

Valkonauha

4/2022

Bus4life

s. 28

Joulunkello

s. 40

Diakonia
150 vuotta s. 20



Valkonauha 4/2022

Pääkirjoitus	3
Liitto ja paikallisyhdistykset toimivat	4
Makumuistoja	13
Ajankohtaista valtakunnassa	14
Toivon tähtiä historian käännteissä	16
Sataviisikymmentä vuotta Sydänten kieltä ja käsien teologiaa	20
Rinnalla kulkien pienin ja suurin askelin	24
Arkkipiispan joulutervehdys	26
Mietelauseita elämästä	27
Operaatio Mobilisaation Bus4life-työ	28
Vuokko Keränen, Oulun ja Suomen Ikioma ensikirjan kehittäjä	34
Kivun kertomaa	36
Käsillä tehden	40
Rakkaat terveisemme Suomesta ja Egyptistä	41
Kirjaviisaat	43

Julkaisija: Suomen Valkonauhaliitto

Toimituksen osoite:

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki
puh. 09 1351 268

www.suomenvalkonauhaliitto.fi

Päätoimittaja: Sinikka Ervelius-Vilén

Toimitussihteeri: Inari Varimo

inari.varimo@suomenvalkonauhaliitto.fi

Toimituskunta: Tarja Heino, Marja Kariluoto, Päivi Kokkonen, Leena Kontula, Paula Kupias, Arja Laiho, Anna-Mari Laine, Tuulikki Perho, Pirjo Sipilä, Hannele Töyry

Taitto: Anne Tervahauta / Kuvitella

Lehti ilmestyy neljänä numerona
Tilaushinta 20 euroa vsk

Painopaikka: Eräsalon Kirjapaino Oy,
Tampere

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

Etukannen kuva: Sanna Paakala



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

Liitto on vuonna 1905 perustettu kristillisyhteiskunnallinen naisjärjestö, joka toimii yksilöiden, perheiden ja yhteiskunnan hyväksi. Liitto on jäsenenä World Woman's Christian Temperance Unionissa. Valkonauha-lehti on ilmestynyt vuodesta 1909. Liitto ottaa vastaan testamentteja ja lahjoituksia. Pankkiyhteys: Danske Bank IBAN:FI98 8000 1100 0623 23

Puheenjohtaja

Sinikka Ervelius-Vilén, erityisdiakoni (eläk.)

Varapuheenjohtajat

Palvelupäällikkö (eläk.) Marjut Ropo-Lyytikäinen
Ostoassistentti Tarja Heino

Pääsihteeri

Pastori, työnohjaaja Inari Varimo

Toimistosihteeri

Nina Hurtamo

Liiton ylläpitämät

Valkonauhan Kotipesä Helsingissä

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki
puh. 091351 268

Opiskelijakoti Helsingissä

Snellmaninkatu 27 D 18, 00170 Helsinki

Suur-Helsingin Valkonauha ry:n ylläpitämä

Liisankoti

Luotsikatu 4 E, 00160 Helsinki

Aika ja Valo

*Neljäpä pienosta kynttilää,
yhden kiire jo ennättää.*

”Aikaa mulla on liian vähän.”

Kynttilä pienoinen sammuu tähän.

(Ote runosta Kymmenen pientä kynttilää, Koitto 1932)

Lähes 70 vuotta sitten seisoin jännityksen sekaisin tuntein kansakoulun juhlasalin näyttämöllä valkoinen pitkä vaate päällä, hiuksissa hopeapunnosta ja oikeassa kädessä sytytetty kuusenkynttilä. Sain olla mukana esittämässä joulujuhlakuvaelmaa. Joulujuhlan runon sanoma on edelleen yllättävän ajankohtainen; kynttilän valo sammuu, kun kiire yllättää.

Juuri nyt maailmamme on murroksessa ja hallitseva sana on muutos. Mutta aika ja valo, siinä on kaksi muuttumatonta ja ikuista elementtiä. Aikaa emme voi hallita, emme hidastaa emmekä nopeuttaa. Valosta saamme nauttia, mutta aurinkokin on lahjomaton: se noudattaa tiukasti sille säädettyä vuorokauden- ja vuodenkiertoa ja säätelee puo-

lestaan siten meille suomiansa säteiden määrää.

Olemme hiljentymässä joulun viettoon, saamme juhlistaa Jeesuksen, elämän valon, syntymäpäivää. On hienoa, kun saa valmistella suurta juhlaa ja voi koristella kodin, suunnitella yhdessä nautittavaa juhla-ateriaa ja muistaa ystävää ja läheistä pienellä lahjalla. Nöyrä toiveeni on kuitenkin se, ettei kävisi niin kuin joulujuhla runon säikeessä, että kiire tappaa valon.



Haluan toivottaa Sinulle ja läheisillesi siunattua Joulurauhaa ja tasapainoista ja turvallista Uutta Vuotta 2023!

Kiitos kaikille vuodesta 2022!

SINIKKA ERVELIUS-VILÉN
Puheenjohtaja

Liitto ja

Paikallisyhdistykset

toimivat



Liiton syyspäivät ja syyskokous



Suomen Valkonauhaliiton syyspäivät ja syyskokous järjestettiin Espoossa, Backbyn kartanossa 22.–23.10.2022. Lauantaipäivä oli varattu jäsenistön koulutukselle ja yhteisesti jaetuille kuulumisille. Sunnuntaina vietettiin jumalanpalvelusta ja järjestettiin liiton syyskokous.

Syksyinen viikonloppu onnistui kaikin tavoin mainiosti. Backbyn kauniissa kartanossa oli helppoa ja miellyttävää olla, ruoka oli maukasta, seura mitä parhainta ja säätkin suosivat. Paikalla oli lauantaina 25 ihmistä ja sunnuntaina kokouksessa 21 ihmistä. Osallistujia oli lähes kaikista paikallisyhdistyksistä ja lisäksi joku-nen liiton henkilöjäsen ja toimiston väki.

Lauantaina jäsenistöä koulutti **Kari Loimu**. Loimu on kirjoittanut useita kirjoja yhdistysten toiminnasta, hän on ollut luomassa ja uudista-

massa sääntöjä lukuisissa yhdistyksissä ja toiminut monin ansiokkain tavoin suomalaisella yhdistyskentällä yli neljänkymmenen vuoden ajan. Valkonauhasisaria Loimu koulutti kolmella teemalla: 1) Hallituksen vastuut ja tehtävät, 2) luottamushenkilön vastuu ja 3) yhdistyksen kehittäminen. Koulutusta pidettiin pääsääntöisesti selkeänä, kiinnostavana, hyödyllisenä ja asiantuntevana, mutta koulutuspäivän pituutta moitittiin ja toisaalta moni toi esille, että käsitellyt asiat olivat jo ennestään tuttuja.

Väistyvä puheenjohtaja **Sinikka Ervelius-Vilén** avasi syyspäivät, luotsasi mielenkiintoisen ja antoisan keskustelun paik-

lisyhdistysten kuulumisista lauantai-iltana, avusti jumalanpalveluksessa ja aloitti syyskokouksen. Alkupuheen-vuorossaan Ervelius-Vilén puhui toivon ylläpitämisen tärkeydestä ja ihmisten aidon kohtaamisen suuresta merkityksestä. Päätöspuheen-vuorossaan sunnuntaina hän kiitti menneistä puheenjohtajakausistaan ja lupasi jatkaa työtään Suomen Valkonauhaliiton hyväksi. Liitto kiittää Ervelius-Viléniä ansiokkaasta valkonauhatyöstä!

Sunnuntai aloitettiin uskon ja epäuskon teemaa luotavalla jumalanpalveluksella, jossa pää-

Kari Loimu piti tärkeän ja yhdistysasioita monipuolisesti kartoittaneen koulutuksen lauantaina.



Viikonlopun kaunis ilma ilahdutti kokousväkeä.





Syyskokouksen osallistujat iloisissa tunnelmissa kokouksen jälkeen.

sihteeri **Inari Varimo** toimi liturgina ja kanttori **Sari Rautio** Olarin seurakunnasta kanttorina. Jumalanpalveluksen ja lounaan jälkeen pidettiin liiton syyskokous.

Syyskokouksen puheenjohtajaksi kutsuttiin **Liisa Ahonen** Mikkelistä. Kokouksessa käsiteltiin sujuvasa järjestyksessä syyskokouksen sääntömääräiset asiat

ja valittiin uudet hallituksen jäsenet. Hallituksen puheenjohtajaksi valittiin **Marjut Ropo-Lyytikäinen** Lappeenrannasta ja varapuheenjohtajiksi **Tarja Vilmi** Oulusta ja **Kaija Kähkönen** Kuopiosta. Liitto onnittelee puheenjohtajistoa ja muita hallitukseen valittuja ja toivottaa rohkeutta tulevaan hallitustyöskentelyyn! Hallitus esitellään ko-

konaisuudessaan Valkonauhalla 1/2023 -lehdessä.

Korona-ajan tauon jälkeen oli hyvä kokoontua kiireettömästi yhteen ja jutella kuulumiset ja tärkeät asiat. Yhteisen viikonlopun jälkeen on uusia voimia ja intoa lähteä jatkamaan valkonauhatyötä sen arjen ja juhlan hetkiin!

INARI VARIMO



INARI VARIMO

Liiton väistyvä puheenjohtaja Sinikka Ervelius-Vilén (vas.) ja juuri valittu puheenjohtaja Marjut Ropo-Lyytikäinen vuosikokouksen jälkeen.



INARI VARIMO

Upea Backbyn kartano tarjosi toimivat puitteet syyspäiville.

Tampereen Valkonauha 120 vuotta

Vieraat tekevät juhlan

Aina, kun on syytä, kannattaa pitää juhlat! Tampereen Yhdistyksen toiminta on viime aikoina ollut varsin pientä. Tämän vuoden elokuussa meillä oli kaksi syytä juhlaan: pitkäaikainen jäsenemme **Eeva Hankala** oli saanut Tasavallan Presidentin Valkoisen Ruusun 1. luokan mitalin ja yhdistys täytti 120 vuotta.

Järjestimme kahvikutsut muutamalle kauan yhdistyksessä mukana olleelle jäsenelle sekä muutamalle tuoreelle jäsenelle. Heidän joukossaan oli muun muassa **Eija Aaltonen**, meidän lahjakas valokuvaajamme. Eeva Hankala oli juhlan itse oikeutettu päähenkilö. Puheenjohtajamme **Sinikka Ervelius-Vilén** luovutti hänelle arvokkaan mitalin. Eevan läsnäolo loi mukana olleille rentouttavan ja humoristisen tunnelman. Puheensori-

na täytti huoneen ja pitkään toimineet jäsenet, **Elvi Lehtonen ja Lahja Koivisto**, kertoivat yhdistyksen toiminnasta vuosien varrelta. Näin ollen myös uusimmat jäsenet saivat arvokasta tietoa, joka toivon mukaan saa heidät innostumaan valkonauhatyöstä.

Mukana tilaisuudessa oli myös **Hanna Salmi**, joka on koonnut yhdistyksen aineistoa kansallisarkistoon vietäväksi. Hän oli laittanut esille mielenkiintoisia valokuvia ja päiväkirjoja. Niistä muodostui valtava pino vihkoja, joihin oli käsin kirjattu muistiinpanoja erilaisista kokoontumisista, sekä tietenkin kokousten pöytäkirjoja. Arkistoista löytyi muun muassa lastenkerho *Valkokeijujen* päiväkirjoja. Mikä suloinen nimi kerholla onkaan ollut! Vihkojen selaaminen aukaisi aivan uuden

tietopaketin siitä, mitä kaikkea Tampereen Yhdistyksessä on tehty vuosikymmenten aikana. Varhaisimmat muistiinpanot olivat vuosilta 1943–1952. Muistiinpanojen kaunis käsiala ja haurastunut paperi saivat miltei herkistymään.

Tämä kokoontuminen ja arkistojen lehtien selailu korvasi Tampereen Valkonauhayhdistyksen 120-vuotisjuhluvuoden isomman juhlan. Osallistujat lähtivät hyvillä mielin kotiin, kun kakkukahvit ja kakut oli nautittu. Joskus pieni onkin suurta ja merkityksellistä.

Tampereen Valkonauha ry
PAULA KUPIAS
sihteeri



EIJA AALTONEN

Juhlapöydän ääressä Hanna Salmi (vas.), Lahja Koivisto, Elvi Lehtonen, Sinikka Ervelius-Vilén, Eeva Hankala, Raili Nyssönen, Sinikka Pirhonen ja Paula Kupias.

Pääsihteerin tervehdys Liisankadulta



Liisankadun arki

Tätä kirjoitusta tehdessäni Liisankadulla on syksyiset tunnelmat: kadun asfaltilla kiiltävät lammikot, kuramatot on etsitty eteisen lattioille, ovi käy asiakkaiden tullessa ja mennessä, iloinen rupattelu täyttää keittiön, Ninan puhelin soi ja klassinen musiikki virittää mieltä pysähtymistä ja kohtaamista kohden. Kaiken kaikkiaan Liisankadun Kotipesän on täyttänyt ihanan tavallinen arki, ihmiset ja kohtaamiset – juuri se, mitä valkonauhatyö on parhaimmillaan.

Lukiessasi nyt tätä sinä saatat olla jo kaukana menneestä syksystä. Ruskan värit ovat haalistuneet, aurinko tuntuu unohtaneen tämän maan ja kylmä valtaa vähitellen kaikki paikat. Toivon, että mielessäsi on kuitenkin tunne siitä, että pian on joulukuusi: valoisa, lämmin, tuoksuva joulukuusi. Juhla juuri Sinua varten. Toivon, että mielessäsi on jo jotain odotettavaa myös tulevan vuoden varalle.

Yhteiskunnan kriisien vuosi 2022

Kulunut vuosi 2022 on ollut monella tavalla koetteleva muutosten vuosi. Se on ollut taas uusi haasteiden vuosi. Alkuvuonna uusi koronamuunnos levisi voimakkaasti, rokotuksia jonotettiin, rajoituksia asetettiin, taudin kanssa opeteltiin elämään – ja jatkuvasti oli pelko ja huoli omasta ja toisten terveydestä mielessä. Ihan kuin se ei olisi riittänyt: tuli Ukrainan tapahtumat. Vuoden edetessä sota Ukrainassa tuntuu muuttaneen nopealla tahdilla sen turvallisen rauhan ajan, johon olemme viime vuosikymmeninä asettuneet. Tätä ei pitänyt tapahtua, meidän piti saada olla Euroopassa turvassa ja rauhasa, rakentaa yhteisöjä ja kansakuntia yh-

dessä. Nyt olemme kuitenkin uuden tilanteen edessä.

Suuret asiat tapahtuvat väijäämättä meistä riippumatta. Kukaan meistä ei millään tavalla ole pystynyt vaikuttamaan näiden asioiden tapahtumiseen – ja silti ne vaikuttavat meidän jokaisen elämään kaiken muuttavasti. Yhteiskunnallisissa muutoksissa juuri se on vaikeinta: niiden vaikutukset tuntuvat meidän arkisessa elämässämme, meidän sisällämme, meidän ihmissuhteissamme, kaikessa, mikä elämässämme on pyhää ja tärkeää – mutta itse tapahtumiin me emme pysty mitenkään vaikuttamaan.

