muistaa luotuaan, sillä hänellä on suunnitelma jokaista varten, joka saa alkunsa rakkaudesta ja toteutuu, kun ihminen aloittaa paluumatkansa. Ihmisyydestä tuli lankeemuksen tyssija, mutta Jumalan rakkaudesta myös pelastukseen kumpuava lähde.

Profeetta Hesekielin mukaan Herra kulkee temppelin suljetusta portista portin pysyessä suljettuna (Hes. 44:1–3). Temppele on Neitsyt Maria, josta Jumalan Poika tuli ihmiseksi ja joka pysyi suljettuna eli neitseenä. Pyhimästä Neitseestä syntyi ihmiseksi Puhdas ja Viaton, joka uudistaa ihmisyyden.

Hesekiel kuvaa myös temppelin perustuksen alta kumpuavaa vettä, joka elvyttää luomakunnan (Hes. 47:1–12). Myöhemmin pyhä Johannes Teologi kuvaa Jumalan ja Karitsan valtaistuimesta virtaavaa elämän veden virtaa, jonka äärellä kasvaa elämän puu ja jonka luota langennut ihminen karkotettiin, jotta hän ei söisi siitä ja eläisi ikuisesti langenneena (Ilm. 22:1; 22:2). Karkotus paratiisista oli *epitimia*, katumusharjoitus, jonka tarkoituksena oli saada ihminen kaipaamaan ja etsimään ikuista elämää Jumalan luona.

Pyhät isät korostavat toistuvasti sitä, että matka paratiisiin alkaa ihmisen omasta sydäimestä, sillä Vapahtaja sanoo:

"Joka uskoo minuun, 'hänen sisimmästään kumpuavat elävän veden virrat'" (Joh. 7:38).

Jumalan valtakunta löytyy Kristuksen luota ja asettuu ihmisen sydämeen, jonka kammiossa hän myös kääntyy katuen ja rukouksen Jumalan puoleen kasvaakseen omaan mittaansa (Matt. 6:6).

Kutsuttu ihminen

Raamatun ja pyhien isien opetuksen mukaan ihmisen elämä on tarkoitettu paluumatkaksi kohti Jumalaa. Tämän päämäärän, jokaiselle ihmiselle annetun mahdollisuuden, ovat saavuttaneet monet pyhät ihmiset. Ihmisen

tehtävänä on paluun vaivannäkö, katumus ja kyyneleet, mutta Jumalan katselemisen kirkkaus on Jumalan armon varassa, sillä armo on – pyhän Gregorios Siinailaisen mukaan – kilvoituselämän sielu.

Ihmisyyden arvon mittana on Jumalan kaiken ylittävä rakkaus. Tämä rakkaus ylittää lankeemuksen, vaikka synti ei jäänyt vaille seurauksia. Paluu Jumalan luo on matka kohti kirkkautta, jossa kaiken tuhlanutta vastaan tulee rakastava isä (Luuk. 15:1–32) ja kallisarvoinen helmi, jonka vuoksi ihminen viimein luopuu muusta (Matt. 13:45–46). Tie Jumalan luo on myös publikaanin osoittama katumuksellinen matka:

"Jumala, ole minulle syntiselle armollinen!" (Luuk. 18:9–14)

Tämän rakkauden vuoksi pyhä Maria Pariisilainen suhtautui jokaiseen ihmiseen aivan kuin tämä olisi ollut Jumalan kaltainen, vaikka olisi elänyt yhä kelvottomasti. Rakkaus auttoi näkemään uuden elämän mahdollisuuden.

Jumalaa katseleva ihminen

Mikä siis on ihminen? Jokainen on rakastettu ja kaivattu, mutkaisia teitä kulkeva ja silti Jumalan ihmisrakkauden ympäröimä. Rakastava Jumala kutsuu jokaista kirkkaalle ja valoisalle kilvoitustielle, hurskaaseen kuuliaisuuteen ja vaivannäköön.

Jokainen epäonnistuu ja lankeaa, joskus myös kirkko toimii ihmisistä johtuen vastoin kutsumustaan. Kirkon ja pyhien sakramenttien yhteydessä jokainen voi tavoitella korkeaa päämäärää, etsiä tietä ja nousta jälleen ylös ja rakentaa elämänsä raunioille Jumalan huonetta.

Ihminen eli alkujaan luonnostaan lähellä Jumalaa. Uskova ihminen on pyhässä kasteessa ja mirhavoitelussa Pyhässä Hengessä uudistettu ihminen. Siksi pyhittäjä Feofan Erakko kutsuu jokaista kasvattamaan itseään ja juurruttamaan mieleensä Kristuksen sanojen totuudet ja kasvamaan kohti Jumalan kaltaisuutta.

Matka on vielä kesken, mutta Jumalan rakkaus ei jätä ketään huomioimatta. Tämä sai Daavidin hämmästelemään Jumalan huolenpitoa (Ps. 8:4). Ihmisyyden syvin merkitys on yhä kaikille tarkoitettussa alkuperäisessä ja muuttumattomassa päämäärässä: Jumalan katselemisessa.

Pastori Marko Mäkinen



MIKSI LÄHTEÄ KIRKKOON?

Kesällä moni kirkko viettää temppeleijuhlaa. Ristisaattoineen ja vedenpyhityksineen ne ovat upeita jumalanpalveluksia, joissa kirkon juhla tulvahtaa ulos luonnon vehreyteen ja siniseen taivaankorkeuteen. Siis oiva tilaisuus availta omaa nurmettunutta kirkkopolkua!

Istahdetaan tähän nuotiopaikan penkille. Tuleen tuijotellessa on helpompi puhua asioista, joista mies harvoin tulee puheeksi: uskosta, Jumalasta, rakkaudesta.

Tämä on se ”matalan kynnyksen kohtaamispaikka”, jonka sovimme. Kirkon kynnyks tuntuu vielä korkealta. Keskustellaan siitä, mihin kipinät sinkoavat!

”Uskonhan minä Jumalaan. Rukoilenkin joskus. Mutta miksi pitäisi käydä kirkossa? En halua lähteä vain näyttäytymään tai siksi, että ”vain pitää”. Minulla pitää olla joku oma syy.”

Mikä upea kysymys. Kaikilla pitäisi olla oma syy, omasta sydäimestä nouseva

Miksi ei?

Ei sukelta heti sydämen syvyyksiin. Sinne ei noin vain molskahdeta. Pysytään hetki kielen päällä. Miksi sanot ”pitäisi käydä”? Taidan arvata: Jokaisella on kai kokemus siitä, kun meidän on ”vain pitänyt”. Olemme ehkä lusineet pitkän jumalanpalveluksen vastentahtoisesti. Selkää ja jalkoja särkee, ilma loppuu, ulkona auringonpaiste ja kaikki vähänkin kiinnostava.

Tässä on kuvattuna monen ihmisen viimeinen jumalanpalvelus, jonka jälkeen ei koskaan tule sitä ensimmäistä vapaaehtoista. Mikä sääli! Kirkon ovi pysyy suljettuna, ja sen sisäpuolella ajatellaan olevan sitä samaa vanhaa tylsää. Mutta miten voisi olla tyhjiin ammennettu sellainen, mikä ei ole koskaan avautunut?

