

IUSTITIA 7

Suomen teologisen instituutin
aikakauskirja

Ahdistuksen keskellä Jumalan hoidossa

SUOMEN TEOLOGINEN INSTITUUTTI
1996

Iustitia

STI, Lastenkodinkuja 1, 2. krs
00180 Helsinki

Toimittajat	Eero Junkkaala, Kirsi Sell
Julkaisija	Suomen teologinen instituutti
Kustantaja	Suomen teologinen instituutti
Kansi	Esa Tiainen
Kirjapaino	Yliopistopaino, Helsinki 1996

ISBN	952-9857-03-9
ISSN	0787-4391

Iustitia on Suomen teologisen instituutin aikakauskirja. Jatkuvana tilauksena kirjat toimitetaan tilaajille kotiin. Kukin numero laskutetaan erikseen julkaisemisen jälkeen. Kirjoja on saatavissa STI:stä.

Sisällys

Iustitia 7

I MIELENTERVEYS JA SIELUNHOITO

<i>Psykiatri Pirkko Viherkoski</i>	
Sisäinen paraneminen.	5
<i>Sairaalapastori Uki Rautiainen</i>	
Mielenterveys ja sielunhoito	14

II VAIKEUDET PERHEPIIRISSÄ

<i>Sairaalalehtori Marja-Liisa Anttila</i>	
Lapsi ja suru	23
<i>Perheasian neuvottelukeskukseen johtaja Pekka Ahonen</i>	
Perheen kriisit sielunhoitotyössä	36

III ELÄMÄN TAITEKOHDAT

<i>Kappalainen Heikki Kaukinen</i>	
Lähestyvän kuoleman kohtaaminen	59
<i>Sairaalalehtori Marja-Liisa Anttila</i>	
Suru ja kuolema	65

IV HEIKOISSA VÄKEVÄ JUMALA

<i>Kirkkoherra Pekka Halmesmaa</i>	
Rippi ja armollinen Jumala	77
<i>Sairaalalehtori Marja-Liisa Anttila</i>	
Sairaalasielunhoidon	86
<i>Pääsihteeri Eero Junkkaala</i>	
Syntikysymys sielunhoidossa	96

Esipuhe

Tämän kirjan artikkelit ovat Suomen teologisessa instituutissa pidettyjä sielunhoitoaiheisia luentoja. Niitä on muokattu vain hiukan, mutta niihin on jätetty “luennon tuntu”. Artikkelit ovat eri pituisia, koska osa niistä on toiminut laajemman suullisen esityksen virikepaperina. Niissä myös toistuu joitakin samantapaisia teemoja, joita ei ole haluttu karsia pois.

Kaikki kirjan kirjoittajat ovat kokeneita sielunhoitajia, jotka hyödyntävät artikkeleissaan omia kokemuksiaan. Näin niissä on vahva elämän maku. Vaikka moni teksti pohjautuu sielunhoidon teorioihin, kirjoittajien ote on hyvin käytännönläheinen.

Uskomme, että tämä kirja voi palvella kaikkia, jotka haluavat kehittyä sielunhoitajan vaikeassa tehtävässä. Luennot on pidetty yleisölle, jonka pääosa on teologian opiskelijoita. Ne soveltuvat myös jokaiselle kristitylle, joka joutuu kohtaamaan omia ja läheistensä vaikeita kysymyksiä ja miettimään ulospääsyteitä elämän umpikujista.

Toimittajat

SISÄINEN PARANEMINEN

Pirkko Viherkoski

Mielenterveydestä

Mielenterveyden käsite ei ole niin yksiselitteinen kuin ruumiin terveys. Se on käsitteenä suhteellisen epämääräinen, ja raja terveen ja häiriöisen käyttäytymisen välillä on liukuva.

Voimme sanoa esimerkiksi, että mielenterveys ilmenee tyytyväisyytenä, toiminnanhaluna, rohkeutena ja elämisen ilona. Elämä tuntuu tarkoituksenmukaiselta ja elämisen arvoiselta. Se ei ole samaa kuin ongelmattomuus. On tärkeitä, että opimme näkemään myös puuttemme ja heikot alueemme ja hyväksymään ne.

Ihmisen elämän kulkuun kuuluvat ns. kehityskriisit, joihin sijoittuvat muutokset. Yksilön ja perheen elämää voimme tarkastella toinen toistaan seuraavien kriisien sarjana, joista jokaisella on oma kehitystehtävänsä.

Näiden tavalliseen elämän kulkuun liittyvien vaiheiden lisäksi tulee ongelmatilanteita, jotka syntyvät odottamatta. Niiden yhteydessä myös mielenterveytemme joutuu koetukselle.

Mielenterveyden ongelmista

Mielenterveyshäiriöiden esiintymistä väestössä on paljonkin selvitetty viime vuosina. Tutkimuksissa on saatu huomattavan suuria lukuja, jopa niin suuria, että tutkijoita on syytetty oman vallan halusta ja sen näyttämisestä, kuinka tarpeellisia psykiatrit ovat. Epidemiologisten tutkimusten mukaan viides- tai neljäsosa aikuisväestöstä sairastaa jotakin mielenterveyden häiriötä, ja alle 15-vuotiaiden lasten ja varhaisnuorten psyykkisen tuen, tutkimusten ja hoidon tarve on noin 12–15 %. Nykyään suuri ryhmä ovat ongelmat, jotka heijastuvat

työkykyyn. Lähes kolmannes työkyvyttömyyseläkkeistä onkin myönnetty psyykkisin perustein.

On tilanteita, joissa ammattiauttajien apu on ehdottomasti tarpeen. Näitä ovat esim. ne, joissa ihmisen todellisuudentaju häiriintyy ja hän voi ilman apua joutua suuriinkin vaikeuksiin ympäristönsä kanssa. Myös monenlaiset muut elämän kriisit voivat tulla niin rajussa muodossa, että tarvitaan ulkopuolista apua. Vaikeuksien tullessa kuitenkin suuri osa ihmisistä selviää läheisten tuella. Moni on kokenut, että parhaiten ymmärtää sellainen ihminen, jolla itsellään on ollut samankaltaisia vaikeuksia. Myös monet vapaaehtoisjärjestöt toimivat nykyisin tällä sektorilla.

Usko ja mielenterveys

Miten kristillinen usko heijastuu mielenterveyteemme ja onko sillä yleensä vaikutusta? Voiko usko sairastuttaa? Eräs kansanuskomus on, että uskontoa pitäisi olla kohtuullisessa määrässä, koska liika usko voi tehdä sairaaksi.

Tavallisilla ihmisillä on ollut ja vielä nykyäänkin on ennakkoluuloja mielenterveyspuolen hoitoa kohtaan. Psykiatrian ja kristillisen uskon raja-alueilla liikkuessamme kohtaamme myös monenlaisia ennakkoluuloja. On kristittyjä ihmisiä, jotka haluaisivat hakeutua psykoterapiaan tai muuhun mielenterveyspuolen hoitoon. He kuitenkin pelkäävät, että heidän uskoaan ei ymmärretä ja että he joutuvat ristiriitoihin näissä kysymyksissä. Teoriassa tässä ei pitäisi syntyä ongelmia. Ammattitaitoinen työntekijä kunnioittaa toisen vakaumusta ja tekee työtä autettavan ehdoilla. On kuitenkin myönnettävä, että psykiatriankin piirissä näitä ennakkoluuloja on todennäköisesti yhtä paljon kuin väestön keskuudessa muutenkin. Freudista lähtien tähän ovat vaikuttaneet myös psykiatrian suuret nimet, joiden asenne kristillistä uskoa kohtaan on usein ollut kielteinen. Freudille uskonto oli massaneuroosi, joka suojelee ihmistä itseään neuroosilta. Vanhempien Freud kylläkin lähestyi yhä enemmän raamatullista käsitystä ihmisestä.

Mielenterveystyöntekijät puolestaan saattavat kokea kristittyjen hengellistävän asioita. Silloin ongelmat, jotka kuuluvat ensi sijassa

sielunelämän alueelle, halutaan nähdä vain hengellisinä. Yhteisen kielen löytäminen on tällöin vaikeaa.

Yhteistyöalueita

Ennakkoluuloista huolimatta yhteistyötä tehdään käytännössä hyvinkin paljon seurakuntien ja mielenterveysorganisaation kesken. Kun avohoidon osuus on lisääntynyt ja monet pitkään laitoksissa olleet ihmiset ovat siirtyneet omiin asuntoihin, seurakunnat ovat olleet mukana järjestämässä heille erilaista kuntouttavaa toimintaa. Tämä on tuttu alue erityisesti diakoniatyöntekijöille. Yhteistyötä tehdään alkoholi- ja huumeongelmaisten parissa. Sairaala-sielunhoito on yksi laajoja yhteisiä alueita. Moni seurakunnan työmuoto, jossa ihmiset eri yhteyksissä tapaavat toisiaan, on mielenterveydellisesti erinomaista ennalta ehkäisevää työtä.

Sisäinen paraneminen

Todistuspuheenvuoroja kuunnellessa voi tulla käsitys, että kaikki elämän ongelmat ratkeavat uskoon tullessa. Tiedämme kristillisen uskon avautumisen voivan olla voimakas kokemus ja tuottavan suurta iloa. Toisaalta voidaan todeta, että usko ei aina suuresti muuta meidän persoonallisuutemme ominaispiirteitä. Me olemme kristittyinäkin erilaisia niin kuin aikanaan Jeesuksen opetuslapset.

Raamattu kehottaa meitä rukoilemaan sairaiden puolesta. Julki-suudessa keskustelu yleensä rajoittuu ruumiillisiin sairauksiin. Vähemmän puhutaan siitä, että Jumala voi Pyhän Henkensä kautta hoitaa ja vahvistaa meitä myös mielenterveyden alueella. Se ei kuitenkaan ole niin dramaattinen ja ulospäin selvästi näkyvä tapahtuma kuin ruumiillinen paraneminen voi olla. Pikemminkin on kyseessä hidas ja kivulias prosessi, joka kulkee rinnan kaiken kristittynä kasvamisen ja kypsytymisen kanssa.

Jeesuksen aikanaikin ihmisten huomio kiinnittyi ensi sijassa hänen tekemiinsä näkyviin ihmeisiin. Joku on todennut, että niitä suurempi ihme oli se valtava sisäinen muutos, mikä tapahtui hänen opetuslapsissaan.

Tietyissä kristillisissä piireissä tästä prosessista on totuttu käyttämään nimitystä sisäinen paraneminen tai sisäinen eheytyminen.

Raamatun käsityksen mukaan terveys on eheyttä ja kokonaisuutta niissä suhteissa, joissa ihminen Jumalan kuvana elää. Tällaista terveyttä tarkoittaa hepreankielinen sana shalom. Sen alkukielinen merkitys on 'olla ehjä', 'olla kokonainen'.

Mitä kristittyinä tarkoitamme sisäisellä paranemisella?

Samaa käsitettä käytetään myös muissa kuin kristillisissä yhteyksissä, jolloin sillä on erilainen sisältö (esim. uuden aikakauden liikkeen piirissä). Ajatellaan, että ihminen itse eri tekniikkojen avulla hoitaa ja vahvistaa itseään, laajentaa tietoisuuttaan, kasvattaa oman elämänsä hallintaa ja löytää omasta sisimmästään aina uusia voimavaroja ja mahdollisuuksia. Tässä ajattelussa ei tarvita pelastusta eikä lunastusta, vaan ihminen itse riittää itselleen.

Kun kristittyinä puhumme sisäisestä paranemisesta, meidän on muistettava, että lähtökohta eheytymisellemme on syntien anteeksiantaminen ja -saaminen. Kun otamme Jeesuksen elämäämme henkilökohtaisena Vapahtajana, se on alku kokonaisvaltaiselle muutokselle. Se heijastuu elämämme kaikilla alueilla: asenteissa, arvoissa, ihmissuhteissa – miten yleensä suhtaudumme itseemme ja ulkopuoliseen maailmaan. Olemme tottuneet nimittämään tapahtumaa yhteisellä nimellä kristityn kasvuksi. Raamattu puhuu siitä, ja sen erityispiirre on alaspäin tapahtuva kasvu: "Hänen tulee kasvaa ja minun vähetä", kuten Johannes Kastaja toteaa. Joku on sanonut Jumalan lapsen kasvun olevan sitä, että päivä päivältä näemme Jumalan rakkauden yhä suurempana. Se muuttaa meidän asenteitamme, ihmissuhteitamme ja käytöstämme.

Raamatun ihmiskäsityksen kokonaisvaltaisuus tulee selvästi esille Jeesuksen parantamistoiminnassa ja jo Vanhan testamentin puolella esim. Daavidin psalmeissa: "Ylistä Herraa, minun sieluni, älä unohda, mitä hyvää hän on sinulle tehnyt." Ps. 103:2–3.

Tavallisimpia mielen oireita ja ongelmia, joiden vuoksi ihmiset hakevat apua ammattiauttajilta, ovat masennus, ahdistus ja jännitysoireet, pelot, ihmissuhteisiin liittyvät vaikeudet, elämän erilaiset kriisi-

tilanteet ja niin sanotut psykosomaattiset vaivat, joissa ahdistus purkautuu ulos ruumiillisen kanavan kautta.

Kohtaamme jatkuvasti sielunhoidossa kaksi suurta ongelma-alueita: itsetunnon ongelmat ja varhaiset tunne-elämän vammat. Ne kulkevat usein käsi kädessä.

Varhaiset tunne-elämän vammat

Lapsuuden aikana meillä kaikilla on ollut kokemuksia, jotka ovat lapselle olleet ylivoimaisia käsitellä. Siksi ne on jouduttu torjumaan ja varastoimaan alitajunnan varastohuoneisiin, josta ne saattavat muistuttaa olemassaolostaan. Voi olla varhaista vihaa, joka vasta masennuksen aikana ehkä alkaa nousta tietoisuuteen. Voi olla surematonta surua, joka on liittynyt niin varhaiseen menetykseen, että lapsella ei ollut vielä kykyä surra. Saattaa olla syyllisyyttä, häpeää ja katkeruutta, jota ei ole pystytty koskaan käsittelemään. Tavallinen varhainen vamma on hylkäämisen ja torjutuksi tulemisen kokemus. Nämä monenlaiset kielletyt tunteet muodostavat ikään kuin vyyhden tai ketjun, jossa toinen liittyy toiseen. Elämän varrella kehitämme monenlaisia tapoja, miten tulla toimeen näiden hankalien tunteitten kanssa.

Oireet ja ongelmat voivat olla monimuotoisia. Ihminen saattaa ulkonaisesti elää tavallista elämää, mutta kokea sisäisen maailmansa jollakin lailla rauhattomaksi ja rikkinäiseksi. Hän saattaa tuntea, että hänen sisäisessä maailmassaan on jotakin, jota hän ei uskalla katsoa, jotakin joka on epämääräisellä tavalla pelottavaa tai pahaa.

Objektiivinen ja subjektiivinen rauha

Kalevi Lehtinen on joskus korostanut, että meidän on tarpeellista erottaa kaksi lajia rauhaa, kun puhumme Jumala-suhteeseen liittyvästä rauhasta. Olen myös itse usein sielunhoidossa kohdannut tämän kysymyksen: "Onko minun uskonelämässäni jotakin vialla, kun en koe sitä rauhaa, mistä Raamattu puhuu?"

On olemassa objektiivinen rauha, joka ei riipu meidän tunteistamme. Jumala on julistanut rauhan antamalla Poikansa ristille. Kun otamme vastaan Jeesuksen, saamme rauhan Jumalan kanssa (Room. 5:1).

Toinen laji rauhaa on kokemusperäinen, subjektiivinen rauha: pääsemme sopuun itsemme kanssa, kun itsetunnon ja tunne-elämän vammat saavat vähitellen parantua.

Itsetunnon vahvistuminen

Myös itsetunnon vahvistuminen on pitkä tie, ja se liittyy muuhun kristittyinä kasvamiseen. Itsetunnon ongelmat ilmenevät eri muodoissa. Meillä voi olla alemmuuden ja huonommuuden tunteita. Koemme helposti häpeää, syyllisyyttä, masennusta, kateutta tai mustasukkaisuutta. Toisaalta meillä voi olla myös kristittyinä epärealistinen ja idealisoitu tai kaikkivoipa kuva omasta itsestä. Se on jäännöstä pienen lapsen tietystä itsetunnon kehitysvaiheesta. Jumala saattaa joutua aivan kuin muuttamaan meidän itsetuntonme rakennuspuita, ottamaan pois omia rakennelmia ja antamaan tilalle uudet. Eräs uusi rakennuspuu on kokemus Jumalan ehdottomasta rakkaudesta ja hyväksynnästä: kokemus siitä, että minusta pidetään huolta. Kun luottamus Jumalan uskollisuuteen kasvaa, itsetunto ei enää järky niin helposti olosuhteitten mukaan, vaan evankeliumi tulee todeksi arkipäivän tilanteissa.

Kristittyä ihmistä saatetaan avoimesti arvostella, että hän tarvitsee tukea heikkouteensa. Hän ei selviä ilman. Tavallaan uskovaksi tunnustautuminen on samalla julkinen tunnustus juuri tästä. Minä en tule toimeen ilman parantajaa. Me saatamme pelätä ihmisten edessä mitä tahansa heikkoa aluettamme. Mutta kun sen ilmaisemme, pelolta taittuu kärki, eikä se enää hallitse meitä. Uskallamme olla paremmin oma itsemme ja siitä lähtee alkuun myös vahvistuminen. Kristillinen elämä ei koskaan nouse omasta voimasta. Sen pohjana on kokemus, että kaikki minä voin hänessä, joka minua vahvistaa

Kristittyjenkin yhteydessä meidän tulisi uskaltaa puhua myös epäonnistumisista ja epäilyistä.

Nykyisin terveydenhuollon puolella tehdään paljon hoitosuunnitelmia. Jumalalla on jokaiselle henkilökohtainen hoitosuunnitelma, eikä siinä ole kaavoja. Meidänkään ei tule sitoa Pyhän Hengen työtä mihinkään tekniikkaan tai kaavaan eikä tietyn ihmisen tai ryhmän toimintaan.

Rukous sisäisten vammojen puolesta

Joistakin sisäistä paranemista käsittelevistä kirjoista voi tulla mielikuva, että sillä tarkoitetaan lähinnä juuri rukoustoimintaa, jossa yksityinen henkilö tai ryhmä rukoilee ihmisen sisäisten vammojen puolesta. Olen itsekin nähnyt, kuinka Pyhä Henki voi voimakkaasti vahvistaa tai eheyttää meitä tällaisen toiminnan kautta. Tunnen monia, joille Jumala on antanut armolahjoja erityisesti tämänkaltaista työtä varten. Pyhä Henki voi toimia esim. profetian, tiedon ja viisauden sanojen kautta rukouksessa. Joidenkin mielestä on helpointa rukoilla parin kolmen hengen rukousryhmissä. Joissakin seurakunnissa järjestetään säännöllisesti Sanan ja rukouksen iltoja, jolloin ihmisille tarjotaan mahdollisuutta myös jatkuvuuteen tässä rukoustoiminnassa. Henkilökohtaisesti näen kuitenkin tämän Jumalan työn paljon laajemmaksi. Ymmärtääkseni se kattaa koko meidän elämämme. Niin kuin Jeesus aikanaan maan päällä ollessaan oli rakentaja ja eli suuren osan elämänsä tavallisten ihmisten keskuudessa, myös meitä hoidetaan arkipäivän keskellä.

Kristuksen ruumiin jäsenenä

Jumala voi omassa koulussaan viedä meidät yksinäisyyteen ja hoitaa meitä hiljaisuudessa. Yleensä yksinäisyys on kuitenkin koulutusvaihetta, joka johtaa takaisin muiden yhteyteen.

Mitä varhaisemmista ja laaja-alaisemmista mielenterveyden ongelmista on kyse, sitä selkeämmin ihminen tarvitsee muiden tukea ja rinnalla kulkemista. Toiset tarvitsevat myös mielenterveyspuolen hoitoa. Jumala voi työssään käyttää myös ns. ammattiauttajia.

On paikallaan kysyä tässä yhteydessä, onko meidän seurakuntayhteytemme hoitava. Voiko seurakunta olla yksityiselle jäsenelleen kasvun paikka? Onko minulla lupa olla siellä oma itseni, vai vaadi-taanko minulta ehkä sellaista hurskautta, johon en ole valmis? Erityisen tärkeitä nämä kysymykset ovat äskettäin uskoon tulleiden ihmisten kohdalla tai niiden, jotka vasta kyselevät näitä asioita. On tärkeitä, että heitä ei pakota mihinkään muottiin vaan että heille olisi riittävästi tilaa kasvaa kristittyinä.

Aina uudelleen eteeni tulee kysymys, ketkä seurakunnassa voivat sitoutua pidempiaikaiseen sielunhoitosuhteeseen. Monissa seurakun-

nissa on järjestetty maallikkojen koulutusta ja tuettu heitä ottamaan vastuuta erityisesti pitkäaikaisessa sielunhoidossa.

Monissa seurakunnissa on myös paljon pienpiirejä ja ne ovatkin luonnollisia kasvun paikkoja. On hyvä, jos pienpiirin jäsenet sitoutuvat olemaan toistensa rinnalla myös tavallisissa elämän kriiseissä. Aikanaan apostolisessa seurakunnassakin hoidon tarve vaihteli ja keskinäinen sielunhoito kuului luonnollisena osana seurakunnan yhdessäoloon.

Kristityn kasvu on luopumista ja riisumista

Kun ajattelemme Pyhän Hengen eheyttävää työtä, meillä voi olla siitä monenlaisia odotuksia. Raamatun henkilöiden elämän kuvauksesta näemme selkeimmin Jumalan toiminnan lainalaisuuksia. Olemme tottuneet kohdistamaan nykyajan lääketieteeseen suuria odotuksia. Kun olemme sairaita ja meillä on kipuja, odotamme nopeasti löytyvän lääkkeen, joka poistaa kivun, tai leikkauksen, joka hoitaa sairauden aiheuttajan. Myös kristityn kasvuun liittyen meillä voi olla varmoja odotuksia Jumalan hoitotavasta. Liitämme hänen siunauksensa mielellämme ulkonaiseen hyvinvointiin, terveyteen ja menestymiseen. Kun iäkäs Jaakob siunasi Joosef-poikaansa, hän pyysi Jumalan siunauksia myös alhaalta syvyydestä. Joskus Jumalan siunaus voi tarkoittaa myös erämaata, yksinäisyyttä ja kärsimystä.

Masennus on tavallinen erämaavaihe. Sen aikana elämän varrella kertyneet pettymykset, hylkäämisen kokemukset ja loukkaantumiset voivat tulla ensi kertaa tietoisuuteen. Kielteisten tunteiden ja kokemusten varasto on täyttynyt. Masennus on raskasta aikaa, ja usein ihminen tarvitsee siihen myös ulkopuolista apua. Se voi kuitenkin olla myös puhdistava ja eheyttävä vaihe.

Heidän ahdistuksissansa oli hänelläkin ahdistus

Jumala tulee mukaan meidän pimeytemme. Hän antaa voimaa kohdata vaikeudet, kypsyä ja kasvaa juuri niiden kautta.

Jumalan voimaan liittyy erityispiirre: Raamattu sanoo, että se on kätkeytyneenä saviastiaan. Jumalan voima kristityn elämässä on verhottu ja salattu niin, että me tajuaamme sitä usein vain väläyksenomaisesti.

Jumala ei vahvistakaan voimiani ja suuruuttani. Käy niin kuin heprealaiskirje sanoo Vanhan testamentin uskon sankareista, että he "voimistuivat heikkoudesta".