Tällaiset isot muutokset aiheuttavat kaikenlaisia vaikeasti käsiteltäviä ja hankalasti toisille jaettavia tunteita. Tuntemme ehkä voimattomuutta, hätää, pelkoa, ahdistusta, levottomuutta, turvattomuutta, vihaa, surua, lamaantumista. Tuntemme neuvottomuutta sen edessä, miten rakennamme mielen sisäistä maailmaamme uusiksi kaiken tämän keskellä ja miten sanoitamme näitä asioita lähipiirissämme, vaikkapa elämässämme oleville lapsille.

Ajattelen, että kaiken keskellä on olemassa *toivo*.

Toivo tuo aina tullessaan valoa. Toivosta on kuluneena syksynä puhuttu paljon – ja hyvä niin. Mutta mitä toivo voi olla muutakin kuin sanoja?

Minulle toivo on ennen kaikkea kahden asiaa: ensinnäkin joka päivä toteutuvaa uuden alun mahdollisuutta ja toisek-

LEENA KONTULA



si ymmärrystä siitä, että vaikka ympärillä tapahtuisi mitä tahansa, minä voin silti päättää siitä, millainen sisäinen elämä minulla on. Jokaisessa päivässä ja joiakin päivinä jopa jokaisessa tunnissa on se mahdollisuus, että asiat voi aloittaa alusta, asiat voivat muuttua, tilannetta voi arvioida uudelleen, on mahdollisuus muutokseen. Kutsun sitä toivoksi.

Olen myös yrittänyt opetella ymmärtämään sen, että se, mitä tunnen, ajattelen, koen, puhun ja teen, on minusta itsestäni kiinni. Siihen ei kukaan toinen voi vaikuttaa. Kukaan toinen ei pääse minun sisälleni. Minun sisäinen todellisuuteni on minun omissa käsissäni. Myös sen tiedostaminen luo minulle toivoa.

Voisiko toivo olla Sinulle jotain tällaista samanlaista?

Valkonauhaliiton muutosten vuosi 2022

Myös meillä Valkonauhassa on tapahtunut muutoksia kuluneen vuoden aikana: rakas pitkäaikainen pääsihteerimme **Irja Eskelinen** on jäänyt eläkkeelle syyskuun alussa ja liitto opettelee toimimaan ilman häntä. Puheenjohtajamme **Sinikka Ervelius-Vilén**, joka luotsasi yhdistys-

tämme läpi vaikeiden koronavuosien, on siirtymässä vastuutehtävästään hieman hengähtämään. Kahden vastuuhenkilön poisjäänti samana vuonna on pienelle yhdistykselle suuri muutos.

Vuoden 2023 alusta puheenjohtajana aloittava **Marjut Ropo-Lyytikäinen** ja minä aiomme johdattaa Valkonauhaliittoa eteenpäin samalla lämmöllä kuin sitä on tähänkin asti johdettu jo yli sadan vuoden ajan. Haluamme järjestöme edelleen toimivan toisten ihmisten hyväksi ja poistavan pahoinvointia tästä yhteiskunnasta. Meidän sydämissämme on toivo ja valo tämän järjestön suhteen – toivottavasti saamme sen välitettyä työhömmme kaikkien niiden ihmisten hyväksi, joita valkonauhatyössä joka päivä kohdataan.

Joulu on maailmassa monin tavoin valon, lämmön, rakkauten ja antamisen aikaa. Me valkonauhasisaret voimme antaa tänä jouluna lähellemme toivoa, uusi- en alkujen mahdollisuuksia – ja rakkautta niitä kohtaan, joita elämässämme kohtaamme.

INARI VARIMO,
liiton uusi pääsihteer

Uusi palsta: Lukijoiden ääni

Muistoja äidistä ja elämämme tärkeistä naisista

Hyvä Valkonauhan lukija! Haluamme kuulla Sinunkin ääntäsi lehdesämme. Uuden palstamme myötä keräämme vuoden aikana lukijoilta kirjoituksia ja kuvia erilaisista aiheista ja julkaisemme niitä säännöllisesti Valkonauhassa.

Juurillemme uskollisina keräämme ensimmäiseksi muistoja Naisista.

Lähetä meille muistoja äidistäsi tai muista elämäsi tärkeistä naisista.

Lähetä muistosi **13.3.2023 mennessä**, niin ne ehtivät äitienpäivän kynnyksellä ilmestyvään Valkonauha-lehteen.

Voit lähettää muistosi esimerkiksi kirjoituksen, runon, mietelmän, piirroksen tai kuvan muodossa. Jos meidän täytyy muokata kirjoitusta esimerkiksi teknisistä syistä, olemme kirjoittajaan yhteydessä. Lähetä muistosi osoitteeseen inari.varimo@suomenvalkonauhaliitto.fi tai Suomen Valkonauhaliitto, Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki.





Päiväkodin musiikkihetki alkamassa.

Benin rhythms 2022 -projekti

Pitkään valmisteltu ja odotettu *Benin rhythms 2022* -projekti toteutui syyskuussa 2022. Tällöin kolme länsiafrikkalaista muusikkoa ja tanssijaa, **Steve Abeni, Kouassi Kouton** ja **Eugène Togbè**, saapuivat Suomeen taiteilijaresidenssiin kuukauden ajaksi. Heidän vierailustaan muodostui innostunut, hauska ja monin tavoin hyvin merkittävä kuukausi kaikille projektiin osallistuneille ja sen puitteissa kohdatuille ihmisille.

Valkonauha oli mukana toteuttamassa projektia alusta lähtien muun muassa Espoon seurakuntien musiikkiavustuksen tuella. Länsiafrikkalaisten rytmien tahtiin saatiin uusi alku Valkonauhan yhteisö- ja kerhotyöhön koronavuosien jälkeen. Muusikko-tanssijat osallistuivat Valkonauhan toimintaan toteuttamalla työpajoja ja yhteisökonsertteja **Taru Koiviston** kanssa muun muassa

vanhainkodeissa, mielenterveyskuntoutujien palveluissa ja päiväkodeissa. Tämän lisäksi työpajoja pidettiin myös musiikkiopistoissa ja Taideyliopiston Sibelius-Akatemiassa.

Monille yhteisöille musiikkien vierailupäivä oli ensimmäinen kerta koronan jälkeen, kun oltiin yhdessä isommalla porukalla koossa.



Eugène Togbè ja Kouassi Kouton vierailulla ja musisoimassa Liisankadun Kotipesässä.

Valkonauhaliitossa järjestettiin pienimuotoinen tervetuloilaisuus 9.9. Tilaisuudessa nautittiin suomalaisia herkku-pöydän anteja, vaihdettiin kuulumisia Beninistä ja Suomesta, ja tietenkin myös soitettiin, laulettiin ja tanssittiin. Musiikot pääsivät vierailemaan pääkaupunkiseudun lisäksi myös Lappeenrannassa,



Eugéné ja Kouassi tutustuivat monipuolisesti Helsinkiin.



Eugéné Togbè, Taru Koivisto ja Kouassi Kouton Kotipesän sunnuntai-iltapäivän musiikkihetken jälkeen.



Yhteinen hetki Mainiokoti Elämäntalossa.



Musikkokollegoiden Emma Salokosken ja Johanna Juholan konsertissa.

kun Lappeenrannan Valkonauha järjesti heille vierailumahdollisuuden kaupungissa.

Vastaanotto oli kaikissa paikoissa erittäin lämmin, kiitollinen ja innostunut. Kuukauteen mahtui monia riemukkaita, vuorovaikutteisia ja mielenkiintoisia hetkiä musiikin ja kulttuurin parissa. Muusikot saivat luotua paikalla olleisiin ihmisiin merkityksellisen yhteyden ja he tavoittivat paljon myös muista kulttuureista tulevia ihmisiä. Lämmin ja innostunut yhteys toteutui tilaisuuksiin osallistuneiden kanssa, mutta myös eri palveluissa toimivien työntekijöiden kanssa. Työntekijöille omistettiinkin monin paikoin työpajan viimeinen kappale kiitokseksi ja työniloksi. Konserttien ja työpajan jälkeen ihmiset halusivat keskustella ja sopia yhteistyön jatkamisesta myös tulevien kuukausien aikana.

Syyskuun lopussa oli aika pakata soittimet ja tavarat ja palata kotimaahan puolin ja toisin monia kokemuksia rikkaampana, mielet täynnä uusia ajatuksia ja sydämissä monta hyvää kohtaamista. Eugéné, Kouassi ja Steve kiittävät Valkonauhan väkeä, **Emma Salokoskea** ja Pohjoismaista kulttuurirahastoa (Nordisk Kulturfonden) tuesta ja yhteistyöstä tässä ainutlaatuisessa projektissa!

TARU KOIVISTO ja INARI VARIMO

Beniniläiset vieraat Lappeenrannassa

Lappeenrannan Valkonauha sai viestin, että **Taru Koivisto** vierailee paikallisyhdistyksissä afrikkalaisten muusikoiden kanssa. Lappeenrannan yhdistys tietenkin tarttui tarjoukseen. Meillä oli jo ennestään tuttu palvelutalo, jonka asukkaat ottivat innostuneesti vastaan vierailevat esiintyjät. Palvelutalo on yhdistyksemme säännöllisten tapaamisten kohde, joissa tarjoamme asukkaalle kahvit ja laulamme suomalaisia kansanlauluja toiveiden mukaan.

Yleisö saapui hyvissä ajoin ravintolatalaan, johon olimme valmistelleet estradin esiintyjille. Tilassa oli myös piano, joten säestäminen tarvittaessa onnistui omasta takaa.

Beniniläiset muusikot valloittivat heti yleisön lauluillaan ja eksoottisilla soittimillaan. Lehmäkellon ääneksi joku kuulija tulkitsi gongan, joka kyllä erehdyttävästi tätä "instrumenttia" ääneltään muistutti.

Me valkonauhalaiset ja yleisö halusimme vuorostaan esittää vieraille omaa musiikkiamme. Tarun säestyksellä kajautimme laulun "Hei Karjalasta heilin minä löysin". Kappale välitti vieraille karjalaisen iloisuuden etenkin, kun laulajat elehtivät samalla sävelten innoittamina. Saimme liittyä muusikkotanssijoiden pieneen tanssiesitykseen beniniläisen lastenlaulun tahdissa. Sanoista emme mitään ymmärtäneet, mutta yksinkertainen kertosaie tempaisi paikalliolijat laulamaan sitä yhdessä.



Lappeenrannan Valkonauha tarjosi kahvit ja hyvää seuraa beniniläisvieraille Lappeenrannan linnoituksessa.

Yhteiseen tuntiin kiteytyi paljon muutakin kuin musiikki. Esiintyjiltä kyseltiin heidän perheistään ja kotimaastaan. Tämä kulttuurinvaihto kaiken kaikkiaan oli erinomainen irtautuminen monasti yksinkertaisesta ikäihmisen arjesta. Saimme kaikki tuulahduksen Afrikasta ja uskon, että asukkaalle jäi paljon keskusteltavaa ja muistoja tästä rytmikkästä iltapäivästä.

MARJUT ROPO-LYTIKÄINEN

Kirjoittaja on Lappeenrannan Valkonauhan rahastonhoitaja ja Suomen Valkonauhaliiton hallituksen jäsen.

Kiitos yhteistyöstä ja muistamisesta

Kiitän teitä, jotka olette muistaneet minua eri tavoin siirtyessäni pääsihteerin tehtävästä eläkkeelle syyskuun alussa. Iloitsen, että yhteistyö, naisten keskinäinen luottamus ja sydämen usko Jumalaan kannattelee valkonauhantyötä ja järjestöämme.

Mennyttä 35 vuotta muistaessani ovat mielessäni rakkaan Kirsti-äitini kutomat räsymatot ja niiden eriväristen raitojen väkevä sanoma: ”Paljon vanhaa, hiukan uutta, monen muiston kirjavuutta yhteen riipumattoon kätkeytyä voi. Jos tummat raidat ottaisimme pois, ei kirkkaita vaaleakaan ois”.

Pääsihteeri emerita
IRJA ESKELINEN



INARI VARIMO

Jouluglögit Liisankadulla

Lämpimästi tervetuloa Valkonauhan yhteiseen joulunajan juhlaan Liisankadulle lauantaina 10.12.2022!

Tarjoilu alkaa klo 12 ja ohjelmallinen joulujuhla klo 13. Juhlassa on musiikkia, kiitoksia menneestä vuodesta, joulun tunnelmaa ja yhdessäoloa. Tarjolla on joulupuuroa, glögiä ja herkkuja.

Jos tiedät jo, että pääset tulemaan, ilmoita tulostasi liiton toimistoon tarjoilujen mitoittamista varten. Yhteystiedot nina.hurtamo@suomenvalkonauhaliitto.fi tai p. 09 1351 268.

Paikalle voi tulla myös ilmoittamatta!

**Yhteistä hetkeä odottaen,
hallitus ja toimiston väki**

Irjan äidin taatelikakku

Lapsuudessani ja nuoruudessani elämä oli aineellisesti niukkaa. Äiti teki kuitenkin kaikkensa, että meillä lapsilla olisi ollut turvaa ja kaikki tarvittava. Joululeivontakin oli usein vaivalloista raaka-aineiden saatavuuden vuoksi. Kauppaostokset tehtiin kyläkaupasta tai kirkonkylän Osulasta. Kyläkaupastakin sai taateleita, ja taatelikakku olikin äidin perinteinen joulu-

leivonnainen. Äiti leipoi kakun hyvissä ajoin ennen joulua, usein kaksikin kakkua. Kakut vietiin jyvääitään odottamaan joulua. Jyvääitassa maku vain parani ja kakut säilyivät hyvinä.

Kovin ikävöin äitiä, ja kaipaen yhteisiä leivontahetkiä. Toivon, että osaisin siirtää niiden yhteisten hetkien hyvän tunnelman uudelle sukupolvelle.

IRJA ESKELINEN



Taatelikakku

250 g taateleita
 3 dl vettä
 1,5 dl sokeria
 200 g voita
 2 kananmunaa
 2 tl leivinjauhetta
 2 tl vanilliinisokeria
 3,5 dl vehnä jauhoja
 (100 g rouhittua suklaata, vauraampien aikojen lisäys reseptiin)

1. Mittaa vesi ja sokeri kattilaan ja lisää joukkoon taatelit. Keitä seos tasaiseksi massaksi.
2. Nosta kattila liedeltä, lisää rasva ja sekoita. Anna jäähtyä.
3. Lisää munat ja toisiinsa sekoitetut kuivat aineet. Kaada taikina voideltuun vuokaan.
4. Kypsennä kakkua 175 asteessa uunin alatasolla 1 tunti 15 minuuttia, kunnes kakku irtoaa vuoan reunoista. Anna kakun hieman jäähtyä ennen kumoamista

Reseptiä saa vapaasti käyttää. Toivomme, että mainitset lähteeksi Valkonauha-lehden.