Omasta valinnasta, avoimin mielin ylitetty kirkon kynnyks johtaa aivan toisenlaiseen kirkkoon. Kynnyks voi toki kasvaa korkeaksi: ”Miksi juuri nyt menisin, jos en tähänkään asti ole mennyt?” Jos kirkon välttelyllä ei ole sen kummempaa syytä, miksi pitäisi kirkkoon astumisella olla? Ajattele kerrankin kevyesti: sen kun menet! Tällä kertaa vain älä kiusaa itseäsi. Kirkossa voi kirjaimellisesti käydä: sytyttää kynttilän, viivähtää hetken, lähteä pois. Siinä se. Älä suorita.

Kirkkoon saa tulla silkasta uteliaisuudesta. Käythän lomakohteen historiallisissa kirkoissa kamera kaulassa. Istuthan konsertissa kuuntelemassa koskettavaa kirkkomusiikkia. Ihailathan museossa kauniita ikoneita. Juma-



ole vielä kokenut rakkautta.

Ehkä voimme sanoa näin: Kirkkoon pitää ensin mennä, jos haluaa löytää merkityksen kirkossa käymiselle. Kirkkoon pitää mennä, jos haluaa saada kipinän rakkaudesta, joka vetää takaisin luokseen. Se ei voi tapahtua ulkopuolelta katsellen, eikä välttämättä ensimmäisillä sisään kurkistuksillakaan. Mutta kipinä voi sinkoutua. Siinä on kynnyksen ylittämisen ainoa vaara.

Jotain aivan muuta

Kirkko on tila, joka on pyhitetty vain rukoukselle ja Jumalan kohtaamiselle. Totta kai on mahdollista rukoilla vaikka vapputorilla, mutta tunnistamme eron. Kirkossa jok'ikinen asia lattiasta kattoon, väreistä ääniin ja tuoksuihin on viritetty tämän yhden päämäärän mukaan. Sanotaan, että kirkossa Jumalan valtakunta on laskeutunut maan päälle.

Ahkerasti käyttämämme tilat siirtyvät myös sisällemme. Työmatkan ruuhkaiset, pakokaasuiset kadut, meluisat ja räikein värein huutavat markkinapaikat – ne uurtavat meihin omat jälkensä. Rauhaton tila ruokkii rauhattomuutta. Myös kirkon tila, sen kaikkia aistejamme puhuttelevat viestit, painavat meihin sinettinsä, mutta hellävaraisesti ja vapauttamme kunnioittaen. Ne rakentavat meissä sisäistä temppeleä, kohtaamisen ja rukouksen tilaa.

Kirkko kuvataan usein seurakuntalaisten äitinä. Kirkko on avoin syli, johon kuka tahansa voi astua. Hiljainen ja lempeä syli, jossa maailman melskeet voi jättää taakse ja löytää oman sydänäänensä. Hoitava syli, johon saa tulla kuinka sairaana ja särkyneenä tahansa saamaan lääkettä ruumiin ja sielun haavoihin. Kirkossa saa vain olla, ei tarvitse suorittaa mitään. Kirkossa on lupa olla heikko ja kannateltu.

Kannamme kirkkoon haavoitetun elämäme ja sen mukana monenlaiset rukoushuokaukset: anomukset, kiitoksen ja katumuksen, ilon ja surun kyyneleet. Monesti kannamme hengessämme kirkkoon myös läheisemme. Saamme muuttaa voimattoman huolen rukoukseksi heidän puolestaan. Yhteinen rukous kirkossa ja yksityinen rukous, missä ja milloin tahansa, ruokkivat ja vahvistavat toisiinsa. Toinen ei voi kukoistaa ilman toista.

Usein huomaamme, että kirkossa heikkuudestamme kuoriutuu uusiutunutta voimaa. Ruuhkautuneesta perhe-elämästä kirkkoon viskautuva voi saada voimaa omasta ajasta ja tilasta. Yksinäisyydestä kirkkoon rohkaistuva voi tuntea kaivattua yhteisyyttä seistessään rinta rinnan muiden kanssa ja yhtyessään rukoussanoihin.

Monesti kirkkoon lähteminen vaatii ponnistusta, mutta harvoin ponnistustaan katuu. Kirkkoon lähtiessä askel on painava, mutta paluumatkalla kevyt. Mieli on kirkastunut ja avartunut, aivan kuin olisi huikaistunut korkealla vuorenhuipulla ja veisi matalaan elämäänsä sydämen täydeltä pilvienpäällistä valoa.

Usko ja kohtaaminen

Kirkkoon tullakseen ei tarvitse tietää tai osata mitään erityistä. Riittää kun kunnioittaa kirkkotilaa ja siihen kokoontuneita. Muu selviää katsomalla ja kuuntelemalla. Kirkossa voi ei-ortodoksikin osallistua kaikkeen muuhun paitsi ehtoolliseen ja muihin sakramentteihin.

Kirkon kynnyksen ylittämiseen ei tarvitse vielä uskoa. Ilman uskoakin kirkko voi puhutella, mutta se sulkee vielä salaisuutensa. Se ei ole vielä avautunut kohtaamisen tilaksi, vaan pysyy odotushuoneena.

Usko muuttaa rukouksen elävän Jumalan puhutteluksi; ikonit se avaa ikkunoiksi, joista tuulee kirkkoon toisen todellisuuden läsnäoloa. Usko muuttaa pyhät kirjoitukset ylönousseen Kristuksen puheeksi, joka kohtaa meidät aina uutena, suorana ja henkilökohtaisena. Usko vastaanottaa ehtoollisessa Kristuksen ruumiin ja veren, jumalallisen elämän, joka yhdistyy meidän inhimilliseen elämäämme. Nyt kaikki muuttuu vasta todella ihmeelliseksi.

Usko näkee kirkon pelastuksen arkkina, johon Jumalan kansa on koottu turvaan maailman myrskyistä. Usko tuntee Pyhän Hengen puhaltavan kirkkolaivan purjeissa ja sydäntemme säröilevissä astioissa. Usko oppii huutamaan täysin palkein Henkeä avuksi, koska usko ei ole sokea: se näkee tuskallisen selvästi kaiken sen sähläämisen, johon luomakunnassa vain ihminen pystyy. Ja kuitenkin kanssamme on Jumala.

Mitä jos uskon ovi ei avaudu? Mitä jos jään ulkopuolelle, tyhjin käsin odottamaan? Joskus meiltä kysytään kärsivällisyyttä. Me nykyajan ihmiset olemme tottuneet välittömään vasteeseen, olemattomaan viiveeseen, ”tulos tai ulos”. Siihen kirkko vastaa hitaudella, hiljaisuudella, toistolla, pitkällä kestolla.

Kirkko ei ole elämysautomaatti, vaan kohtaamisen tila. Meidän tehtäväksemme jää raivata tilaa kohtaamiselle, pakahtuneisiin kalentereihimme ja täyteen buukattuihin sydämiimme. Kadonnutta aikaansa kannattaa etsiä, aloittaen vaikkapa kaikenlaisten ruutujen edestä.