Monet kristityt ovat kokeneet, miten oman elämän ahdistukset ovat avanneet silmät muiden hädälle. Näin heitä on koulutettu sielunhoitajan tehtäviin. Heidän elämässään on konkreettisesti toteutunut Paavalin sana siitä, että sillä lohdutuksella, millä Jumala meitä lohduttaa, me saamme olla lohduttamassa kaikkinaisessa ahdistuksessa olevia.

Kristityn sisäinen eheytyminen ja paraneminen ovat pitkä prosessi – oikeastaan koko elämän jatkuva. Sen aikana me opimme huomaamaan, että ihmisen henkinen ja hengellinen kasvu vaativat aikaa. Tämä on tarpeen muistaa sielunhoitotyössä, jotta ettemme pakota toista ihmistä mihinkään sellaiseen, mihin hän ei ole valmis. Kasvu ei koskaan tapahdu pakon ilmapiirissä. Tämä keskeinen perusasenne tuli esille Jeesuksen omassa toiminnassa. Kun hän kohtasi ihmisiä, hän kysyi: "Tahdotko tulla terveeksi? Mitä tahdot, että sinulle tekisin?" Hän ei tyrkyttänyt eikä pakkosyöttänyt asiaansa. Kun ihmiset tulivat hänen lähelleen, heissä alkoi sisäinen muutos – Pyhän Hengen työ ihmisen sisäisessä maailmassa. Sama eheyttävä ja parantava työ on mahdollista myös meissä. Sanan mukaan Jumala vie alkamansa hyvän työn päätökseen.

MIELENTERVEYS JA SIELUNHOITO

Uki Rautiainen

Kaksi ihmiselämän laajuista aihetta

Mielenterveyden (ja -sairauden!) sekä sielunhoidon (uskonnon!) kysymykset näyttävät "maailman sivu" kietoutuneen toisiinsa. Niistä on puhuttu ja puhutaan. Kirjallisuutta on molemmista aiheista hyllymetreittäin. Väärinymmärtämisä on tapahtunut. Markuksen evankeliumissa kerrotaan, miten Jeesuksen omaiset arvelivat: "Hän on poissa suunniltaan" ja tulivat ottamaan häntä huostaansa. Muutamaa vuosikymmentä myöhemmin maaherra Festus sanoo kovalla äänellä Paavallille: "Sinä olet hullu, Paavali, suuri oppi hulluttaa sinut." Nykyään saatetaan pohdiskella: "Rupesi uskovaiseksi ja sen takia sekosi."

Jo Vanhan testamentin saarnaaja totesi: "Kaikkea voi tapahtua kaikille." Uskova ihminen saa nuhan ja voi taittaa jalkansa niin kuin uskonasioille vieraskin, samoin järkkyä mieleltään ja parantua. Uskoon tuleva on voinut jo aikaisemmin olla häiriintynyt ja romahduksen partaalla; ehkä hän on turvautunut uskoon(kin) oljenkortena. Hermoromahdus ja uskoontulo ovat olleet rinnakkaisilmiö, ei syy ja seuraus. Muuten: terve, raitis usko antaa niin lujan perusturvallisuuden, että se on luotettava mielenterveyden tuki, ei terve usko tee sairaaksi!

Mitä mielenterveys on?

Määritelmiä on monta. Eräs on tämä: mielenterveys (ja terveys yleensä!) on kuin jana, jonka toisessa päässä on absoluuttinen terveys (T) ja toisessa absoluuttinen sairaus (S). Niiden kahden pisteen välistä me kukin itsemme löydämme.

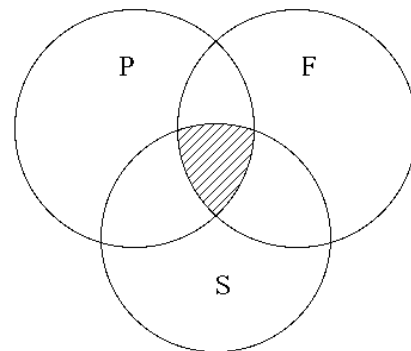
$$\frac{T \quad \quad \quad S}{0}$$

Mielenterveyteen katsotaan kuuluvaksi esimerkiksi kyky

- hyväksyä itsensä
- tulla toimeen toisten ihmisten kanssa
- tiedostaa ongelmansa ja ratkaista ne
- ajatella ja toimia itsenäisesti
- nauttia elämästä niin etteivät muut siitä kärsi
- rakastaa
- tehdä työtä ja levätä
- suhteessa elämään ja maailmaan muuttua ikää vastaavalla tavalla.

Laajalti hyväksytään käsitys, että mielenterveys on kolmen osatekijän tuote:

- 1) psyykinen (P)
- 2) fyysinen (F)
- 3) sosiaalinen (S)



Kutakin osatekijää edustaa oma koulukuntansa.

a) Somaattiset teoriat

Mielisairauksia hoidettaessa on kiteytynyt luonnontieteellinen käsitys, että mielisairaudet ovat aivosairauksia. Tämä lienee vanhin tieteelliseksi katsottava käsitys. Se pitää sisällään useita somaattisia teorioita, joista mainittakoon

- biologinen peritty alttius ja
- dopamiiniteoria.

Mielisairaudet sellaisenaan eivät ole periytyviä, vain alttius sairastumiseen. Niinpä skitsofrenian esiintyvyys, joka koko väestössä on 1 %, on skitsofreniasuvuissa 10 %. Dopamiiniteoria on yksi välittäjäaineteorioista. Se tarkoittaa, että aivoissa ajattelu- ja tunne-elämän säätelyalueilla on dopamiini-nimisen välittäjäaineen määrässä häiriöitä, ja se ilmenee mielenterveyshäiriöinä. Tilannetta voidaan auttaa psyykenlääkkeillä, psykofarmakoilla, joita on kehitetty 1950-luvulta lähtien.

b) Psykologiset teorit

Lapsi–äiti -suhde nähdään mielenterveyden rakentumisen kivi-jalkana. "Poika on miehen isä." Ensimmäinen ikävuosi lapsen mielen-terveyskehityksessä on ratkaiseva. Silloin rakentuu ihmisen perusturvallisuus (tai perusepäluottamus). Lapsen elämänkaarella 1–6 kuukauden iässä rakentuu perusturvallisuus (odotusajan vaikutusta arvail- laan); 6–9 kuukauden iässä syntyvät depression juuret; 9–12 kuukau- den ikäisenä istutetaan neuroosien juuret. Tässä "juuret" tarkoittavat sitä, että kun elämässä aikanaan tulee tarpeeksi voimakas kriisi, on taipumus mielenterveyden häiriöön lapsuudesta asti ollut olemassa...

c) Sosiaaliset teorit

Ihmisten keskeinen vuorovaikutus on ratkaisevaa mielentervey- den säilymiselle. Jokaisen ihmisen pitäisi saada käytännössä (ei vain YK:n ihmisoikeuksien julistuksessa) nauttia vähintään seuraavista oikeuksista:

- "olla olemassa" (olla hyväksytty, vastaanotettu)
- olla oma itsensä (yksilö omine erityispiirteineen)
- oikeus itsensä ilmaisemiseen ja kuulluksi tulemiseen
- oikeus oppimiseen ja kehittymiseen
- oikeus suojaan, tukeen ja apuun
- oikeus siveelliseen ohjaamiseen ja kasvattamiseen
- oikeus anteeksisaamiseen.

Jos näitä perusoikeuksia poljetaan, jää persoonallisuus jo kasvu- iästä asti hauraaksi, ja jo ihan tavanomaiset arkielämän ristiriidat saavat mielenterveyden järkkymään. Perussyy on yhteisössä (perhe, työyhteisö): sen herkin jäsen oireilee, hänet toimitetaan hoitoon, hänen oireitaan hoidetaan, palattuaan sairaaseen yhteisöönsä hän alkaa taas oireilla, noidankehä jatkuu.

Sairauden kieli

Kun ihminen ei tule muuten kuulluksi, hän (itse sitä tietämättä) alkaa puhua sairauden kielellä. Psykiatri Martti Siirala kuvailee: "Sairaasta huokuu meitä vastaan ikään kuin profetia, tuomio yhteiselämästämme ja kutsu sen velan äärelle valvomaan. Mielisairaahan kohtaaminen saattaa näyttää sairaan meille ihmiseksi, jonka sairautumisessa ja koko tilanteessa kristallisoituu näkyviin meidän epäinhimillisyytemme, elämätön elämämme, epäjumalanpalvontamme ja sokeutemme – ja tuomio kaikesta tästä. Sairas on näkyvästikin vankina kaikessa tuossa, keskuudessamme paljolti näkymättömiin jäävässä epäluulossa, vihassa, epäuskossa ja epätoivossa. Hän on kuin huutava kivi, sillä kaiken tuon altakin panee Luoja luodun hänessä huutamaan tilaansa – jos meillä vain on korvia kuulla."

Väistämättä tapaamme silloin tällöin mielenterveydeltään järkkyneitä ihmisiä. Ensimmäinen reaktiomme yleensä on jonkin asteinen hämmennys. (Tämä hämmennys on muuten tavalliselle ihmiselle nyrkkisääntö siitä, pitäisikö häiriintynyttä lähimmäistä koettaa ohjata lääkärin vai papin puheille.) Tilanne on hankala. Helpoimmalla siitä pääsee väistämällä. Kyllä häiriintynyt aikanaan tekee jotain niin paljon normaalista poikkeavaa, että joku soittaa viranomaisille. Tuota odotellessa häiriö on vain päässyt yhä syvemmälle järkkyneen sielussa, ja sitä on hankalampi parantaa kuin silloin, jos avun piiriin olisi saatettu mitä pikimmin.

Osa psyykkisesti häiriintyneistä ihmisistä ei tajua tarvitsevansa apua. Auttamisen kannalta tuloksekkainta olisi, jos hänet rehellisesti tilanteesta keskustellen itse saataisiin ottamaan yhteyttä lääkäriin tai terveyskeskukseen. Silloin jäisi pois se sairasta pahoin rasittava katkeruus, että häijyt sukulaiset tai naapurit ovat toimittaneet hänet mielisairaalaan. Kaikenlainen hyvässäkin tarkoituksessa tapahtuva narraaminen on vahingoksi. Tiukan paikan varalta on mielisairaslaissa selvät ohjeet pakkohoidosta.

Ammattiauttajien luona

Mieleltään järkkynyt on aikanaan psykiatrin puheilla. Keskustelemalla tämä muovaa kuvaa apua tarvitsevan tilanteesta, esimerkiksi – millainen tämä ihminen on?

- kuinka paljon hänellä on realiteettitajua?
- näkeekö hän vaikeutensa vain toisten aiheuttamiksi?
- kuinka paljon hän on selvillä itsestään?
- kestääkö hän totuutta itsestään?
- kuinka kypsä ihminen hän on?
- paljonko hän sietää pettymyksiä ja kärsimyksiä?

Hyvin usein tällaisessa tilanteessa kohdataan kaksi yleistä aikamme ihmisen ongelmaa:

- syyllisyys
- kivun sietämiskyvyn aleneminen.

Mikä terapiassa auttaa?

- empatia (ilmenee eläytymisenä)
- kunnioitus (ilmenee inhimillisenä ei-omistavana lämpönä)
- aitous ("kokonaan" läsnä)
- konkreettisuus (asia sanotaan selvästi, vihjailematta, asiakkaan tilanteesta lähtien).

Auttajalla itsellään on oltava edes jossain määrin hyvä olo, on esimerkiksi oltava terve ja levännyt, sillä vain silloin kykenee kuulemaan toista ja huolehtimaan hänestä.

Terapian ja sielunhoidon rajalla

Rajankäynti terapian ja sielunhoidon välillä on vaikeata ja ilmeisen tarpeetonta. Kumpaisessakin auttamisen muodossa autettava "otetaan vastaan", hyväksytään hänet ihmisenä. Häntä autetaan purkamaan ahdistustaan, jotta sen kantamiseen kuluneet henkiset voimavarat vapautuisivat hyötykäyttöön. Terapeutti pysyttelee tieteen rajoissa hyödyntäen psykologian, psykiatrian, sosiologian ja lääketieteen saavutuksia. Sielunhoitajaksi terapeutti muuttuu, jos hän ottaa käyttöön uskon ulottuvuuden: ripin ja synninpäästön. "Tavallinen" sielunhoitaja toimii "lähimmäisen pätevyydellä" taikka seurakuntavirkansa velvoittamana ja valtuuttamana, "leikkimättä" terapeuttia, joksi häntä ei ole koulutettu. Mutta molempien auttamisen muotojen tavoite on sama: ahdistuksesta toivoon!

Mitä kristillinen sielunhoito on?

Jumalan rakkaus meitä kohtaan on ilmoitettu Jeesuksessa Kristuksessa (keerygma, julistus); me olemme velvolliset toimimaan tämän rakkauden kanavina ja pitämään huolta toinen toisistamme (diakonia, palvelu); keerygma ja diakonia edellyttävät, että niitä harjoittaa yhteisön, seurakunta, jossa koetaan yhteyttä (koinonia). Mitä enemmän nämä kolme elementtiä menevät päällekkäin, sitä enemmän tapahtuu sielunhoitoa.

Martti Luther sanoo, että sielunhoito on "syntisen ihmisen tekemistä iloiseksi".

Schmalkaldenin uskonkohdissa puhutaan evankeliumin vaikutusmuodoista, jotka ovat 1) julistettu sana, 2) kaste, 3) pyhä ehtoollinen, 4) avaintenvalta (rippi ja synninpäästö) ja 5) veljien keskinäinen keskustelu ja lohduttaminen. – Nykykielellä 5-kohta on sielunhoitoa.

Sielunhoidon "koulukuntia"

1. **Julistava sielunhoito** on vanhaluterilaista opetusta Jumalan sanan loukkaamattomasta suvereenisuudesta ja syntisen ihmisen jatkuvasta anteeksiantamuksen tarpeesta. Ihmistä katsellaan "uskon peilin" läpi, ja voidaan nähdä kolmenlaisia sieluntiloja:

- ei vielä myönteistä suhdetta Jeesukseen,
- myönteinen suhde Jeesukseen,
- ei enää myönteistä suhdetta Jeesukseen.

Sielunhoidossa odotetaan menemistä "ripin neulansilmän" läpi; julistavan sielunhoidon on koettu "jääneen saarnatuoliin".

2. **Palveleva sielunhoito** pyrkii keskustelemaan asiakkaan ehdoilla. Kommunikaatiotarve tulee hoidetuksi kokemuksia vaihtamalla, ja samalla ahdistus helpottaa. Pyrkimys on saada lihaksi sana "Heittäkää kaikki murheenne hänen päällensä" tai "Voiko ihminen murehtimisellaan lisätä ikäänsä kyynäränkään vertaa?". Sielunhoidon tavoitteena on "ihminen ilman varjoa" (jungilainen kuva "pimeästä puolestamme").

3. **Osallistuva sielunhoito** on autettavan ja sielunhoitajan yhteistä matkalla olemista. Ahdistukset kohdataan ja eletään lävitse; päämäärä joskus näkyy, joskus ei. Erityistä huomiota kiinnitetään kuulemisen taitoon: mitä sanojen takana on. Tätä voi kutsua "sydämellä kuulemiseksi" tai intuitioksi.

Käytännössä sielunhoitotapahtumassa esiintyvät sisäkkäin kaikki edellä mainitut "koulut". Kuitenkin niiden esille ottaminen kuvaa sitä, miten evankeliumi sielunhoidollisena siirtyy "ylhäältä" ihmisen vierelle, lähemmäs ihmistä. Tätä vierelle tulemistä kuvaa myös se, mitä sielunhoitajia on kehoitettu kysymään itseltään isoisän ajoista tähän päivään: 1930-luvulla: "Mitä minun on tehtävä auttaakseni?", 40-luvulla: "Mitä minun on tiedettävä ...?", 50–60 -luvulla: "Mitä minun on sanottava ...?" ja 70-luvulla: "Miten minun on oltava, miten osallistuttava ...?" Arvelen, että nyt olisi kyseltävä: "Mitä minun on arvostettava ...?"

Sielunhoitokeskustelun rakenne

Tärkeintä on, että valmista kaavaa ei ole! Jokainen ihminen on yksilö, eikä etukäteen voida tietää, miten keskustelu etenee "hänen ehtoillaan". Kokemus osoittaa, että näin ensin osa keskusteluista kulkee:

- 1) yleinen taso: ongelma ja tietoisuus siitä
- 2) persoonallinen taso: tarpeet ja defenssit
- 3) selvittelytaso: tunteiden ilmaiseminen, ongelmien selkiytyminen
- 4) ilmaiseva taso: tunteiden ja asenteiden tutkiminen ja läpikäyminen
- 5) hoitava taso: syvempien tunteiden tutkiminen ja oivaltaminen.

Oivalluksen tasot

- 1) tietää/myöntää tarvitsevänsä selvittelyä
- 2) tämähän taitaakin johtua minusta!
- 3) tunteidensa ymmärtäminen (oma pimeä puoli)
- 4) ongelman ratkaisu

Uskon tarjoamat apukeinot sielunhoitajalle

Epäkypsä usko odottaa, että Jumala ratkaisee kaiken puolestani. Jos näin ei tapahdu, uskossani on vikaa tai olen tehnyt synnin Pyhää Henkeä vastaan.

Kypsä usko pysähtyy kysymään, millainen suhde minun olisi kehitettävä Jumalaan ja ihmisiin? Mikä on Jumalan tahto? Missä minä olen tehnyt väärin? Tämänhetkinen todellisuus otetaan huomioon. Usko kasvaa yleensä dynaamisena prosessina, harvoin kertakaikkisena musertavana kokemuksena; rakkaus ja hyväksyminen antavat kasvuvoiman.

Kristityllä sielunhoitajalla on kahdenlaisia uskon tarjoamia apukeinoja auttamistyöhönsä: konkreettiset ja abstraktit. Edellisiä ovat esimerkiksi Raamattu, hengelliset kirjat, rukous, musiikki tai uskonnolliset menot. Niiden apu riippuu siitä, käytetäänkö niitä lisääntyvän oivalluksen saavuttamiseksi vai kainalosauvoiksi.

Abstraktisia apukeinoja ovat mm. sielunhoitajan uskonnolliset tunteet, asenteet ja keskustelusuhteen laatu (ettei jäädä "kaunis ilma tänään" -tasolle eikä ennen aikojaan turvauduta riitteihin tai liturgiaan). Auttajan asenteesta heijastuu ihmisen arvo Jumalan silmissä esimerkiksi siten, että tämä antaa autettavalleen riittävästi aikaa. Osoittamalla lämpöä ja luottamusta sielunhoitaja on Jumalan rakkauten parantavan voiman kanavana: pelko, viha ja syyllisyys alkavat sulaa pois.

Voidaan kysyä: missä vaiheessa Jumala otetaan mukaan keskusteluun? Vastaus: Hän on koko ajan läsnä toimivissa ihmissuhteissa, eivät muodot taikka puhuminen Häntä mukaan tuo.

Rukous ja sielunhoito

On turvallista, kun auttaja rukoilee autettavan kanssa. Rukous ei saa olla työväline, muodollisuus, vaan auttajan asenteen syvä ilmaus; sitä ei pidä yrittää käyttää helppona auttamiskeinona. Rukous ei myöskään saa olla korvike oivallukselle eikä pakotie kielteisistä tunteista vapautumiselle. Rukous on muodoista vapaata; siinä ei ole pakko sanoa tiettyjä asioita vaan on pikemminkin ilmaistava (autettavan!) aitoja tunteita.

Tosiasiassa koko sielunhoitotapahtuma on rukousta. Sielunhoitaja valmistautuu rukouksessa edessä olevaan tilanteeseen. Itse tilanteessa hädän ilmaiseminen, totuuden etsiminen itsestään sielunhoitajan avulla, tilanteensa tunnustamisen tuska, kaikki tuo on rukousta. Vaikeinta on sanoa: "Tapahtukoon Sinun tahtosi"; se on isku minä-keskeisyydelle ja vaatii pitkälle kehittynyttä kypsyyttä.

Miten Jumalan sana auttaa?

Ihminen ei omassa varassaan kestä nähdä omaa syyllisyyttään (defenssit pettäisivät, tulisi kaaos). Jumalan sanan varassa ja sielunhoitajan tukemana hän uskaltaa nähdä totuuden itsestään: olen syyllisenä armahdettu! Minua ei tuomitakaan pahojen tekojeni mukaan, vaan armo ja anteeksiantamus tulevat väliin Jeesuksessa. Tulee oivallus, että jokaisella elämällä, minunkin elämälläni, on tietty tarkoitus. Se ei nyt ehkä näy, mutta sen voi löytää Kristuksen välittämän elämän kautta. Jumala ei ylläpidä mitään turhaa.

Aktiivinen kuunteleminen käy voimille, kuuntelijaa "imetään". On lupa armahtaa itseään, jotta osaisi armahtaa toisiakin. Vain levänneenä kuulee sanojen takana olevia tunteita. Vain levänneenä säteilee perusturvallisuutta, voi auttaa "syntistä tulemaan iloiseksi", antamaan anteeksi toisille ja ennen kaikkea itselleen; lepo on Jumalan säätämys.

LAPSI JA SURU

Marja-Liisa Anttila

*Lähetät lapsesi elämään,
kuin laivan merelle
Ompelet purjeet ja neuvot väylät
parhaan tahtosi mukaan
mutta tuulille et voi mitään.*

*Hän (Jeesus) otti lapsen ja asetti sen heidän keskellensä;
ja otettuaan sen syliinsä hän sanoi heille:
Joka ottaa tykönsä yhden tämänkaltaisen lapsen minun nimeeni,
se ottaa tykönsä minut.*

Ks. Matt. 18:1–6, 10, Mark. 10:13–15

Lapsen kunnioittaminen

Raamatussa meille on painokkaasti ilmaistu lapsen arvo ja se, kuinka Jeesus arvosti lasta. Lapsi asetettiin meille aikuisille esimerkiksi. Lapselle on sallittava pääsy Jeesuksen luo. Vastuumme on suuri. Lapsenkaltaisuus on edellytyksenä Jumalan valtakuntaan pääsulle. Meillä on täysi syy kunnioittaa lasta, sekä hänen mielipiteitään että kokemustaan.

On selvää, että eri ikäkausina lapsi ajattelee asioista eri tavoin. Meidän on otettava tämä huomioon. Kun lapsi kysyy elämän keskeisiä kysymyksiä Jumalasta, luopumisesta ja kuolemasta, meidän ei tule selitellä eikä järkeistää asioita. Emme myöskään saa tarpeettomasti konkretisoida ja yksityiskohtaisesti kuvailla esimerkiksi Jumalan ulkonäköä. Monella meistä voi olla mielessä kuva vanhasta parrakkaasta ukosta pilven reunalla. Monenlaisia ovat lasten kysymykset ja

kuvitelmat taivaasta. He kyselevät Zinkin kirjan nimen mukaisesti: "Saako koira taivaassa siivet?"

Lapsen elämys

Pyhäkoulujen hartaushetkiin olen lähes aina liittänyt jonkin laululeikin. Kynttilä on ollut usein palamassa. Olemme yhdessä rukoukset Isä meidän -rukouksen ja Herran siunauksen. Laulua ja musiikkia on ollut paljon. Samoin olen käyttänyt runsaasti flanellokuvia ja kuvakirjoja havaintomateriaalina. Vaistoni mukaisesti olen toiminut näin; ei teologia sellaisenaan antanut mallia käytännön työhön. Rohkaisevaa oli lukea oppikirjoista, että näin tulikin tehdä: tukea siis lapsen elämystä, intuitiota. Useimmilla meistä lienee miellyttävät kokemukset lapsuudenajan jumalanpalveluksista, vaikka emme saarnasta ymmärtäneetkään juuri mitään.