ANNIKA SAARIKKO

Valtiovarainministerin tervehdys

Jo loppua kohti kääntyvä, kulunut vaalikausi on ollut vahvasti kriisien sävyttämä. Vuosi sitten saimme jo näkymiä talouden poutasäästä, mutta valitettavasti talousnäkömät muuttuivat nopeasti. Käsissämme on Venäjän hyökkäys sekä energiakriisi eikä koronapandemiakaan ole vielä hävinnyt. Valtion ensi vuoden budjetti valmisteltiin näiden kolmen globaalien kriisin keskellä.

Olemme panostaneet turvallisuuteen, huoltovarmuuteen ja energiaomavaraisuuteen. Vaikka olemme velkaantuneet, voidaan arvioida, että Suomen talous on kestänyt huonot ajat hyvin. Hyvä työllisyyskehitys on ollut talouden valopilkku.

Venäjän julma hyökkäys Ukrainaan ravistaa yhteiskuntaamme monin tavoin, ja ei vähiten taloudellisesti. Putinin Venäjän käynnistämä energiasota on laukaissut maailmanlaajuisen energiapulan ja rajun hintojen nousun. Talouden kuva on synkkä. Yritysten nousevat kustannukset, kuluttajien rapautuva ostovoima sekä nousevat korot syövät luottamusta, kulutusta ja investointeja ympäri maailmaa. Talouskasvu uhkaa hidastua vuodenvaihteessa nollaan.

Energiasodan seurauksena erityisesti sähkön hinta on moninkertaistunut, ja vaikutukset suomalaisille ovat tuntuvia. Säh-

kön, muun energian ja elintarvikkeiden hinnat nousevat, koska sota Ukrainassa on sekoittanut koko Euroopan ruoka- ja energiajärjestelmät. Valtio ei voi eikä sen pitä markkinataloudessa kompensoida nouseita kustannuksia kokonaan. Mutta kovinta iskua kansalaisia kohtaan lievitämme, kuten tekevät useat muutkin maat.

Koska syyt kriisiin ovat Suomen ulkopuolella, on myös ratkaisujen löytäminen Suomen sisällä vaikeaa. Koko Euroopassa käytetään ja tarvitaan sähköä enemmän kuin sitä on tarjolla. Myös Suomessa sähköyhtiöt joutuvat hankkimaan lisäsähköä kalliilta markkinoilta.

Kansalaisten ahdingon helpottamiseksi on tähän mennessä päätetty sähkön arvonlisäveron alennuksesta määräaikaisesti väliaikaisesti 24 prosentista 10 prosenttiin. Lisäksi on päätetty myös sähkövähennyksestä, jonka saa verovähennyksenä kotitalousvähennyksen tapaan, jos sähkölasku kipuaa useisiin tuhansiin euroihin. On päätetty myös sähkötuesta heille, joiden tulot eivät riitä verovähennyksen hyödyntämiseen. Tätä tukea haetaan Kelasta ja maksettaisiin käytetyn sähkön perusteella.

Samalla huolehdimme, että perheitä ei jätetä yksin. Hinnat nousevat ennennäkemättömällä tavalla, minkä takia maksam-



me joulukuussa ylimääräisen lapsilisän. Lisäksi korotamme lapsilisän yksinhuoltajakorotusta sekä työmarkkinatuen, toimeentulotuen ja opintotuen lapsi- ja huoltajakorotuksia väliaikaisesti. Nämä toimet perheille eivät ole ihmeläkkeitä, mutta sitäkin tärkeämpi viesti. Lapset, vanhemmat, perheet: te olette arvokkaita, teistä pidetään huolta.

Pienimpiin, kansaneläkeindeksiin sidottuihin etuuksiin tehtiin ylimääräinen korotus elokuussa, seuraavan kerran näihin etuuksiin tehdään hintojen nousua vastaava korotus vuoden vaihteessa.

Sama muutos tulee koskemaan työeläkkeitä ensi vuoden alusta, automaattisella korotuksella, joka liittyy hintojen nousuun. Kun eläkkeiden taso on vahvasti sidottu hintojen nousuun, se auttaa nyt hyvin työeläkeläisiä ensi vuoden alusta lähtien.

Tulevaisuus näyttäytyy vähintäänkin sumuiselta. Me poliitikot haluamme, että kaikki

Yhteisöllisyyden ja yhdessä tekemisen tunne on tärkeä osa elämää, jota järjestötoiminta parhaimmillaan tarjoaa.

suomalaiset pysyvät yhteiskunnan kelkassa mukana, kun ajat ovat vaikeat. Suomalaiset ovat onneksi sitkeää kansaa. Myös jokaisella yksilöllä on velvollisuus kantaa voimavarojensa mukaan vastuuta itsestään ja lähimmäisistään. Lähiyhteisöissä luomme välittämistä ja huolenpitoa. Yhteiskunnan tehtävänä on luoda edellytykset hyvälle elämälle ja olla turvana hädän hetkellä.

Yhteisöllisyyden ja yhdessä tekemisen tunne on tärkeä osa elämää, jota järjestötoiminta parhaimmillaan tarjoaa. Valkonauhaliitto tekee tärkeää työtä tällä saralla. Sydämensivistys ja lähimmäisenrakkaus ovat toisen ihmisen kunnioittamista ja huomiointia: vapaaehtoistyö on aina pohjimmiltaan lähimmäisestä välittämistä. Sydämensivistystä ja lähimmäisenrakkautta, erityisesti niitä toivon yhä enemmän maailmaan, Suomeen ja meidän jokaisen elämäämme.



*Kirjoittaja on
valtiovarainministeri.*



KAISA VÄLTILÄ

Toivon tähtiä historian käännteissä

*”Hetki erossa maailmasta
pään voi uusiksi kasata
turha lähtee kauas matkalle
kävelen Lapinlahden rannalle.”*

Nämä sanat ovat **Kari Lahden** laulusta, jonka rockyhtye *Hyvää Yötä Äiti!* esitti 35 vuotta sitten *Pro Lapinlahden* Venetsi-

an karnevaaleissa. Tuolloin uhka sairaalan siirrosta kauniilta paikaltaan oli saatu ensi kertaa torjutuksi ja sairaalan puolustajat *Pro Lapinlahti* -väki tarttui uusiin haasteisiin. Se alkoi kiinnittää yhä suurempaa huomiota hoidollisen ympäristön merkitykseen ja ihmisten välisen vuorovaikutuksen lisäämiseen sekä elämänlaa-



HARTTI AHOLA

Lapinlahden sairaala perustettiin vuonna 1841. Suojeleva ihmismuuri ympäröi päärakennuksen toukokuussa 2000 vedoten sairaalatoiminnan jatkumisen puolesta.

dun kohottamiseen vanhoihin perinteisiin keinoin. Noina innostuksen vuosina sairaalassa järjestettiin myös karnevaaleja.

***”Taas hetki päälle lepoa
lähdän kauaksi kotoa
aallot lyö kivijalkaan Venetsian...”***

Lahden laulu ilmaisee lyhyesti ja ytimekkäästi ihmisen ahdistuksen ja kaipauksen paikkaan, jossa voi levätä ja koota itsensä. Se ei viittaa sairaalaan, vaan Venetsia-nimiseen autioon rakennukseen, joka sijaitsee sairaalan lähellä aivan veden äärellä. Tämän kolmikerroksisen punatiilitalon *Pro Lapinlahti* haaveili kunnostavansa toiminta- ja asuinyhteisöksi ihmisille, jotka elämä on haastanut myönteiseen toimintaan hyvinvoinnin lisäämiseksi maailmassa.

Tämä oli unelma, joka syytti toivon tähden Lapinlahden uuden hoidollisen tulevaisuuden ylle. Se syntyi Lapinlahdessa, kun psykiatrinen vanha klinikka alkoi elää lopetusuhan alla. Tämä oli unelma, joka satutti minua, kun noina vuosina työskentelin siellä viidentoista vuoden ajan sairaalateologina. Taistelu Lapinlahtea puolustavien ihmisten riveissä kirkasti minulle niitä perusarvoja, jotka kuuluvat ihmisen hoitoon ja paranemiseen. Niihin kuuluu olennaiselta osaltaan ympäristö.

Nyt olen ollut työstäni eläkkeellä yli kaksikymmentä vuotta, mutta seuraan La-

Lapinlahden lähteen tarkoituksena on tuottaa kulttuuria, taidetta ja mielen hyvinvointia kaikille alueella vieraileville.

pinlahden vaiheita suuren yleisön kanssa, joille Lapinlahden suojeleminen on tullut tärkeäksi. Vuonna 2000 kansalaiset ilmaisivat mielensä muodostamalla ihmismuurin sairaalan ympäri.

Helsingin kaupunki omistaa Lapinlahden kiinteistön, jossa sairaalatoiminta loppui vuonna 2008. Sen jälkeen talo hiljeni ja autioituminen ja ilkeä uhkasivat koko suojeltavaa aluetta. Lapinlahden ystävät pitivät kuitenkin vartiotaan, järjestivät vuosittaisia tapahtumiaan ja odottivat toivon tähden syyttymistä historian käännteissä.

Noin seitsemän autiuden ja alennuksen vuoden jälkeen Lapinlahden kohtalo kääntyi taas ja pimeään tulevaisuuden ylle syytti tähti. Syntyi idea. Lapinlahden ystävät esittivät kaupungille rohkean aloitteen, joka herätti kiinnostuksen. Ehdotus sisälsi ajatuksen, että suojeleminen sa-



raalasta ja sen puistosta luodaan Helsingille kansainvälistäkin huomiota herättävä käyntikortti teemalla ”mielen-terveyttä kulttuurista”.

Pro Lapinlahden lisäksi ehdotuksen takana oli useita mielenterveysalan toimijoita. Uusi toiminta sai nimekseen *Lapinlahden Lähde*, mikä viittasi Lapinlahden puutarhassa sijaitsevaan lähdekaivoon. Siitä kaupunkilaiset olivat hakeneet juomavettä jo ammoisina aikoina vanhojen karttojen todistuksen mukaan. Nyt *Lapinlahden Lähde* voisi virkistää kaupunkilaisia uusin tavoin ja keinoin tarjoamalla heille yhteisöllisyyttä ja kulttuuria historiallisessa ympäristössä, jossa yli 160 vuotta oli toiminut kuuluisaksi tullut psykiatrisen sairaala.

Uusi toiminta käynnistyi vauhdikkaasti ja kaupunki alkoi hoitaa omaa tonttiaan. *Lapinlahden* kulttuurihistorian vaaliminen ja ainutlaatuinen ympäristö



Kirjoittaja (vas.) on toiminut viidentoista vuoden ajan sairaalateologina Lapinlahden sairaalassa. Oikealla Katja Liuksiala.

meren rannalla alkoivat monenlaisen toiminnan myötä tuottaa mielenterveyttä ja hyvinvointia kaupunkiin.

**”Hetki erossa maailmasta
pään voi uusiksi kasata
turha lähtee kauas matkalle
kävellen Lapinlahden rannalle.”**

Vanha laulu Venetsian karnevaaleista 35 vuoden takaa tuntuu tänä päivänä hyvin ajankohtaiselta. Jotain on tapahtunut myös unelmien talon Venetsian suunnalla. Siellä on jopa pidetty karnevaaleja. Ja puutarhalla sadonkorjuujuhlia.

Unelmointia ja näkyjä tarvitaan. Varsinkin silloin, kun historian käännteet haastavat ihmiset taistelemaan paremman tulevaisuuden puolesta.



Lapinlahden Lähde sai nimensä Lapinlahden puutarhassa sijaitsevasta lähdekaivosta, joka näkyy kuvassa sadonkorjuujuhlan taustalla.



Pro-henkeä ja lujaa ystävyyttä Pro Lapinlahti mielenterveysseura ry:n sadonkorjuujuhlasa elokuussa 2022. Vanhat työtoverit oikealta Katja Liuksiala, Sinikka Lehto, Sirpa Sivonen, Pirkko Nilsson ja Kaisa Välttilä.



Lapinlahden Lähde nyt

Vuonna 2013 herännyt idea Lapinlahdesta kaikille avoimena mielen hyvinvoinnin ja kulttuurin keskuksena on toteutunut. Nyt talon kaikki tilat ovat käytössä ja siellä toimii mm. kahviloita, puoteja, sauna, luontokeskus sekä lukuisia näyttelytiloja. Vanhat potilashuoneet toimivat työtiloina taiteilijoille, terapeuteille, yhdistyksille ja yrittäjille. Myös puistossa on runsaasti virkistystoimintaa. Toiminnalle on myönnetty mm. Helsingin kaupungin vapaaehtoistoiminnan palkinto sekä vuoden kulttuuriteko palkinto.


Toiminnasta vastaavat MIELI ry:n paikallisyhdistys Pro Lapinlahti

mielenterveysseura ry sekä tilojen suhteen yhteiskunnallinen yritys Lapinlahden Lähde Oy.

Palkinnoista ja onnistuneesta toiminnasta huolimatta Lapinlahden kohtalo on epävarma. Helsingin kaupunki ottanee Lapinlahden asian poliittiseen keskusteluun jälleen ensi talven aikana. *Pro Lapinlahti* -yhdistys täyttää tulevana vuonna 35 vuotta!

KATJA LIUKSIALA

*toiminnankoordinaattori
Lapinlahden Lähde
www.lapinlahdenlahde.fi*



Diakonian
juhlavuoden villa-
sukat. Mallissa on käy-
tetty pohjana Kirkon
diakonian logoa, jossa
neljä kättä muodos-
taa ristin.

IRENE NUMMELA

SANNA PAAKALA

Sataviisikymmentä vuotta Sydänten kieltä ja käsien teologiaa

Diakonia 150 vuotta

Viipurissa syyskuun 1. päivänä 1872 vihittiin **Mathilda Hoffman** diakonissaksi Pietari-Paavalin kirkossa. Mathilda Hoffman teki koko elämäntyönsä Viipurin Diakonissalaitoksessa, jonka palveluksessa hän oli 52 vuoden ajan, huolehtien lähinnä laitoksen taloudenhoidosta. Mathilda Hoffmanin vihkimyksestä lasketaan diakonian juhlavuoden alkamisvuosi.

Diakonia on koko seurakunnan ja sen jäsenten yhteinen tehtävä ja elämäntapa. Jokainen kristitty voi toteuttaa diakoniaa omalla paikallaan, omassa arjessaan. Arjen lähimmäisyys on sitä, että esimerkiksi käy tervehtimässä naapuria, tarjoaa ulkoiluseuraa tai auttaa omien mahdollisuuksien mukaan arjen askareissa.