Pastori Tuomas Kallonen

lanpalvelus on upea kokonaisuus, jossa nämä kaikki vasta heräävät eloon: kirkkorakennus, musiikki, taide ja näiden ytimessä hengittävät pyhät kirjoitukset. Kokonainen uusi kieli ja sen avaama ovi ihmeelliseen maailmaan!

Opiskelemme mielihyvän uutta kieltä, jos sitä voi käyttää kerran vuodessa aurinkomatalla ja saada ystävällisen hymyn rantakahvilan tarjoilijalta. Miksi emme näkisi hieman vaivaa ja syventyisi myös tähän kieleen, joka on ruokkinut sydämiä ja kokonaisia kulttuureja 2000 vuotta?

Kirkossa on kaikenlaisia ihmisiä. Useimmat heistä ovat joskus olleet kynnyksen ulkopuolella ja joutuneet ponnistamaan sen yli. Jokainen käy joskus taistelun kirkkoon lähtemisestä – ja usein häviää sen. Kirkkoon ei mennä keräämään suorituspisteitä tai mittailemaan muiden suoriutumista. Kirkkoon on tervetullut ihan jokainen omana itsenään. Kirkko kuuluu kaikille, ei vain jollekin sisäpiirille.

Siis miksi pitäisi käydä kirkossa? Onko kysymys vähän hassu? Kysynkö myös, miksi minun pitäisi tavata rakastamaani ihmistä, ja kuinka usein? Enkö pikemminkin kaipaa hänen tapaamistaan ja etsi siihen mahdollisuuksia? Jos kysyn ”miksi pitää”, en selvästi



palkallisen työpaikan ja tänä juhluvuonnaakin liitto työllistää nelisenkymmentä nuorta kesäleireillä, tapahtumissa ja julkaisu-toiminnassa.

Liitto juhlii käsillä olevaa merkkipuottaan käytännönläheisesti: talvella koulutettiin kuusikymmentä uutta leirinohjaajaa, nuorisotyöpäivät ottivat kantaa nuorten kuulemisen tapoihin kirkossa ja kesällä järjestetään perinteinen lastenleiri sekä luostari-kristinoppileiri. Syksyllä kokoonnutaan valtakunnallisille Kulmakivi-nuorifestareille Ouluun sekä tehdään nuorisovaihtomatka Konstantinopolin patriarkaattiin. Valmisteilla on myös uusi tarinakirja lapsille ja käynnissä on nuorten videomuotoinen Kulmakivi-kulttuurikilpailu. Yhtenä työmuotona ovat myös paikallisten seurakuntien ja muiden järjestöjen kanssa yhteistyössä järjestettävät tapahtumat, kuten Perhepäivät.

Tämän päivän nuorison hyvinvointia uhkaavat sodan ja evakkotaipaleen sijaan vapaa-ajan sirpaloituminen, yksinäisyys, syrjäytyminen sekä yhteiskunnallinen eriarvoistuminen. Ortodoksisen nuorison yhteen kokoamisen rinnalle on myös tullut kansainvälinen ja monikulttuurinen nuorisotyö. ONL ry:n toiminta on avointa kenelle tahansa ja järjestö tarjoaa edelleen ortodoksisen kulttuurin vaalimisen ohella turvallisia aikuisia, elämäntaitoja sekä tunnetta porukkaan kuulumisesta.

ONL ry

Liity, kasva kallioksi –



Ortodoksisten nuorten liiton 75-vuotisen taipaleen aikana on tuhansia kertoja laulettu perinteistä Nouse nuori ortodoksi -veisua ja sen kutsu on yhä ajankohtainen.

Ilman aktiivista ortodoksista lapsi- ja nuorisotyötä ei Suomen ortodoksinen kirkko olisi välttämättä edes olemassa, sillä toimiva kasvatus työ on edellytys yhteisön jatkuvuudelle.

Liiton perustamiskokous pidettiin sodan keskellä, maaliskuussa 1943 Sortavalassa yli sadan hengen voimin: ymmärrettiin, että sota muokasi Suomea suuresti ja haluttiin perustaa järjestö, joka kokoaisi ortodoksista nuorisoa yhteen.

Sodan ja evakkotaipaleen myötä iso osa ortodoksisesta väestöstä asutettiin ympäri Suomea. Monilta jäivät Karjalaan tutut pyhäköt, kodit ja koko entinen elämä. Nuorten ortodoksista identiteettiä pyrittiin vahvistamaan erilaisten leirien, kerhojen ja muun yhteisen toiminnan avulla. Ortodoksisten nuorten liiton ensimmäinen

leiri pidettiin Keiteleellä vuonna 1947 ja vuonna 1953 perustettiin lasten, nuorten ja kasvattajien oma lehti, Tuohustuli.

Koko liiton olemassaolon ajan on toiminnan keskiössä ollut nuorten kokoontuminen yhteiseen ajanviettoon, rukoukseen ja oman uskonelämän harjoittamiseen toisten samikäisten kanssa. Tämä on vahvistanut omaa ortodoksista identiteettiä ja tarjonnut kokemuksia yhteisöllisyydestä.

Liiton historiassa on vapaaehtoistyö ollut kulvanarvoista. Talkoovoimin on rakennettu kirkkoja ja rukoushuoneita, painatettu julkaisuja ja pidetty leirejä ja kerhoja sekä järjestetty tapahtumia, aina ulkomaita myöten. Monelle nuorelle liitto on tarjonnut myös elämän ensimmäisen



ORTODOKSISTEN NUORTEN LIITTO ONL RY

Ortodoksisten nuorten liitto ONL ry on valtakunnallinen, kirkollista nuorisotyötä tekevä keskusjärjestö. Toiminnan pääalueina ovat seurakuntien lapsi- ja nuorisotyön tukeminen, julkaisu-toiminta, leirien, kurssien ja tapahtumien järjestäminen sekä kansainvälinen toiminta. Lisätietoja: www.onl.fi



JUHA RIKONEN

Ruhtinasikonimaalari Konstantinos Ksenopoulos luennoi seminaarin kirkossa toukokuussa.

ORTODOKSINEN KULTTUURIKORTTELI -VIITTÄ VAILLE VALMIS

Joensuussa toimineiden Vetovoimaa ortodoksisesta kulttuurista-kehittämis- ja investointihankkeiden tuloksia voi käydä ihaillemassa Ortodoksisessa kulttuurikorttelissa osoitteessa Kauppakatu 44/Torikatu 41.

Korttelin muodostavat Ortodoksinen seminaari ja seminaarin kirkko, Ortodoksinen kulttuurikeskus sekä piha-alue. Piha-alueen ikonikaatokseen on ripustettu Konstantinos Ksenopoulosen tekemä kaksipuolinen mosaiikki-ikoni. Myös Ortodoksinen kulttuurikeskuksen sisätiloja on uudistettu. Sieltä löytyvät Ristikansan vaellus-

näyttely, Laura Karlinin Evakkotarinoita- valokuvausnäyttely, Viipuri-säätiön ikoneista kootut ikoninurkkaukset, kaksi 1700-luvun matkaikonostaasia ja teemoittain sisustetut kokoustilat. Hanke on myös järjestänyt konserteja, tapahtumapäiviä ja luentotilaisuuksia.