Erityisen tärkeänä pidän hiljaisuuden kokemista ääntä ja virikkeitä tulvivassa nykyajassa. Kristittyinä saamme arvostaa omaa tapaamme ilmaista uskoamme, samoin tekevät juutalaiset itkumuurilla ja muslimit kumartaessaan Mekkaan päin. Joskus todella kaipaen luontevaa tapaa iloita uskosta liikkuen ja laulaen. Koskeekohan kutsu lapsenkaltaisuuteen myös tätä?

"Ikuiset totuudet" ja tulevaisuus

Työssäni olen monet kerrat kuullut vähättelyn äänessä, kun on kysytty lempivirttä. "Sehän on lasten virsi – mahtaako se sopia?" Minulle se sopii. Kuitenkin toivon, että opettaisimme lapsillemme myös ns. aikuisten virsiä ja lauluja, niin että niiden sanoma voi koskettaa myös aikuistunutta lasta. Osa nykyisen virsikirjamme lasten ja nuorten virsiä on valloittanut äitien, isien ja isovanhempien sydämet – ja se on hyvä.

Lapsen kanssa keskustelussa tulee antaa tilaa uusille, muuttuneille mielipiteille. Sanotaanhan Raamatussakin, että saa hyljätä sen, mikä lapsen on. "Kun olin lapsi, minä puhuin kuin lapsi, minulla oli lapsen mieli ja lapsen ajatukset. Nyt, kun olen mies olen jättänyt sen mikä kuuluu lapsuuteen." 1. Kor. 13:11.

Ymmärryksen kasvulle, muistoille ja muisteleemiselle on hyvä jättää tilaa.

Lapsi on tunteiltaan yliherkkä, joten tulee olla varovainen ja harkitseva sanoissaan. Lapsen kokemusmaailma on vielä hyvin pieni – ja maailma suuri kuten laulussa lauletaan.

Lapsen pelko tuntematonta kohtaan on luonnollista. Siksi toivoisin, että kaikki lapsemme saisivat kodeissaan jo terveinä ollessaan kuulla Jeesuksesta, joka on kanssamme joka päivä. Silloin sairauden yllättäessä tai kuoleman lähestyessä ei tarvitsisi kertoa uudesta ja tuntemattomasta asiasta, kun puhutaan Jeesuksesta, lasten ystävistä. Sairaalla lapsella on kyllä tekemistä sairautensa kanssa samoin kuin hänen vanhemmillaan ja läheisillään. Onnellista on, jos turvallinen usko ehditään omaksua ennen kriisitilanteita.

Salaisuudet julki

En taida erehtyä kovin paljon olettaessani, että moni meistä muistaa omasta lapsuudestaan tilanteita, jolloin teimme pahaa ja piilouduimme kellariin tai sängyn alle. Menimme piiloon vanhempiamme ja Jumalaa. Tiesimme, ainakin alitajuisesti, että Jumala tietää ja näkee kaiken. Psalmin 139 sanat: "Herra, sinä olet minut tutkinut, sinä tunnet minut. Missä olenkin, minne menenkin, sen sinä tiedät, jo kaukaa näet aikeeni." eivät tuntuneet yhtään turvallisilta lapsen mielestä eikä aikuisenkaan. On vähemmän mukavaa, että Jumala näin tietää kaiken – salatuimmankin. Tuntuu, ettei voi olla rauhassa missään. Toki ymmärrämme, että mainituilla sanoilla on myös todella turvallinen merkitys. Olen Jumalan kämmenellä. Jumala ei kyttää tekojamme rangaistakseen meitä. Lapsellekin on kerrottava, että Jumala rakastaa myös tuhmia lapsia. Myös se, että puhumme Taivaan Isästä, ei ole ongelmattonta. On oltava taitava siksi, että tämän ajan lapsen elämästä puuttuu usein isä tai heitä on kaksi tai isä on jättänyt perheen tai isä lyö ja juo. Oman isän pelko voi heijastua Jumalaan.

On hyvä puhua Jeesuksesta. Häntä ei voi ainakaan Suomessa sekoittaa toiseen samannimiseen. Tehtävänä on luoda lapselle luottamus ja tuoda hänen elämäänsä toivo. Parasta mitä voimme lapselle antaa on se, että välitämme oman aidon kokemuksemme Vapahtajastamme ja hänen meille antamasta turvasta, toivosta ja ilosta. Lapsi lukee meitä ja meidän aitouttamme. Kunnioittamalla ja hyväksymällä

me autamme ja tuemme lapsen kehitystä. Sama periaate pätee myös lapsen uskonnolliseen kasvuun.

Opin kunnioittaminen

Olemme kaikki yhtä mieltä siitä, että Uuden testamentin Jumala on rakkauden Jumala. Jeesus tuli pelastamaan sekä lapset että aikuiset. Jumalan rakkaus Jeesuksessa sulkee syliinsä koko tämän kurjan maailman. On kuitenkin uskomatonta, että yhä vielä Jumalaa käytetään auktoriteettina silloin, kun oma auktoriteetti ei riitä. Lapsia saateetaan pelotella poliisilla tai mustalaisilla – ja Jumalalla. Vanhastaan on puhuttu Jumalan heittävän kuumen kiven taivaasta rangaistukseksi tuhmalle lapselle. Tarkistin kerran, onko edes siihen viittaavaa ajatusta Raamatussa ja löysin Joos. 10:11. Se ei anna lupaa pelotella tällä asialla varsinkaan, kun katsomme Luuk. 13:1–5. Emme saa sortua moralisointiin emmekä pelotteluun. Myös kohdatessamme muiden uskontojen edustajia meillä on varaa kunnioittaa heidän näkemyksiään väittelemättä ja silti säilyttää oma näkemyksemme.

Tosiasioiden kunnioittaminen

Lapset kysyvät uskosta ja Jumalasta siksi, että he haluavat tietää totuuden. Samoin he kyselevät, voiko Jumala auttaa ja parantaa sairauden. Toimiiko Jumala ja miten? Meitä kutsutaan vilpittömästi pohtimaan lapsen kanssa elämän peruskysymyksiä. Ratkaisevaa on vastaustemme asenne. Kärsimättömällä äänellä sanottu: "Mene pois, älä kysele turhia, nämä ovat aikuisten asioita jne." voivat tukkeuttaa aidon tietämisen tarpeen ja vähitellen myös uskon syntymisen.

Moniarvoisessa yhteiskunnassa ja suomalaisessa koulumaailmassa lapset törmäävät luonnontieteen ja raamatullisen luomisuskon ristiriitaan. Tässäkään ei tarvitse väitellä, koska ensimmäiset sadasosasekunnit ovat tiedemiehiltäkin kateissa. Liekö silta taaksepäin suuntautuvassa profetiassa, kun näitä alkutapahtumia ajatellaan? Sanotaan, että uskolla ja tieteellä on erilaiset tavat kuvata todellisuutta.

Kehitysvammaisten rippikoulussa pohdimme ylösnousemusta. Kuvasin sitä kaaliperhosen elämän kaarella: mato – toukka – perhonen vs. ihminen – hauta – ylösnoussut ruumis tai vesi – jää – lumi.

Erilainen ilmenemismuoto ja kuitenkin salattua samaa. Uskon, että kaikkivaltiaalle Jumalalle on pieni asia Sanallaan luoda kuolleesta uutta, sillä luohan Hän jatkuvasti uutta esimerkiksi pienen lapsen syntymässä.

Pahojen tosiasioiden kunnioittaminen

Idylli rakkauden Jumalasta voi lapsen mielessä särkyä, kun hänelle rakas lemmikki kuolee tai kaveri jää auton alle ja kuolee. Aivan käsin kosketeltavaa on se kärsimys, joka tulvii koteihimme TV:stä sodan runtelemilta seuduilta, nälänhädästä ja luonnononnettomuuksista.

Missä Jumala on tai oli?

Miksi hän ei varjellut?

Miksi Jumala ei parantanut isoäitiä, vaikka minä rukoilin?

Miksi lasten pitää kärsiä?

Miksi Jumala ei estänyt onnettomuutta?

Miksi on kärsimystä ja sairautta?

Miksi täytyy kuolla?

Pahuuden, epäoikeudenmukaisuuden ja kärsimyksen ongelma on vaikeimpia asioita selitettäväksi lapsille. Eihän moni aikuinenkaan ole päässyt juuri alkua pidemmälle. Rohkenisinko sanoa, että aivan liian usein Jumala joutuu syylliseksi ja syytösten kohteeksi niidenkin taholta, jotka ovat olleet hyvin vähän tekemisissä hänen kanssaan ennen elämänsä kriisitilannetta. Lukemattomat kerrat olen kuullut asian, joka voidaan ilmaista eri tavoin näin: "Mitä pahaa minä olen tehnyt?" "Mistä Jumala minua rankaisee?"

Pahoista tosiasioista kuten sairaudesta, kärsimyksestä, elämän rajallisuudesta ja kuolemasta tulisi puhua silloin, kun ne luontevasti tulevat esille lapsen elämän varrella ennen kriisitilanteita. Voimme varustaa lapsemme elämän tuuliin, vaikka hänen itsensä on ne kestettävä. Jeesukselta kysyttiin: "Rabbi, kuka on tehnyt sen synnin, jonka vuoksi hän on syntynyt sokeana?" Jeesus vastasi: "Ei hän eivätkä hänen vanhempansa. Niin on tapahtunut, jotta Jumalan teot tulisivat hänessä julki." Joh 9:1.

Jeesus katkaisi syyllisyyden kierteen. Sairaudella on tarkoitus ja sanottavaa meille. Synnillä ja sairaudella ei ole syy ja seuraus -suhdetta. Sairautta ei aiheuta tunnustamaton synti. Tässä maailmassa tulee aina olemaan kärsimystä, sairautta ja kuolemaa. Se on ihmisen osa. Jumalaan uskova ei ole suojatumpi kuin se, joka ei usko. Jo Vanhassa testamentissa on kuvaus, joka on saarnannut minulle vuosia, Daniel 3:17–18: "...Vaikka ei pelastaisikaan, saat olla varma siitä, että sinun jumaliasi me emme palvele". Puhumattakaan Uuden testamentin opetuksesta 2 Kor. 12:7–10:ssä, jossa Paavalille osoitettiin sanat: "Minun armoni riittää sinulle."

Muistan kuulleen Lakeuden Ristin jumalanpalveluksessa sanat: "Jumala kuulee rukoukset, ja vaikka ei kuulisikaan, me uskomme. Jumala tekee ihmeitä, ja vaikka ei tekisikään, me uskomme. Jumala parantaa sairaita, ja vaikka ei parantaisikaan, me uskomme."

Äidin sydäntä särkee, kun hän vierestä seuraa lapsensa selviytymistä pettymyksestä. Kuitenkin epäonnistumisen ja pettymyksen kokemukset varustavat lapsen maailmaan, jossa niitä väistämättä tulee vastaan.

Birgitta Petri: "Jo varsin pienten lasten täytyy saada tietää, ettei Jumalan tahto kaikkivaltiaasti hallitse maailmassa, vaan että ihmiset ovat saaneet vapauden ohjata itse ja että pelko, vallanhimo ja tyhmyys näyttävät vallitsevan maailmassa. Ja mitä Jumala tekee? Hän ei pelasta meitä kaikelta pahalta ja vaaralliselta. Mutta hän on meidän kanssamme kaiken pahan ja vaarallisen keskellä. Hänen rakkautensa on meidän kanssamme." (s. 61)

Epäilyksen kunnioittaminen

Lapset pohtivat, onko Jumalaa olemassa vai ei. On vaikea uskoa, ellei näe. Lapsen elinympäristössä hyvin todennäköisesti vaikuttaa myös henkilöitä, jotka eivät itse usko Jumalaan ja Raamattuun. Lapset kuulevat ja kuuntelevat paljon ja tekevät omat johtopäätöksensä. Ristiriita saattaa syntyä silloin, kun kerhojen pitäjät ja pyhäkoulun opettajat kertovat Jeesuksesta, mutta kotiväki vähättelee ja sanoo Raamatun kertomuksia taruiksi ja rinnastaa Jeesuksen lähinnä joulupukkiin. Epäily voi olla pinnallista ja vain toistaa aikuisen epäilyjä. Mutta se voi olla todellista ja syvää, jopa hätää ja tuskaa aiheuttavaa.

Voimme kuvitella esimerkiksi ala-asteen pihalla kavereitten huutelut seurakunnan kerhossa käyvälle. Toisaalta lapsi voi todella epäillä rakkauden Jumalan olemassa oloa silloin, kun mummo tai pappa on kuollut, vaikka hän on rukoillut joka ilta Jumalalta apua.

Epäilyissä ei ole aina kysymys siitä, mikä on totta, vaan kuka on oikeassa. Keneen lapsi voi luottaa? Kuka on auktoriteetti? Puhumme tällöin lojaliteettiristiriidasta. Lapset eivät tahdo ristiriitaa ja yhteen-törmäystä auktoriteettien välillä, siksi meidänkin tulee välttää sitä. Oikea tapa näissä tilanteissa on epäilyn kunnioittaminen ja pyrkimys huomata tunne, joka on epäilyn takana. Lapsen kunnioittaminen auttaa. Meidän ei tarvitse päteä ja hallita. Meillä tulee olla varaa antaa lapsen itsensä rakentaa oma elämänsä. Oman elämämme aitous välittyy kyllä, ja rukous on korvaamaton etuoikeus vaikuttaa niin, että epäily vaihtuu uskoksi. Omissa taisteluissani poikieni kasvukipuja seuratessa sain rukoushetkessä vapauttavat sanat: "Sinun tehtäväsi on rakastaa, Minä pelastan."

Jumalan salaisuuden kunnioittaminen

Jumalan salaisuuden kunnioittaminen on minusta todella suuri-arvoista. Meidän ei tarvitse tietää kaikkea eikä löytää vastausta lasten hyvin konkreettisiin kysymyksiin. Meidän Jumalamme on salattu Jumala. Tietomme Hänestä jää aina vaillinaiseksi. Jos tietäisimme saman, minkä Jumala, ei Hän enää olisikaan Jumala vaan osa katoavaa materiaa. Usein olen sanonut, että Jumala vastaa itse teoistaan ja Hänen tuomionsa on oikea. Siksi on helpottavaa sanoa, etten tiedä ja kuitenkin voin luottaa Häneen.

Jumala ei ole jäänyt kokonaan salaisuudeksi. Hän on paljastanut itsestään tärkeimmän asian, tämän: "Jumala on rakastanut maailmaa niin paljon, että antoi ainoan Poikansa, jottei yksikään, joka häneen uskoo, joutuisi kadotukseen, vaan saisi iankaikkisen elämän". Joh. 3:16.

Tässäkin palaamme yhteen perusasioista. Meidän ei pidä teeskennellä tietävämmme enemmän kuin tiedämme. Rehellinen ja aito "en tiedä" on parempi kuin näennäinen ja luuloteltu tieto. Jumala kestää kaikenlaiset pohdinnat. Hän on vaikka kaikki muu häviää. Jumalaa ei tarvitse puolustella. Voimme kunnioittaa toisiamme erilai-

sista mielipiteistä huolimatta. Samoin voimme kunnioittaa myös itseämme rehellisinä kyselijöinä.

Sairaalan lapsen suru

Lapselle sairaus on elämän uhka. Lapsen sairaus on elämän raskaimpia asioita. Eri ikäkausina lapsi kokee sairautensa eri tavoin. Eron vanhemmista ja heidän huolensa lapsi vaistoa herkästi. Nykyisin lääkärit ja hoitohenkilökunta eivät salaa sairauden vakavuutta. Sekä vanhemmille että lapselle itselleen, tietenkin ottaen ikä huomioon, kerrotaan todellinen tilanne, tulevat hoitotoimenpiteet ja kenties tiedettävissä oleva ennuste. Raskaaseen tilanteeseen lähdetään päivä kerrallaan. Sairas lapsi ja hänen perheensä tarvitsevat paljon tukea sekä ammattiauttajilta että omais- ja ystäväpiiriltä.

Hoitojen aikana lapsen elämä pyritään pitämään niin normaalina, kuin se vain voidaan. Leikkeihin, askarteluun, ulkoiluun, koulunkäyntiin ja terapiaan pyritään mahdollisuuksien mukaan. Sairaus mahdollisine eristyksineen rajoittaa joka tapauksessa normaalia toimintaa. Pitkäaikaisen sairauden ja sen hoitojen aikana sairaalasta voi tulla jopa kodin korvike.

Lähihoitajilta vaaditaan todellista ammattitaitoa, jotta se kipu, suru ja kapina, joka sairaudesta aiheutuu, voisi kulkea luonnollisia uomia. Sairaalan lapsen tulee saada kokea, että hänestä pidetään huoli ja että hän saa olla turvallisesti kaikkien tunteidensa kanssa hoidossa.

Minulta on kysely, mitä tehdä, kun lapsi tai vanhempi on kuollut? Tuleeko puhua, katsoa, koskettaa?

Kuolleen näkemisen suru

Lähden tilanteesta, jolloin lapsi kuolee joko kohtuun tai pian syntymän jälkeen. Äidille ja isälle on parantavaa katsoa lasta, jotta he saavat surullensa muodon ja myös siksi, ettei mielikuvitus myöhemmin loisi omia kenties väärää mielikuvia. Toisten lasten mukaan ottaminen pienen vainajan saattohetkeen on mahdollista ja suotavaakin

Vainajan saattaminen kappelissa on hyvin raskas ja tunteita koskettava hetki. Monet kerrat olen nähnyt, kuinka lapsi etsii siellä oman paikkansa, toinen menee lähelle ja toinen jää kauas. Lapsen

kysymykseen "Miksi Leena on muuttunut?" tulee vastata rehellisesti, esimerkiksi että kuolema alkoi jo ennen kuin Leena kuoli. Katsomaan pakottamista en tarkoita. Kuoleminen tapahtuu nykyisin hyvin usein sairaalassa. Vainajan näkeminen on tärkeää siksi, ettei lapsi luule, että hänelle rakas ihminen on varastettu tai salaperäisellä tavalla kadonnut. Suremisessa auttaa konkreettisesti tekeminen – kukan vieminen rinnalle, posken silittäminen. Tuttu virsi ja rukous saattelee kauniisti läheisen iankaikkiselle matkalle.

Vanhempien menettämisen suru

Äidin tai isän vakava sairaus on sanomattakin raskas koko perheelle. Raskas on myös vanhemman kuolema. Toivoisin, että kaikki perheet voisivat rehellisesti alusta asti kulkea sairauden etenemisessä mukana. Ei kuolema sillä tule, että siitä puhutaan. Se tulee, kun sen aika on. Eräs äiti kertoi, että he olivat sanoneet lapselleen: "Kerromme sinulle, kun äidin tilanteessa tulee muutos." Lapsi sai olla levollisena ja elää lapsen elämää, eikä hänen tarvinnut kaiken aikaa jännittää, milloin äiti kuolee. Kun se hetki tuli, uskon että lapsi oli saanut aikaa valmistautua omalla tavallaan lopulliseen eroon.

Sairauden aikana tapaamiset helpottavat sanomisen paineita sekä lähtevän että tänne jäävien kohdalla. Vanhemmat haluavat hyvästellä ja siunata lapsiaan, sanoa heille tärkeitä asioita tulevaisuuden ja iankaikkisuuden varalle. Mutta myös lapsella on oikeus saada sanoa rakkaalle vanhemmalleen tärkeitä asioitaan. Sen näkeminen, miten heikko läheinen on, auttaa ymmärtämään, että kuolema oli väis-tämätön tosiasia.

Sairaus on ensisijaisesti lähiperheen asia. Pidän todella valitettavana, jos lapsi saa tietää kavereilta tai muiden aikuisten puheista vanhempiensa sairaudesta, kun kotona on jätetty se kertomatta siksi, että ajatellaan säästää lasta tuskalta ja surulta.

Tulevaisuuden suru

Lapsella voi olla suru siitä, kuinka hän tulee toimeen, jos äiti kuolee. Kuka hänestä huolehtii? Tiedän, että on mahdollista puhua myös siitä, kuka astuu äidin paikalle ainakin aluksi. Lapsi voi kysyä

perhepäivähoidon tädiltä: "Tuletko sinä äidiksi?" Isovanhempien ja tätien tuki on suorastaan taivaan lahja. Tärkeää on huolehtia, että lapsi tietää hänestä pidettävän huolta. Äitiä ei ole kuin yksi, eikä häntä voi kukaan korvata. Elämä kuitenkin jatkuu, vaikka äiti kuoleekin.

Kuolevalla lapsella voi olla kyky jakaa myös hänelle rakkaita tavaroita jo elinaikana. Näin hän elää muistoissa ja esineissä kuolemansa jälkeen. Voi tuntua todella kipeältä, kun lapsi näin tekee. Emme saa torjua mietteitä, joita sairas ilmaisee – vaikkapa sitä, että hän kysyy: "Tuotko kukkia haudalleni?" Kun kuoleva sanoo: "En taida toipua tästä, en pääse enää kotiin." Vähin mitä meiltä odotetaan on, että maltamme kuunnella, olla hiljaa ja kestää kuoleman todellisuus. Toivon antaminen tulee olla realistista, vaikkapa näin: "Kun kuolema tulee, olemme kanssasi, et ole yksin" tai "Sairautta emme voi parantaa mutta teemme kaikkemme, ettei sinun tarvitse olla kipeä" tai "Rukoilen puolestasi, että jaksat", tai voimme ottaa kädestä tai halata ja itkeä yhdessä eron tuottamaa tuskaa.

Hautajaisten suru

Olen sitä mieltä, että lapsi tulee ottaa mukaan siunaustilaisuuteen ja sen jälkeen muistotilaisuuteen, silloin tietenkin otamme huomioon lapsen iän. Ennen itse tapahtumia on välttämätöntä kertoa, mitä tulee tapahtumaan. Erikoisen tärkeänä pidän sitä, että kerrotaan arkun laskeminen hautaan. Tapahtuma on kenties kaikkein vaikein hetki kaikille saattajille. Lapselle se voi olla hirveä järkytys, jollei hänelle ole sitä etukäteen sanottu. Arkussa olijaa ei enää koske, ei tukehdata, ei tunnu pahalta, sillä hän on "ihan kuollut", kuten eräs lapsi asian ilmaisi. Kristillinen usko auttaa tässäkin: "Kun Jumala sanoo, Väinö nousee ylös", oli poikiemme toteamus setänsä haudalla.

Siunaustilaisuus itsessään hoitaa surevia, niin lapsia kuin aikuisia. Se ei ole pelkkä rituaali, se on enemmän siksi, että Jumalan elävä Sana on siinä läsnä. Nuoren sukulaispojan hautajaisista itselläni on muisto – muisto siitä, että rukoilin "Puhu pappi, älä lopeta" ja tunsin kuinka imin Sanan lohdutuksen itkuni keskelle. Hautajaiset ovat surullisia, mutta lapsen aitous voi tuoda siihen elämän tunnun esimerkiksi silloin, kun pieni saattaja palaa luokkatoverinsa arkun ääreltä, hypellen "Nyt se on tehty".

Muistelemisen suru

Myös haudalla käynti on terapeutista. Siellä on suorastaan pakko käydä lähiviikkoina, kuukausina. Siellä voi muuten suruaan ilmaisematon lapsi viedä kukkansa ja kynttilänsä rakkaan ihmisen haudalle. Joskus voi kestää vuosiakin, ennen kuin lapsi itse ottaa puheeksi pois-menneen perheenjäsenen. Silti toisten on saatava muistella ja puhua tarpeensa mukaan. Muisteleminen tekee kipeää mutta se samalla parantaa ja antaa muotoa surulle. Lapsi voi leikeissään omalla tavallaan käydä läpi surua ja ikävää. Myös valokuvien ja videon katselu tai äänen kuuntelu kasetilta on nykyajan antama mahdollisuus oman jaksamisen tahdissa muistella.