Juhlavuotena on nostettu esille diakonian vihkimysvirkaa, ammatillista diakoniatyötä ja kaikkia diakonian toimijoita. Seurakuntien diakoniatyö on ollut aina vahva osallistaja ja vapaaehtoistoiminnan organisoija, joka on aktivoinut seurakuntalaisten lisäksi myös kirkkoon kuulu-

mattomia toimimaan yhteiseksi hyväksi. Diakoninen kirkko innostaa ja varustaa seurakuntia ja niiden jäseniä toteuttamaan lähimmäisenrakkautta ja edistämään ihmisarvoista elämää.

Miten diakonia kehittyi Suomessa

Diakonian juuret johtavat Kuopioon, jossa vuonna 1889 perustettiin Kuopion diakonaatti 1892. Diakonia määriteltiin tuolloin seurakunnalliseksi sisälähettykseksi, johon kuului köyhäin- ja sairaanhoitoa. Sen seurauksena seurakunnat alkoivat palkata diakoniatyöntekijöitä ja perustaa diakoniarahastoja.

Talvi- ja jatkosodan aikana syntyi uusi näky diakoniasta. Vuoden 1943 kirkkolaki määräsi, että jokaisessa seurakunnassa oli oltava diakoniatyöntekijä. Aluksi työ oli hyvin sairaanhoitopainotteista. Vuoden 1972 kansanterveyslaki mullisti diakoniatyön, kun kotisairaanhoito siirtyi kuntien hoidettavaksi. Diakoniatyöntekijöistä tuli selkeämmin seurakuntien työntekijöitä, joiden toimessa virkistystoimin-

ta ja hengellinen ulottuvuus korostuivat. Seurakuntien diakoniatyö painottui pitkälti vanhus- ja vammaistyöhön sekä sielunhoitoon 1980-luvulla, kunnes tuli 1990-luvun lama. Suuri työttömyys merkitsi sitä, että työikäisten osuus avuntarvitsijoista kasvoi. Näin syntyivät ruoka-pankit ja leipäjonot.

Covid-19-pandemia ja sen mukanaan tuomat muutokset liikkumiseen, kokoontumiseen ja yhteydenpitoon ovat muuttaneet seurakuntien toimintakulttuuria parin viimeisen vuoden aikana monella tavalla. Diakoniatyössä keskityttiin korona aikana ruoka-avun organisointiin ja yhteydenottoihin puhelimitse sekä tehtiin digiloikkia mm. hartauksien striimaamisen ja ryhmätoiminnan osalta. Toimintatapoja muutettiin vaihtuvien tilanteiden ja alueellisten tarpeiden mukaisesti. Diakonian vahvuus onkin siinä, että se kykenee muuttamaan tarpeen vaatien. Esimerkiksi nyt taas Ukrainan kriisissä se on monella paikkakunnalla nähty.

Nykyisin evankelis-luterilaisissa seurakunnissa työskentelee noin 1300 diakoniatyöntekijää. Heidät koulutetaan Diakonia-ammattikorkeakoulussa (Diak). Diakonilla on sosionomin koulutus ja diakonissalla sairaanhoitajan koulutus. Molemmilla on pätevyys seurakunnan työhön, ja piispa vihkii heidät virkaansa.

Diakoniaa on juhlittu eri puolella Suomea

Diakonia juhlavuosi on ollut kuluvan vuoden aikana täynnä tapahtumia eri puolella Suomea. Tässä muutamia esimerkkejä:

- Raumalla juhlittiin Suomen ensimmäistä laitosten ulkopuolelle palkattua diakonissaa. Rauman kaupunki palkkasi ensimmäisenä Suomessa diakonissan töihin kodeissa kiertäväksi köyhien ja sairaiden auttajaksi jo vuonna 1879. Juhlapäivän ohjelmassa oli keskustelutalouksia, musiikinäytelmä, konsertti ja kohtaamisia kahvilla.

- Vuosittain 1.9. on D-day, diakonian viran päivä. Diakonian viran päivänä tuodaan esiin diakonian virkaa, virkaan vihkimystä ja vihkimyksen merkitystä kirkolle sekä virkaan vihityille. Päiväksi on valittu Suomen kirkon ensimmäiseksi diakonissaksi vihityn Mathilda Hoffmanin vihkimispäivän 1.9.1872 mukaisesti syyskuun 1. päivää lähinnä oleva arkipäivä. Juhlapäivän kunniaksi kehoitetaan kaikkia diakonian virkaan vihittyjä ja kirkon tehtävissä palvelevia käyttämään vihreää virkapaitaa tai diakonissan pukua.

- Pekka Simojoki sävelsi ja sanoitti juhlavuoden laulun: *Käsien teologiaa*. Sitä on laulettu seurakunnissa eri tilaisuuksissa. Laulu on vapaasti käytettävissä ja esitettävissä kaikissa diakonian juhlavuoden tapahtumissa. Löydät sen tämän jutun ohesta.

- Lähimmäisen päivää vietetään vuosittain lähimmäisen sunnuntai-

na. Diakonian juhlavuoden kunniaksi kutsuimme viettämään Lähimmäisen viikkoa D-Daysta eli diakonian viran päivästä 1.9. Lähimmäisen päivään 11.9. saakka. Lähimmäisen päivää on vietetty vuodesta 1980. Teemana oli tänä vuonna yhdessä elämisen taito eli *conviviality*.



• 11.9.2022 oli Juhlavihkimys Lahdessa. Lahden diakonialaitos jatkaa Viipurin diakonissalaitoksen perintöä. Juhlavihkimyksessä vihittiin diakoniatyöntekijöitä Mikkelin hiippakunnan seurakuntien työhön.



Aurora-suklaaherku

salaitoksen perustaja **Aurora Karamzinin** mukaan), *Mathilda -valkosuklaaleivos* (nimetty ensimmäisen vihityn diakonissan, Mathilda Hoffmannin mukaan)

• 15.–17.9.2022 pidettiin Kirkon diakonian päivät Kulttuuritalossa ja Kallion kirkossa. Päivien aikana katsottiin tulevaisuuteen, kurkattiin menneisyyteen ja selvitettiin nykytilaa. Torstai ja perjantai oli suunnattu ammattilaisille, lauantai oli avoin kaikille diakoniasta kiinnostuneille.



Mathilda -valkosuklaaleivos

• Diakoniatyöntekijöiden Liitto on tuottanut Diakonian juhlalehden. Se esittelee diakoniaa eri näkökulmista. Aiheina ovat mm. suomalaisen diakonian historia, nykyiset koulutukset, vihkimysvirka, monipuolinen työkenttä, kansainväliset yhteydet, diakonian kehittäminen, tulevaisuus ja diakonian johtaminen.

• Oman seurakunnan diakonian historiaa on tuotu monilla paikkakunnilla esiin esimerkiksi näyttelyissä, tapahtumissa, viestinnässä ja keskustelutilaisuuksissa.

• Diakonissa **Seija Puusaari** laati ohjeen Diakonian juhlavuoden villasukkiin. Mallissa on käytetty pohjana Kirkon diakonian logoa, jossa neljä kättä muodostaa ristin. Värinä on vihreä, toivon ja kasvun väri. Vihreä on liturgisissa väreissä myös elämän ja arjen väri. Diakonia lähtee liikkeelle alttarilta ihmisten arkeen. Tätä kuvastaa käsien ympärille sijoitettu ”paanukatto”.

• Kirkkohallitus teki juhlavuodeksi oman logon, joka toistaa Kirkon diakonian logon elementtejä, mutta uudessa muodossa. Logosta on kaksi erilaista versiota, joista on voinut valita omaan käyttöön käytännöllisimmän.



Cecilia -nokkossämpylät

• Diakonian juhlavuoden kunniaksi on tehty kolme leivonnaisreseptiä. Reseptit on laatinut **Emmi Tuovinen** Marttaliitosta. Leivonnaiset ovat: *Cecilia -nokkossämpylät* (nimetty ensimmäisen seurakuntadiakonissa Cecilia Blomstedtin mukaan), *Aurora-suklaaherku* (nimetty Helsingin Diakonis-

Kirjoittaja on Kirkkohallituksen diakonia- ja yhteiskuntatyön asiantuntija.



Käsien teologiaa

säv. ja san. Pekka Simojoki

A

1. Niin mo-net o-vat tiel - le läh - te-neet jo kau-an en-nen mei - tä
 Niin u-sein o-li ras - kaat as - ke-leet ja u-sein kyy-ne - lei - tä,
 ja lop-puun käy-neet sen us-ko - en ja pal - vel - len.
 vaan sy - dä - miin merk-ki toi - von piir - ret - tiin.
 Ja vie - lä-kin näin ky-syy Hän: ke-net työ - hon lä - he - tään.
B
 Sil - lä sär - ky - nyt et - sii e - lä - män tiel - tä
 rin - nal - la - kul - ki - jaa ja ek - sy - nyt löy - tää
 ko - tin - sa siel - tä, mis - sä jo - ku ra - kas - taa. Se on
 sy-dän-ten kiel - tä ja kä - si - en teo - lo - gi - aa.

2. Taas kerrostalon ikkunassa on
 tuo katse yksinäinen.
 Niin monta tarinaa,
 muttei yhtään kuulijaa.
 Ja leipäjönön päässä koditon,
 tuo vieras lähimmäinen
 taas tänäänkin
 seisoo jaloin horjuvin.

Niin hauras vain on ihminen
 kosketusta kaivaten

3. Jos tänään kuulet kutsun Kristuksen,
 niin lähde empimättä.
 Ei mitään kauniimpaa
 ole kuin vain rakastaa.
 Me saimme tehtävän ja rohkeuden,
 me saimme kaksi kättä
 ja unelman
 elämäkin suuremman.

Jos sydän vaan saa puhua,
 sanoja ei tarvita.



MIKA LEPPÄÄHO

Rinnalla kulkien pienin ja suurin askelin

Uonna 2022 vietetään diakonian juhluvuotta. 1.9.2022 tuli kuluneeksi 150 vuotta Suomen ensimmäisen diakonissan, **Matilda Hoffmanin** virkaan vihkimyksestä. Diakonian juhluvuosi on näkynyt Suomen ev.-lut. kirkon seurakuntien diakoniatyössä erilaisina juhluvuoden tapahtumina, mutta lisäksi huomiota on kiinnitetty ammatilliseen diakoniatyöhön, diakonian vihkimysvirkaan ja kaikkiin diakonian toimijoihin. Ammatillinen diakoniatyö on kirkkolain (KL 4:1) mukaisesti yksi kirkon perustehtävistä. Diakonian vihkimysvirka korostaa diakonian merkitystä kirkossa. Oman vihkimykseni koken merkittäväksi kutsumukseni ja sen muistutuksen kannalta, että olen osa suurempaa kirkon virkoihin vihittyjen joukkoa. Diakonia mielletään usein vain diakoniatyöntekijöiden tekemäksi, mutta oikeasti diakonia kuuluu meille kaikille, sillä jokainen ihminen voi omalla paikallaan ja omassa elämäntilanteessaan tehdä arjen diakoniaa.

Diakoniatyön kuvaaminen rinnalla kulkemiseksi jättää kaikessa sopivuudessaan mieles-

täni kuitenkin vastaamatta muutamaan kysymykseen: kuka kulkee rinnalla, kenen rinnalla kuljetaan, mihin suuntaan kuljetaan. Rinnalla kulkija diakonian kontekstissa voi olla niin diakoniatyöntekijä, muu seurakunnan työntekijä, vapaaehtoinen kuin myös ihan kuka tahansa meistä ihmisistä. Toisen ihmisen rinnalla kuljettu matka ei vaadi sen ihmeempää kuin aikaa toiselle ihmiselle ja inhimillistä lämpöä. Kysymys siitä, kenen rinnalla kuljetaan, tuo esiin elämän arvaamattomuuden. Toisinaan ihmisellä itsellään on voimavaroja auttaa ja kulkea toisen ihmisen rinnalla. Toisessa hetkessä asiat saattavat kääntyä päinvastoin ja hän itse saattaa olla avun tarpeessa ja tukeutua lähimmäiseensä. Arjen diakoniassa suunnan ja tahdin määrittää ihminen, jonka rinnalla kuljemme.

Yhdessä kuljettu matka voi siis olla merkittävämpi kuin itse päämäärä. Siinä piileekin arjen diakonian ja rinnalla kulkemisen viehätys. Joskus voidaan ottaa suuria harppauksia ja toisessa hetkessä edetä pienin ja harvituin askelin. Ihminen voi kokea tullessaan kokonaisvaltaisesti kohdatuksi, kun hän saa



rauhassa keskustella toisen ihmisen kanssa. Diakoniatyöntekijänä olen huomannutkin erittäin tärkeäksi avoimen ja lämminhenkisen keskustelun tapaamani ihmisen sen hetkisestä elämäntilanteesta. Oman elämän asioiden jakaminen toisen ihmisen kanssa usein keventää omaa henkistä taakkaa. Itse diakoniatyöntekijänä ihmisiä kohdatesani toivon, että tästä tapaamisesta ihminen voisi lähteä jatkamaan arkeaan jotenkin hie- man kevyemmin askelin. Toisinaan tämä toteutuukin varsin konkreettisella tavalla, joka aidosti ja oikeasti pehmentää askelia: vil- lasukkien antamisena.

Minun rinnallani on toukokuusta 2020 al- kaen kulkenut vihreäpaitainen Lego-pali- koista rakennettu minidiakoni, jonka ar- kea voi seurata Instagramista (@godlittle- wonders). Minidiakonin kanssa kulkemani matka on ollut erittäin mukava ja ikimuis- toinen. Olen päässyt miettimään, miten voi- sin kertoa diakoniatyöstä ja siihen liittyvis- tä asioista tavalla, joka voisi puhutella ihmi- siä. Elokuussa 2022 valmistelin MINÄ JA ISOMPI DIAKONI -valokuvanäyttelyn mi- nidiakonin arjesta. Siihen kuului 70 valoku- vaa erilaisista diakoniatyön tilanteista. Va- lokuvanäyttely oli esillä Helsingissä Tapu- lin seurakuntakodilla elokuussa ja samoin Helsingissä Kirkon Diakonian päivillä syys- kuussa. Sain ihania kommentteja näytte- lyä katsomassa käyneiltä, ja ni- den innoittamana minun ja mi- nidiakonin seikkailut jatkuvat varmasti. Diakonian juhluvuo- den kunniaksi olen myös selvit- telemässä mahdollisuuksia läh- teä kiertueelle näyttelyn kanssa eri seurakuntiin ja muihin ta- hoihin, jotka ovat kiinnostuneita saamaan näyttelyn esille.



Diakoninen näkö- kulma kirkon työssä näkyy mielestäni juu- ri ihmisen kokonaisval- taisessa kohtaamisessa ja rinnalla kulkemisessa. Diako- nia on mielestäni asia, jota jokainen ihmi- nen voi toteuttaa omassa arjessaan. Luulen, että moni meistä ihmisistä saattaisi ilahtua siitä, jos useammin joku pysähtyisi viereen, antaisi aikaansa ja vaihdettaisiin kaikessa rauhassa kuulumiset. Onko tälle nykypäi- vänä, 2020-luvun kiireisessä yhteiskunnassa aikaa? Enpä tiedä, mutta yksi ajatus minulle tästä kuitenkin heräsi. Näin joulun lähesty- essä, kun ihmisten hyväntahtoisuus tunne- tusti lisääntyy, niin mitäs, jos voisimme elää joulun joka päivä, kuten tunnetussa laulus- akin lauletaan.