Kehittämishankkeen päätöstapahtumana järjestetään Avoimet ovet-tapahtuma 6. kesäkuuta.

Tapahtumasta ja muusta toiminnasta Ortodoksisessa kulttuurikorttelissa löytyy lisätietoa osoitteesta www.ortodoksinenkulttuurikeskus.fi

Oopperaa ja ortodoksista ajattelua - tule nauttimaan kesän konserteista

Tampereen seurakunnan kanttori, tenori Heikki Hattunen ja pianisti Ville Hautakangas konsertoivat heinäkuussa Valamon kulttuurikeskuksessa, Savonlinnan pikkukirkossa ja Lieksan TalliGalleriassa.

Heikki Hattunen on tällä hetkellä opintovapaalla kanttorin toimesta, ja opiskelee laulua Sibelius-Akatemiassa. Hän esiintyy tenorisolistina oopperan, kirkkomusiikin ja liedin pa-

riissa. Debyytti Kansallisoopperassa on luvassa syyskuussa 2018.

Hattunen on laulanut Savonlinnan oopperajuhlilla kuorossa sekä solistikvartetissa. Valamon luostarissa hän on esiintynyt useasti kuorojen solistina. Nuoruutensa hän on asunut Lieksassa, Timitrin Linnan pihapiirissä.

Ville Hautakangas soittaa kosketinsoittimia Tampere Filharmoniaassa, TampereRaw-yhtyeessä, ja opettaa pianonsoittoa Tampereen musiikkiakatemiassa.

Konserteissa kuullaan mm. Leonid Bashmakovin, Peter Mirolybovin ja Oskar Merikannon musiikkia. Laulujen sanoituksista vastaavat mm. arkipiispa Leo ja TM Ari Koponen.

Konsertit

6.7. klo 20 Valamon luostarin kulttuurikeskus
8.7. klo 21 Pikkukirkon yösoitto, Savonlinna
15.7. klo 18 TalliGalleria, Timitrin Linnan pihapiiri, Lieksa



VILLE HAUTAKANGAS

Tuttavuuksia samovaarin ääreltä

Venäjä, tuo monelle suomalaiselle tuntematon naapurimaa avautui minulle uudenlaisena kokemuksena, kun päätin lähteä opiskelemaan Pietariin vuodeksi journalistiikkaa.

Vaikka vastassa oli sekoitus uutta ja tuntematonta, päätin ottaa haasteen vastaan ja lähteä tutustumaan paikallisiin ortodokseihin ja venäläiseen kulttuuriin. Tähän oivat puitteet tarjosi kirkkojen järjestämät nuortenkerhot, joissa paikalliset ortodoksinuoret kokoontuvat viettämään aikaa samovaarin äärelle sekä keskustelemaan erilaisista kirkollisista teemoista. Erilaisia kerhoja ja tapahtumia on tarjolla joka viikko. Itselleni sopivimmalta tuntui Kazanin katedraalissa kokoontuva nuortenkerho. Lähtiessäni mukaan kerhon toimintaan, sain huomata kuinka paljon uusia tuttavuuksia ja ystäviä ilmestyi ympärilläni. Eipä aikakaan, kun vielä äskettäin tuntemattomalta vaikuttanut kaupunki sai uudet kasvat.

Nuortenpiirien toiminnassa mukana ollessa sain huomata venäläisen vieraanvaraisuuden ja sen, miten uskonto toimii yhdistävänä tekijänä mitä erilaisempien ihmisten välillä. Sen lisäksi, että kerhot kokoontuvat joka viikko, on myös mahdollista osallistua kerhojen järjestämille pyhiinvaellusmatkoille, jotka suuntautuvat Pietarin lähialueille ja eri luostareihin. Mikä olisikaan sen parempaa kuin päästä näkemään uusia paikkoja hyvässä seurassa!

Kerhojen kautta avautuu myös oiva mahdollisuus osallistua kirkollisiin juhla- pyhiin ilman, että olisi pelkoa yksinjäämisen suhteen. Näin ollen vaikka päätinkin viettää joulun, uuden vuoden sekä pääsiäisen Venäjällä, en jäänyt paitsi siitä yhteisöllisyyden tunteesta, jonka Suomessa voi kokea perheen ja ystävien avulla.

Näin ollen, olen todella kiitollinen, että uskalsin ottaa askeleen kohti uutta ja päättää ystäväystyä paikallisten ortodoksien kanssa. Suomeen palatessani olen jo miljoona kokemusta rikkaampi!

Jyri Hoffrén



ALBIN HILLERT / KMN.

Lähetys marginaaleista -istunnon aikana viitettiin "Aamen" viittomakielellä.

Maailmanlähetyskonferenssi kokosi yhteen yli tuhat osallistujaa

Kirkkojen maailmanneuvoston järjestämä maailmanlähetyskonferenssi kokosi yhteen yli tuhat osanottajaa eri puolilta maailmaa 8.-13.3. Arushaan, Tansaniaan pohtimaan lähetystyötä ja evankeliointia. Koko ihmiskunnan kirjo näkyi osallistujien joukossa, johon mahtui myös kaksi edustajaa Suomen ortodoksisesta kirkosta: TM Jooa Sotejeff-Wilson ja teol.yo. Annamari Moilanen. Ortodoksisen kirkon edustajia osallistujista oli noin 10 prosenttia.

Arusha oli konferenssin paikkana merkityksellinen. Edellisen kerran maailmanlähetyskonferenssi pidettiin Afrikan mantereella 60 vuotta sitten, minä aikana koko kristinuskon ja lähetysten kasvot ovat muuttuneet. Yli 25 prosenttia maailman kristityistä elää nykyään Afrikassa, missä kristinuskon leviää nopeammin kuin missään muualla. Afrikkalainen konteksti näkyikin asiantuntijoiden ja osanottajien lisäksi myös päivittäisissä teatteri-, tanssi- ja musiikki-esityksissä, illanvietoissa sekä sunnuntaiaamun seurakuntavierailuissa.

Konferenssin teema, "Hengessä eläen: kutsu muuttamaan opetuslapseuteen" haastoi pohtimaan monella tavalla Kristuksen seuraamisen merkitystä ja seurauksia. Aiheeseen syvennettiin jo ennen varsinaisen konferenssin alkua

pidetyissä naisten, vähemmistökansojen sekä nuorten esikonferensseissa, joiden työskentelyn hedelmistä me muutkin pääsimme osalliseksi mm. iltopäivisin Sokoni-torin esityksissä ja puheenvuoroissa.

Teeman käsittelyyn oli valittu eri tulokulmia kuten Jeesuksen seuraaminen, maailman muuttaminen ja ristin kantaminen. Puheenvuoroissa nousivat esille tämän päivän keskeiset aiheet kuten ilmastonmuutos, ihmisoikeudet, naiseen ja tyttöihin kohdistuva väkivalta, uskontodialogi ja sota. Paikalle saapunut Syyrian patriarkka Mor Ignatius Afrem II valotti Syyrian tilannetta ja kertoi jälleenrakennustyöstä, jota kirkko tekee kaikkiin uskontokuntiin kuuluviin ihmisten auttamiseksi. Hän painotti uskontodialogin tärkeyttä ei vain uskontojohtajien välillä vaan myös ruohonjuuritasolla ja konkreettisina tekoina.