Surun tunteita

Surun tunteet ovat moninaisia. Läheskään kaikki suru ei näy päällepäin. Aikuiset pyrkivät kontrolloimaan tunteidensa ilmaisua ja näin tietämättään voivat antaa väärän mallin. Jos lapsi ei näe vanhempiansa itkua, hän voi ihmetellä oman surunsa suuruutta. Tai jos häntä kielletään purkamasta vihaansa siitä, että rakas ihminen kuoli – vaikka aikuinen sisimmässään kokee juuri samaa kapinaa, syyttelyä, kiukkua, jossittelua – niin se voi jäädä patoutumaksi sisäiseen elämään pitkäksi aikaa. Kiukun ja vihan tunne ei ole itsessään väärä. Sen purkamiseen on pyrittävä löytämään sopivat keinot ja turvallinen aikuinen, joka itse kestää kysymysten keskellä, joihin ei ole olemassa helppoa vastausta – tai ei ollenkaan vastausta. "Älä itke tai kiukuttele vain töissä ja lenkillä, kuulen sen kuitenkin" sanoi 11-vuotias Heidi. On aika itkeä ja on aika nauraa. On hyvä kertoa mikä painaa. Näin voimme vapauttaa lapsen syyllisyydestä, jota hän voi – tosin tarpeettomasti – kokea sairautensa tuomasta taakasta.

Myös liian kiltisti käyttäytyvä lapsi voi kätkeä sisimpäänsä käsittelemätöntä surua. Suru voi ilmetä fyysisenä sairautena tai ongelmakäyttäytymisenä. Jos sisarus on kuollut, lapset voivat säästää vanhempiaan olemalla epätavallisen hiljaisia. Se tuntuu hyvältä alussa mutta ei ole lapsen normaalia käyttäytymistä, jos se kestää pitkään. Sanat eivät ole toki ainoita surun purkautumiskanavia. Surua voi kuvata myös piirroksin. Ihailen vaikkapa psykologien kykyä tulkita

lapsen tuntemuksia. Katkenneet kukanvarret, tuulen irrottamat lehdet, polttava aurinko kertovat omaa kieltään tunteista, joita sairas ja kuoleva lapsi kokee. Samoin voi sisaruksensa menettänyt kertoa kuvallaan, miten sisaren tai veljen on nyt hyvä olla taivaassa.

Lapsen surun vahvuus

Surevien keskellä lapsi saattaa olla vahvin, hän voi olla se, joka pitää yllä tulevaisuuden toivoa. Lapsen vahvuudesta: "Miksi sinä äiti suret, kun et näe minun aikuistuvan, et näe lapsiani, et näe elämäni. Näethän koko elämäni alusta loppuun! Yleensä äidit kuolevat ensin. Me eletään yhdessä koko elämä." Heidi 11 v. Lapsi voi huolehtia siitä, että äidille ja isälle järjestetään jotain kivaa, että he piristyisivät. Tarvitsemme toinen toistamme ilossa ja surussa, elämässä ja kuolemassa.

*Yksin emme työtä tee,
toinen toistaan tarvitsee.
Tuomme vaihtopöydälle
lahjamme ja puutteemme.*

*Tässä valtakunnassa
ovat heikot vahvoja
sairas terveen parantaa
saaja auttaa antajaa.*

*Täällä tieto, viisaus
kaikki taito, rakkaus
kätkeyty on Kristukseen
aarteeseemme yhteiseen.*

*Elämän saan lahjaksi,
jos sen annan alttiiksi.
Siemen maahan haudataan
tähtäpäiksi kasvamaan.*

Vk. 428:4–7

"Puhu minun kanssani tulevaisuudesta, vaikka sitä ei ole. Kannattaa suunnitella joulua, kevätjuhlavaatteita, kannattaa ostaa syntymäpäivälahja varalle. Älä vaikene, sillä mielikuvat ovat minun tulevaisuuttani." Heidi 11 v.

"Teen kivoja asioita nyt, en vasta joskus myöhemmin, kun on aikaa, rahaa jne. – Kuten sinä aikuinen." Sama

Ei ole helppoa olla lapsi – ei ainakaan kuoleva lapsi – kun aikuiset ovat niin kummallisia, jotenkin kutistuneita". Sama

Alkulukujen otsikointi ja perusidea on kirjasta: Pohditaan yhdessä, kirj. Birgitta Petri, Lasten keskus Helsinki 1982 s. 53–63.

Heidi-tytön ajatukset ovat lainauksia koosteesta Koulutuspäivä hiippakuntien edustajille Helsingissä 20.11.1990; Lapsen kuolema ja perhe; Pirkko Jarasto haastattelee 11-vuotiasta Heidiä s. 25 Perhe ja lapsen kuolema. KSSK julkaisija nro 29

Maija-Leena Saarikangas:

*– Äiti, mitä se on, kun ihminen kuolee?
kolmevuotias kysyy ja katsoo suurin silmin.
Silitän untuvaista tukkaa, poskipäätä
ja pientä leukaa.*

*– Se on kuin menisi pois
ja olisi kuitenkin luona, sanon.*

*– Voiko sitten ottaa syliin?
lapsi kysyy.*

– Ei, sanon.

*Voi ottaa vain sydämeen
ja pitää siellä aina.*

*– Älä sinä minua sylistäsi päästä, lapsi pyytää
ja minä rutistan lujemmin
enkä sano,
että ellei kuolema niin elämä hänet sylistäni vie
ja jättää sydämeeni.*

PERHEEN KRIISIT SIELUNHOITOTYÖSSÄ

Pekka Ahonen

Tämä artikkeli perustuu luentooni, jonka pidin Suomen teologisen instituutin sielunhoidon kurssilla. Kuulijoina ja kohderyhmänä oli etupäässä teologian opiskelijoita. Minua pyydettiin välttämään liian teoreettista otetta ja puhumaan hyvin käytännönläheisesti. Niinpä tämä saattaisi kuulua hyvin sarjaan *sielunhoitoa ja perheterapiaa hihasta*. Tukeudun kyllä joihinkin lähteisiin, jotka mainitsen lopuksi. Tulkitseen niitä omalla tavallani. Otan esille asioita, joita itse olen kokenut ja havainnut asiakkaitteni eläneen todeksi. Kuvailen sitä, miten olen ymmärtänyt tietyt sielunelämän lainalaisuudet ja parisuhteen kuviot. Kerron siitä, minkä olen hyväksi nähnyt työssäni kirkon perheneuvojana. Kirkon perheneuvonta on näkemykseni mukaan sielunhoitoa, jossa käytetään apuvälineenä perheterapeuttisia metodeja.

I Yleistä kriisien olemuksesta

Käsittelen perheen kriisejä tässä aika lailla parisuhdekeskeisesti. Yleensä parisuhteen alkuvaiheet ovat onnellista aikaa. Puhutaan rakkauden ilmaisesta kyydistä. Se saattaa kestää muutamia kuukausia tai vuosia, toivon mukaan hyvin pitkään! Jossain vaiheessa sitten arki alkaa tulla vastaan. Toisen luonteenominaisuudet, tavat ja tottumukset alkavat ottaa päähän. Aletaan puhua jo toisen vioista. Rakkauteen on tullut häiriötekijöitä. Hän ei olekaan sellainen kuin odotin. Rakkaalta odottaa erityisen paljon, enemmän kuin muilta ihmisiltä. Pettymykset, vihan ja kiukun tunteet alkavat saada sijaa. Toinen ei täytä niitä mies-

ja naismalleja, joita olen perinyt lapsuuteni kodista ja elämäni varrelta. Alamäen alettua tulisi myös rakkaustyön alkaa. Avioliitto ei ole itsensänselvyyttä. Yksi yleisimpiä virhearviointeja nuorena avioliitossa on, että rakkautta pidetään itsestänselvyytenä. Rakkautta tulee hoitaa kuin puutarhaa tai kukkaa. Tai miehelle sopivampaa kielenkäyttöä olisi puhua auton huollosta ja korjauksista. Jos jättää auton huoltamatta, moottori leikkaa ennen pitkää kiinni eli menee rikki. Jos jättää puutarhan hoitamatta, ei satoa tule. Monesti itsestänselvyyden harha ilmenee mm. siinä, että puoliso jää kakkoseksi ja työ, ystävät tai harrastukset vievät tärkeysjärjestyksessä ykkössijan.

Rakkaustyö on omien toiveiden ja pettymysten ilmaisemista, mutta myös toisen kuuntelua ja ymmärtämistä. Se on ajankäytön suunnittelua ja elämän juhlan ja hyvien hetkien raivaamista arjen keskelle. Se on sellaisten uusien asenteiden, tapojen, tottumusten ja viestintätyylien opettelemista, mitkä palvelevat meitä paremmin kuin ne, jotka johtivat meitä törmäyskurssille.

Jos rakkaustyö ei käynnisty alamäen alettua, parisuhde putoaa pakkasen puolelle. Edessä on ennen pitkää vieraantuminen ja ero tai tyytyminen aneemiseen avioliittoon ja epätydyttävään elämään. Jos taas rakkaustyö alkaa kriisin tuskan myötä, se opettaa uusia asioita ja taitoja, jotka johtavat ennen pitkää laadukkaampaan elämään. On päästy ikään kuin porras ylemmäksi elämän koulussa. On saatu myös onnistumisen kokemus kriisistä selviämisestä. Tulee uskoa selviytymiseen tulevaisuudessakin. Elämän kasvu kriisien kautta on porrasmaista. Kriisi voi olla voimakkaan kasvun aikaa. Siinä nytkähdetään askel eteenpäin.

Kriisi on tarveristiriitatilanne

Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan olemme aika itsekeskeisiä olentoja. Se on hyvä tunnustaa. Parisuhteessakin olemme itsekeskeisiä. Minun on hyvä olla tässä avioliitossa, jos saan olla oma itseni ja minun tarpeistani pidetään huolta. Parisuhdekriisi on usein tarveristiriitatilanne. Joskus tarpeet ovat samansuuntaisia, esim. kaksi yksinäistä etsii yhteyttä, tai toisiansa täydentäviä, kun toinen haluaa olla turvallinen ja toinen etsii turvaa. Joskus taas tarpeet ovat toisilleen täysin vastakkaisia. Toinen haluaisi enemmän yhteyttä ja hellyyttä, toinen enemmän omaa vapautta ja itsenäisyyttä.

Mitä tarpeitamme me sitten sijoitamme rakkaussuhteeseen? Siinä on sekä lapsenomaisia että aikuismaisia tarpeita. Meissä olevan lapsen tarpeita ovat mm. hyväksymisen, ymmärtämisen, huolenpitämisen, hellyyden ja kosketuksen tarpeet. Aikuisen tarpeita ovat oma vapaus ja itsenäisyys sekä itsensä toteuttaminen.

Jos rakkaus kuolee, älä kieltäydy vastaamasta toisen tarpeisiin. Siten saat suhteen uudelleen elämään. Kysymys on vain lähinnä siitä, pystytkö vastaamaan toisen tarpeisiin, jos ne ovat ristiriidassa omien tarpeittesi kanssa. Jos pystyt, olet oppinut tärkeän taidon. Tärkein matka parisuhteessa on tulla toista puolitiehen vastaan. Omien tarpeiden pitäminen aina etusijalla tuo yhtä huonoa tulosta kuin ainainen periksi antaminen. Edellinen jättää toisen pulaan ja jälkimmäinen tekee itselleni paha. Puolitiehen vastaan tuleminen tuottaa parhaimman tuloksen. Kannattaa antaa toiselle edes hieman periksi, koska tällöin parisuhde lähtee todennäköisesti uuteen nousuun, ja sehän palkitsee molemmat.

Kriisit ovat noidankehätilanteita

Noidankehä lähtee liikkeelle siitä, että sanon tai teen jotain huolimattontaa, josta puolisoni loukkaantuu ja vastaa pahalla. Minä pahoitan mieleni ja annan tulla takaisin. Tämä on reagoivaa puhetta. Sanoja roiskitaan ilman harkintaa. Syytellään, nimitellään ja riidellään. Vetäydytään ja murjotetaan.

Tämä oravanpyörä pitäisi osata katkaista ja aloittaa päinvastainen kehitys. Se voi lähteä liikkeelle hyvin pienestäkin eleestä tai sanasta. Ensin voi olla vaikka hymy, johon toinen vastaa kohteliaalla sanalla. Sitten tulee kukka, anteeksipyyntö, kädestä kiinnipitäminen, halaus, ja nyt ollaan taas kavereita.

Metsä vastaa niin kuin sinne huudetaan. Toinen vastaa samalla mitalla sekä myönteisinä kausina että pahan olon noidankehässä.

Kriisi on puhumattomuutta

Kriisi voi olla olemukseltaan viestinnän toimimattomuutta. Ensimmäisiä vaikeita tunteita, joita syntyy parisuhteen ongelmassa, voivat olla pettymys, loukkaantuminen tai vihastus. Jos näitä ei osata

purkaa ja käsitellä pois päiväjärjestyksestä, ne kasaantuvat pinnan alle. Tällöin niistä muodostuu aikapommi, raskaamman asteen tunnekasautuma ja pysyvämpi asenne, esim. viha tai katkeruus. Jos sitäkään ei osata puhumalla selvittää, alkaa keho ennen pitkää puhua jonkin oireen muodossa. Tai sitten kehittyy jokin vinoutunut käyttäytymiskaavio.

1. aste: pettymys, vihastus, loukkaantuminen

Jos niitä on paljon, kehittyy

2. aste: viha, katkeruus

Sen jatkuttua kauan kehittyy

3. aste: oire, keho alkaa puhua

1. aste on vain tilapäinen tunne ja siitä selviää tavallisesti yhdellä puhumisella – ja ihan kotona. Paavali antoi tästä hyvän ohjeen. "Vaikka vihastuttekin, älkää tehkö syntiä. Sopikaa riitanne, ennen kuin aurinko laskee." (Ef. 4:26.) Eli purkakaa mielipahanne tuoreeltaan, mielellään saman päivän aikana.

2. aste vaatii jo useampaa puhumista. Samaa asiaa pitää saada puhua monta kertaa, ja kuuntelija pitäisi löytyä. Kuuntelijan pitäisi olla sellainen, joka antaisi puhua vaikka kuinka monta kertaa samaa asiaa niin kauan kuin puhuttaa. Hyvin yleinen virhe tässä kohdin on, että kielletään puhumasta. Vedotaan että "aina sä jankutat tuota samaa, etkä pääse koskaan siitä irti". Siitä kyllä pääsee irti, jos saa tarpeeksi puhua. Joskus paine sitten vähenee, eikä enää tarvitse siitä puhua. Se on nyt ohi. Tämä vaihe voi tarvita jo ammattiapua. Mutta siitä voidaan selvitä puolisoiden välisellä kotihoidollakin, jos vain puoliso pystyy olemaan edellä mainitun kaltainen kuuntelija. Tämä vaihe ei ole enää pelkkä tilapäinen tunne vaan pysyvämpi asenne. Asenteet eivät muutu helposti eivätkä nopeasti. Tässä tarvitaan aikaa ja kypsymistä, vihan tunteen ylitse pääsemistä ja uuden asenteen sisäänajoa.

3. aste vaatii jo ammattiapua. Viha iskeytyy ruumiiseen, ja ihminen sairastuu heikoimmalta kohdaltaan. Oire voi olla myös vinoutunutta

käytöstä toista kohtaan. Parin kesken kehkeytyy peli, josta molemmat kärsivät. Viha ei pysy enää pelkäästä sisällä kuten 2. asteessa, vaan se ulkoistuu.

Kriisi voi olla kypsän ja kehittyneen viestinnän puutetta

Alkeellisin pahan olon purkamisen muoto on väkivalta: lyö toista tai käyttää kättä pidempää. Siitä hiukan kehittyneempi versio on korvikereaktio: ei käy käsiksi toiseen, vaan purkaa kiukkunsa esineeseen tai toimintaan. Lapsi viskoo leluja seinään. Nainen heittää pahassa olossaan lautasia lattialle. Mies potkii kantoa tai lähtee suutuksissaan juoksulenkille tai puita pilkkomaan.

Seuraavaksi kehittynein pahan olon purkamisen muoto on sanojen käyttö, mutta sitäkin on kahdenlaista. Reagoivasta puheesta kerroin jo edellä. Kypsin pahan olon purkamisen muoto on valikoiva puhe. Mietin etukäteen, mitä sanoisin ja miten sanani asettaisin, että saavuttaisin parhaan mahdollisen lopputuloksen.

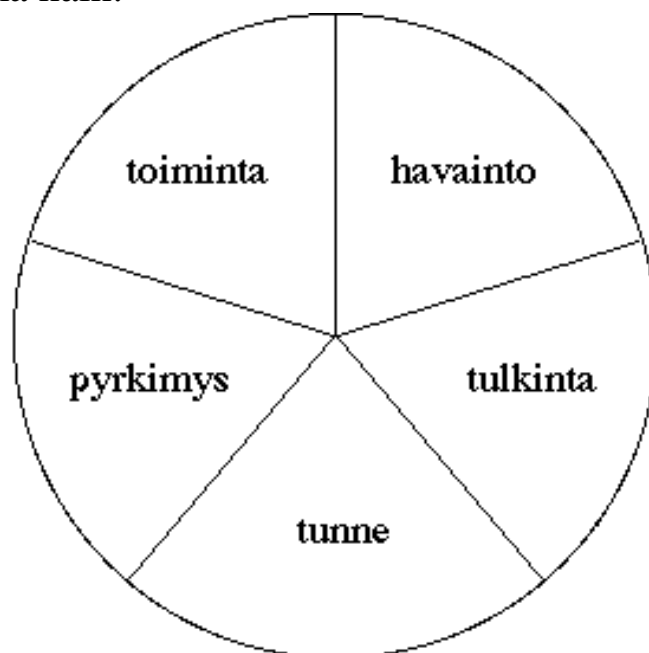
alkeellinen 1. väkivalta, raivokohtaus

2. korvikereaktio

3. reagoiva puhe

kehittynyt 4. valikoitu puhe

Toimi vaikka näin:



Tietoisuuden kehä

Tiedosta ja sano itsellesi, mikä tunne sinulla on. Anna tunteellesi nimi! Mistä tunne lähti liikkeelle? Mitä tapahtui? Mitä havaitsit? Miten tulkitsit tuon havainnon? Mitä ajattelit siitä? Nyt olet selvittänyt itsellesi tunteesi syntyhistorian. Entä mihin pyrit? Miten aiot toimia päästäksesi tuohon pyrkimykseen? Eli miten tästä eteenpäin

Kun olet itsellesi selvittänyt nämä asiat, kerro kumppanillesi yksikön ensimmäisessä persoonassa samat asiat. Eli kerro itsestäsi: omista toiveistasi ja pyrkimyksistäsi, omasta tunteestasi, miten se syntyi ja mitä ehdotat, miten toimimme tästä eteenpäin

Otan esimerkin siitä, miten yllä mainittu toimisi tavallisessa perhe-elämässä:

– Minun tunteeni tällä hetkellä sinua kohtaan on pelko (tunne). Kun ärjyit lapsellemme (havainto), ajattelin, että olet hermoherkkää tyyppiä (tulkinta). Toivon kuitenkin, ettei minun tarvitsisi pelätä sinua, vaan voisin kokea turvallisuuden tunnetta kanssasi (pyrkimys). Siksi ehdotan, että pitäisimme ainakin kerran viikossa paineitten purkutuokion. Järjestäisimme sellaisen jutteluhetken näistä tunneasioista, etteivät ne jää vaivaamaan (toimintaehdotus).

Useimmat riidat syntyvät, kun puhutaan yksikön toisessa persoonassa eli syytetään: "Sinä teit sitä ja jätit tekemättä tätä, senkin sika." Sopu ja rauha syntyvät tavallisesti, kun avaudutaan ja puhutaan omasta itsestä. Avautuminen on luottamuksen osoitusta. Toinenkin saattaa silloin avautua ja ymmärtämys saavutetaan. Tämä on valikoitua puhetta.

Kriisi on luuloa rakkauden loppumisesta

Tunnetta on sekin, että tunteet ovat kuolleet ja rakkaus on lopussa. Tunteet ovat häilyviä kuin pilvet. Ne tulevat ja menevät. Joskus matalapaine saattaa kestää kauemmin, mutta aina se on loppunut ja tullut taas auringonpaiste. Joskus on kyllä kylmiä jääkausia, mutta jäätä voi alkaa sulattaa. Se voi tapahtua lämmöllä ja myötämielisellä suhtautumisella. Jos toisen on hyvä olla lähelläni ja vastaan hänen tarpeisiinsa, hänessä alkaa pikkuhiljaa herätä hyvää oloa, sitten

tyytyväisyyttä, sitten onnellisuutta ja joskus sitten ihan halukkuutta ja rakkauden tunnettakin.

Vaikka joskus tuntuu siltä, että rakkaus on kuollut avioliitossa, kannattaa silti uskoa rakkauden ylösnousemukseen.

Kriisi on vuorovaikutuksen toimimattomuutta

On asioita, joissa aina törmäämme karille. Sitten on alueita, joissa suhteemme toimii.

Kriisissä ollessamme lyömme päätämme seinään. Alamme pikkuhiljaa uskoa, että tuolla tavalla meidän ei kannata yrittää ratkaista ongelmiamme. Toisella tavalla taas homma sujuu. Sitä meidän kannattaa lisätä ja sen avulla saada hyvää mieltä lisää. Kartoitamme ikään kuin karit ja turvallisen väylän.

Elämäntaitoa on tiedostaa, mistä meillä alkaa kehitys väärälle raitteelle ja mitkä ovat ne seikat, sanat ja eleet, jotka meidän perheessämme toimivat yhteiseksi parhaaksemme. Meidän kannattaa purjehdintia havaitsemaamme turvallista väylää.

II Hoidosta tarkemmin

Edellä kuvatessani kriisien olemusta kerroin samalla jotain hoitovinkkejä. Seuraavassa kerron niistä lisää ja tarkemmin.

Usein perhekriiseissä käytän alussa ratkaisukeskeisen lyhytterapiaan oivalluksia. Kun asiakkaat ovat kertoneet huolenaiheensa – ja niille pitää antaa riittävästi tilaa – kysyn sitten kohta, missä kohden heillä menee hyvin. Sama asia siis kuin edellä "turvallinen väylä" -vertaus. En kysy, meneekö teillä jossain kohden hyvin. On tärkeätä olettaa, että heille menee myös hyvin, ja kysyä, mikä tällainen asia on. Näin etsitään heidän perheensä positiivisia puolia ja voimavaroja.

Sitten kysyn tavoitetta. Minkälainen on se tilanne, jolloin ette enää tarvitse apua vaan olette tyytyväisiä. Jos he eivät osaa vastata, kuten usein tapahtuu mielen ollessa pahalla päällä, pyydän heitä kuvittelemaan ihmettä. Heräät uuteen aamuun ja ihme on tapahtunut. Ongelmat ovat poissa. Millaista silloin on? Tällä saadaan esille tavoite, jota he toivovat. Joskus he eivät osaa vastata ihmekysymyseenkään tai eivät halua. Jos he sabotoivat sanomalla, ettei sellaista

ihmettä voi tapahtuakaan, käytän sitten apuna kouluarvosanoja. Se tepsii yleensä. Millä arvosanalla kuvailisit perheen tilannettanne nyt? No vaikka viisi! Entä mihin numeroon olisit tyytyväinen? No kahdeksan olisi ihan hyvä!