Mitäs, jos eläisimmekin joulun joka päi- vä sydämissämme? Ehkä silloin meillä oli- si paremmin aikaa kohdata toinen ihminen tavallisen arjen keskellä, kulkea hetken ai- kaa rinnalla ja pehmentää askelia. Ajattelen, että tällaisiin arjen tehtäviin jokaista meistä ihmisistä kutsutaan niin tänä joulun aikana kuin myös alkavana uutena vuotena. Minun ja minidiakonin askeleet jatkavat matkaan- sa kohti joulun aikaan rauhoittumista. Toi- vottavasti näin käy myös sinun askeleillesi. Oikein hyvää, rauhallista ja siunattua jou- lun aikaa!

Isompi diakoni on Sosionomi (AMK) -diakoni, kirkon nuoriso- työnohjaaja ja Sertifioitu Mind- Body Bridging -terapeutti. Täl- lä hetkellä Leppäaho toimii dia- konian viransijaisena Helsingin Tuomiokirkkoseurakunnassa.

Arkkipiispan joulutervehdys

Toivon merkkejä

Levottomassa maailmassa ihminen etsii toivon merkkejä. Ilman niitä tulevaisuuteen on vaikea suunnistaa, kun mieli täyttyy vain kielteisistä ja masentavista asioista. Kuluneen vuoden aikana monet ikävät uutiset maailmalta ovatkin varjostaneet tulevaisuudennäkymiä. Myös omassa elämässä on voinut sattua sellaista, mikä koettelee toiveikkautta.

Joulun sanoma on tällaisena aikana erityisen ajankohtainen. Jouluevankeliumin tapahtumat kannustavat näkemään toivon merkkejä myös omassa ajassamme. Marian ja Joosefin matkaan kohti Betlehemiä kuului paljon jännitystä ja epävarmuutta jo sen vuoksi, että Maria oli viimeisillään raskaana. Ennätettäisiinkö ajoissa perille? Löytyykö kunnollinen majapaikka, jossa olisi turvallista synnyttää?

Majapaikka kyllä löytyi, mutta aivan odotusten mukainen se ei varmaankaan ollut. Silti vaatimattomissakin oloissa uusi elämä alkoi ja ilo vastasyntyneestä syrjäytti aiemman huolen ja levottomuuden. Lapsen syntymä tuo mukanaan erityisen näkökulman tulevaisuuteen. Pienokaisen rinnalla on kuljettava ja hänet on saatettava kohti huomispäivää. Uusi elämä kannustaa katsomaan eteenpäin toiveikkaasti.

Kertomuksessa Jeesuksen syntymästä voi havaita toisenkin tärkeän toivon merkin. Jumala on läsnä ihmisen elämässä, hänen arjessaankin. Sen saattoivat Betlehemin liepeillä yövuorossa työskennelleet paimenet kokea. ”Älkää pelätkö!” oli enkelin ensimmäinen viesti heille. Paimenet saivat kuulla Jumalan Pojan syntyneen heitäkin varten. Enkelit vakuuttivat, että Ju-

mala välittää ihmisistä ja tahtoo, että he saisivat elää rauhan ja rakkauden sävyttämässä maailmassa.

Joulun sanoma on, että toivo tulee ihmisten maailmaan Jeesuksessa. Siksi joulu itsessään on toivon merkki. Ikävät uutiset ja levottomuutta aiheuttavat asiat eivät ole koko totuus maailmastamme. Jokainen uuden elämän alku avaa tien tulevaisuuteen ja Jeesuksen syntymä Jumalan sitoutuneeseen läsnäoloon luomakunnassaan.

Toivon merkkejä tarvitaan. Joulu on niiden osoittajana verraton.

”Älkää pelätkö! Minä ilmoitan teille ilosanoman, suuren ilon koko kansalle. Tänään on teille Daavidin kaupungissa syntynyt Vapahtaja. Hän on Kristus, Herra. Tämä on merkinä teille: te löydätte lapsen, joka makaa kapaloituna seimessä.”

TAPIO LUOMA
arkkipiispa





Mietelauseita

elämästä

Joulu tuli kotiin, perheen sydämiin.
Hetki onnellisiin, lahja sydämestä.

Toivon kipinä onnen tuo,
lahjat kauniit sinulle suo.

Paljon toivoa, valoa. Hyvää mieltä jaloa. Rakkaus
muistuttaa, onnesta osan saa.

Minulla on taito sinua kuunnella,
minä sinua arvostan ja täydellä sydämellä rakastan.

Rakentaa unelmista oikean elämän.
Kantaa sylissään rakkainta lasta,
kiitosta rakkaudesta.

Iloitsen pienistä rukouksen hetkistä.
Pienistä jyvistä onneni kasaan ja valmiiksi sen saan.

Suurin kaipaus. Rakkauden merkitys.
Kuin uusi päivä, aina läsnä. Jumalan rakkaus.

Uskoni vahvistunut. Matkan varrella onnistunut teko.
Lähimmäiselle aito ja ystävällinen.
Kiitollinen sydämeni verran, paljon on kerran.

Kiitokset meille, onnen enkeleille. Arvostus ylhäälle,
Hänelle, joka näkee kaiken rakkauden arvoisen.

Herran askeleet, paljon kulkeneet. Kotia
asustaneet. Sydän kompassina, eläen
onnellisena.

On onni eteenpäin vievä polku.
Jokainen askel huomataan, ja tekosi
punnitaan.
Mieli avara ja sydämessä rauha.

Elämässä tavoite, löytää oikea polku.
Askeltaa turvassa, Jeesuksen hellässä
huomassa. Rakkaus asustaa sydämessä.

Rakkaimmat lähellä, on joulun taika.
Sinua aina rakastan, omasta onnestani jaan
ja hyvän mielen saan.



Teksti KIRSI PAASIRANTA



ANNA-MARI LAINE

Operaatio Mobilisaation Bus4life -työ

Tästä kaikki alkoi

Vuonna 1979 sairastuin suureksi järkytyksekseni epilepsiaan. Me mieheni **Raimon** kanssa olimme monien kysymysten edessä. Mutta kaiken keskellä aloimme saada myös aavistusta siitä, että on Taivaallinen Isä, joka haluaa pitää huolen meistä. Eräänä päivänä halusimmekin polvistua ja avata sydämemme Jeesukselle, pyytää Häntä olemaan turvamme, antamaan syntimme anteeksi ja johdattamaan meitä.

Pitkä ja mutkikas tiemme lähimmäisten, lähetystyön ja autojen parissa oli alkanut ja se on jatkunut tähän päivään asti.

Maantietö 1980-luvulla

Meitä kosketti kovasti Raamatun kertomus Luukkaan evankeliumissa laupiaasta samarialaisesta. Hän pysähtyi auttamaan matkaajaa, joka oli jäänyt haavoittuneena tien varteen ryövärien ryövättyä hänet. Laupias samarialainen oli Jeesuksen antama esimerkki vastaukseksi lainoppineen

Ensimmäinen bus4life on valmistunut ja lähdössä kohti Slovakiaa. Anna-Mari ja Raimo ovat bussin edessä.

kysymykseen, kuka on lähimmäisemme. Jokainen ihminen on lähimmäisemme.

Miehelläni on hyvä teoreettinen tietous ja käytännön kokemus autotekniikasta ja autojen korjaamisesta. Me kuitenkin monesti ajoimme tien varteen vian takia pysähtyneiden autojen ohitse. Mutta sitten emme voineetkaan enää tehdä sitä. Muistan, kuinka ensimmäisen kerran palasimme takaisin. Mikä ilo oli nähdä onnellisten ihmisten jatkavan korjatulla autolla matkaa. Silloin ei ollut kännyköitä, oli vanhempi autokanta ja monet olivat todellisessa pulassa tärkeän matkan keskeytyessä. Enemmän kuin vuosikymmenen mieheni korjasi autoja ja minä mahdollisuuksien mukaan keskustelin, lohduin ja tarjosin kahvia tienvarsilla eri puolilla Suomea ja ulkomailla. Monesti saimme myös kertoa, miksi tätä työtä teemme. Joskus annoimme lehden, jossa kerroim-

me muutoksesta, jonka usko oli elämäämme tuonut. Joskus annoimme Raamatun tai jonkun kirjan.

Hauskoja kohtaamisia mahtuu valtava määrä tähän maantietyövaiheeseen elämässämme: Kerran kohtasimme englantilaisen opettajan, jolta oli juuri ilmestynyt uusi oppikirja. Sain sen kiitokseksi. Kerran eräs perhe oli palaamassa sukulaisten luota vierailulta. Heidän autonsa oli kuitenkin vikaantunut matkalla. Sukulaiset olivat heidän lähtiessä toivottaneet, että he näkisivät oikeita taivaallisia enkeleitä matkalla. Perhe suorastaan pelästyivät meitä katsolessaan ja kyseli, olemmeko Taivaan enkeleitä vai siis ihmisiä vain. Ruotsissa Tukholman lähellä pysähdyimme tien varteen sammuneen hyvin ruostuneen pakettiauton luo. Omistajat olivat hauskaasti pukeutuneita hippejä, kaksi perhettä lapsineen. Auton korjaus kestikin kauan ja varaosia jouduimme hakemaan läheiseltä huoltoasemalta. He halusivat ehdottomasti, että lähdemme yöksi heille. He palvelivat meitä kaikin tavoin ja oli iloista ja rentoa olla heidän kanssaan. Etelä-Ruotsissa, Trelleborgin lähellä, mopoa työnsi vanha mies. Otimme miehen ja mopon asuntoautoomme. Hänellä olisikin ollut 30 kilometriä työnnettävää. Aamulla hän tuli polkupyörällä Trelleborgin leirintäalueelle ja koputti automme ikkunaan. Hänellä oli mukanaan muovipussillinen tekemiään kauniita puutöitä. Myös Japanin lähettiavioparin auto kerran korjattiin ja he lähettivät kiitokseksi japanilaiset syömäpuikot.

Highway Evangelist -lehdistä Transport for Christ -järjestöön

Joskus juttelimme Suomessa asuvan amerikkalaisen evankelistan **Garyn** kanssa maantietyöstämme silloin 1980-luvulla. Kun hän palasi Amerikkaan, hän lähetti meille amerikkalaisen kristillisen rekkajärjestön *Highway Evangelist* -lehtiä. Järjestön nimi on *Transport for Christ*. Meistä lehdet olivat todella mielenkiintoisia ja järjestön työ on tärkeää. Heillä on kappelikirkoja isoilla rekkajen levähdysalueilla ja terminaalien yhteydessä. Reikka on kuin

kappeli, kirkko penkkeineen. Vakituinen kappalainen on vastuussa toiminnasta, pitää jumalanpalveluksia, keskustelee ja auttaa monin tavoin. Monet rekkamiehethän joutuvat olemaan pitkiä aikoja poissa perheidensä luota ja ajavat pitkiä matkoja.

Keskustelimme Raimon kanssa, että järjestöllä ei ole yhtään rekkakirkkoa Euroopassa. Päätimme kirjoittaa järjestön johtajalle, että eikö heidän olisi mitenkään mahdollista tuoda rekkakirkkotyö Eurooppaan. Olihan rekkakirkkoja USA:ssa, Kanadassa, Australiassa ja Afrikassakin. Yllätykseksemme hän vastasi ja kysyi, mitä maita suosittelimme. Suosittelimme monia maita ja paikkoja, myös Venäjää. En tiedä, uskoimmeko sen koskaan toteutuvan. Me saimme lähetysjärjestön johtajalta materiaalia ja lahjaksi heidän Uuden Testamentin *The Road Map of Life, Take Me Home* (Elämän tiekartta, vie minut kotiin).

Raimo sai yllättäen kutsun korjaamaan autoja Itävaltaan Lähetysjärjestö Operaatio Mobilisaation (OM) palvelukseen. Kirjoitimme Amerikkaan, että lähdemme Itävaltaan. Luulimme, että yhteys *Transport for Christ* -järjestön kanssa olisi ehkä pysyvästi ohi, mutta niin ei ollutkaan.

Itävalta ja Itä-Euroopan lähetystyö 1992–1993

Jo vuosikaudet Raimo oli rukoillut, ollut surullinen, että hän ei oikein voi hengellisesti palvella mitenkään, kun ei osaa puhua eikä laulaa. Mitä hän osaa, on korjata autoja, suunnitella tekniikkaa ja organisoida. Hän on TEKIJÄ. Ystävämme **Antti** Seinäjoella tiesi tästä lähetyskeskuksesta Itävallassa ja antoi vinkin, jotta voisimme mennä kesällä avuksi sinne. Olimmekin yhtenä kesänä siellä. Ehkäpä Raimon mekaanikon taidot vakuuttivat ja yllätykseksemme keskuksen johtaja kutsui meidät uudestaan vajaan vuoden kuluttua. Jätimme työmme opettajina, Raimo Teknillisessä oppilaitoksessa ja minä Terveystieteiden oppilaitoksessa. Seinäjoen aika jäi taakse.

Lähetysjärjestöön lähtijöiltä vaadittiin taloudelliset tukijat ja lähettävä seurakunta. Työstähän ei saa palkkaa. Eihän meillä



Lapset rakastavat bussia. Sen tulo on aina suuri riemu!

ollut ketään. Mutta mekaanikkotarve oli niin suuri siellä, että meidät hyväksyttiin. Ystävämme Seppo auttoi taloudellisesti, käytimme omaa rahaa ja loppujen lopuksi meille vähitellen tuli tukea tuntemattomilta ja yllättäviltä tahoilta niin, että kaikki sujui hyvin.

Työskentelimme reilun vuoden Itävallassa. Raimo korjasi isoja ja pienempiä lähetyjärjestön ja henkilökunnan autoja yhdessä sveitsiläisen asentajan kanssa. Minä siivosin, laitoin ruokaa apuna ja pidin yhden venäjän alkeiskurssinkin vaajaalla venäjän taidollani Venäjälle muuttaville, kun muita parempiakaan ei ollut.

Teimme myös bussilähetyksmatkoja, muun muassa kauniiseen Mariupoliin Ukrainaan. Nyt tuntuu hyvin, hyvin surulliselta pommituskuvia katsellessamme. Kerran veimme Raimon kanssa kirjastin Etelä-Unkariin erääseen pappilaan. Yön nukuimme Budapestin siltojen kupeessa pakettiautossa. Keskuksessamme Spillernissä, noin 30 km Wienistä, käännettiin ja kuvitettiin kirjallisuutta lukuisilla Itä-Euroopan pienillä kielillä. Mielestäni hyvin laadukasta psykologista ja hengellistä tuotantoa, kauniita kirjoja! Keskus oli myös logistiikkakeskus ja paljon erilaisia ajoneuvoja eri maita ja eri lähetyjärjestöistä pysähtyi siellä avustusmatkoillaan kohti Itä-Eurooppaa. Meitä sykähdytti kerran erityisesti Englannista Itä-Eurooppaan matkal-

la ollut kaksikerrosbussi, jossa oli hammasklinikka.