Kuten moni puhujista muistutti, lähetysten tulee olla Kristus-keskeistä, ja opetuslapseuden tulee olla Kristuksen tavoin toimimista. Mitä se tarkoittaa? Itse jäin erityisesti miettimään konferenssin keskeistä ajatusta "lähetys marginaaleista". Marginaalilla tarkoitetaan ihmisiä ja yhteisöjä, jotka ovat vähemmistössä ja syrjään työnnettyjä – juuri sellaisessa asemassa



ALBIN HILLERT / KMN.

Ekumeeninen jumalanpalvelus oli tärkeä osa jokapäiväistä ohjelmaa. Paikallinen teatteriryhmä pystyttämässä ristiä aamuhartaudessa.

kuin monet Kristuksen opetuslapsikseen ja ystävikseen valitsemista ihmisistä! Tälläkin hetkellä maailmassa vallitsee jako eliittiin ja alistettuihin, rikkaisiin ja köyhiin, etuoikeutettuihin ja syrjäytettyihin. Kirkotkin ovat usein tätä kahtiajakoa vahvistamassa. Millaista on lähetys marginaaleista keskustaan päin? Mitä maahanmuuttajat, pakolaiset, etniset tai muut vähemmistöt voivat opettaa meille "eliittiin" kuuluville Kristuksesta? Kuulemmeko ja näemmekö heidän esimerkkiään Kristuksen seuraamisessa?

Jooa Sotejeff-Wilson

Kirkkomme maailmalla



WIKIMEDIA / WONDERLANE

Kirkkomme papistoa ja työntekijöitä on opiskellut Yhdysvalloissa mm. Pyhän Vladimirin Teologisessa seminaarissa New Yorkissa erityisesti 1970-80 -luvuilla.

Yhdysvaltojen monimuotoinen ortodoksisuus

Yhdysvaltojen kaksi suurinta ja hallinnollisesti järjestäytyneintä ovat OCA eli Amerikan ortodoksinen kirkko ja Konstantinopolin ekumeenisen patriarkaatin alainen Kreikkalainen arkkihiippakunta. Näiden lisäksi Amerikan mantereella on lukuisten muiden jurisdiktioiden seurakuntia ja hiippakuntia, jotka ovat hallinnollisesti yhteydessä äitikirkkoihinsa Etelä- ja Itä-Euroopassa sekä Lähi-idässä. Monet tällaisista seurakunnista ovat etnisiä ja niissä oma kieli ja kulttuuri ovat nousseet kirkollista perinnettä suurempaan rooliin. Tänä päivänä jumalanpalveluskielenä käytetään pääasiassa englantia, mutta poikkeuksiakin on.

Suomessa Amerikasta tunnetaan ehkä parhaiten teologinen koulutus. Holy Crossin seminaari Bostonissa ja Pyhän Vladimirin Teologinen seminaari New Yorkissa ovat ortodoksisessa maailmassa arvostettuja akateemisia teologisia oppilaitoksia, joissa kirkkomme papistoa ja työntekijöitä on opiskellut erityisesti 1970-80 -luvuilla. Näissä vaikuttaneita tunnettuja teologeja ovat mm. Georges Florovsky, Alexander Schmemmann, John Meyendorff ja Alkiviadis Calivas, jotka ovat nostaneet keskusteluun kirkkoisien merkityksen ja kirkon liturgisen elämän syvällisemmän ymmärtämisen.

Amerikkalaisen ja suomalaisen ortodoksisuuden välillä on tietty historiallinen ja hengellinen yhteys. Ortodoksisuus Amerikan maaperällä sai alkunsa Venäjältä Alaskaan suuntautuneen lähetystyön seurauksena v. 1794. Lähetystyöhön

lähti useita munkkeja Valamon luostarista, mutta lopulta munkki Herman jäi kilvoittelemaan Kodiakin saarelle yksin. Hänen työnsä ansiosta ortodoksisuus juurtui myös Alaskan alkuperäisasukkaisiin.

Kun Venäjä oli myynyt Alaskan Yhdysvalloille v. 1867, hiippakunnan keskus siirtyi Alaskan Sitkasta San Fransiscon kautta New Yorkiin v. 1905. Moskovan patriarkaatti myönsi OCA:lle autokefalian eli täyden itsenäisyyden v. 1970. Tuolloin OCA kanonisoi ensimmäisen pyhänsä, pyhittäjä Herman Alaskalaisen.

Konstantinopolin ekumeeninen patriarkaatti ei kuitenkaan tunnustanut OCA:n autokefaliaa, mikä on aiheuttanut hämmennystä OCA:n asemasta ja roolista ortodoksisessa maailmassa.

1800-luvun loppupuolella suuren muuttoaallon myötä Amerikkaan tuli ortodoksisia maahanmuuttajia eri puolilta Eurooppaa ja Lähi-itää. Kreikkalaisista tuli pian suurin ja taloudellisesti menestynein ortodoksinen maahanmuuttajaryhmä. Kreikkalaiset muuttivat suuriin kaupunkeihin (New York, Boston, Chicago) ja vaurastuivat kaupankäynnin ja ravintoloiden ansiosta. Hajallaan toimivat kreikkalaiset seurakunnat yhdistettiin v. 1921 Amerikan kreikkalaiseksi ortodoksiseksi arkkihiippakunnaksi Ekumeenisen patriarkaatin alaisuuteen.

Ortodokseja Yhdysvalloissa arvellaan olevan pari miljoonaa.

M.Div. Soili Penttonen

YLE Radio 1

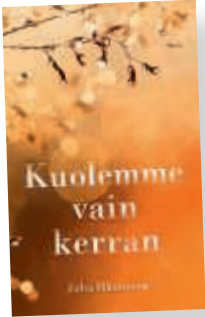
- 19.6. Iltahartaus klo 18.50**
pastori Teo Merras
- 30.6. Aamuhartaus klo 6.15 ja 7.50**
toiminnanjohtaja Riina Nguyen
- 16.7. Arkistohartaus klo 10**
- 17.7. Iltahartaus klo 18.50**
kanttori Maria Mentu
- 21.7. Aamuhartaus klo 6.15 ja 7.50**
nunna Elisabet
- 11.8. Aamuhartaus klo 6.15 ja 7.50**
pastori Teemu Toivonen
- 21.8. Iltahartaus klo 18.50**
sosionomi Ilona Lehmus
- 27.8. Yle Sápmi klo 10**
Anna Lumikivi
- 1.9. Aamuhartaus klo 6.15 ja 7.50**
pastori Mikko Mentu
- 4.9. Aftonandakt kl. 19.15**
fader Joosef Vola

Ortodoksinen liturgia radioidaan noin joka toinen sunnuntai, aamuhartaudet lähetetään kuukauden kolmantena lauantaina ja iltahartaudet kuukauden kolmantena tiistaina. Liturgia lähetetään sunnuntaisin klo 11 alkaen, Iltahartaudet tiistaisin klo 18.50 ja aamuhartaudet lauantaisin klo 6.15 ja 7.15. YLE Radio 1. Radiopalvelukset ja -hartaudet ovat kuunneltavissa Yle Arenassa.