Mitä tarkoittaa, että siirrytte vitosesta kahdeksikkoon? Tavoitteen asettaminen on tärkeätä, koska sillä saadaan hahmotetuksi suunta, mitä kohden lähdetään liikkeelle. Ihmiselle on tärkeätä tietää, mitä hän haluaa. Jos hän ei sitä tiedosta, hän on tuuliajolla.

Tavoitteita saa olla usean tasoisia. Pitää olla päätavoite, välitavoitteita ja lähitavoite. Olisin aika lohduton sielunhoitaja, jos sanoisin, että ehkä parin vuoden päästä pääsette tavoitteeseenne. Ihmisille pitää tarjota jotain tässä ja nyt. Lähitavoite on sellaista, mikä voi toteutua jo tänään tai tällä viikolla. Lähitavoitteen esille saamiseksi voi kysyä, mikä on ensimmäinen askel, josta huomaatte liikahtetun kohti haluamaanne suuntaa. Se voi olla pienikin asia. Käytän usein patovertausta. Pato on tukkinut välillänne elämän virran. Padon murtuminen alkaa hiekanjyvästä, joka lähtee liikkeelle. Sitten menee muita hiekanjyväsiä, sitten multapaakku, kivenmurikka, vesi alkaa virrata ja koko pato murtuu. Mikä on tuo ensimmäinen hiekanjyvänen, joka liikahtaa teillä kodissanne?

Hoito on toivon antamista

Monet kriiseissä olevat pelkäävät, että tästä ei selvitä. He luulevat, että kellään muilla ei ole näin vaikeata. Masentunut tarttuu toivon kipinään, joka hänelle tarjotaan. Hengellinen lohdutus herättää toivon. Rukous on sitä, että saamme heittää kaikki murheemme Jumalan käsiin. Hän pitää meistä huolen. Teemme virheitä, mutta Jumala voi korjata virheemme ja itse voimme oppia. Oppimisemme tapahtuu usein yritysten ja erehdysten kautta. Elämä on hapuilua. Ei pahin virhe ole erehdys vaan se, ettemme opi siitä mitään.

Usein käytän myös vertauksia apuna.

Hiirivertaus: Kaksi hiirtä putosi kermatonkkaan. He räpiköivät aikansa. Toinen luovutti ja hukkuu. Toinen jatkoi räpiköimistä ja ajan kanssa kerma muuttui voiksi. Se pääsi hyppäämään kuiville. – Kriisistäkin voidaan päästä kuiville, jos vain keitetään. Kannattaa siis räpiköidä.

Palapelivertaus: Kriisi on kuin sekaisin mennyt palapeli. Etsitään vaan kullekin palalle oma paikkansa. Se ei tapahdu hetkessä. Sitä mukaa kuin palaset loksahdavat kohdalleen yksi kerrallaan, tehtävä helpottuu. Joskus sitten palapeli saadaan kootuksi kokoon – ja kriisi on ohi.

Omenankypsytysvertaus: Kriisissä on usein kysymys prosessista. Pitää kypsyä elämänmuutosvaiheessa uusiin asenteisiin. Kypsyminen vie aikaa. Liian varhain poimittu hedelmä maistuu pahalta ja aiheuttaa vatsanväänneitä. Odotetaan kypsymistä!

Sielunhoito on vierellä olemista

Sielunhoito on ihmisen vierellä olemista Jumalan kasvojen edessä, olkoon jumalasuhte sitten vaikka heikkokin.

Erik Ewaldsin kirjoista olen paljon saanut oppia sielunhoitajan asenteesta. Seuraavat rivit eivät ole ihan tarkkaa lainausta häneltä. Mukana voi olla omia tulkintojanikin, mutta pääasiallisesti ajatukset ovat hänen:

Sielunhoito on ihmisen tunteiden ymmärtämistä. Ihminen ei pysty löytämään itseään, ellei hänellä ole ketään, joka hyväksyy hänet ilman ehtoja. Evankeliumikin on ilman ehtoja hyväksymistä. Sielunhoitajan on eläydyttävä sisälle avunetsijän ahdistukseen, heikkouteen ja vajavuuteen.

Avunhakijalla on oikeus tulla ymmärretyksi omista lähtökohdistaan käsin. Sielunhoitaja auttaa hoidettavaa etsimään ominta itseään. Hän antaa asiakkaalle aikaa kypsyä omaksi persoonakseen pakottamatta hänen persoonaansa mitään ulkoista tai vierasta. Sielunhoitaja ei riistä uskoutuvalta ihmiseltä hänen vapauttaan eikä ota kannettavakseen sitä vastuuta, joka kuuluu ihmiselle itselleen. Hän ei ole hallitseva hahmo vaan vierellä olija. Tällöin autettava uskaltaa ottaa esiin vaikeat ongelmansa ja luottaa siihen, että sielunhoitajan kunnioitus häntä kohtaan säilyy, kertoipa hän mitä tahansa. Sielunhoidossa käynnistyy prosessi, jonka myötä autettava kykenee käsittelemään ongelmiaan. Sielunhoitaja ei ole ongelmien ratkaisija vaan vierellä olija, jonka läsnäolo käynnistää muutostilan. Hoidettavan on saatava itse säädellä muutoksen etenemisnopeutta.

Sielunhoito ei ole moralismia, vaikka se on mitä suurimmassa määrin moraalinen tapahtuma. Tuomitseva asenne karkottaa hoidettavan. Hän katuu, että tuli, eikä tule toista kertaa. Hyväksymisellä tarkoitetaan sitä, että sielunhoitaja ei edellytä moraalista toimintaa autettavaltaan, joka ei ole vielä kypsynyt moraalisen päätöksenteon tasolle. Sielunhoitajan tehtävänä on luoda edellytykset, joiden turvin hoidettava vapautuu ja saa voimaa moraaliseen toimintaan. Sielunhoito on moraalin syntymisen ehtoihin alistumista lähimmäisenrakkauden hengessä.

Sielunhoito on ihmisessä olevan hätääntyneen lapsen rauhoittamista ja johtamista aikuisuuteen

Monesti hoidettava kysyy, onko tämä oikein vai väärin. Tietysti jossain määrin siihen voi vastata ja antaa Jumalan sanan mukaisia ohjeita. Liika vastaaminen hoidettavan kysymyksiin voi johtaa kuitenkin vastuun välttelemiseen. Jos sielunhoitaja alkaa vastata liikaa, hän siirtää vastuun itselleen hoidettavalta. Se on liian helppo ratkaisu. Lapsenomaisessa tilassa ihmiset hakevat tukeutumista toisten ratkaisuihin. Aikuistumisessa ihminen ottaa vastuun itselleen. Sielunhoitaja voi kysyä, mitä asiakas itse ajattelee, pitää oikeana ja vääränä. Ihminen on sitoutunut siihen, mitä hän itse pitää oikeana. Ei ole niinkään varmaa, sitoutuuko hän siihen, mitä toinen pitää oikeana.

Silloin, kun autettava ei ole kypsynyt aikuisuuteen, vaan elää ja toimii lapsenomaisten impulssien varaisesti tai on paniikissa, kuten hätääntynyt lapsi, sielunhoitajan on otettava kuitenkin aikuisen ja auktoriteetin rooli. Silloin sielunhoito voi olla direktiivistä, suoria ohjeita antavaa. Auktoriteettiasema edellyttää luottamuksen syntymistä ja sielunhoitosuhteen vakautta.

Sielunhoito johtaa vastuun ottamiseen. Ihmisen parantuminen alkaa siitä, kun hän itse löytää omat virheensä eikä syytä toista. Perheitä kohdatessa sielunhoitaja ei etsi syyllistä, vaan kyselee ja odottaa, että ihminen itse kypsyisi siihen, että hänen on tehtävä jotain. Kyseleminen oli paljolti myös Jeesuksen ja Sokrateen opetusmetodi.

Syyllisen etsiminen perheessä ei ole hyödyllistä. Parempi olisi oppia ymmärtämään, että kaikki perheenjäsenet ovat sopassa mukana. Jokainen on omat mausteensa laittanut. Ei kannata todeta, kuka on

paha vaan että kriisiin johtanut peli on paha. Peli olisi hyvä havaita, puhua siitä avoimesti ja lopettaa se.

Asiakas muistaa sielunhoitotapahtumasta ennen kaikkea tunnelman ja hoitosuhteen laadun, ei niinkään hoitajan sanakäänteitä, teraputin interventioita ja viitekehyksiä.

Sielunhoito voi olla myös yllätyksellistä

Ihmiset kaipaavat nopeaa apua, mutta usein väärästä suunnasta. Heillä saattaa olla valmiit mallit, ja he tulevat hakemaan lisää puhtia omiin yrityksiinsä. Sielunhoitajan näkökulmasta yritys voi olla verrattavissa avaimen väkisin vääntämiseen. On odotettavissa vain avaimen katkeaminen, jos väännetään lisää. Nyt pitäisikin tehdä aivan päinvastaista, löysätä ovea ja hellittää otetta – ja ovi aukeaa.

Jos jokin junnaa perheessä paikoillaan eikä toivottua muutosta tule, pitäisi tehdä uutta ja erilaista, ehkä aivan päinvastaista, mitä on yritetty. Samaa yrittämällä, kaasua lisäämällä auton pyörä painautuu entistä syvemmälle pehmeään lumeen. Kokeillaan jotain uutta. Yritä peruuttamalla! Tai odotetaan aamuun, jolloin lumi on jäätynyt yön aikana.

Paradoksaalisilla menetelmillä voidaan saada yllättäviä nopeita tuloksia. Jeesus oli opetuksessaan toisinaan paradoksaalinen. Hän lisäsi vain vettä myllyyn rikkaan nuorukaisen lakiuskonnollisuuteen. Nuorukainen kehuu täyttäneensä kaikki käskyt. Jeesus kehotti jatkaamaan samaan suuntaan ja myymään kaiken omaisuuden ja jakamaan köyhille. Nuorukainen kompastui omaan yritykseensä. Sen jälkeen Jeesus saattoi vasta opettaa, mistä todellinen apu, pelastus ja muutos tulee. Jumala sen saa aikaan ihmisessä.

Paradoksaalisissa menetelmissä todetaan usein ensin vanhojen yritysten mahdottomuus ja sitten tarjotaan jotain uutta ja yllätyksellistä.

Rippi on myös yllätyksellistä. Siinä tapahtuu autuas vaihtokauppa. Tulemme Jumalan luo syntiemme kanssa; Hän ei tuomitsekaan vaan antaa anteeksi.

Muutokseen ei useinkaan päästä suoraan siihen pyrkimällä. Muutos tulee usein sivutuotteena, kaupanpäällisenä jonkin muun asian mukana. On epäonnistunut yritys vaatia sinua muuttumaan. Kun muu-

tun itse ja olen ystävällinen, silloin on paremmat mahdollisuudet sinullakin muuttua. Muutos ei tule vaatimalla vaan tukemalla. Tässä kohden lyödään tavattoman paljon perheissä kirvestä kiveen.

Yllättävää voi olla myös uuden merkityksen ja uuden nimen antaminen ongelmalle. Tarkastellaan sitä uudesta näkökulmasta. Mitä hyviä puolia ongelmassa on? Mistä tärkeästä asiasta se viestii? Kun nähdään asialle uusi merkitys, suhtautuminen siihen muuttuu. Koko perheen tilanne alkaa muuttua myös toisenlaiseksi uuden suhtautumistavan myötä.

Perhekriisien luokitus

Jaan perheen kriisit kolmeen eri luokkaan: rakennekriisit, kasvu- ja kehityskriisit sekä yllätykselliset tilannekriisit. Nämä kaikki voivat olla vuorovaikutuksessa keskenään eikä aina ole selvää, mihin kukin kriisi sijoittuu vai sopiiko se joka luokkaan. Kriisiluokitus auttaa meitä kuitenkin hahmottamaan, mistä on kysymys.

Perheen kehitysvaiheitten kasvukriisit ovat usein luonnollisia taitekohtien murroskipuja. Ei ole kysymys siitä, että jotain outoa tapahtuu. On lohdullista tietää, että monet muutkin ovat käyneet saman läpi ja selviytyneet.

Asian sanominen tilannekriisiksi voi johtaa päättäväisyyteen. Nyt on elämäntehtävänä suorittaa inventaario: katsoa, mitä on menetetty, mikä uhkaa nyt, mitä sellaista on vielä jäljellä, josta voimme rakentaa parhaimman mahdollisen tuloksen.

Rakennekriisien hahmottamisen merkitys on ennaltaehkäisevä. Vaikka tässä kohden olemme heikolla jäällä, olemme erityisen varovaisia. Me aiomme tästä selviytyä!

Vaikka kohta luettelen kriisien nimiä selvien elämäntilanteiden mukaan, mikään näistä tilanteista ei sinänsä, automaattisesti, ole kriisi. Perheessä voi olla murrosikäinen poika ja vaihdevuosissa oleva äiti, mutta ei siitä mitään kriisiä synny. Jonkun kohdalla leskeksi jääminen voi olla hyvin harmoninen tapahtuma. Avioliitto ulkomaalaisen kanssa voi olla onnellinen ja kestävä. Kriisien syntyyn ja syihin liittyvät tekijät ovat vain kriisialttiustekijöitä. Ihmiset kokevat tilanteet eri lailla. Asioilla ja tapahtumilla sinänsä ei ole niin suurta merkitystä kuin sillä, miten me niihin suhtaudumme. Kriisistä voidaan puhua vasta sitten, kun kipeä asia ahdistaa mieltä liikaa. Se on ensimmäisenä

mielessä, kun herään. Se häiritsee normaalia elämäntapaa. Se vie voimat, kun siihen joutuu keskittymään jatkuvasti.

III Rakennekriisit

Rakenteellisilla kriisialttiustekijöillä tarkoitan seikkoja, jotka liittyvät parisuhteen perustamiseen tai parien vaikeasti toisiinsa sopeutuviin taustoihin tai ominaisuuksiin. Näistä ei todellakaan kannata tehdä liian pitkälle meneviä johtopäätöksiä, muuten ei uskalleta mennä naimisiin ollenkaan. Merelläkin voi purjehtia vaikka siellä on matalikkoja. Karit pitää tuntea. Kun tietää, missä ne ovat, osaa ne myös välttää. Tämä kriisien kuvaus on siis kartan piirtämistä. Merenkävijä tarvitsee kartan luvun ohella myös navigointi- ja veneenkäsittelytaitoja. Ihmissuhde-, vuorovaikutus- ja viestintätaidot ovat todella tarpeen, kun perheet purjehtivat elämänmerellä.

Jonkun kohdalla parisuhteen perustaminen saattaa olla **pakoa lapsuudenkodista**, jossa esim. isä on saattanut olla liian määräälevä. Kun paetaan jotain, mennään yleensä ojasta allikkoon. Avioliiton tarkoitus ei ole olla hätäratkaisu.

Vähän samantapainen tilanne saattaa olla **liian nopea uusi sitoutuminen eron tai puolison kuoleman jälkeen**. Tietysti uuden kumppanin löytäminen on lohdutus ja helpotus. Mutta surutyö edellisen suhteen päättymisestä jää käymättä tai kesken, jos liian nopeasti sitoutuu uuteen suhteeseen. Kesken jäänyt suru saattaa jollakin tavalla astua esille ennen pitkää uudessa parisuhteessa. Entinen puoliso on edelleen mukana näkymättömänä hahmona.

Liian erilainen perhe- ja kulttuuritausta voi muodostua ongelmaksi. Toinen on muslimi Lähi-idästä ja toinen perussuomalainen. Erilaiset nais- ja mieskäsitykset, kulttuurierot, tavat ja tottumukset törmäävät rajusti toisiinsa.

Erilaiset lapsuudenkodin viestintätavat saattavat yllättää. Toisen kodissa on asiat ilmaistu avoimesti, jopa ääntä korottamalla. Toisen kodissa ei ole riideltä ollenkaan. On vaiettu. Hiljaisesta kodista tulleelle puolison huutaminen tuntuu maailmanlopulta ja avioliiton särkyemiseltä.

Liiallinen sidonnaisuus vanhempiin ja sukuun häiritsee oman avioliiton rauhaa. Sanoohan Raamattukin: "Siksi mies jättää isänsä ja

äitinsä ja liittyy vaimoonsa" (1. Moos. 2:24). Liittyminen ei onnistu, jos ei osata jättää entistä. Jos asutaan lähellä sukua, pitää huolehtia myös oman perheen itsenäisyydestä. Hyvin usein se puoliso, jonka suku ei ole lähellä, voi pahoin. Hän tuntee jäävänsä kakkoseksi, kun sukulaiset vievät puolison huomion ja liikaa hänen ajastaan. Suvulta saattaa tulla paineita, tehtäviä ja vastuuta. Ei voida olla omassa rauhassa. Varsinkin lapsen kasvatsohjeita ollaan kärkkäitä antamaan. Tällä en halua sanoa, etteikö sukuun saisi pitää yhteyttä. Totta kai, se on hyvin kunnioitettavaa. Heiltä voi saada paljon myös tukea. On kysymys lähinnä oikean rajan vetämisestä.

Liian nuorena naimisiin menoa moni katuu myöhemmin. Tuli liian varhain sitouduttua. Nuoruus ja vapaus jäivät kesken. Elämätön elämä jäi vaivaamaan. Ollaan äkäisiä puolisolalle, kun hän houkutteli tähän loukkuun. Lastenhoito, joka on rankkaa työtä ja arkea, alkoi liian varhain. Nuori tyttö joutui ottamaan äidin vastuun itsekin keskenkasvuksena. Vuosia myöhemmin elämätön elämä pyrkii purkautumaan esille uudenlaisena menemisenä.

Liian lyhyt seurustelu saattaa jäädä myös vaivaamaan. Olisi ollut ihana seurustella pidempään. Sehän on melkein sitä ihaninta aikaa. Kevät tuntuu kesää paremmalta. Emme edes ehtineet tutustua toisiimme kunnolla. Olisi ollut kiva suunnitella kaikkea yhdessä. Hyvää kannattaa odottaa.

Sisarjärjestysasetelmat saattavat aiheuttaa myös omia käyttäytymismalleja ja rooleja. Esikoinen on yleensä johtaja ja vastuunkantaja. Hän on perinteen säilyttäjä. Hänelle on uskottu tärkeitä tehtäviä. Hän osaa komentaa, mutta myös puolustaa alaisiaan. Nuorimmainen on yleensä pajattu, hellitty lellilapsi. Keskimmäiset saattavat olla väliinputoajia, mutta myös selviytyjiä. Ovat tottuneet olemaan puun ja kuoren välissä. Osaavat alistua, mutta myös luikerrella pois. Perheen ainut lapsi on tottunut saamaan kaiken ja säilyttämään omansa. Hänen ei ole tarvinnut jakaa lelujansa muitten kanssa. Monilapsisesta perheestä tuleva on taas oppinut sosiaalisia taitoja.

Jos puoliset tulevat samasta sisarjärjestystilanteesta, saattaa tulla törmäyksiä. Kaksi esikoista mittelee voimiaan. Kaksi kuopusta odottaa vain toisiltansa hyvää. Kaksi ainutta lasta säilyttää tarkasti oman reviirinsä. Puolisoille on eduksi, jos he tulevat eri sisarjärjestyksistä.

Avioliiton ei ole hyvä olla **hoitosuhde**. Joillakin on jalo ajatus pelastaa kumppani viinan kiroista tai nostaa masennuksesta. Jatkuva

asuinkumppanin muodossa oleva hoitosuhde käy ennen pitkää liian raskaaksi. Siihen väsyä.

Parisuhteen on parempi olla tasaveroinen kumppanuus. Jaetaan vastuuta tasaisesti. Välillä sinä olet heikko, silloin minä olen veto-vuorossa. Kun minä en jaksa, vedä sinä. Minä otan nämä tehtävät, koska osaan ne. Sinä olet parempi noissa asioissa. Punttien on hyvä olla tasan.

Pakkoavioliitto saattaa jäädä kaivertamaan mieltä. Pakkoon voi olla monta syytä. Lapsi on tulossa. Vanhempien ja suvun painostus voi olla ajamassa nuoria yhteen vaikka maatiloja tai muita omaisuuksia yhdistettäessä.

Luonnetekijät. Jyräävän, aina oikeassa olevan alistavan tahto-ihmisen kanssa on herkän tunneihmisen vaikea tulla toimeen. Jäykät luonteet ja asenteet tuovat ongelmia. Lujuus ja joustavuus oikeissa asioissa ja kohdissa olisi tarpeen löytää. Lujuus ja jäykkyys ovat eri asioita. Tarpeeksi vahvan on varaa joustaa.

Asunnon ahtaus voi olla rakennekriisi. Jos esim. viisihenkinen perhe, jossa on 14-vuotias tytär, 13-vuotias poika ja vielä 5-vuotias kuopus, asuu kaksiossa, on luonnollista, että ongelmia tulee. Vanhemmat lapset tarvitsisivat omat huoneet. Entä missä vanhemmat nukkuvat? Pienessä asunnossa ei ole omaa rauhaa, jota kukin tarvitsisi. Ihmisten ja tiedotusvälineiden ääntä on paljon. Tällaisissa tilanteissa tarvittaisiin erinomaista sopeutumiskykyä. Muuttaminen tilavampaan asuntoon ratkaisisi tämän ongelman, mutta esteenä voi olla toinen rakennekriisi – **toimeentulon niukkuus**.

Yhteisen ajan puute johtaa usein kriisiin. Puolisot saattavat käydä vuorotyössä eivätkä tapaa muuta kuin väsyneenä sängyssä. Viestintä tapahtuu kirjelappusilla. Toinen puoliso saattaa tehdä valtavasti ylitöitä. Lapset vaativat myös oman aikansa. Parisuhde on kuin pieni vauva. Jos sille ei anna aikaa ja hoivaa, se menehtyy. Yhteiselle ajalle on raivattava tilaa päiväohjelmassa tai viikko- ja kuukausisuunnitelmassa.

Ahdistava suhtautuminen seksuaalisuuteen tuo ongelmia avioliittoon. Seksiä ei pidetä Jumalan lahjana ja elämän hienona mausteena, vaan se nähdään likaiseksi. Taustalla voi olla lapsuuden perheen mallit ja asenteet tai kipeät lapsuuden ja nuoruuden kokemukset. Oma psykoterapia voi poistaa ahdistusta. Seksuaaliterapialla opetellaan

uudenlaista varovaista hyväksyvää suhtautumista seksuaalisuuteen. Tämä aletaan nähdä elämän voimavaraksi.

Kriisiä aiheuttavia rakenteita on sekä ulkoisia että sisäisiä. Sisäiseltä rakenteeltamme olemme erilaisia. Jonkun kestävyys on toisen kestävyys heikompi. Sisäiseltä rakenteeltaan vahvakin saattaa ajautua kriisiin, jos ulkonaisesti kuormitetaan tarpeeksi paljon.

IV Kehityskriisit

Niin yksilön kuin perheenkin elämä jakaantuu erilaisiin jaksoihin. Rakkauselämässäkkin on omat elämänkaarelliset vaiheet. Siirryttäessä vaiheesta toiseen tarvitaan sopeutumistyöskentelyä. Nämä taitekohdat ovat usein kriisivaiheita. Entisillä eväillä ei enää selvitä. Täytyy oppia uutta. Se, mikä elähdytti meitä kaksikymppisinä, ei enää auta nelikymppisinä. Halusin sinut puolisoiksi sellaisena kuin olit kolmekymppisenä. Mitä nyt teen, kun et olekaan enää sama viisikymppisenä vaan olet muuttunut?