Jo paluumatkalla Suomeen kurkimme verkkoaidan takaa Saksassa entisen Itä-Saksan ihan uusia myynnissä olevia kuorma-autoja. Lopulta meille innokkaille esiteltiin autot ja myyjä sanoi, että siitä vaan ostamaan. Mutta rahatomanana se ei nyt oikein ollut mahdollista. Oli vain joku epämääräinen sydämen kaipuu.

Bus4life -työn kehittyminen ja kehittäminen

Suomeen palattuamme *Transport for Christ*, kristillinen rekkajärjestö Amerikasta, kerran vielä yllättäen kosketti elämäämme. Eräänä aamuna Helsingin satamasta soitettiin, että Anna-Mari Laineen nimellä on saapunut rekkakirkko Amerikasta ja on matkalla Moskovaan. Säikähdyks oli ensimmäinen tunne. Pian puhelin soi uudelleen ja sanottiin, että paperit ovat kunnossa ja kirkko on jo matkalla Moskovaan. Tiedämme vain, että siellä se on palvellut Itä-Euroopan rekkamiehiä vuosikymmenet ja toivon mukaan tuonut iloa, lohdutusta ja hengellistä apua monelle.

Unkarissa oli eräällä amerikkalaisella lähetyjärjestö *Operaatio Mobilisatio* työntekijällä näkyä palvella kylä ja kaupunkeja hyvällä kirjallisuudella. Hän olikin saanut lahjoituksena auton



Näin täynnä bussi on usein lapsia.

ja peräkärryn, joiden kanssa kierteli tiimin kanssa. Mutta tiimille sattui onnettomuus ja auto ja kärry menivät romuksi. He ottivat yhteyttä Spillernin keskukseseen Itävaltaan uudentyypin ajoneuvon hankkimiseksi. Siellä työskenteli suomalainen **Esko Mäki-Soini**. Hänellä oli vuosien kokemus lähetysjärjestöjen logistiikkatoiminnasta. Esko tiesi meidän maantienäyöstämme ja yhteydestä *Transport For Christ* -järjestöön. Hän tiesi, että näkymme oli viedä evankeliumia pyörien päällä kaduille ja kujille.

Niinpä alkoi vuosien mittainen sopivien autojen etsintä ja pohdinta: mietinnässä oli rekkaa ja yhdistelmäajoneuvoa ja paljon pettymyksiä, kun hinta oli liian kallis tai auto myytiinkin, vaikka oli luvattu pitää jne. Lopulta kuitenkin tämä Suomen erikoisuus, kirjastoauto, tuntui sopivimmalta. Auton etsinnässä mukaan tuli **Olli** auttamaan Eskoa ja Raimoa. Lopulta sopiva auto, ensimmäinen kirjastoauto, löytyikin Kuusamosta. Se oli Scania ja korin oli tehnyt Kiitokori Oy.

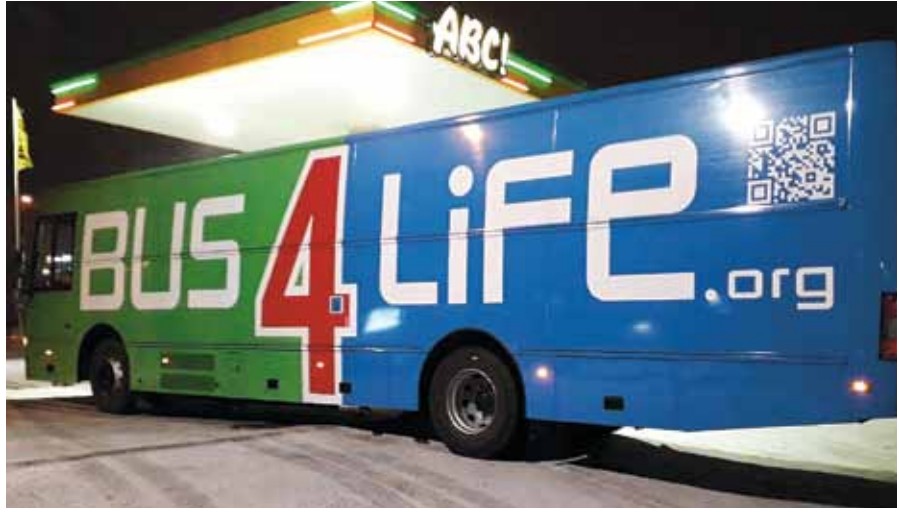
Jälleen oli rahoitusvaikeuksia. Olli päätti kuitenkin ostaa kyseisen kirjastoauton tätä työtä varten. Vuonna 2006 loppuvuodesta auto kaartoi Laineen korjaamon pihaan Parolaan ja noin tuhannen tunnin ja ajallisesti noin kahdeksan kuukauden korjaus- ja muutostyöt alkoivat. Käytimme omia rahojamme ja myös ystävämmme Seppo taas auttoi. Eräänä päivänä

korjaamon pihalle tuli Raimoa tervehtimään Kanadasta hänen vanha koulukaverinsa **Reku**. Reku päätti ryhtyä Kanadan *Operaatio Mobilisaation* kautta tukemaan rahallisesti auton rakennustyötä. Vähitellen tuki lisääntyi. Korjaus ja rakentaminen oli sen myötä mahdollista. Se teki myös mahdolliseksi auton liikkumiseen tarvittavien kustannusten kattamisen. Pyörät alkoivat pyöriä! Myöhemmin *Operaatio Mobilisaatio* (OM) lunasti bussin Ollilta. OM osti joitain korjauspalveluja myös Laineen korjaamolta, joka toimi

silloin rekkakorjaamona. Raimon veli **Hannu** vastasi niistä korjauksista. Bussi sai valkoisen värin Vammalassa raskaan kaluston maalaamalla ja samoin eräs mainostoimisto siellä teki *bus4life*-teippaukset. OM vastasi suunnittelusta.

Vuonna 2007 ensimmäinen kuljettaja oli löytynyt palvelemaan bussin ajajana lähinnä Unkarissa, Slovakiassa, Romaniasa, Moldovassa ja Ukrainassa. Useimmat kuljettajat tekivät vuoden sopimuksen, mutta muutamat olivat kaksikin vuotta. Tässä vaiheessa bussia hallinnoi Suomen *Operaatio Mobilisaatio* ja kuljettajatkin olivat Suomesta. Työ tapahtui kussakin maassa yhteistyössä paikallisten seurakuntien ja organisaatioiden kanssa. Myös nuoria oli mukana opettelemassa palvelemista ja lähetystyötä. Monista maista tiimiläisiä meni lyhytaikaiseen palvelutyöhön.

Bussin hyllyt olivat täynnä kunkin maan hyvää hengellistä kirjallisuutta. Bussi oli monesti täynnä ihmisiä, jotka selailivat kirjoja ja ostivat niitä. Monet halusivat keskustella. Lasten kanssa leikittiin ulkona muun muassa pomppulinnaa ja sisällä näytettiin lapsille videoita ja laulettiin yhdessä. Bussissa oli keittiö ja tarjoulumahdollisuudet. Bussi vieraili monissa syrjäisissäkin kylissä, kaupungeissa, festivaaleilla, koulujen pihoilla, seurakuntien pihoilla sekä prostituoitujen luona kaduilla. Pienimuotoisia terveystyöpalveluja



▼ Huoltovaiheen työtä toisessa bussissa, Raimo hitsaamassa bussin alla ja Arto kiinnittämässä istuinpenkkien uusia päällystettyjä nappeja.

◀ Kiireistä aikaa... vanhempi bus4life huollossa ja uusi kirjastoauto on tullut muokattavaksi uudeksi bus4life-autoksi.

Bussi lähdössä vuonna 2020 juuri ennen koronaa Parolasta Unkaria kohti.

järjestettiin syrjäisillä kylillä. Esko hoiti yhteydet Suomesta käsin. Kerran vuodessa auto tuli tamm- ja helmikuuksi Suomeen huoltoon ja katsastukseen.

vinnut, vain huollon, koska oli uudempi malli. Ulkopuolisen yleisilmeen suunnittelusta vastasi OM. Ulkopuolisen yleisilmeen toteutuksen hoiti tallinnalainen Busland Oy. Bussin huolto teetettiin ennen lähtöä Sastamalan hyötyajoneuvohuollossa. Bussia oli tekemässä monet, monet ihmiset: Raimo toteutti pääosin auton sisäpuoliset muutokset, etupenkien verhoilusta vastasi Eskon äiti ja takapenkien verhoilusta Mikko. Jaakko hankki ja asensi auton äänentoistolaitteet. Tuomas konsultoi ulkopuolisten äänentoistolaitteiden hankintaa. Arto hankki ja asensi kyseiset laitteet sekä videotuotantoon tarvittavat laitteet. Arton vaimo Tuula suunnitteli nukketeatterin ja ompeli nukketeatteriverhot.

Uuden Bus4life -bussin hankkiminen ja työn jatkuminen

Ensimmäinen bussi palveli melkein 10 vuotta. Sen jälkeen se lahjoitettiin Romaniaan. Ensimmäisen bussin ollessa vielä toiminnassa *Operaatio Mobilisaatio* halusi luoda työn jatkuvuuden. Niinpä Esko alkoi selvittää seuraavan kirjastoauton hankintaa. Se löytyi lopulta Hankasalmeelta. OM teki tarjouksen. Sen tarjous oli korkein ja se hyväksyttiin. Merkiltään se on Volvo ja korin on tehnyt Kiitokori Oy. Toista bussia tehdessä toinen vielä palveli. Vuonna 2016 toinen *Bus4life* valmistui.

Uusi *Bus4life* tehtiin jo paljon paremmalla tietämyksellä. Kirjojen esittelykapasiteettia lisättiin noin kaksinkertaiseksi. Audiovisuaalista järjestelmää haluttiin kehittää mahdollisimman monipuoliseksi ja laadukkaaksi. Nukketeatterimahdollisuutta kehitettiin edelleen. Bussin yleisilmeeseen haluttiin panostaa niin sisällä kuin ulkoisesti. Korjausta auto ei nyt tar-

Juuri ennen koronasulun alkua jouluaaton aattona 2019 bussi tuli Unkarista Parolaan kuukaudeksi isompaan huoltoon. Taas oli mukana iso joukko ihmisiä: Jari hoiti istuinpäällysten ompelun ja verhoilunapit. Tuula edelleen kehitti nukketeatteria. Arto kehitti edelleen äänentoistojärjestelmää ja huolsi sen. Jukka pesi Raimon kanssa bussin alustan. Raimo hoiti bussin huollon. Minä, Anna-Mari, siivosin, ojentelin työkaluja ja hoidin monia pienempiä asioita. Hämeenlinnalainen R-yhtiöt Oy hoiti elektroniikkaviko-



Bussissa saniteettituotteita.



Kohtaaminen bussissa vanhan miehen kanssa.

jen korjauksen. Kuljetusliike Koskelainen Parolassa antoi korvauksetta erikoistilat käyttöön alustan huoltamista varten. Tavo Oy Tampereelta antoi huoltamiseen tarvittavat tarvikkeet edulliseen hintaan. **Jorma** hoiti bussin siirrot ja hänen kauttaan saimme kauniita vihkoja suuren erän Paperiperipiste Oy:ltä Parolasta lahjoitettavaksi lapsille Itä-Eurooppaan.

Kaikki yksittäiset ihmiset tekivät työn vapaaehtoisina ilman korvausta. OM vastasi hankintojen kustannuksista ja luonnollisestikin aina firmojen tekemästä työstä maksettiin asianmukainen korvaus.

Korona ja sota Ukrainassa

Seuraavassa vaiheessa vilkutimme hyvästit sveitsiläiselle kuljettajalle **Thomasille** ja nykyiselle englantilaiselle bussityön johtajalle **Johnille**, jotka olivat tulleet hakemaan bussin tammikuun lopussa 2020. Odotimme pikaisia hyviä uutisia huolletun bussin matkoista moniin maihin. Mutta korona sulki rajat pitkäksi aikaa.

Se kaikki, mitä koronan jälkeen on tapahtunut, on ollut surullista ja järkyttävää. Venäjä hyökkäsi Ukrainaan ja pakolaisvirtoja alkoi saapua Unkariin. Maaliskuun alussa bussi siirtyikin lähelle Ukrainan ja Unkarin rajaa ja toimi kolme kuukautta lääkinnällisenä keskuksena. Bussissa tutkittiin ja hoidettiin potilaita, sillä siihen tehtiin joskus myös mahdollisuus erottaa tilaa esimerkiksi sairaanhoitajan palveluksille. Kolmen kuukauden jälkeen sairaiden

hoito siirrettiin konttiin ja bussi palasi asemapaikalleen. Sen jälkeen se toimi varastona, josta voitiin antaa erilaisia tuotteita, joita Ukrainasta tulleet pakolaiset tarvitsivat, esimerkiksi saniteettituotteita (kuvassa).

Loppukesästä 2022 bussi vieraili Slovakiassa nuorten kristillisellä Campfest-leirillä Slovakiassa. Näin se oli jälleen alkuperäisessä tehtävässään eli kirjojen myynnissä.

Loppusanat

Tätä tekstiä kirjottaessani sain viestin **Terulta** ja **Ristolta**. He ajoivat bussia syksyllä 2019. He ovat täällä Suomessa innokkaasti vierailleet eri seurakunnissa, rippileirillä ja viimeksi kirkossa Suomenjoella. He kertovat *Bus4life* -työstä ja näyttävät videon matkaltaan Unkarissa, Romaniassa, Moldovassa ja Ukrainassa. Suomenjoella kirkkoon oli saapunut runsaasti ukrainalaisia mansikanpoimijoita.

Koskettavia tarinoita bussien matkoista, bussissa vierailevista ihmisistä, palvelevista tiimeistä ja eri kuljettajien raskaasta työstä on varmasti tuhansia. Me tiedämme vain sen osan, jossa me olemme saaneet olla itse **TEKIJÖINÄ** ja tunnemme ne **TEKIJÄT, LAUPIAAT SAMARIALAISET**, jotka ovat tulleet meidän avuksemme.

Kirjoittaja on Hämeenlinnan Valkonauhan sihteeri.

Vuokko Keränen, Oulun ja Suomen *Ikioma ensikirjan* kehittäjä

Huomasin lehdessä artikkelin IKIOMA ensikirjasta®. Siinä kutsuttiin kiinnostuneita tekemään ensikirjoja lapsille, jotka tarvitsevat oman vammansa vuoksi erilaisen kirjan. Tämä herätti minut ja monet muutkin kokoon tumaan yhteen. Täällä tapasin ainutkertaisen ihmisen, **Vuokko Keräsen** ja liityin IKIOMA ensikirjan® tekijöiden vapaaehtoisiin.