De svenska radiogudstjämterna och andakterna sänds i Radio Vega.

Koltankieliset radiohartaudet lähetetään Yle Saame (Yle Sápmi) -kanavalla, jota voi kuunnella netin kautta kaikkialla Suomessa.

Arvoituksellinen kuolema



Kuolemma vain kerran
Juha Hänninen
Otava 2018
175 sivua

Kuolema on askarruttanut ihmisiä aina. Syykin on selvä: jokainen meistä kuolee, mutta keneläkään täällä maan päällä olevista ei ole kokemusta omasta kuolemastaan. Kun puhumme kuolemasta, puhumme jostakin, jota emme itse ole kokeneet.

Lähes kaikki keski-ään ylittäneet sen sijaan tietävät, mitä läheisten kuoleminen ja siihen valmistautuminen tarkoittaa. Näin on siitä huolimatta, että nykyään vain joka seitsemäs suomalainen kuolee kotonaan tai edes kodinomaisissa olosuhteissa.

Yli 25 vuotta saattohoitotyötä tehnyt lääkäri Juha Hänninen on kirjoittanut kirjan *Kuolemma vain kerran*, jossa hän jakaa kokemukseensa kuolemaan valmistautumisesta. Hännisen näkökulma on ensisijaisesti lääkärin näkökulma, mutta niin kuin hyvät lääkärit tekevät, hän osaa katsoa surkastuvan kehon yli myös kuolevan ja hänen

läheistensä pelkoihin ja suruun.

Pohdiskelunsa Hänninen kuitenkin pysäyttää itse kuolemaan. Hän muistelee opiskeluaikojensa oikeuslääketieteen professoria, jonka mukaan kuolema todetaan siten, että kuollut on kuolleen näköinen. Käytännössä ollaan tarkempia: aktiivinen aivotoiminta on loppunut, sydän- ja hengityksensä ei kuulu, silmistä voidaan päätellä refleksiänsä hävinneen.

Mitä sen jälkeen? Siihen Hänninen ei ota kantaa. Hän tyytyy vain toteamaan, että uskonnollinen vakaumus tekee elämästä luopumisen helpommaksi. On helpompi kuolla, jos ajattelee, että kaikki ei lopukaan kuolemaan, vaan on jotain mitä odottaa.

Ennen kuolemaa voidaan kuitenkin tehdä paljon asioita, joilla voidaan ainakin yrittää helpottaa elämän viimeisiä kuukausia, viikkoja, päiviä ja tunteja. Lääketieteen keinoin voidaan lievittää kipuja. Pelkoja voidaan yrittää hälventää keskustelemalla. Silti ahdistus ja kärsimys usein ovat läsnä.

Hänninen on työssään kohdannut noin 10 000 kuolevaa ihmistä, joko suoraan tai välillisesti. Hänen tärkein viestinsä on, että vain oireiden poistaminen ei riitä. Oleellisempaa on turvallisuuden tunteen, merkityksellisyyden ja yhteisöön kuulumisen tunteiden luominen.

Hännisen kirja sopii hyvin meille kaikille kuolevaisille. Siitä voi olla välitöntä apua kaikille kuolevien kanssa tekemisissä oleville eli lääkäreille, hoitajille, papeille ja läheisille.

Mauri Liukkonen

Miten kohtaamme kuoleman käytännössä



Kuoleman kohtaaminen käytännössä
Karl-Magnus Spiik
Mediapinta
2018

Oman lapsen kuolema on suurin suru, minkä ihminen voi kokea. Näin suureen suruun ei löydy selitystä eikä siitä selviä koskaan. Karl-Magnus Spiikin *Kuoleman kohtaaminen käytännössä* -kirja kertoo yhden tarinan siitä, miten kuitenkin voi selvittää tuskan keskellä, hyväksyä kuole-

ma ja sen selittämättömyys. Kirjaan on koottu käytännön keinoja kuoleman ja surevan ihmisen kohtaamiseen.

Kirjoittajan perhettä kohtasi suuri suru: ”Tytär Camilla lähti keskuudestamme oman käden kautta, meille täysin yllätyksenä.” Tuolloin, 10 vuotta sitten, Spiik purki tunteitaan kirjoittamalla, jota hän kuvaa tärkeimmäksi tunteiden purkamiskeinoksi. Syntyi kirja *Isän suru* (2010).

Kuoleman kohtaaminen käytännössä -kirja kertoo kahdeksan

vuoden matkasta, joka vapautti hänet tuskasta. Surusta hän ei ole luopunut. Spiik kuvaa surua ja kaipausta herkistävänä tunteina, jotka tuovat tyttären hänen lähelleen, pitävät nöyränä ja muistuttavat arkipäivän keskellä mistä elämässä on kysymys.

Otsikot kertovat hyvin kirjan sisällön ja rakenteen, jotka kuvaavat surun vaiheita: kuoleman kohtaaminen, uskomukset, kunnioita kuolemaa, anteeksi pyytäminen ja anteeksi antaminen, hyväksy kaikki tunteet, avoin ja rehellinen keskustelu, oma syyllisyys, arjen kantava voima, mitä läheinen tai auttaja voi tehdä, mitä läheisen tai auttajan ei pidä tehdä, koulutetut ammattiauttajat, tie henkisytyteen, rajakokemukset ja tieteen näkemyksiä, viimeinen matka.

Jokainen varmasti joutuu kohtaamaan joskus elämänsä aikana ihmisen, jota on kohdannut suuri suru. Yhtä tärkeimmistä neuvoista on ehkä vaikein noudattaa. Kirjoittaja neuvoo, että auttajan on hyvä kohdata sureva omana itsenään. Ei tarvitse näytellä lohduttajaa ja ottaa erillistä lohduttajan roolia. Yksi viisaimmista neuvoista Spiikin mukaan on antaa sydämen puhua. Jos ei keksi mitään sanottavaa, ei kannata sanoa mitään. Kuuntele rauhassa ja surevalle aikaa ja mahdollisuus edetä omassa tahdissaan.

Pastori Harri Peiponen

О здоровье, болезни и смерти

Мы совершаем краткий путь нашей земной жизни, зачастую наполненный многими скорбями и испытаниями, и вместе с псалмопевцем Давидом можем сказать, что «дней лет наших – семьдесят лет, а при большей крепости – восемьдесят лет; и самая лучшая пора их – труд и болезнь» (Пс. 89, 10). При этом, укрепляясь духовно в молитве и церковных таинствах, мы стремимся с надеждой и верою нести послушания своих болезней, не впадая в уныние и находя себе утешение в словах апостола Павла, говорящего нам: «Многими скорбями надлежит нам войти в Царствие Божие» (Деян. 14, 22).

Болезнь как свидетельство нашей физической смертности, по церковному учению является следствием грехопадения наших прародителей и отхождения человека от Бога как источника своей жизни. Действительно, Бог Сам является основанием Своего бытия, ибо Он: «имеет жизнь в Самом Себе» (Ин. 6, 26). В явлении пророку Моисею в образе Неопалимой Купины Бог называет Себя: «Я есмь Сущий» (Исх. 3, 14), тем указывая на Себя как на единственный Источник Жизни, тогда как весь тварный мир существует лишь по Его Милости, черпая в Божественной Любви живительные силы для своего бытия.