Meidän tulisi oivaltaa, että emme pysy samanlaisina vaan muuttamme. Kullakin vaiheella on omat ilonsa ja tehtävänsä. Kukin jakso synnyttää oman hedelmänsä. Elämänkaarellinen muutos on luonnollista. Meidän ei tule jymähtää paikoillemme vaan siirtyä eteenpäin. Jaksosta toiseen siirtyminen saattaa herättää surua ja luopumisen tunnetta. Meidän tulee kuitenkin nähdä ne uudet mahdollisuudet, joita uusi alkava jakso tuo tullessaan.

Luettelen nyt joitakin perheen elämän taitekohtia, joista helposti kehittyy kriisejä.

Ensimmäisen lapsen syntymä on tavallisesti odotettu tapahtuma ja onnittelujen aihe. Hyvin usein nuori pari kuitenkin yllättyy, miten paljon se muuttaa heidän elämäänsä. Enää ei voida lähteä vapaasti minne halutaan. Lapsi sitoo hyvin paljon kotiin. Hän valvottaa öitä. Tulee väsymystä vuorokausirytmien mentyä uuteen järjestykseen. Lapsi vie lähes kaiken äidin huomion ja energian. Jos isä ei osaa tukea äitiä tässä tärkeässä vaiheessa, hän saattaa kokeakin lapsen kilpailijaksi. Hän tulee mustasukkaiseksi lapselle. Yleensäkin kaikenlaisissa kolmiosuhteissa on perhe-elämässä vaikeampi löytää tasapaino kuin kahden välisessä suhteessa. Enää ei olla vain mies ja vaimo. Pitää opetella isän ja äidin uutta roolia ja tehtävää.

Väsyneet 30-vuotiaat äidit ovat tyypillinen ilmiö pienten lasten perheissä. Äiti on kotiin sidottu. Hän joutuu antamaan aikansa ja energiansa kaikille muille paitsi itsellensä. Lapset työllistävät häntä täysaikaisesti ja mieskin vaatii vielä osansa. Hän on kateellinen miehelle, joka saa käydä työssä kodin ulkopuolella ja luoda uraa.

Tässä vaiheessa äiti jaksaisi paremmin, jos edes hieman saisi hengähdysaikaa, aikaa itsellensä omiin harrastuksiin, ystäviin tai muille asioille, joista hän saa voimaa.

Elämän puolivälin kriisi tarkoittaa noin nelikymppisten tilannetta. Usein puhutaan myös **keski-ikä kriisistä**, mutta ongelma on, miten keski-ikä määritellään. Joidenkin mielestä se alkaa 35-vuotiaana, jotkut taas tarkoittavat sillä 50- tai 60-vuoden ikäisiä.

Hyvin usein tämän vaiheen kriisin sisältö on Jungin sanoja lainatakseni se, että mies ja vaimo vaihtavat paikkansa 30- ja 40-vuotiaana. Vaimo on jo hoitanut lapsensa siihen vaiheeseen, että he irtautuvat äidin hameen helmoista. Äidissä vapautuu uutta tilaa ja energiaa. Hän alkaa kysyä, missä on oma elämäni, ja alkaa sitä toteuttaa. Hän palaa ammattiinsa, saattaa aloittaa jatko-opinnot tai uudelleen koulutuksen. Vaimo innostuu entisistä ja uusista harrastuksista, menee mukaan järjestötoimintaan jne. Vaimo on suuntautumassa kodista pois päin. Miehen tila on päinvastainen. Hän on tulossa yhä enenevässä määrin jälleen takaisin kotiin. Hän alkaa nähdä elämässä muitakin arvoja kuin työn ja uran. Hän on pehmenemässä.

Usein mies saa jäädä kuitenkin yksin kotiin. Vaimo ja lapset ovat menossa. Hänen tuskainen kysymyksensä on, miksi vaimo juoksee nyt, kun minä häntä tarvitsisin. Kestää aikansa, ennen kuin mies ymmärtää ja hyväksyy katkerien kokemusten ja tunteiden kautta, että hän ei omista vaimoansa. Vaimolla on oikeus omaan tilaan vaikka ollaankin avioliitossa. Keski-ikä on puolisoilla itsenäistymisen aikaa. Itsenäistymisen murroskaudet ovat niin kansojen kuin ihmistenkin elämässä vaikeita. On oman puolensa pitämisen taistelua ja toisella luopumisahdistusta. Tarkoituksena on saavuttaa kahden tasaveroisen ja itsenäisen ihmisen kumppanuus, ystävyys-, yhteistyö- ja avunanto-sopimus.

Keski-ikä on myös itsetutkistelujen aikaa. Mitä olen saanut tähän mennessä aikaan? Mihin vielä pystyn? Mitä ehdin vielä tehdä? Nyt on elämän lakipiste. Nyt alkaa laskeutuminen kohti vanhuutta ja kuolemaa. Kuoleman ajattelu ei ole ainoastaan masentava ajatus, vaan

se tuo myös viisautta elämään. Keski-ikässä alamme usein tutkia myös juuriamme oppiaksemme ymmärtämään itseämme. Mitä on sen takana, että minulla on sellaisia ja sellaisia tunnekokemuksia? Suhdetta omiin vanhempiin voidaan pohtia uudella tavalla ja entistä syvemmin.

Vaihdevuodet ja viihdevuodet ovat viisikymppisten elämän tilannetta. Vaihdevuodet ovat biologinen tosiasia, joka tuo naisen elämään hormonaalisia muutoksia. Lisääntymiselimistö vetäytyy eläkkeelle, mutta ei sukupuolielimistö. Ne ovat kaksi eri asiaa. Toiset kokevat sen vapauttavaksi, toiset vaikeaksi. Ei naisellisuus siihen lopu. Lääkärikirjoissa kerrotaan vaihdevuosioireista, joihin löytyy helpotusta hormonihoidolla tai ihan vaan hyväksymällä tämä elämäntilanne. Mielenkiintoista on, että niissä kulttuureissa (esim. Japanissa), missä vanheneva nainen on arvostettu, ovat vaihdevuosivaivat paljon lievempiä tai niitä ei esiinny lainkaan.

Miesten viidenkymmenen villitys saattaa olla sidoksissa vaimon vaihdevuosiin tai sitten se voi olla myös miehen oman epävarmuuden käänteisilmiö. Mies haluaa kokea "vielä" jotain ihanaa ja todistaa itselleen, että hän pystyy tekemään valloituksia. Hän on edelleen tosi mies. Tämä ilmiö voi olla myös elämättömän elämän vastareaktiota.

Tyhjän pesän vaihe sijoittuu usein myös viisikymppisten kohdalle. Nuorinkin lapsista irtautuu kotoa ja vanhemmat jäävät jälleen kahden. Jos parisuhde ei ole toiminut hyvin viime vuosina, saattaa kahdestaan jääminen olla todella kriisin paikka, jossa tarvitaan aviosuhteen lämmön uutta virittelyä. Toisille tyhjä pesä voi olla ihana uusi helppo aika.

Eläkkeelle jääminen on tavallisesti miehille vaikeampaa kuin naisille, mutta ei kaikille miehille. Jotkut miehet ovat innolla odottaneet vuosia, jolloin pääsevät tekemään sitä, mihin kiireisinä työvuosina ei ollut aikaa. Joillekin työstä pois jääminen on masentavaa. Minua ei enää tarvita. Päivittäinen ja viikoittainen rytmi särkyä. Se tyhjiö täytyy täyttää jollakin uudella toiminnalla ja tarkoituksella. Sitä ei aina heti löydetä.

Naiset löytävät elämän tarkoituksen ja tekemistä helpommin kodin piiristä. Heille suurin kriisin aihe onkin miehen kriisi. Useimmiten tämä kriisi osataan ratkaista vuodessa parissa, eikä sitä kaikille tulekaan. Löydettyään paikkansa eläkeläiset ovat hyvin virkeätä porukkaa. Monet kokevat, että tämä on parasta aikaa elämässä.

Vanhuus ja voimavarojen väheneminen aiheuttaa paljon kärsimystä. Tulee sairautta ja muuta heikkoutta. Jos itse ei olekaan sairas, voi joutua hoitamaan toista vaikka vuorokaudet läpeensä. Voimavarat ovat jälleen tiukalla. Jos joutuu jatkuvasti olemaan sidottu toisen hoitamiseen, alkaa parissa kolmessa vuodessa olla itsekin hoidon tarpeessa. Pienet minilomat, jolloin hoitovastuuta annetaan muillekin, auttaisivat kestäämään paremmin.

Vanhuudessa olemme itsemme karikatyyrejä. Tietyt piirteemme vain voimistuvat. Itsepäisyys voimistuu. Mustasukkaisuus saattaa aktivoitua uudestaan ja saada uskomattomia mittasuhteita. Vanhuudessa eniten voimia antavat läheiset ihmissuhteet ja elämän tarkoituksen ja tarpeellisuuden tunne. Lämpimät suhteet läheisten kanssa antavat turvallisuutta ja tarkoituksellisuuden tunnetta. Vaikka minun aikani on kohta lähtä täältä, elämäni ja se mikä minulle on ollut tärkeätä, minkä olen perinnöksi jättänyt, jatkuu lapsissani ja lastenlapsissani.

V Tilannekriisit

Kasvu- ja kehityskriisit ovat ennalta arvattavissa. Elämänkaaren ymmärtäminen helpottaa, kun kriisit tulevat. Tilannekriisit tulevat vuorostaan yllättäen. Näihin ei osattu varautua. Niitä voivat olla esim. työ- tai liikenneonnettomuus, sairastuminen, vammautuminen, juopouskierre, läheisen kuolema, konkurssi, taloudellinen ahdinko, työttömyys ja lama. Nämä kaikki vaikuttavat voimakkaasti perheen tilanteeseen. Varsinaisia aviokriisejä ovat sitten mm. avioero, uskottomuus, mustasukkaisuus ja perheväkivalta.

Näiden hirmu- ja pyörremyrskyjen tultua ja laannuttua tehtävänä on ruveta pohtimaan, mitä rakennusaineita vielä on jäljellä. Minkälaisen rakennuksen näistä vielä saisi aikaan? Voiko kaiken saada entiselleen tai jopa paremmaksi? Vai onko hyväksyttävä toisenlainen elämä, joka silti voi olla tyydyttävää? Ensimmäinen ja tärkein kysymys on, miten tästä eteenpäin. Toiseksi tärkein on sitten se, miten tämä minulle ja meille sattui ja miten tähän on tultu.

Avioerosta toipuminen kestää tavallisesti noin pari kolme vuotta. Eronnut voisi hyötyä eroryhmästä, jossa eron kokeneet jakavat tunteitaan ja kokemuksiaan tukien näin toisiansa. Keskustelut ystävien

ja ammattiauttajien kanssa helpottavat sisäistä painetta. Vaikka ero koskeekin, tavoitteena on päästä mahdollisimman hyvään eroon. Jonkin ajan kuluttua voi ehkä jopa kiittää toista siitä hyvästä, mitä meillä oli, mutta surullisena todeta yhteisen tien loppuminen. Keskenjääneet asiat ja kysymykset jäävät vaivaamaan ja pitävät paria eron-
neinakin kiinni toisissaan. Sisäinen erkaantuminen estyy.

Uskottomuutta on monen tasoista. Tilapäisiä ihastumisia ei voi uskottomuudeksi sanoakaan. Ne ovat tunneilmiöitä. Tunteet ovat kuin pilviä. Ne tulevat ja menevät. Ei kannata tehdä liian suorja johtopäätöksiä ja olla tässä kohden tunteelleen "uskollinen", jos tunne puolisoon on tilapäisesti lakannut ja kokee vetovoimaa jotain toista henkilöä kohtaan. Silloin kannattaa purjehtia tahtorakkauden avulla ja elää kaikesta huolimatta normaalia perhe-elämää. Itselleen voi tehdä rajat selviksi, sitoa itsensä omiin arvoihinsa samaan tapaan kuin Odysseus sidotutti itsensä laivan mastoon, kun lähestyttiin seireenejä. Vaikka tunne puolisoon on välillä kadoksissa, se voi löytyä uudestaan taas muutamien päivien, viikkojen tai kuukausien kuluttua.

Vakavampia ovat syrjähyppyt ja varsinaiset ulkopuoliset suhteet. Niistäkin voi kyllä selviytyä. Varsinkin silloin mahdollisuudet selvitä ovat hyvät, jos uskon puoliso on tullut katumapäälle ja toinen on päässyt loukkaantumisen tunteen yli. Tilanne on vaikeampi ja pitkäaikaisempi silloin, kun uskon puoliso ei pääse uudesta suhteesta irti. Silloin hän saattaa kuukausi- ja vuosikaupalla jähkätä, mitä hän tekee. Hän ei osaa tehdä ratkaisua.

Uskottomuuskriisin tultua avioliittoon epäkypsiä suhtautumistapoja ovat masentuminen ja kärsimysvuosien aloittaminen. Samoin samalla mitalla takaisin maksaminen ei tuota hyvää tulosta. Kun minut on hylätty, minäkin hylkään.

Paras asennoituminen on haasteen ottaminen vastaan. Minulle on tullut kilpailija, mutta aion voittaa tämän kilpailun. Puoliso on ollut heikko, mutta aion tukea häntä. Korostan sitä hyvää, mikä meillä on. On kuitenkin luonnollista, ettei petetty osapuoli jaksa suhtautua aina kypsimmällä tavalla. Tunteet ja reaktiot vaihtelevat jonkin aikaa laidasta toiseen.

On arvioitu, että 80 % avioeroista on turhia. Parilla olisi ollut jatkamisen edellytykset, mutta he tekivät liian hätäisen ratkaisun tai eivät osanneet hakea apua.

Sielunhoitajan suhtautuminen uskottomuuteen on kahtalainen. Siitä pitää etukäteen varoittaa eikä pitää sitä hyväksyttävänä. Monelta tuskalta säästyy, jos sen välttää. Kristillisen julistuksen tehtävänä on pitää moraalialueella tässä kohden. Uskottomuuden tapahduttua sielunhoitajan on kuitenkin kauhistelematta asetettava vierelle ja yhdessä pohdittava, miten tästä eteenpäin. Rippi ja synninpäästö ovat tärkeitä työvälineitä.

Uskottomuuteen liittyy tavallisesti toisen puolison **mustasukkaisuus**. Sitäkin on monen tasoista. On lievää ja tervettä mustasukkaisuutta. On aiheellista ja aiheetonta. Sairas mustasukkaisuus jaetaan neuroottis- ja psykoottistasoiseen asteeseen. Neuroottistasoinen on suurta kärsimystä, mutta todellisuudentaju kuitenkin säilyy. Se on joko voimakasta aiheellista mustasukkaisuutta tai sitten aiheettomia epäilyjä, joista ei kuitenkaan ole varma. Voimakkaassa paranoidisessa mustasukkaisuudessa ollaan täysin varmoja omista epäilyistä, joille todisteita etsitään mitä kummallisimmista yksityiskohdista.

Lievä mustasukkaisuus saattaa olla jopa hyvä mauste avioliittoon. Vaikea-asteinen mustasukkaisuus on tukala molemmille. Mustan kipeys voi olla myös rakennekriisi sillä tavalla, että taipumus siihen on olemassa persoonallisuuden rakenteessa tai lapsuudenkodin mallina.

Mustasukkaisen olisi hyvä itse tajuta, että hänen sairautensa on vaarallista dynamiikkaa. Hänen asenteensa on tekemässä juuri päinvastaista, mihin hän pyrkii. Hän on epäilyksillensä työntämässä puolisoansa itsestensä pois päin. Kyselyjen ja tarkkailun seurauksena puoliso kokee olevansa häkkilintu. Vahtimisten jatkuttua liian kauan puoliso saattaa tempautua väkisin irti, kun ei enää jaksaa seurailua.

Mustasukkaisuus on heikon itsetunnon ongelma. Itsetunto on voinut saada kolauksen puolison ollessa kiinnostunut jostakusta kolmanesta. Itsetunnon kohentamisen myötä synkkä mieli helpottuu. Yhä uudistuva kokemus siitä, ettei ole menettänyt kukaan puolisoa, vaikka oli uhanalaisia ajatuksia, palauttaa luottamuksen. Mustasukkaisuuden kriisi alkaa väistyä ohi.

Perheväkivalta on kipeä ongelma. Väkivalta on useimmiten pahan olon ilmausta, mutta sen alkeellisimmassa muodossaan. Kehittyneempää ahdistuksen purkamista olisi sanallinen viestintä. Jos opitaan asiat puhumaan, ei väkivaltaa tarvita. Usein väkivalta saattaa olla malli lapsuudenkodin tavoista. Meidän tulisi huomata, mitä hyvää ja

pahaa me tuomme mukaan omaan avioliittoomme lapsuutemme kodista. Hyvistä malleista saamme iloita ja säilyttää saman perinteen. Huonoista malleista meidän tulisi irtautua ja oppia pois.

Joskus perheväkivaltatapauksen yhteydessä sielunhoitaja voi tarvita yhteistyötä sosiaali- ja poliisiviranomaisten kanssa. Sosiaalityöntekijät voivat auttaa turva-asunnon hankkimisessa. Poliisit voivat ottaa riehujan säilöön. Yleensä väkivallan tekijä rauhoittuu pienessä ajassa. Tilanne on kuitenkin vaikea, koska yhteydenottoa viranomaisiin pelätään uhkailun vuoksi. Useimmiten väkivaltaan liittyy alkoholin käyttö.

Taloudellinen ahdinko ei välttämättä riko perhettä, mutta asettaa sen lujille. Kun huoli painaa mieltä, on helposti ärtynyt muita kohtaan tai sitten poissaolevan masentunut. Huolet voisi ottaa yhteiseksi haasteeksi. Me aiomme selviytyä niistä yhdessä.

Yleensäkin elämämme ongelmat kannattaa muuttaa mielenkiintoisiksi tutkimustehtäviksi ja selviytymishaasteiksi.

VI Kasaantuneet kriisit

Perheen elämässä on kausia, jolloin on helppoa ja onnellista aikaa. Ei ole mitään erityistä uhkaa. Sitten on taas vaiheita, jolloin on yhtä aikaa monta kriisinpoikasta päällekkäin. Nuoret ovat murrosiässä, vanhemmat kamppailevat samaan aikaan keski-ään kysymyksissä ja isovanhemmat käyvät eläkkeelle siirtymisen kriisiä. Jos samaan aikaan sattuu vielä jokin tilannekriisi, muuttaminen uudelle paikkakunnalle tms., ollaan erityisen tiukilla. Jos keskenään ei osata ratkoa pahaa oloa, on hyvä turvautua ulkopuoliseen apuun.

VII Kriisien hyöty

Vaikka kriisit ovat tuskaisia kokemuksia ja ne saattavat pahimmillaan vaurioittaa, voivat ne silti olla myös hyödyllisiä. Kriisillä on aina jokin sanoma. Se poistaa paikalleen juuttumisen. Se vie sysäyksittäin kasvua ja kehitystä eteenpäin. Kriisit lisäävät itsetuntemustamme. Ne auttavat meitä ymmärtämään juuriamme. Koko elämänsä kaaren ymmärtäminen lisääntyy. Kriisissä koettu kipeä asia voi tulla meille luovuuden lähteeksi. Kukin purkaa meistä tuntojaan omalla

lahjakkaalla tavallaan taiteeseen ja toimintaan. Usein kutsumustyön ja -tehtävän motiivina on kipeä henkilökohtainen tausta.

Kriisistä selviäminen antaa tärkeän onnistumisen kokemuksen. Sen kokeminen lisää kestäkykyä. Se mikä ei tapa, vahvistaa. Toisaalta kriisi poistaa kovuutta ja pehmentää. Se antaa meille herkäät tuntosarvet kuunnella ja myötäelää muitten vaikeuksia. Kriisi voi tarjota meille samastumisen lohtua ja riemua muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Yhteinen kokemus yhdistää.

Kriisit opettavat meitä panemaan elämän arvot uuteen tärkeysjärjestykseen. Kriisi paljastaa väärän suunnan. Tärkeimmille asioille on annettava sijaa ja epäolennaiset jätettävä syrjään. Kriisi lopettaa pinnallisuuden ja syventää. Kriisi opettaa nauttimaan tämän hetken pienistäkin iloista. Nyt on tämä päivä. Huomenna se on ohi. Nauti siitä, mitä sillä on sinulle nyt annettavana.

Kriisi antaa itsenäistymisen ja omilla jaloillaan seisomisen tärkeän kokemuksen. Jung kirjoitti jotenkin seuraavasti: "Kun me oivallamme pettymyksemme, ettei meillä ole turvaa kenessäkään toisessa, me alamme etsiä turvaa itsestämme. Kun seisomme omilla jaloillamme, huomaamme, ettei elämämme olekaan enää uhattuna, niin kuin se oli toisten varassa eläessä. Silloin tapahtuukin mielenkiintoinen käänne. Me pystymmekin ojentautumaan entistä avokätisemmin toista kohti."

Kriisi voi olla meille uuden alku. Kriisin jälkeinen elämä voi olla laadukkaampaa kuin sitä edeltävä.

KIRJALLISUUTTA

Erik Ewalds: Sielunhoito ja terapia, 4. uud. painos. Karas-Sana 1990.

Kaarina Kyyrönen: Perhe kasvaa ja kehittyy kriisiensä kautta. WSOY 1983.

Monica McGoldrick–Randy Gerson: Genograms in family assessment. Norton. 1985.

Miller–Nunnally–Wackman: Pariviestinnän parempi opas. Kirjapaja 1990.

Perheterapia-lehti 1A/88. Ratkaisukeskeisen lyhytterapian erikoisnumero.

Weeks–L'Abate: Paradoksi, avain muutokseen. Tammi 1987.

LÄHESTYVÄN KUOLEMAN KOHTAAMINEN

Heikki Kaukinen

Jeesus puhuu vielä kerran kuolemastaan

Jeesus kutsui kaksitoista opetuslasta luokseen ja sanoi heille: "Me menemme nyt Jerusalemiin. Siellä käy toteen kaikki se, mitä profeetat ovat Ihmisen Pojasta kirjoittaneet. Hänet annetaan pakanoiden käsiin, häntä pilkataan ja häpäistään ja hänen päälleen syljetään, ja he ruoskivat häntä ja tappavat hänet. Mutta kolmantena päivänä hän nousee kuolleista." Opetuslapset eivät ymmärtäneet Jeesuksen sanoista mitään. Asia pysyi heiltä salassa, eivätkä he käsittäneet, mitä Jeesus tarkoitti. (Luuk. 18:31–34, osa laskiaissunnuntain ensimmäisen vuosikerran evankeliumitekstiä)

Kuoleman kohtaamisesta yleensä

Näkökulmani on lähinnä pastoraalipsykologinen. Pyrin rajaaman pois kuoleman merkitystä koskevat kysymykset: kuten mitä kuolema on, mitä siinä tapahtuu, miten kannan vastuun elämästä kuolevaisena. En myöskään käsittele surun vaiheita l. draamoja (Kübler-Ross 1970, Nighswonger 1970, Sielunhoidollinen Aikakauskirja 3,1990).

Aina 1960-luvulle asti sielunhoidon oppikirjat opastivat pappeja ensisijaisesti toimimaan hyvinä armonvälineiden hoitajina kuolevan sairasvuoteen äärellä. Kuolevan ihmisen kuuntelemisesta, ymmärtämisestä ja keskustelusta hänen kanssaan puhuttiin hyvin vähän. Viimeisen kolmenkymmenen vuoden aikana on kiinnitetty huomiota sielunhoitajan ja kuolevan lähimmäisen vuorovaikutukseen perinteisen sielunhoidon muotojen lisäksi. Kuolemasta puhuminen ja kuolevan kanssa keskusteleminen ovat kaksi eri asiaa käytännössä.