Vuokko on LTO:n ammatissa nähnyt lasten erityistarpeita ja poikkeusolosuhteissa kasvamista. Hänen sydämensä ja rohkeutensa on johdattanut Vuokon uusien haasteiden vastaanottamiseen tällaisten lasten hyväksi. Ohjeena on ollut koko ajan kaikkien lasten yhdenvertaisuus ja ihmisarvo syntymän jälkeen. Nyt kaikki – myös näkö- ja monivammainen syntyneet lapset saavat oman ensikirjan. Kaikilla on oikeus oppia omalla tavallaan. Vanhemmat ja läheisetkin saavat kokea tullessa huomioiduksi.

IKIOMA ensikirja® tuo esille mm. vahvoja värikontasteja, tunnetta, tilakokemusta, piiloja, värien sävyjä



IKIOMA-toiminnan vetäjä Vuokko Keränen esittelee IKIOMA ensikirjaa®.

ja kiiltoa, käden motoriikkaa, ääniä, erilaisia kuvioita ja pin-toja käsille ja jaloille, kokoeroja, paksuutta, hypistelykokemuksia, aistien harjoituksia ja paljon, paljon muuta. Ensikirjaan käytettävä materiaali on tarkkaan suunniteltu turvallisuuden, hoitamisen ja käytön suhteen. Sivutkin on irrotettavissa ja niitä voi 'tutkia' yksitellen, oppia aiheittain kehi-

tyksen mukaisesti, pestä tarpeen mukaan ja koota jälleen yhdeksi kokonaisuudeksi, monisivuiseksi kirjaksi.

Vanhempien, sisarten, lasten ja läheisten vuorovaikutus voi syntyä ja kehittyä IKIOMA ensikirjaa® katsellessa. Jokainen katselukerta on uusi. Mukaan tuleva opaskirjanen antaa vanhemmille lisää tietoa ja virikettä. Sellainen on saatavana suomen tai ruotsinkielisenä (*Kirjanen vanhemmille/ Broschyr för föräldrar*)

Mitä kaikkea tapahtuikaan ennen Ikioma ensikirjaa

Vuokko on aloittanut erilaisen koskettelukirjojen tekemisellä ennen IKIOMA ensikirjaa®. Hän teki itse ja ohjasi muita vapaaehtoisia Celiälle lahjoitettavien koskettelukirjojen tekemiseen. Celiasta koskettelukirjoja voi lainata vasta kun lapsi on täyttänyt kaksi vuotta. Hän on osallistunut kansainvälisiin koskettelukirjakilpailuihin, joita pidetään parin vuoden välein. Vuokko on ollut tekemässä opaskirjaa erilaisten koskettelukirjojen tekemisessä (vauvasta



vaariin).

Omakustanteisia oppaita on nyt ostettavissa. Kuka tahansa voi niitä ostaa niin kauan kuin niitä riittää. Tietoa on siis saatavana ja jaettavana. Vuokko on olemassa!

Vuokko on opettanut ja kouluttanut vapaaehtoisia eri järjestöissä ympäri Suomea ja mahdollistanut kosketelukirjojen tekemisen jopa Oulun yliopiston tekstiilityön sivuaineopintojen kurssiohjelmaan (2010–2021). Joissakin opistoissa myös on kou-

lutettuja vapaaehtoisia ihmisiä aiheen jatkuvuuden varmistamiseksi. Tällä hetkellä Suomessa on 38 Vuokon kouluttamaa vapaaehtoista IKIOMA-ohjaajaa, jotka tekevät itse ja ohjaavat muita vapaaehtoisia IKIOMA ensikirjan® tekijöitä. Intensiivinen kirjan valmistaminen kestää noin 20 tuntia, kun kaikki kirjassa tarvittava materiaali on esivalmisteltu. Tällä hetkellä IKIOMA ensikirjoja® on valmiiksi tehtyinä, tarkistettuina, pestyinä, pakattuina lapsille jakoa varten yli 500 kpl. IKIOMA ensikirjat® jaetaan lapsille sairaaloiden lastenneurologian tai lasten kuntoutusyksiköistä sekä muutamista muista jakelupis-

teistä. Kaikki kehittäminen on onneksi ollut mahdollista vuodesta apurahojen ja tukisäätiöiden avulla.

Vuokko on luova ja aikaansaava, ihailtavan työteliäs, esimerkillinen kenelle tahansa. Olen saanut oppia ja iloa olla mukana kirjan valmistamisessa. Myös sosiaalinen yhdessäolo ja uudet ihmiset ovat rikastuttaneet minua. Tutustuminen on ollut luontevaa puolin ja toisin.

Vuokon kehittämä IKIOMA ensikirja® -toiminnan pääpaikka on Oulun NNKY, jonne OVN:n jäsenet tutustuivat keväällä 2022.

Kirjoittaja on Oulun Valkonauhan sihteeri.





SILJA MÄKI

KIVUN kertomaa

PIXABAY

*”Kipu on arkielämän peruskokemuksia, tuttu jokaiselle ihmiselle. Kipu on yhtä vanha kuin ihmiskunnan historia. --- Kärsimys on miltei aina kivun seuralainen.”
(Vainio 2018, 18.)*

Kipua on määritelty monella tavalla, mutta se on jokaiselle kokijalleen ainutlaatuinen. Moni jää kipunsa kanssa yksin, ei joko uskalla tai halua sitä jakaa tai ei tule kuulluksi, vaikka yrittääkin siitä kertoa. Pitkittyneestä kivusta kärsii noin puoli miljoonaa suomalaista.

Veikko Granström (2010) määrittelee kivun aistiksi, kuten näkö ja kuulo sekä muut aistit. Toisin kuin muihin aisteihin kipuaistimukseen liittyy aina tunnekokemus. Kansainvälisen kivuntutkimusjärjestön määritelmän mukaan kipu on ”epämiellyttävä tunto- ja tunnekokemus, joka liittyy tosiasialiseen

tai mahdolliseen kudosaivuriin tai jota kuvataan sellaisena”. (Granström 2010, 14.)

Kipu ylläpitää elämää

Akuutti kipu on varoitussignaali. Se suojelee meitä ja opettaa meitä tunnistamaan rajamme, jotta välttyisimme loukkaamasta itseämme. Näin kipu loppujen lopuksi ylläpitää elämää. Jos akuutti kipu jää hoitamatta, keskushermoston kipuradat saattavat herkistyä kivulle ja kipu voi ns. jäädä päälle aivoihin. Kroonistunut kipu ei juuri koskaan ole merkki vaarasta, ainakaan samalla tavalla kuin akuutissa kivussa. Krooni-

seen kipuun ei siis pidä suhtautua samalla tavalla kuin akuuttiin kipuun. (Miranda 2016, 10.)

Kipua on joskus pidetty yhtenä ihmisen tunteista. Kipuun voikin liittyä esimerkiksi pelkoa ja pitkäaikaiseen kipuun masennusta tai ahdistusta, mutta ns. puhtaista tunnekokemuksista kipu poikkeaa kuitenkin selvästi. (Gransström 2010, 15.) Ajatuksilla, asenteilla ja tunteilla on suuri merkitys kivun kokemisessa. Oikein hyvällä mielellä ollessa kipua ei välttämättä edes huomaa. Krooninenkin kipu häipyy hetkeksi mielestä, kun keskittyy johonkin itselleen mieleiseen tai on hyvässä seurassa. (Miranda 2016, 13.)

Kipuherkkyys saattaa olla periytyvä ominaisuus. Asiaa tutkitaan parhaillaan. Monet kipupotilaat kertovat vanhemmiltaan ja isovanhemmillaan olleen lonkkavikaa, huonoselkäisyyttä ja reumatismia. Kiputilanteen kokonaisuutta tarkasteltaessa onkin hyvä katsoa myös taaksepäin, niin suvun menneisyyteen kuin omiin varhaisiin elämäkokemuksiin ja kasvuympäristöön. Ympäristön kipukäyttäytymisellä ja oppimisella on merkittävä rooli kivun kokemusten synnyssä. Toimimme sen mukaan, minkä uskomme auttavan kipuun. (Miranda 2016, 11–12.)

Kipu on aina totta

Moni on kuullut vähättelyä kipukokemuksista kertoessaan. Kipukokemus on kuitenkin aina todellinen. Tätä on viime vuosina havainnoitu toiminnallisilla magneettikuvauksilla. Kipu on myös aina korvien välissä eli se koetaan aivoissa ja erityisesti aivokuorella. Krooninen kipu muokkaa aivoja, ja kivun pitkeytyessä kipuoireesta voi tulla oma itsenäinen sairautensa. (Miranda 2016, 21–25.)

Kipuiliijan kannattaa ottaa paranemisprosessissaan aktiivisen toimijan rooli ja pyrkiä tarkastelemaan tilaansa ja elämänsä laajasti eri osa-alueilta sen sijaan, että jäisi passiivisena odottamaan ratkaisua ulkopuolelta (Huttunen 2020; Miranda 2016; Valkama 2020; Virtanen 2021).

Kipua voi lähestyä hyvin monelta kantilta ja pyrkiä löytämään itselleen sopivat kivunhallintakeinot. Yhtenä ulottuvuutena tässä paletissa voivat olla luovat menetelmät ja niistä yhtenä kirjallisuusterapeuttiset menetelmät.

Kipujen kimara

Olen ohjannut Suomen Valkonauhaliitolle kirjallisuusterapeuttisen ryhmän Kipujen kimara. Kirjallisuusterapia on luovien terapioiden muoto, jossa lukemista ja kirjoittamista sekä keskustelua käytetään terapian ja hyvinvoinnin lisäämisen välineinä (Ihanus 2022; Mäki & Linnainmaa 2022).

Ryhmän jäsenillä oli erilaista kroonista kipua, osalla monenlaista yhtä aikaa: fibromyalgiaa, nivelrikkoa, selkäkipua, issiaskipua, migreeniä, kasvojen kolmoishermostärkyä ja syöpähoidoista johtuvaa neuropatiaa. Uupumus ja masennus kulivat monella kipujen rinnalla. Ryhmässä oli mukana kokemusasiantuntija, jonka kanssa suunnittelin ryhmän sisältöä.

Korona-ajan jälkimainingeissa ryhmä toteutettiin etäyhteydellä. Tässä oli se etu, että kynnyksellä osallistua oli sitä harkitseville matalampi, ja kotoa, tutusta ympäristöstä käsin harjoituksiin ja kokemusten jakamisiin oli monen helpompi lähteä mukaan. Kivuliaanakin päivänä osallistuminen ryhmään mahdollistui omalta sohvalta ja kesken ryhmän saattoi heittäytyä pitkälleen lepäämään.

Ryhmä tarjosi osallistujille mahdollisuuden kertoa kiputarinansa ja etsiä keinoja kivun kanssa elämiseen sekä siitä hetkeksi etäännyttämiseen lukemisen, kirjoittamisen, keskustelun ja vertaistuen keinoin. Kipua lähestyttiin ryhmässä paitsi pienten psykoedukatiivisten osuuksien avulla myös kirjallisuuden kipukuvausten virittämänä.

Jokainen osallistuja sai ryhmän aikana tuoda kipunsa esille runona, tarinana ja satuhahmona. Ryhmässä piirrettiin elämänpätkä, jossa kipu kulki mukana yhtenä juonteena. Lisäksi tehtiin tietoisuustaito- ja hengitysharjoituksia. Kalevalan

kivunkarkotusrunon myötä päästettiin kivut ainakin hetkeksi matkoihinsa.

*Tuonne ma kipuja kiistän,
tuonne tuskia manoaan,
kivisiin kellareihin,
rautaisiin raunioihin,
kiviä kivistämähän,
paasia pakottamahan.
Ei kivi kipuja itke,
paasi vaivoja valita...*

Kalevala. Viidesviidettäruno, säe 260.

Kiputarinan jakamisen merkityksellisyys

Oman kiputarinan jakaminen oli osallistujille merkityksellistä. Osa heistä ei ollut sitä koskaan kokonaisuudessaan jakanut, saati tullut kuulluksi ja ymmärretyksi sen äärellä. He kertoivat, että vertaiskokemus oli tärkeä ja että kerrankin sai olla läsnä kipuineen eikä niitä tarvinnut piilottaa.

Osallistujat oivalsivat, että kivulla voi olla kerrottavaa. Se auttaa pysähtymään, kuuntelemaan tarpeita ja asettamaan rajoja. Joskus se on merkki uupumuksesta tai masennuksesta, joskus taas liiasta touhuamisesta ja



Kirjoittaja on psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti ja kirjallisuusterapiakouluttaja.

pinnistelystä. Murhe tai huolikin voi tuntua kipuna. Tämä kaikki voi olla totta yhtä aikaa fyysisestä syystä johtuvan kivun kanssa, niin monimuotoinen on ihmisen kehon ja mielen yhteys. Niin ikään vaativuus itseä kohtaan saattaa kietoutua kipuihin, jolloin itsemyyötätunnon harjoittaminen on tärkeää.

Ryhmässä jaettiin myös kokemuksia ja ideoita siitä, millaisia voimavaroja ja selviytymiskeinoja kivun kanssa kullakin on. Keinovalikoimassa oli niin lepoa, liikuntaa ja taidetta sekä lukemista ja kirjoittamista kuin perheen ja ystävien kanssa oloa. Yksi ryhmän jäsen kertoi satujen lukemisen auttavan erityisesti yöllisiin kipukohtauksiin.

Ryhmässä oltiin paljon kivun äärellä, mutta jaettiin elämäkokemuksia myös laajemmin. Kipu asettui lopulta yhdeksi elämän ulottuvuudeksi, elämää osaltaan määritteleväksi, mutta ei sitä kokonaan läpäiseväksi. Mukana olivat elämät surut ja huolet mutta myös ilo, huumori ja toiveikkuus sekä elämän tähtihetket.

Lähteet

Granström, Veikko (2010) Kipu ja mieli. Helsinki: Edita.

Huttunen, Hanna (2020) Kivuton. Opas toipumiseen. Helsinki: Basam Books.

Ihanus, Juhani (toim.) (2022) Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Basam Books.

Miranda, Helena (2016) Ota kipu haltuun. Helsinki: Otava.

Kalso, Eija, Haanpää, Maija, Hamunen, Katri, Kontinen, Vesa & Vainio, Anneli (toim.) Kipu. Helsinki: Duodecim.

Mäki, Silja & Linnainmaa, Terhikki (toim.) (2022) Omia sanoja etsimässä.

Johdatus vuorovaikutteiseen kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Basam Books.

Vainio, Anneli (2018) Kipu ja kärsimys. Teoksessa Kalso, Eija ym. (toim.) Kipu. Helsinki: Duodecim, 18–24.

Valkama, Susanna (2020) Minun kipukirjani. Talikolla kipua päähän. Helsinki: Basam Books.

Virtanen, Pasi (2021) Mr Pain. Keskusteluja kivun kanssa. Vantaa: Enostone kustannus.