Бог является полнотой всего, и именно в единении с Ним человек получает живительную Силу Божественной Благодати. Утрата этого духовного единства постепенно приводит к Ее опустошению. Примером этому могут служить ближайшие потомки Адама, жизненные силы которых постепенно угасали, и со временем годы их земного бытия неуклонно сокращались от долгих столетий к привычным для нас десятилетиям.

Но является ли смерть по сути своей наказанием или она необходимое благо? Вновь обратимся к первым страницам книги Бытия и вспомним библейское повествование о райской жизни наших прародителей. В эдемском саду было не только древо познания добра и зла, плоды которого запрещено было вкушать, было еще и другое – древо жизни, которое и давало человеку живительные силы для его вечного бытия. И вот в завершении истории грехопадения мы слышим рассказ о том, как Господь, изгнав из рая Адама и Еву, ставит херувима с огненным мечом для охраны дороги к этому живительному древу.

Это библейское повествование означа-

ет то, что бессмертие человека есть безусловное благо и органическое свойство его природы, но оно может быть таковым только при условии пребывания в единстве с Творцом, а бессмертие без Бога – это страшное царство греха, страданий и мук, которому нет конца. Вот почему, отпадшим от Бога людям была дана смерть. Она разрывала оковы греха, ограничивала его разрушительное действие во времени, и не давала возможности ему воцариться в мире безраздельно.

С л е д у ю щ и м шагом Божественной Любви стало дело нашего Спасения, совершенное Сыном Божиим, и благодаря которому христиане вновь обрели путь к Древу Бессмертия, которое теперь явилось им в образе Животворящего Древа Креста Господня. Христос Своим Воскресением разрушил власть смерти и открыл перед верующими в Него двери вечности. Теперь наши телесные немощи уже не являются ужасающими предвестниками нашего будущего небытия, они лишь те временные испытания, которыми Господь посещает нас, напоминая о нашем несовершенстве, помогая нам правильно расставить свои жизненные приоритеты, задуматься о вечном и «едином на потребу». Болезни наших ближних напоминают нам о важности дел милосердия и сострадания, пробуждают в наших сердцах любовь и самопожертвование.

Человек стоит на границе духовного и тварного мира, и будучи телесно несовершенным и смертным он бессмертен своею душой, поэтому здоровье телесное и душевное неразрывно связаны между собою. Получив послушание болезни, человеку, в первую очередь, необходи-



мо заглянуть в свое сердце и подумать о своем духовном состоянии, увидеть в себе те грехи, которые мешают Божественной Любви действовать в нас Своей исцеляющей Силой. Принести Богу свое искреннее покаяние и с молитвой, смиренном и твердым упованием на Божественную помощь принять необходимое лечение, помня, что наше тело, являясь храмом души и соучастником нашего спасения, заслуживает нашей о нем заботы.

«Господь создал врачевства, и благо-разумный человек не будет пренебрегать ими» (Сир. 38, 4)», – говорит нам Библия. Важно только, чтобы стремление к телесному здравью не превратилось в культ тела, поскольку: «Сеющий в плоть свою от плоти пожнет тление, а сеющий в дух от духа пожнет жизнь вечную» (Гал. 6, 8). Необходимо соблюдать разумное равновесие, помня о том, что мы призваны сохранить свою целостность: «Дух и душа и тело во всей целости да сохранится без порока в пришествие Господа нашего Иисуса Христа» (1 Фес. 5, 23).

протоиерей Константин Стрекачев

Puuristit

- * Valmistettu lehtikuusesta
- * Koko: n. 160cm x 80cm
- * Käsittelemättömänä tai valkoiseksi maalattuna
- * Messinkien nimileaffa
- * Pystytys maahan ruostumattomaan teräsjalkaan jossa säätöruuvit

Verstas Wiinimäki

verstas@wiinimaki.fi

www.wiinimaki.fi

gsm: +358401897109

Lappeenranta



Aamun Koiton seuraava
numero ilmestyy 3.syyskuuta
ja sen teema on "Kestääkö
luomakunta?"



AAMUN KOITTO

Kyllä, haluan tilata Aamun Koitto -lehden
(viisi numeroa vuodessa)

Tilaushinnat 1.1.2014 alkaen	Alv. 0 %	Alv. 10 %
<input type="checkbox"/> Kestotilaus 5 nroa, kotimaa	35 €	39 €
<input type="checkbox"/> Määräaikainen 5 nroa, kotimaa	35 €	39 €
<input type="checkbox"/> Opiskelijatilaus 5 nroa, kotimaa	30 €	33 €
<input type="checkbox"/> Tutustumistarjous 3 nroa, kotimaa	21 €	24 €
<input type="checkbox"/> EU-maat, 5 nroa	50 €	55 €
<input type="checkbox"/> Muut maat, 5 nroa	55 €	61 €
<input type="checkbox"/> Olen ort. srk jäsen		

Lehden saajan nimi

Lähiosoite

Postinumero ja -toimipaikka

Puhelin

Sähköposti

Maksajan (ellei saaja) nimi

Lähiosoite

Postinumero ja -toimipaikka

Puhelin

Sähköposti

Tunnus 5005390
70103 Vastaus-
lähelys

**AAMUN
KOITTO**

Vastaanottaja
maksaa posti-
maksun (vain
tilaukset)



PYHÄN GEORGIOS VOITTAJAN KIRKKO

Georgios Voittajan kirkko edustaa
karjalaista ja pohjoisvenäläistä
kirkonrakennusperinnettä, ja siitä on
nopeasti tullut pyhiinvaelluskohde ja
nähtävyys. Pyhän Georgios Voittajan kirkon
sisätilat ovat todellinen käsityön taidonnäyte.

KIRKKOKAHVILA

Kirkon kupeessa
on kahvila, joka
on avoinna touko-
elokuussa, ryhmille
myös muina aikoina
ennakkovarauksena.
Tarjolla on lähiruokaa,
kotileivonnaisia ja oman tilan
luomuhunajaa.



**LOUNAS- JA
OPASPALVELUT
15-60 HENGEN
RYHMILLE**

Kirkko on kaikille avoin tutustuttavaksi

Lisätiedot ja aukioloajat

www.stgeorge.fi

Tiedustelut: info@stgeorge.fi

+358 44 725 75 48

Osoite: Kaitaistentie 345,
79690 Kaitainen

(Joroisten kunta, 6 kilometriä 5-tieltä)



WWW.STGEORGE.FI
JOROINEN

Kiitämme sydämellisesti

arkkipiispa Leoa ja merkkejä esittäneitä meille myönnettyistä Pyhän Karitsan ritarikunnan 1. luokan ritarimerkeistä.

*Vieno Mensonen ja Mirja Mäkinen, Rautalammin seurakunta
Oili Mäkirinta, Jyväskylän seurakunta
Lea Vainio, Kajaanin seurakunta*



Sydämelliset kiitoksemme

KP Helsingin ja koko Suomen arkkipiispa Leolle ja Iisalmen seurakunnalle saamistamme Pyhän Karitsan ritarikunnan 1. luokan ritarimerkeistä.