Sielunhoitaja voi antaa kuolevalle hengellisen lahjan lisäksi toisen lahjan, nimittäin itsensä. Hän voi tehdä sen parhaimmillaan rehellisesti, pelkäämättä ja avoimena (Virtaniemi 1981). Lähestyvä kuolema aiheuttaa pelkoa sekä potilaassa tai kuolevassa itsessään että myös hänen lähellään olevissa. "Kuolemaan liittyvät pelot ja tuskalliset ajatukset ajoittuvat niihin viikkoihin ja kuukausiin, jolloin potilas tietää sairastavansa parantumaton tautia, mutta hänellä on vielä melkoisesti ruumiin ja sielun voimia jäljellä" (Kerppola–Sirola 1977).

Perusolettamuksia kuolevan ihmisen kohtaamisessa

Tohtori Elisabet Kübler-Ross on saanut merkittävää kansainvälistä huomiota kuolevien potilaiden hoitoa koskevilla kirjoituksillaan. Raportti kuolemista on kertomus hänen johtamistaan kuolema ja kuoleminen -seminaareista, joita pidettiin v. 1965–68 Chicagon yliopistollisissa sairaaloissa. Tutkimusprojektin toinen johtava jäsen, klinikoiden sairaalapastori Carl A. Nighswonger, keskittyi erityisesti sielunhoitajan tehtävään kuolevan ihmisen keskustelukumppanina. Nighswonger esittää seuraavat peruslähtökohdat:

1. Kuolevan kokonaisvaltainen kohtaaminen. Se käsittää fyysisen, emotionaalisen, sosiaalisen ja hengellisen ulottuvuuden. Myös kuoleva kohtaa sielunhoitajan kaikilla näillä tasoilla.
2. Edellä mainituilla tasoilla kuoleva kokee kipua. Sitä aiheuttavat fyysisen tuhon uhka tai yksinäiseksi ja hylätyksi tulemisen pelko. Menetyksen pelko kohdistuu sekä läheisiin ja ystäviin että myös itseensä. Miksi-kysymysten joukossa on usein myös: "Jumalani, miksi minut hylkäsit?" (Nighswonger 1970, Virtaniemi 1981)

Jokainen kuoleva reagoi omalla ainutlaatuisella tavallaan lähestyvään kuolemaansa. Sielunhoitajalta kysytään suurta herkkyyttä havaita, mikä kuolevaa kulloinkin askarruttaa. Surutyö on kulkemista kohti sovintoa suhteessa omaan elämäänsä, lähimmäisiinsä ja suhteessa Jumalaan. Jo potilasta askarruttavista pienistä asioista keskusteleminen on sielunhoitoa. Monet pienet asiat voivat olla suuria ja päinvastoin. Rehellisyys tekee vuorovaikutuksesta todellisen ja aidon

(Aalto & Ormio 1984). Kun suostutaan keskusteluun kulloinkin mieltä askarruttavista asioista, voidaan poistaa tai lieventää niitä häiriötekijöitä, jotka estävät ihmistä pysymästä uskonsa perusteissa.

Oman kuoleman sureminen

"Opetuslapset eivät ymmärtäneet Jeesuksen sanoista mitään" (Luuk. 18:34). Niin kauan kuin ihminen ei käsitä elämää ei hän voi käsittää kuolemaakaan. Ja toisaalta elämä on löydettävissä juuri kuolemasta ja siihen suostumisesta käsin. Jokainen elämämme suru antaa meille rakentavia mahdollisuuksia kohdata kerran oma kuolemamme. Opetuslasten torjunta oli vahva, koska Jeesuksen olemus ja teot ja Häneen liitetyt toiveet viittasivat toisaalle kuin kärsimysilmoitukset. Jokaiselle ihmiselle, mutta varsinkin sielunhoitajalle, tärkeä kysymys on: Olenko uskaltanut elää? Olenko uskaltanut elää sovitetun elämää? Kun elämä eletään täysipainoisesti, on oma kuolema pitkälle surtu (Aalto 1986).

Margaretta Bowers esittää kirjassaan *Conflicts of the Clergy*, että monien pappien tiedostamattomana ammatinvalinnan motiivina on päästä virkansa avulla hallitsemaan pelkonsa kuolemaa kohtaan. Useilla on myös lapsuudessaan ollut traumaattisia kokemuksia kuolemasta. Hautaansiunaamisesta tulee sen "toimitusmiehelle" kuoleman hallinnan symbolinen väline. Yhä uudelleen hän voi vakuuttautua, ettei häntä haudata. Hän on se, joka yhä uudestaan lähtee pois avoimelta haudalta. Tällöin kuoleman selvittämättömyys vaikeuttaa papin työssä kuolevien kohtaamista (Virtaniemi 1981).

Sielunhoitajan tehtävä kuolemaa lähestyvän kohdalla on uskon, toivon ja luottamuksen rakentaminen. Irja Kilpeläisen mukaan on olemassa sellaisia pappeja, joiden tunteet ja ajatukset omasta kuolemastaan ovat niin integroituneet ja kypsyneet, että he ajoittaisesta ahdistuksesta huolimatta kestävät kuolevan vuoteen äärellä istumisen ja osallistumisen hänen kokemuksiinsa (Kilpeläinen 1978). Tärkeintä on avoin, rehellinen läsnäolo. Jobin ystävät olivat hyviä sielunhoitajia, kunnes avasivat suunsa ja alkoivat esittää valmiita vastauksia. Jos sielunhoitajalle itselleen on sisäistynyt usko kuoleman voittajaan, Jeesukseen Kristukseen, hän kykenee välittämään uskoa, toivoa ja luottamusta ilman sanoja ja sanojen avulla. Latinan sanat *exitus* ja *exodus* ovat lähellä toisiaan. Lähestyvässä kuolemassa on kysymys

lähtemisestä, mutta myös matkalla olosta. Tunnekypsyyden ja henkilökohtaisen uskonvakaumuksen lisäksi kuolevan ihmisen sielunhoitajalle on tarpeen riittävä tieto surun vaiheista. Ei ole olemassa surua ehkäisevää lääkettä, mutta voimaa voi kerätä etukäteen. Selviytyminen edellisistä ahdistusta aiheuttaneista tilanteista antaa voimaa selviytyä, ja selviytyminen saa tarkoitusta (Morris 1970, Frankl 1978). "Olen tuskan vallassa, kuoleman tuskan. Odottakaa tässä ja valvokaa minun kanssani." (Matt. 26:38.) Opetuslapsilla ei ollut voimaa olla läsnä ja rukoilla. Vasta helluntaina ja sen jälkeisinä päivinä tuska jäsenyi.

Tässä olen

On kysytty: "Mitä ihminen on silloin kun Jumala on hänen kanssaan?" Onko hän terve vai sairas, vahva vai heikko, menestyvä vai epäonnistunut, elävä vai kuoleva?" Ei Jumala vahvojakaan hylkää, mutta näyttää siltä, että erityisen lähellä Hän on heikkoja ja heidän heikkoja auttajiaan. On mielenkiintoista havaita, että lääkintöhallitus sisällytti vuonna 1982 julkaisemiinsa terminaalihoiton eli saattohoidon ohjeisiin kohdan: "Potilaan psyykinen ja hengellinen tuki on järjestettävä, mikäli hän osoittaa tarvitsevansa sitä." (LH:n ohje 12.4.1982)

Saattohoito alkaa tavallisimmin silloin, kun aktiivihoidon lopetetaan. Kuolevan hoito edellyttää yhteistyötä ja erityisjärjestelyjä. Hoitopaikkana voi olla sairaala, kuolevan oma koti, saattohoitokoti, tai nämä voivat vuorotella. Olennaista on tunnistaa vaihe, myöntää rehellisesti kuoleman läheisyys ja varautua "valvomaan ja rukoilemaan" (Porio 1991). Saattohoito tai rakastava hoito on suomenkielinen nimitys käsitteelle Hospice-hoito. Hospice-käsitteen historiaan kuuluvat keskiajan munkit, jotka rakensivat Alpeille matkailijoita varten turvakoteja. Niitä kutsuttiin nimellä *hospice*. Sanan perustana on latinan termi *hospitium*, mikä tarkoittaa kestiystävyyttä, vieraanvaraisuutta, vierasmajaa sekä suojapaikkaa. Hospice-hoidossa tunteet ovat totta, potilaaseen ei katsota ylhäältäpäin viileästi ja etäisesti, vaan häneen suhtaudutaan kunnioittavasti ja rakastavasti. Saattohoidon motto voisi olla: "Kun mitään ei ole tehtävissä, on vielä paljon tehtävissä" (Aalto 1986). Saattohoidossa ei ole kysymys mistään eliittikuolemasta, jossa asetettaisiin erityisvaatimuksia kuole-

valle itselleen tai hänen hoitajilleen. Saattohoidossa yksinkertaisesti pyritään luomaan olosuhteet, joissa kipua lievitetään ja korostetaan ihmisten merkitystä toisilleen.

Jeesus ennustaa Pietarin luopumisen ja sielunhoitajan kutsumuksen

Pietari sanoi Hänelle: "Herra, Sinun kanssasi minä olen valmis menemään vaikka vankilaan tai kuolemaankin." Mutta Jeesus vastasi: "Minä sanon sinulle, Pietari, ennen kuin kukko tänään laulaa, sinä olet kolmesti kieltänyt tuntevasi minut" (Luuk. 22:33–34). "Minä kielsin juuri Jumalani. Mitä te siihen sanotte?" Näin pian kuoleva syöpäpotilas kysyi sairaalan papilta. Pappi ei sanonut mitään. Hän ymmärsi, että potilaan elämänkohtaloista käsin voidaan vaikka kieltää Jumala. Pappi ei pelästynyt, vaan jäi potilaan luo tullen häntä kerta toisensa jälkeen tervehtimään ja keskustelemaan hänen kanssaan. Sitten potilas pyysi ehtoollista. Hän halusi kokea kouriintuntuvasti Jumalan armon (Hallia 1981). Meissä ihmisissä on aina valmiusasemissa jumalan-kieltäjä, joka vaikeiden elämäkokemusten kuohuttamana nousee pinnalle. Uskon arvo ja merkitys tulee punnituksi lopullisesti kuoleman edessä. "Totisesti, totisesti: Kun olit nuori, sinä sidoit itse vyösi ja menit minne tahdoit. Mutta kun tulet vanhaksi, sinä ojennat kätesi ja sinut vyöttää toinen, joka vie sinut minne et tahdo." Näin Jeesus ilmaisi, millaisella kuolemalla Pietari oli kirkastava Jumalaa. Sitten Hän sanoi: "Seuraa minua." Vyöttäytyminen kuvaa matkaan lähtöä. Päällysvaateen liepeet koottiin vyön avulla ylemmäs, etteivät ne haittaisi kulkua. Se, joka pukeutumisessa turvautui toisen apuun, niin kuin arvossa pidetty vanhus saattoi tehdä, joutui levittämään kätensä, jotta päällysvaate nousisi sidottavaksi. Aivan samoin Pietari joutui levittämään kätensä silloin, kun hänen käsiinsä sidottiin ristin poikkipuu ja pyöveli pakotti hänet kulkemaan teloituspaikalle (Uusi testamentti lyhyesti selitettynä, Joh. 21:18–19. Koskenniemi 1992, toim.). Voimme pitää Jeesuksen sanoja "tule ja seuraa minua" juhlallisena loppukehotuksena ihmiselle ja ihmisille kuoleman lähestyessä: Ole kaikessa uskollinen loppuun asti.

KIRJALLISUUTTA

Aalto, Kirsti, toim.

Saattohoito. Lähimmäisenä kuolevalle. Juva 1986.

Aalto, Kirsti & Ormio, Leena

Potilaan luona. Sielunhoidollinen näkökulma hoitotyöhön. Vaasa 1984.

Frankl, Viktor E.

Ihmisyyden rajalla. Helsinki 1978.

Hallia, Jouko

Miksi Juuri minä ? Helsinki 1981.

Kerppola-Sirola, Irma

Kuoleva potilas sairaalassa. Suomen Mielenterveysseura ry. Helsinki 1977.

Kilpeläinen, Irja

Samalle portille. Miten ihminen kokee lähestyvän poismenonsa? Porvoo 1978.

Sinun kanssasi surussa. 4.painos. Helsinki 1991.

Kübler-Ross, Elisabet

Raportti kuolemista. Annukka Aikoi suom. Helsinki 1970.

Lääkintöhallitus, Terminaalihoidon ohjeet 12.4.1982 ja Uskonnollinen ja vakaumuksellinen näkökulma kuolevan potilaan hoitoon. 1984

Morris, Sarah

Surun psykologia. Helsinki 1970.

Nighswonger, Carl A .

Ministering to the Dying. Bulletin American Protestant Hospital Assosiation 34, No. 2 1970 .

Porio, Ilkka

Sinun kanssasi jäähyväisten aikaan. Saattohoito sairaalassa.

Pieksamäki–Helsinki 1991.

Sielunhoidon Aikakauskirja 3. *Kalervo Nissilä*, Kuolevan kuolemattomuus. Ihmisen kuolemattomuustoiveiden pastoraalipsykologista tarkastelua.

Virtaniemi, Matti-Pekka

Sielunhoitaja kuolevan keskustelukumppanina. – Minä kuolevainen Helsingin hiippakunnan synodaalikirjoitus vuonna 1981, s. 72–123. Helsinki 1981.

SURU JA KUOLEMA

Marja–Liisa Anttila

*Oli satanut puhdasta lunta
Oli valkea syksyinen maa.
Oli lähellä valtakunta
jossa uupunut levätä saa.
Minä matkustin junassa hiljaa
halki pitkän ja pimeän yön,
ja mietin: Nyt leikataan viljaa
jälkeen päättyneen elämäntyön.*

*Näin sairaalan hämärät
huoneet.
Tässä onko nyt matkasi pää.
Tänne olivat sinut he tuoneet.
Näinkö heikoksi ihminen jää?
Niin hauraana makasit tuolla.
Kuulin tiheän hengityksen,
ja tiesin: On aikasi kuolla.
Auki portti on kirkkauden.*

*Ovet elämän sulkeutuivat.
Hiljaa silitän kättäsi vain.
Mieleen nousevat muistojen
kuvat
Niin paljon mä sinulta sain.
Muistan kirjeesi vuosien takaa.
Muistan rukousten hartauden.
Tahdoit uskosi kanssani jakaa.
Minä yksin jää milloinkaan en.*

*Ei lähtöä viivytä kukaan,
kun ihminen kutsunsa saa.
Ei ketään hän ottaa voi mukaan,
ei ystävää, vastustajaa.
Vain yksi voi ylittää rajan,
kun avautuu salattu maa.
Käsi kädessä Vapahtajan
pieni ihminen lähteä saa.*

Anna-Mari Kaskinen

Surutyö ja terminaalihoito ovat viime vuosina tulleet tutuiksi käsitteiksi. Itse käytän mielelläni vain surukäsitettä. Kun suru koskettaa meitä, tarvitsemme aikaa sen läpikäymiseen. Ei ole vain yhtä tapaa surra, eikä aikataulu ole sama kaikille. Tietämisen rinnalla kulkevat tunteet, jotka voivat yllättää meidät.

Terminaalihoitosanan vastine saattohoito on mielestäni osuvampi ja inhimillisempi. Rinnallakulkijan osa on raskaudessaan rikas. Rehellisyyttä tarvitaan, vaikka se tuntuisi murskaavalta.

Luentoni rungoksi olen valinnut Carl A. Nighswongerin Kuolevan sielunhoito: Perusoletuksia kuolevasta potilaasta. (Bulletin of the American Protestant Hospital Association 34, No. 2.1970.) Tekstistäni voi tunnistaa siinä käytettyjä sanontoja ja termejä, mutta olen lisännyt runsaasti omaa vuosien varrella tullutta kokemusta mukaan. Kuolema ei mahdu teorioihin, mutta tieto voi auttaa meitä ymmärtämään ja kehtämään paremmin. Käytäntö opettaa parhaiten. Siksi toivon, että jokainen saisi tilaisuuden kulkea kärsivän ja kuolevan rinnalla, aivan rauhassa ja aikaa käyttäen. Varatkaa vaikkapa tunti tai kaksi istumiseen ja palvelemiseen heikon sairaan huoneessa.

Kokonaisvaltainen tutkimusote

Meidän on otettava kaikki ihmisen eri osa-alueet huomioon. Emme voi tyytyä vain siihen, mikä ensin tarjoutuu ongelmaksi. Meidän on kohdattava koko ihminen – hänen fyysiset tunteuksensa, hänen subjektiiviset tunteensa, hänen lähin sosiaalinen verkostonsa, hänen eettiset ja uskonnolliset mielipiteensä. Teologina koen, ettei ole suurtakaan merkitystä taudin diagnoosilla verrattuna siihen, mitä se saa aikaan sairastuneessa ja hänen lähiomaisissaan. Perimmäiset kysymykset tulevat väistämättä esiin. Tapa käsitellä niitä voi olla hyvinkin erilainen. Vaikean sairauden ja kuoleman läheisyydessä ei saa unohtaa, että ihminen on kokonaisuus.

On luonnollista, että koemme avuttomuutta, turhautumista, pettymyksiä, katkeruutta, syyllisyyttä ja vihaakin kuoleman edessä ja kuolevan vierellä kulkiessa. Jos kiellämme tunteemme, joudumme typistämään persoonallisuuttamme. Se taas haittaa keskinäistä vuorovaikutusta. Heidi-tyttö ilmaisi asian näin: "Älä itke tai kiukuttele vain töissä ja lenkillä, kuulen sen kuitenkin."

Kuolema haastaa meidät kaikki – sekä auttajan että autettavan – elämään rehellisesti tätä hetkeä ja kasvamaan sekä ihmisenä että kristittynä. On kysymys koko ihmisestä.

Kuoleman kaksi piikkiä

Kuoleman uhka

Ne meistä, jotka elämässään ovat joutuneet tilanteeseen, jossa on tutkittu tarkemmin jotakin oiretta tai pahkuraa (esim. rinnassa havaittua kasvainta tai ihossa tapahtunutta muutosta), tietävät, mitä on kuoleman uhka. Tarkempien tutkimusten ja niiden tulosten odottamisen aikana mielessä käy aivan varmasti vakavan sairauden mahdollisuus ja kuoleman todellisuus. On kuin kulkisi kaiken peittävän mahtavan harmaan pilven alla. Kuoleman varjossa kulkeminen on todellisuutta. Mistään et saa kiinni, ajatukset pyörivät vain yhden asian ympärillä: "Kyllä se syöpää on" ja "elämä on nyt eletty".

On aivan normaalia kokea ahdistusta elämän kriisitilanteissa. Niissä elämämme ja elämänarvojen merkitys voi selkiintyä. Mutta voi käydä myös niin, että ihminen kokee olevansa olosuhteiden uhri, joka ei enää voi itse vaikuttaa kohtaloonsa. Kuoleva ihminen kokee kuoleman todellisuuden, vaikka yhteiskunta tekisikin kaikkensa häivyttääkseen tai kieltääkseen kuoleman todellisuuden.

Suru

Suru on syvää. Sairastunut ja kuoleva ihminen tuntee, että hän menettää kaiken, mikä hänelle on ollut tärkeää elämässä. Hänen on luovuttava urasta, työtovereista, perheestä, ystäväistä, omaisista, tavaroista, omaisuudesta. Kaikki kaatuu yhdessä hetkessä ihmisen päälle. Kuoleva kokee, että kaikki se, mitä hän on tiennyt, tehnyt ja ollut eläessään, loppuu nyt. Elämä ei ole enää samanlaista kuin ennen. Moni asia muuttuu, ja on paljon asioita, joita ei voi enää koskaan tehdä.

Ihminen tuntee olevansa yksin ja eristettynä. Hän on joutunut sivuraiteelle. Elämä kulkee ohi. Se ei kaipaa häntä. Kukaan ei kaipaa häntä. Eletty elämä saattaa tuntua turhalta. Mitään todellista ei ole saatu aikaan. Kaikki katoaa. Millään ei ole enää merkitystä. On surullista kuolla.

Elämän tärkeistä asioista luopuminen on usein vaikeammin hyväksyttävää kuin varsinainen kuolemaan johtava sairaus. Näin

minulle voidaan kertoa yksityiskohtainen tieto hoidosta, kun tiedustelen, miten voitte.

Dynaamiset draamajaksot

1. Kieltäminen tai paniikki

Sokkivaihe, alkutapahtuma

Miten tuttua onkaan kuulla: "Ei se voi olla totta." "Laboratoriokokeet ovat virheellisiä." "Miten se voi olla totta, kun ei ole ollut mitään oireita."

Se, miten asia ilmoitetaan, voi olla hyvin ratkaiseva tulevaisuutta ajatellen. Luottamus syntyy tai on syntymättä. Asia tulee sanoa selkeästi oikealla nimellä, esimerkiksi "Teillä on syöpä" eikä "Teillä on kasvain", jos tiedetään, että se on pahanlaatuinen. Mielestäni ei riitä, että vain kerran kerrotaan diagnoosi. On annettava aikaa, on kerrattava, on vastattava esille tulleisiin kysymyksiin. On varmistettava, että tiedon voi jakaa toisen ihmisen kanssa. Kieltäminen merkitsee tunteen tunnottomuutta. Se on normaalia ja tarpeellista. Silloin sisäinen ihminen kerää voimia tulevaan prosessiin. Todellisuutta ei voi muuten kestää.

Toinen vaihtoehto on paniikkikäyttäytyminen. Se on kontrolloimaton, impulsiivista, harvoin rakentavaa. Se voi olla pakoa todellisuudesta psykoosiin tai itsemurhaan. Moni pelkää sairauden ja kuoleman mahdollisesti mukanaan tuomaa kärsimystä ja kipua niin, että tekee itsemurhan – ulkopuolisten mielestä aivan aiheettomasti. "Oli-sihan niitä parannuskeinoja kyllä ollut." Sairaalasta kotiutettu potilas, joka odottaa uutta leikkausta, voi kotilomallaan paniikkitilanteessa ajautua umpikujaan. Jospa ymmärtäisimme lähimmäisinä vaistota, missä kukin kulkee ja mitä kukin kestää.

On ihmisiä, jotka eivät koskaan myönnä sairastavansa vakavaa sairautta. He haluavat elää. Mutta halu yksin ei auta. Lähestyvä kuolema tulee vääjäämättömästi eikä meiltä kysytä, haluammeko me kuolla.

2. Puhdistuminen tai depressio

reaktiovaihe, tapahtumavaihe

Reaktiovaihe on tunteiden, suorastaan tunteiden vyöryn aikaa. Kuitenkaan ei ole itsestään selvää, että tunteet saavat tulla. Ihmisellä on ainakin kahdenlaisia esteitä tunteidensa ilmaisemisessa

Ulkonaisia: So. perhe, omaiset, ystävät, henkilökunta, sielunhoitaja eivät salli sitä vihaa, jota kuoleva tuntee. Mutta meidän on hyvä antaa vihan tulla. Kuka meistä ei kysyisi juuri samoin: "Miksi juuri minä?" "Mitä paha minä olen tehnyt?" "Mistä tämä on rangaistus?" "Jumala on epäoikeudenmukainen." On hyvä, jos tunne saa nimen. Jumala kestää kyllä meidän vihamme ja kapinamme. Raamattu sallii vihastumisen, mutta ei vihaan jäämistä.