Kokemusasiantuntijan ajatuksia

Ryhmän kokemusasiantuntija kuvailee kokemusta näin:

"Olen saanut hienon kokemuksen tulla ymmärretyksi kokonaisena ihmisenä kipujeni kera vertaistukiryhmissä ihmisten kanssa, joilla kipu kuuluu yhtä voimakkaana osana elämää kuin itselläni. Terveystieteen ammattilaisilta saamieni hoitovinkkien lisäksi parhaat neuvot selviytymiseen olen saanut samanlaista elämää eläviltä "kipukollegoilta" sekä kirjallisuusterapiasta, joka on suonut minulle unohtumattomia kokemuksia jättäen jopa hetkittäin omat kipuaistimukset taustalle.

Kokemusasiantuntijan roolissa koin tärkeänä, että ryhmän ohjaajan lisäksi myös minä sain antaa osallistujille tunteen kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta: saada kertoa omista kokemuksista ja tunteista kivun kanssa, kokea epätoivoa ja toivoa, itkeä ja nauraa yhteisen asian äärellä toisten kanssa. Toisena tärkeänä asiana pyrin kertomaan neutraalisti omista selviytymiskeinoistani: esimerkiksi tavoista selviytyä kerta toisensa jälkeen pettymyksestä, kun uusi päivä ei taaskaan alkanut edellisiä kivuttomampana. Oli opettavasta kuulla osallistujien keräämistä keinoista elää elämäänsä kohdaten yksi haasteellisimmista vastustajista terveyden saralla: kalvava kipu, tuo kaikki muut tuntemukset peittävä aistimus. Yhteiset huumorilla höystetyt hetket jäivät päällimmäisenä mieleen tapaamisista, ja voin todeta, ettei mustaa huumoria unohdettu – se kertoi omaa selviytymistarinaansa.



Kurssin ohjaajan monipuoliset tehtävät toivat apua iltapäivisämme ja jäivät varmasti tulevaisuudessakin käyttöömmee niissä tilanteissa, kun on yksin selvitävä kipukohtauksista bussissa tai vaikkapa yöaikaan hiljaisuuden vallitessa. Me kirjoitimme tarinoita, piirsimme ja runoilimme, me venyttelimme, keskustelimme ja kuuntelimme, kuvitimme ja rentouduimme, ehdimme tehdä paljon - ja vain yhden aistimuksen vuoksi; kivun, tuon viheliäisen salamatkustajan.

Kokemusasiantuntijana toimiminen oli virkistävä kokemus. Se antoi uuden näkökulman itselleni ja toivottavasti omien kokemusten välittäminen soi jollekin toiselle välineitä selviytyä tulevaisuudessa entistä vahvempana.”



Neulottu joulunkello

Muistatko tämän vanhan neulotun joulunkellon? Minä olen katsellut punaisia kelloja kattokruunussa ja kuusen oksilla lapsuuden idyllisinä jouluihin, kun isä leikkasi kinkkua ja äiti hääri keittiössä pikku-sisarukset helmoissaan. Olen antanut kelloja omille lapsilleni joulun leikkeihin, joissa ne ovat pienillä kulkusillaan tuoneet kutkuttavaa jännitystä vatsanpohjiin. Myöhemmin olen ripustanut monen väri-

siä kelloja ikkunoihin ja jouluasetelmiin aina kunkin joulun väriteeman mukaisesti. Joinakin jouluihin olen neulonut pienen pieniä joulunkelloja lahjapakettien päälle. Tänä jouluna taitavat kelloni koristaa niitä suklaarasioita, joita lastenlapset vievät päiväkoteihin ja kouluihin pieniksi muistamiseksi.

Minun kelloni on neulottu tällä aikoinaan äidiltäni saadulla perinteisellä ohjeella:

Punainen kello

- Novitan Nalle -lankaa noin 10 grammaa. Valitse puikkokokon mukaan.
- Luo 23 silmukkaa.
- Neulo tasona ensin 14 silmukkaa aina oikein. Kun toisessa reunassa on jäljellä 9 silmukkaa, neulo nämä silmukat oikealla puolella oikein ja nurjalla puolella nurin. Jatka neulomista tällä lailla noin 33 ”laineen” eli noin 16 sentin verran.
- Tämän jälkeen ompele luontireuna päättelyreunaan kiinni siten, että kellon päällispuolelle jää sileä oikea neule. Rullaa tämä reuna kellon alareunaksi. Pujota lankaa yläreunaan ja vedä kello suppuun. Koristele kello halutessasi silkkinauhalla ja laita kulkunen langalla kellon sisään roikkumaan.

Ruskeassa kellossa on vähän edellistä paksumpi villalanka. Siihen on luotu 21 silmukkaa. Näistä 13 silmukkaa on aina oikein ja 8 silmukkaa sileää neuletta. Kelloa



on neulottu noin 18 senttiä ennen yhteen kiinnittämistä.

Kelloja voi tehdä missä tahansa värissä, eri kokoisina ja erilaisista langoista, jolloin saat juuri sellaisia kelloja kuin sinun joulusisustukseesi sopii.

Tämän käsityömuiston jakoi
PIRJO VAPAAKALLIO

Ohje on vapaasti käytettävissä kaikkiin tarkoituksiin, mutta olemme iloisia, jos mainitset sen lähteeksi Valkonauha-lehden.

Rakkaat terveisemme Suomesta ja Egyptistä

Miehelläni Raimolla ja minulla oli suuri ilo pitää Egyptin Valkonauhan puheenjohtajaa Maha Ashamia ja hänen veljeään Maher Ashamia vierainamme elokuussa täällä Suomessa. Sää oli tänä vuonna hyvin lämmin ja aurinkoinen, mistä olimme todella kiitollisia.

Kävelimme yhdessä, nautimme luonnosta, söimme mustikoita, viinimarjojamme ja karviaisia. He todella rakastivat Suomen puhdasta, raikasta ilmaa ja monia marjoja. Hämeenlinnan alueella on myös monia upeita nähtävyyksiä, joissa kävimme. Heillä oli ollut hyvin rankka ja kiireinen kevät aika työssä, erilaisten ihmisten kohtaamista ja seurakuntien palvelutyössä mukana olemista. Olimme iloisia, kun meillä oli mahdollisuus tarjota heille pieni tauko levätä.

Me asuimme 17 vuotta Seinäjoella mieheni kanssa. Halusimme, että Maha ja Maher voivat tutustua rakkaisiin ystäviimme siellä. Pirkko ja Olli antoivat hienon villansa Lappajärvellä meille kahdeksi päiväksi. Oli suurenmoinen aika. He ottivat meidät vastaan kahvin ja monien herkkujen kera. Olli vei meidät myös ve-



Maha ja Maher Asham Egyptin Valkonauhasta vierailivat elokuussa Anna-Mari ja Raimo Laineen luona ja tutustuivat Suomeen.

neretkelle kauniille isolle Lappajärvelle.

Seinäjoella söimme lounaan parhaiden ystäviemme Pirkon, Ollin, Sepon, Leilan ja Kerstinin kanssa. Sepon ja Leilan suloinen lapsenlapsi Mayakin oli mukana. Oli hienoa viettää hetki aikaa heidän kanssa ja kertoa itsestämme ja siitä, kuinka olemme tutustuneet.

Olimme onnekkaita, sillä naapurissamme täällä Parolannummella Lehijärven rannassa oli upea LEHI FEST-

juhla. Sen tarkoituksena oli kerätä rahaa Lehijärven suojeluun. Osallistuimme siihen. Maher ja Maha näkivät paikallista elämää ja tutustuivat naapureihin ja moniin juhlijoihin. Oli aivan todella kaunis elokuun ilta.

Valitettavasti Raimo ja minä sairastuimme vierailun aikana koronaan. Se ei ollut paha meidän kohdallamme, mutta olimme hyvin huolissamme vieraistamme. He olivat käymässä Tallinnassa ja meidän täytyi informoida heitä sairaudesta. He eivät sairastuneet, mistä olimme todella helpottuneita ja kiitollisia. Olimme kuitenkin surullisia, että emme

voineet vierailla Helsingissä Valkonauhan toimistossa, ja myös monet vierailut kodeissa täytyi jättää nyt pois. Mutta huolimatta tästä koronasta vietimme hyvän ajan loppuun asti. Keskustelimme kaikista mahdollisista asioista maan ja taivaan välillä, söimme hyvin ja otimme rennosti. Iloitsimme ystävyystyöstä ja me suomalaisina saimme oppia paljon Egyptistä ja Lähi-Idästä.

ANNA-MARI LAINE
(jatkuu seur. sivulle)

Digitaalinen museo, joka kertoo pyhän perheen pakomatkasta Egyptissä

”Mutta kun he olivat menneet, niin katso, Heran enkeli ilmestyi Joosefille unessa ja sanoi: ”Nouse, ota lapsi ja hänen äitinsä ja pakene Egyptiin, ja ole siellä siihen asti, kuin minä Sinulle sanon, sillä Herodes on etsivä lasta surmataksaan hänet.” (Matteus 2:13)

Perheen matka kesti 3 vuotta ja 11 kuukautta ja sen pituus oli 2900 km halki Egyptin. He pysähtyivät 25 kertaa ja olivat paossa 25 paikkakunnalla. Heidän pisin oleskelunsa kesti yli 6 kuukautta Moharakin luostarissa Assiutissa Ylä-Egyptissä, joka on kotikaupunkimme.

Projektissamme olemme juuri saaneet päätökseen dokumentaation, joka on tekstin, videoiden, valokuvien ja virtuaalisen todellisuuden muodossa. Ihmiset kaikkialta maailmasta voivat vieraila 14 paikassa, joissa Jeesus vanhempien piileksi pakomatkan aikana. Se käy kätevästi omista kodeista käsin käyttämällä virtuaalitekniologiaa.

Paavi **Tawardos Toinen**, koptikirkon toinen Paavi antoi meille tehtäväksi rakentaa tämän digitaalisen museon Kairon koptikirkon katedraaliin. Koptikirkko on yksi vanhimmista kirkkoista, jonka apostoli Markus perusti vuonna 60 jKr. Paavi vihki juhlallisesti digitaalisen työmme 20.11.2022 ja sen jälkeen voimme julkaista sen. Katedraaliin halutaan rakentaa myös museo. Py-

”Ja Sana tuli lihaksi ja asui meidän keskellämme ja me katselimme Hänen kirkkauttansa, senkaltaista kirkkautta kuin ainokaisella Pojalla on isältä; ja Hän oli täynnä armoa ja toututta.” (Johannes 1:14)

Sen jälkeen, kun olemme siirtyneet pandemian jälkeiseen aikaan, Jumala on edelleen siunannut Egyptin Valkonauhaa ja sen työtä. On ollut hyvää jäsenten yhteyttä ja uusia palvelumahdollisuuksia.

Libanonilaiset työtoverimme viettivät 18 päivää luonamme Egyptissä lokakuussa ja saimme kokea hienoa yhteyttä ja palvelimme neljässä kuvernoraatissa. Saimme tavata myös Paavi **Tawardoksen**.

Kun me valmistelemme joulun ajan palvelutyötä Egyptissä, Irakissa ja Libanonissa, meitä siunaa, kun muistelemme, että Jeesuskin oli pakomatkalalla Egyptissä. Kuningas Herodes yritti tuhota Jumalan suunnitelman siitä, että Jeesus naulitaan

ristille ja hän vuodattaa verensä meidän syntiemme tähden. Jumala on antanut meille tehtävän ja vastuun kärsivistä veljistä ja sisarista. Kun vietämme nyt adventin ja joulun aikaa, rakastakaamme ja palvelkaamme kaikkia Kristuksen rakkaudella. ”Jos haluat iloita, tuo iloa toisille ja näin meillä on aina pysyvä rauha maan päällä ja joulukuukauden joka päivä.”

MAHA ASHAM

*Suomeksi kääntänyt
Anna-Mari Laine.*



Kairon koptikirkon katedraaliin on juuri avattu digitaalinen museo.

hän perheen matkareittiä kuvaava museo vihittiin kesäkuussa 2023. Vihkiminen pyritään soveltamaan yhteen muistopäivän kanssa, jolloin Egyptissä aina muistellaan sitä päivää, kun Pyhä perhe saapui Egyptiin.

MAHER ASHAM

Laulaisin sinulle lempeitä lauluja

Runollinen nimi kirjalle, jossa käsitellään kahden hyvin erilaisen naisen pikkuhiljaa rakentuvaa ystävyyttä. Molemmat ovat kokeneet menneisyydessään erittäin ahdistavia asioita, eikä kumpikaan ole rohjennut avautua niistä kenellekään.

Iäkäs Astrid on asunut vaatimatottomassa asunnossaan yksin vuosikymmeniä. Kyläläiset puhuvat hänestä, kutsuvat häntä noidaksi. Nuori Veronika on tullut Ruotsiin Uudesta Seelannista koettuaan vaikean eron miehestään. Veronika on kirjailija. Hän vuokraa talon Astridin naapurista.

Aluksi he pälyilevät toistensa ikkunoista salaa, kumpikaan ei rohkene puhua. Vaikenemisen muuri kuitenkin murtuu vähitellen. Naiset kutsuvat toisiaan kyläilemään ja pikku hiljaa avaavat kipeitä kokemuksiaan.

Hyvän ruoan parissa alkaa kulua tunteja ja naisten kohtalot vievät lukijan mukanaan, kuin jännitysnäytelmään. Kirjailijan teksti on äärimmäisen rikasta, kuvaukset tarkkoja. Miltei kuulee, kun Astrid laahustaa saappaissaan polkua tai tuntee tuoksun, kun Astrid poimii metsämansikoita.

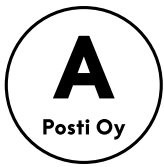


LAULAISIN SINULLE LEMPEITÄ LAULUJA
Linda Olsson v. 2005

Katkelma kirjasta:

Mustarastas alkoi laulaa empivästi pimeyden keskellä. Astrid nousi seisomaan, nojautui pöytää vasten raskaasti, epävarmoin liikkein kuin hänen niveliään olisi särkenyt. Hän työnsi tuolin taaemmaksi ja vääntäytyi varovasti ja äänettömästi pystyyn. Hän kiersi pöydän ympäri, kumartui ja otti Veronican kasvot kämmentensä väliin. Hän katseli nuorempaa naista hetken tutkivasti kädet tämän poskilla. Rakkaus, hän kuiskasi. ”Älä koskaan unohda rakkautta”

PAULA KUPIAS
Tampereen Valkonauha ry



Posti Green

Eläviä sanoja

*”Tänään on aika liikkeelle lähteä,
avata maailmoita.
Tänään on aika seurata tähteä,
poimia tarinoita.*

*Tänään on aika astua uuteen,
tuulien antaa viedä,
lähteä matkalle mahdottomuuteen,
vaikka et suuntaa tiedä.*

*Tänään on aika kuunnella tässä
viestejä aikojen takaa,
vaeltaa illassa hämärtyvässä
yhdessä unelmat jakaa.”*

ANNA-MARI KASKINEN
Lämpöä ja valoa.
Runoja iltojen hämärään

PIXABAY



Valkonauha Suomessa: vastuuta sinusta ja minusta vuodesta 1896