Raili Eskelinen Eila Pihavaara Irja Tenhunen

Kiitämme lämpimästi

KP arkkipiispaa Leoa, Rautalammin ortodoksista seurakuntaa ja Suonenjoen Tiistaiseuraa saamistamme siunauskirjoista.

Rauha Koponen Marjatta Anttonen

Pyhä Trifon

**kutsuu pyhiinvaellukselle
23.–27. elokuuta**

Tule sinäkin ottamaan osaa perinteiseen pyhiinvaellukseen **Sevetiin ja Neideniin!** Lähdemme linja-autolla liikkeelle **Kuopiosta** ja kuljemme Siilinjärven, Lapinlahden, Iisalmen, Oulun, Rovaniemen ja Nellimin kautta Sevetijärvelle ja Norjan Neideniin ja takaisin. Hinta Kuopiosta, Siilinjärveltä ja Lapinlahdelta on 405 euroa, Iisalimesta 395 euroa ja Oulusta 385 euroa. **Tiedustele 14.6. mennessä** s-postilla pshv@ort.fi tai puhelimitse 0500 314680. Nouda esite nettisivuiltamme **pshv.fi!**



**PYHIEN SERGEIN JA
HERMANIN VELJESKUNTA**

ÄITI-näyttely Rasimäen Erakkolan Maitohuone



Rasimäen Erakkolan Maitohuone -näyttelytilassa on esillä kahdeksan ikonimaalarin töitä. Aihe on kaikilla maalareilla sama – Imettävä Jumalanäiti. Jokainen maalari on tehnyt ikonityypistä omanlaisensa. Lisäksi näyttelyssä on ikoneita eri ortodoksista pyhistä.

Näyttely on avoinna 9.-15.7. joka päivä klo 10-18
Kahvila pihapaviljongissa on avoinna samaan aikaan.

Osoite: Rasimäentie 521, Valtimo

Galaktotrofoúsa (kreik.), Mlekipiteljnitsa (slaav.), Madonna Lactans (lat.) on yksi vanhimmista Jumalansynty-täjän kuvatyypeistä ja sen juuret ulottuvat aina kristinuskoa edeltäneisiin Itäisen Välimeren kulttuureihin. Kuva-aihe yhdistyy symbolisella tasolla Kristuksen ristinkärsimykseen ja eukaristiaan:

"Hän imi äitinsä rintaa, jotta armon maito virtaisi, niin kuin se myöhemmin virtasi

Hänen kyljestään. Sillä mitä muuta maito on kuin valkaisuverta." (pyhä Athanasios Suuri, +373).

Valamon opiston kurssivinkit kesälle 2018!

- Ikonimaalauksen jatko: **Valamolaisen Jumalanäidin kultauskurssi** 22.-27.7. ja **maalauskurssi** 7.-15.8.
- **Ohjaajavanhukset** 27.-29.7.
- **Itkuvirsikurssi** 1.-3.8.
- **Kultakirjonta** 5.-14.8.
- Paljon toivottu **Kreetan matka ikoni-maalareille ja muille taiteilijoille** 23.9.-7.10.

Lisää kursseja: www.valamo.fi/valamon-opisto



Ilmoittautumiset ja lisätietoja:

kurssit@valamo.fi, puh. 017 570 1401 (ma-pe klo 9-15)
www.valamo.fi/valamon-opisto



Pyhien isien opetuksia ihmisestä ja terveydestä

”Ihmistentekijän” nimen ansaitsee se, joka pystyy kesyttämään sivistymättömät, niin että he kiintyvät tieteisiin ja sivistykseen. Samalla tavoin ”ihmistentekijöiksi” tulee kutsua myös niitä, jotka palauttavat hillittömästi elävät hyveelliseen ja Jumalan mielen mukaiseen elämään, sillä he luovat uudesti ihmisen. Sävyisyydessä ja itsehillinnässä on ihmisielun onni ja hyvä toivo.

Ihmisen nimen ansaitsee vain se, joka on viisas, tai se, joka ottaa vastaan ojennuksen. Se, joka kieltäytyy tekemästä parannusta, on ”epäihminen”, sillä tuo kieltäytyminen on epäinhimillistä. Tällaisia ihmisiä on vältettävä: ne jotka elävät tyytyväisinä pahuudessa, eivät voi päästä kuolemattomien joukkoon.

Viisaus – jos sitä meillä todella on – tekee meidät ihmisen nimen arvoisiksi. Jos meiltä puuttuu viisaus, eroamme eläimistä vain ruumiin jäsenten rakenteen ja puhekyvyn perusteella. Viisas tietäköön siis olevansa kuolematon ja vihatkoon jokaista häpeällistä himoa, joka koituu ihmiselle kuolemaksi.

Pyhä Antonios Suuri

Jumala on antanut meille erilaisia lahjoja. Jotkut niistä vaikuttavat sielussamme, jotkut ruumiissamme ja jotkut ruumiin ulkopuolella. Sielussa on erilaiset sielunvoimat, ruumiissa aistit ja ruumiinjäsenet; ruumiin ulkopuolisia ovat muiden muassa ravinto, raha ja omaisuus. Se käytämmekö näitä lahjoja ja niiden hedelmiä oikein vai väärin, osoittaa, vaellammeko hyveen vai paaheen tietä.

Myös näiden Jumalan lahjojen hedelmistä jotkut vaikuttavat sielussa, jotkut ruumiissa ja jotkut ruumiin ulkopuolella. Sielussa vaikuttavat esimerkiksi tieto ja tietämättömyys, unohtaminen ja muistaminen, rakkaus ja viha, murhe ja ilo. Ruumiissa taas vaikuttavat nautinto ja tuska, tunto ja tunnottomuus, terveys ja sairaus, elämä ja kuolema ja muut näiden kaltaiset. Ruumiin ulkopuolisia ovat lapset ja lapsettomuus, rikkaus ja köyhyys, kunnia ja häpeä jne. Joitakin näistä ihmiset pitävät hyvinä, joitakin taas pahoina. Kuitenkaan ei mikään niistä ole itsessään paha, vaan niistä tulee hyviä tai pahoja sen mukaan, käytetäänkö niitä oikein vai väärin.

Sekä tieto että terveys ovat luonnostaan

hyviä. Kuitenkin monille tietämättömyys ja sairaus ovat osoittautuneet hyödyllisemmiksi. Pahoille ihmisille ei näet tieto ole välttämättä hyväksi, vaikka se, kuten jo sanoin, onkin luonnostaan hyvää. Samoin eivät terveys, rikkaus eikä edes ilo hyödytä pahoja, sillä he eivät käytä niitä oikein. Eivätkö siis niiden vastakohtat olekin tällaisille ihmisille suuremmaksi hyödyksi? Näin eivät nämä vastakohtatkaan ole itsessään pahoja, vaikka siltä näyttäisikin.

Valvo ajatuksiasi, sillä mielikuvien väärinkäyttö johtaa väistämättä myös kuvitelmiin kohteena olevien asioiden väärinkäyttöön. Sillä ellemme ensin tee syntiä mielessämme, emme milloinkaan sorru syntiin teossakaan.

*Pyhä Maksimos Tunnustaja
Käännökset Nanna Kristoduli*