Sisäisiä: So. tuntemme, ettemme saa olla vihaisia, ei meillä voi olla näitä tunteita. Se on epäkristillistä. Se ei ole oikein niitä kohtaan, jotka huolehtivat minusta ja rakastavat minua. Näin tunteet voidaan tukahduttaa. Viha jää kuitenkin olemaan ja se kääntyy sisäänpäin ihmistä itseänsä vastaan. Ihminen voi sairastua neuroottiseen depression. Jos näin käy, positiivinen kehitys pysähtyy ja kuolevaa ihmistä on tosi vaikea auttaa.

3. Kaupankäynti tai "loppuunmyynti"

Kaupankäyntivaihe tuntuu tutulta. Olemme kuulleet miesten sotarintamalla kovissa taisteluissa luvanneen Jumalalle, että he uskovat häneen ja antavat elämänsä hänelle, jos Jumala varjelee kuolemasta. Monet lupaukset ovat jääneet lunastamatta. Elämä on valitettavasti palannut entisiin uomiinsa.

Puhdistumisvaiheen yksi kysymys oli: "Miksi juuri minä?" Siitä on mahdollisuus siirtyä kyselemällä pohtimaan: "Kenties asia ei ole niin." Ihminen käy kauppaa eri tahojen kanssa. Hän neuvottelee. Sairas ja kuoleva ihminen haluaa olla mahdollisimman hoitomyönteinen, tehdä oman osuutensa parhaalla tavalla – niinhän lääkäri ja hoitohenkilökuntakin tekevät. Mielessä on uuden lääkkeen tai uuden hoitomuodon löytyminen. Joskus on ollut mahdollisuus "terapeuttisessa mielessä" käyttää sairaas jossakin toisessa hoitolaitoksessa, jossa hän on kuullut, ettei voida tehdä yhtään enempää kuin mitä lähettävä sairaala on jo tehnyt. Tiettyyn rajaan saakka on sallittava

nämä normaalit neuvotteluyritykset, siksikin, ettei sairas jäisi syyttämään meitä siitä, ettei saanut kaikkea mahdollista hoitoa.

Kaupankäyntivaiheessa huomasin jo vuosia sitten, että potilaan yöpöydälle ilmestyivät punajuuriliemi tai koivuntuhka-astiat. Samoin monet maalliset ja hengelliset lehdet, joissa kerrottiin ihmeperantumisista. Nykyisin saattaa potilaan luona käydä rukoilijoita tai öljyllä voitelijoita. Rukousliinoja käytetään. Lähetetään esirukouspyyntöjä, jos ei kunto enää salli menemistä itse tilaisuuteen. Näillä kaikilla keinoilla yritetään taivuttaa Jumalaa puuttumaan asioiden kulkuun. Tämä ei ole epänormaalia. Näin jokainen meistä tekee omalla tavallaan ja tasolla. Mitä sivullinen – sielunhoitaja ja omainen – voi tehdä näissä kyselyissä ja kamppailuissa? Meidän tehtävämme on kulkea rinnalla kuunnellen ja vaistoten. Me olemme sairaan rinnalla, jos hän palaa parantumattomana esirukoustilanteesta. Me emme syyllistä häntä. Me tuemme hänen siirtymistään uuteen vaiheeseen.

Voimakas syyllisyys ja häpeä saattavat johtaa kuolemaa lähestyvää ihmistä vaiheeseen, jota kutsumme loppuunmyynniksi. Hän uskoo, että sairaus, kärsimys ja kuolema ovat hänen omaa syytään. Hän saa sen, mitä ansaitseekin. Hän voi myös sulkea kanssaihmiset oman elämänsä ulkopuolelle. Kuolevan mielestä ei kannata enää tehdä mitään, koska lopputulos on joka tapauksessa selvä – kuolema.

Näissä tapauksissa draama ei enää jatku, vaan päättyy ihmisen henkiseen, ruumiilliseen ja hengelliseen romahdukseen.

4. Realistinen toivo tai epätoivo

"Loppuunmyyntiä" seuraa vääjäämättömästi epätoivo.

Tietoisuus ja omat tuntemukset kuoleman lähestymisestä vahvistavat sairaan ja kuolevan tunnetta siitä, että hän ei merkitse kenellekään mitään; hän kyllä joutaa kuolemaan, ei kukaan häntä itke – eikä tarvitse itkeä. Häneltä on kadonnut kaikki toivo

Kuoleva potilas voi jäädä katkeruuteensa – ei elämälle ja kuolemalle voi mitään. Siihen on alistuttava. Tai hän pakenee masennuksen syövereihin, joissa kohtalo vie minne tahtoo, eikä siihen voi pieni ihminen mitenkään vaikuttaa.

Realistista toivoa kuvaa hyvin seuraava runo:

*Tahdotko minua säästymään
rukoiletko kuolemalta pois?*

*Näin unen ja se näytti:
elämässä emme
koskaan juhli niin*

miltä siis minua varjelisit?

*Päästä vain minut menemään
vaikka silmiäsi pelottaa portti
silmani tottui jo*

*tiedän nyt mitä terveys on
tunnen sairauden enkä huolehdi
liian pian en lähde.*

Marianna Kalliola

(Unesta valveille. Tämä on katkera matka. Otava 1980.)

Realistisen toivon olen kohdannut kuolevissa potilaissa monta kertaa. Siinä auttaja jää yhä enemmän ulkopuoliseksi, vaikka on läsnä kuoleman lähestyessä. Realistinen toivo voi olla se, ettei kuoleva olisi kovin kipeä tai "ettei viimeinen silta olisi liian pitkä" tai että olisi tajuissaan tai että joku olisi läsnä ja pitäisi kädestä kiinni tai että sairaalamaksut eivät olisi liian suuria tai että leskeksi jäävä löytäisi uuden puolison tai se voi olla kutsu siunaustilaisuuteen tai hautajaisten suunnittelua.

Joissain tapauksissa näyttää siltä, että kuoleva ihminen on jaksanut odottaa rakkaittensa tuloon asti tai siihen asti, kun sielunhoitaja on käynyt antamassa ehtoollisen. Sitten hän on kuollut "elämästä kyllänsä saaneena", ei kyllästyneenä.

Moni kuoleva on saanut apua ammattiauttajalta voidessaan rehellisesti kertoa kuoleman läheisyyden ja kokemansa pelon. Omaiset tuntuvat liian läheisiltä eikä heitä tahdota rasittaa. Usein käy niin, että keskustelun jälkeen on helpompi puhua sama asia myös lähiomaisille. Olisi suotavaa, että sydämellä olevat asiat voitaisiin keskustella ajoissa: silloin kun on voimia. Ei haittaa, vaikka elämä jatkuisikin päiviä tai vuosia "talon toimittamisen jälkeen". Sairastuminen ja kuoleminen on usein hyvin raskasta ja kiduttavaa. Sen

keskelle en soisi enää huolta siitä, ettei ole selvittänyt asioita lähimmäisten ja Jumalan kanssa. Olen nähnyt myös, miten kuoleman porteilta ihminen on vapautunut elämään pudotettuaan taakkansa hartioiltaan.

5. Hyväksyminen tai alistuminen

Alistumisesta on vain vähän sanottavaa. Se on luonnollinen seuraus siitä, mikä alkoi jo varhaisessa vaiheessa "loppuunmyynnissä." Silloin kulutettiin loppuun henkinen jaksaminen, jota olisi tarvittu myönteisessä kehityksessä. Kuoleva ihminen kadotti paikkansa oman elämänsä keskipisteessä. Hän huomaa "sairastuneensa kuolemaan". Olemassaolo on ollut vailla tarkoitusta, ja niin on sen loppukin.

Hyväksyminen johtaa ihmisen oman elämänsä ytimeen: "Minun elämästäni ja kuolemastani on kysymys." "Minä voin vaikuttaa siihen, en ajelehti vailla päämäärää." Matkasta kuoleman varjon laaksosta viimeiselle portille on tullut rikas kokemus. Sen matkan varrella on kuolevaan ihmiseen tullut mielenytyneyttä. Parhaassa tapauksessa hän on saanut kokea "Jumalan rauhaa, joka on kaikkea ymmärrystä ylempi". Hän on kyennyt valjastamaan "kuoleman elämän vaunujen eteen".

Jokainen reagoi omalla ainutlaatuisella tavallaan kuolemaan ja kuolemiseen

Olemme edellä piirtäneet rungon lähestyvän kuoleman mukaan tuomista haasteista. Se on vain yleistys siitä, mitä voi tapahtua ja missä järjestyksessä. Kun olemme tekemisissä kuolevan potilaan kanssa, huomaamme, että jokainen ihminen on erilainen. Siksi tarvitsemme herkkää vaistoa, kuulolla olemista. Ymmärtäessämme tämän emme mene mukaan sillä tavalla, joka ei ole kummallekaan osapuolelle hyväksi. Emme myöskään saa olettaa, että kuoleva reagoisi samalla tavalla kuin me itse vastaavassa tilanteessa.

Meidän on hyvä muistaa, että kuolevan ihmisen ja hänen omaistensa odotukset saattavat olla hyvin erilaisia. Usein kuoleva itse on realistisempi ja rauhallisempi kuin omaiset, jotka hädissään ovat

vaatimassa uusia hoitokeinoja ja toivovat, että kuolema viipyisi vielä hetken. On hyvä muistaa myös se, että hoitohenkilökunta voi väsyä ja tavallaan hylätä sairaan, kun kuolema viipyy.

Jokainen tilanne, johon meidät otetaan mukaan, on todella haastava. Parhaimmillaan se on kappale ikuisuutta ihmisten keskellä.

Sovinto itsensä kanssa

Sovinto itsensä ja oman elämänsä vaiheiden kanssa tuo sairaalle kuoleman hyväksymisen. Vuosien varrella olen nähnyt, että ihmisenä kasvanut ja elämässä kypsynyt ihminen kohtaa tyynenä kuoleman. Hän ei ole kyllästynyt elämään, vaikka onkin saanut siitä kyllikseen. Usko Jumalaan auttaa suuresti kuolevaa ihmistä. Kuitenkaan se ei siirrä meitä yläpuolelle sen inhimillisen kärsimyksen, tuskan ja kivun, joka on kaikkien osa jollakin tavalla oli sitten uskoa tai ei. Meidän ei tarvitse olla enemmän kuin Mestariimme, joka rehellisesti rukoili: "Jos se suinkin on mahdollista, niin ota pois minulta tämä malja, ei kuitenkaan niin kuin minä tahdon, vaan niin kuin sinä tahdot." Näkisin, että lähestyvä kuolema haastaa meitä kasvamaan sekä ihmisinä että uskovina. Ihanteellista olisi se, että me voisimme myös kuolemalamme kirkastaa Kristusta. Silloin voimme sanoa turvallisesti: "Isä, sinun käsiisi minä annan itseni."

Havaintoja ja mietteitä kuoleman jälkeen

Rehellinen kuoleman kohtaaminen on mielestäni myös sitä, että katsomme kuollutta ihmistä. Kriisikäyttäytymistä tutkineet ihmiset ovat sitä mieltä, että vain pahasti palaneen ja kauan hukkuneena olleen ihmisen voi jättää katsomatta. Myös lasten on hyvä nähdä kuollut omainen, isä, äiti tai sisarus, puhumattakaan isovanhemmista. Jos lapsi ei saa nähdä vainajaa, hän tekee omat päätöksensä: mielikuvat etsivät paikkansa, ja usein ne ovat todellisuuden vastaisia. Lapset hakevat itse sopivan läheisyyden esim. kappelissa vainajan hakuhetkellä. Voimme rohkaista lasta lähestymään vainajaa, mutta häntä ei pidä pakottaa. On myös rehellisesti vastattava kysymyksiin. Ne voivat meistä tuntua mitättömiltä asioilta, mutta ovat lapselle tärkeitä, esim. ihon muutos, kylmyys jne. Meitä kaikkia auttaa konkreettisuus: että

voimme koskettaa, tuoda vaikkapa pienen kukan arkulle, valokuvata, veisata ja rukoilla yhdessä.

Vastasyntyneen vainajankin katsominen auttaa meitä saamaan hahmon surulle ja menetykselle: tiedämme, ketä ja minkänäköistä suremme. Kenenkään ei pidä kuvitella, että hetket vainajan luona olisivat helppoja. Kuitenkin vaikeiden asioiden kohtaaminen auttaa merkittäväällä tavalla siinä prosessissa, joka surevalla on edessään.

Surun tunteita

Itkijänaiset ovat joskus itkeneet surua ja ikävää. He ovat konkretisoineet sen tuskan, jota kuolema väistämättä tuo tullessaan. Missä ovat tämän ajan itkijänaiset? Miksi ei edes siunaustilaisuudessa tai haudalla saisi itkeä? Muistan puhuttelevana tilanteen, jossa äiti aivan huusi, kun hänen toista lastansa laskettiin hautaan. Siinä oli lähellä omaisia, jotka tukivat häntä sekä fyysisesti että psyykkisesti. Hetken kuluttua äiti jaksoi lähteä pois toisten mukana.

Rauhoittavat lääkkeet ovat joskus paikallaan, mutta niitä käytetään usein rutiininomaisesti. Jos emme näe surua toisten elämässä, voimme pitää itseämme epänormaaleina, kun oma surumme tuntuu meistä musertavan raskaalta. On aika itkeä. Surusta selviämiseen tarvitaan aikaa. Se on hyvin yksilöllistä, mutta vuosi on varsin normaali. Monet laskevat ajan ennen ja jälkeen jonkun rakkaan omaisen kuolemaa. Hautausmaalla käyminen on tarpeellista, ja varsinkin lapsensa menettäneet kokevat sen sisäiseksi pakoksi.

Sureva ihminen vaatii toisilta huomiota ja osanottoa. Voi tuntua pahalta, jos sanon, että hän voi olla itsekeskeinen ja itsekäskin. Sureva voi kokea, että toisten elämä kulkee niin kuin mitään ei olisi tapahtunut. Osanotossamme voimme hyvää tarkoittaen sanoa pahalta tuntuvia asioita. On hyvä muistaa, ettei kukaan vierellä kulkijoista ole täydellinen.

Rituaalit ovat tärkeitä. Meillä voi olla negatiivisia mielikuvia sanoista 'rituaali' ja 'perinteinen', mutta oikein ymmärrettyinä ne ovat tuki. Muistan hyvin itse imeneeni kaiken, mitä pappi puhui siunaessaan onnettomuudessa kuollutta veljeni poikaa. Rukoilin vain, ettei pappi lopettaisi vielä, että hän puhuisi edelleen. Koin, että kristillisen tradition ja rituaalin välityksellä elävä Jumala lohdutti meitä

iankaikkisella sanallaan. Ilman traditioita olisimme vieläkin avuttomampia surumme keskellä.

*Kaikella on määrähetkensä,
aikansa joka asialla taivaan alla.
Aika on syntyä ja aika kuolla,
aika on istuttaa ja aika repiä maasta,
aika surmata ja aika parantaa,
aika on purkaa ja aika rakentaa
aika itkeä ja aika nauraa
aika on valittaa ja aika tanssia,
aika heitellä kiviä ja aika ne kerätä,
aika on syleillä ja aika olla erossa,
aika etsiä ja aika kadottaa,
aika on säilyttää ja aika viskata menemään,
aika repäistä rikki ja aika ommella yhteen,
aika olla vaiti ja aika puhua,
aika rakastaa ja aika vihata
aika on sodalla ja aikansa rauhalla.*

Saarnaaja 3:1–8,11

Rukouksessani pyydän surevalle, kärsivälle ja kuolevalle ja samalla itselleni kahta asiaa: Isä, tapahtukoon sinun hyvä tahtosi myös tässä ja nyt niin kuin taivaassa, ja: Anna meille se rauha, joka käy yli kaiken ymmärryksen ja joka voi varjella meidän ajatuksemme Kristuksessa Jeesuksessa.

*Se, joka halvaannuttuaan,
sairastuttuaan syöpään,
menetettyään sydänvikaisen lapsensa
syyttää elämää tai Jumalaa
epäoikeudenmukaisuudesta,
erehtyy:
ei häntä ole petetty.
Ainoa lupaus, jonka elämä ihmiselle antaa,
on lupaus kuolemasta.*

Marja-Kristiina Blomberg, Mielenterveyslehti 6/91

*Minä olen ihme, suuri ihme, ja kiitän sinua siitä.
Ihmeellisiä ovat sinun tekosi, minä tiedän sen.’
Minä olen saanut hahmoni näkymättömissä,
muotoni kuin syvällä maan alla,
mutta sinulta ei pieninkään luuni ole salassa.
Sinun silmäsi näkivät minut jo idullani,
sinun kirjaasi on kaikki kirjoitettu.
Ennen kuin olin elänyt päivääkään,
olivat kaikki päiväni jo luodut.*

Ps. 139:14–16

RIPPI JA ARMOLLINEN JUMALA

Pekka Halmesmaa

Ripistä yleensä

Miksi rippi?

Sanaa "rippi" ei esiinny Raamatussa. Viitaan kuitenkin kolmeen Raamatun kuvaan ripistä: pistä kätesi poveesi (2. Moos. 4:6–8), sivele verta oikeaan korvannipukkaan, oikeaan peukaloon ja oikeaan isovarpaaseen (2. Moos. 29:20) ja tunnustakoon rikkomuksensa Herraa kohtaan ja maksakoon velkansa (4. Moos. 5:6–7).

Viitaan myös ripin asettamiseen. Jeesus sanoi: "Minä lähetän teidät." Ja tämän sanottuaan hän puhalsi heidän päällensä ja sanoi heille: "Ottakaa Pyhä Henki. Joiden synnit te anteeksi annatte, niille ne ovat anteeksi annetut. Joiden synnit te pidätätte, niille ne ovat pidätetyt." (Joh. 20:21–23)

Tunnustuskirjoissamme puhutaan Kristuksen säätämästä absoluutiosta, synninpäästöstä eli avaintenvallasta sekä ripistä eli absoluutiosta. Rippi on käytössä erityisesti arkojen omientuntojen ja kypsymättömän nuorison tähden. Luther kirjoittaa Vähässä katekismuksessa siitä, kuinka "yksinkertaisia on opetettava ripittäytymään". Rippiin sisältyy kaksi kohtaa: synnintunnustus ja synninpäästö, viimeksi mainittu aivan kuin itse Jumalalta saatuna. Isossa katekismuksessaan hän kirjoittaa, että kaikkein pahinta on ollut se, ettei kukaan ole opettanut eikä tiennyt, mitä rippi on ja kuinka hyödyllinen ja lohdullinen se on. Luther käyttää hienoa huumoria kirjoittaessaan, miksi oikeaa rippiä on hyljeksitty: "Kyllähän pian on käsitetty se, mikä meille tuottaa hyvän tuntemusta: kun evankeliumi hienosti hyväilee." Hän kehottaa pitämään omaa tekoamme ripissä vähäarvoisena ja Jumalan tekoa erittäin suuriarvoisena. Lutherilla on nasevia vastauksia siihen, miksi ja miten rippi saataisiin käyttöön. Jos sitä perin pohjin

esitetäisiin ja lisäksi osoitettaisiin se hätä, jonka pitäisi meitä taivuttaa rippiin, omatunto ajaisi siihen. "Sata peninkulmaa juoksisivat sitä saadakseen." (Juoksu halki Suomen!) Ripitettävät pakottaisivat meitä. Niitä, jotka eivät välitä ripin "terveeksi tekevästä lääkkeestä", emme pidä kristittyinä. Heitä ei saa päästää ehtoolliselle. "Käy ripillä, ole kristitty!"

Kirkkolakimme puhuu viidessä pykälässä ripistä (50–51, 73–75). Kuriositeettina mainitsen, että hakemistossa esiintyvä termi "ripille laskeminen" tarkoittaa konfirmaatioon laskemista. Tässä vanhakantaisuudessa ja käsitteiden epäselvyydessä näkyy eräs "oikean" ripin käytön este. Ainakaan eräs helsinkiläinen kirkkoherra ei mielellään käytä sanaa "ripittäytyminen".

Uusi kirkkojärjestyksemme sisältää luvun IV: Sielunhoito ja rippi; kirkkokuri; diakonia ja lähetystyö. Siinä on ripistä vain yksi pykälä 1: "Seurakunnan tulee huolehtia alueellaan asuvien sielunhoidosta, kristillisestä uskosta ja elämästä sekä tarjota tilaisuus yksityiseen rippiin. Tämä on erityisesti seurakunnan pappien ja lehtorien tehtävä, mutta kuuluu myös seurakunnan muille jäsenille." Mitään kokonaiskuvaa ei anneta vaan viitataan vain yksityiseen eli salarippiin.

Nykyinen Kirkkokäsikirjamme sisältää yksityisen ripin kaavan. Jumalanpalvelusten kirjassa on 3. ja 4. kohtana yleisen synnintunnustuksen ja synninpäästön kaavat. Käsittelen näitä hiukan edempänä.

Hannes Leinosen mukaan ns. Oxfordin ryhmäliike ehti olla osaltaan rippiherätyksenä. E. G. Gulin kirjoittaa, että ripillä on viisi merkitystä: 1) Se pakottaa meidät häpeämään syntiämme, 2) se vakuuttaa meille henkilökohtaisen anteeksiantamuksen, 3) se auttaa luopumaan synnistä, 4) rippi-isä on esirukoilijamme ja 5) se tuo meidät seurakunnan yhteyteen. Hän piti Joh. 20 valossa rippiä keskeisimpänä tehtävänäme.

Arkkipiispa Bertil Werkström on todennut, että rippi on eräs väline päästä kulissien taakse, pinnan alle, ja olemaan rehellinen itselleen. Rippi auttaa pukemaan tilanteensa sanoiksi. Hän ei olisi voinut elää ilman säännöllistä rippikontaktia. Hiljaisuuden retriittejä ei myöskään voi ajatella ilman rippiä. Ripissä ei voi mennä ohi kirkon suoraan Jumalan yhteyteen. – Mitä viimeksi mainittuun ajatukseen tulee, Werkström unohtaa tässä kohtaa ns. uskonripin, jossa ihminen käy yksinään rukouksessa Jumalan eteen syntinsä tunnustaen.

Jouko Sihvo katsoo, että perinteisen sielunhoidon ripittävä luonne on vastannut heikosti kaupunkilaisen ihmisen hätään ja tilanteeseen. Siinä on uskottu yksinomaan sanan, hengellisen kielen ja ripin voimaan, ja siksi meillä on siitä kovin vähän kokemuksia.

Seurakunnan työntekijöiden on todettu määrittelevän ripin eri tavoin. Tämä luonnollisesti estää sen käyttämistä. Australiassa työskennellyt Voitto Pokela on äskettäin sanonut, että Suomessa on kohtalokkaalla tavalla laiminlyöty ripin käyttö. Siihen ei tarjota tilaisuuksia eikä siihen rohkaista. Hannes Leinonen totesi 1962, että enää ei juuri keskustella siitä, onko rippi tarpeellinen, vaan siitä, miten rippi saataisiin jälleen siihen asemaan, mikä sille sielunhoidon välineenä kuuluu. – Olisiko sittenkin keskusteltava ensin siitä, miksi rippi on tarpeellinen?

Joulun alla Paavo Kettunen kirjoitti, että ripistä puhutaan aikaisempaa enemmän ja sen käyttöä suositellaan kirkollisissa uudistusohjelmissa. Ripille ei kuitenkaan tunnuta haettavan raamatullisia perusteluja. Hän pyysi tietoja rippikokemuksista. Tuolloin oli myös Kirkko ja Kaupunki -lehdessä ajatus, että syntien tunnustaminen ja niiden anteeksisaaminen voi olla perusteellisempi ja vapauttavampi kokemus kuin pelkkä ongelmakeskeinen sielunhoito.

Seuraavassa otan esille ripin päämuodot. Ne ovat uskonrippi, yleinen rippi, rakkaudenrippi, yksityinen ja julkinen rippi. Niiden kohdalla kyselen: miksi, milloin ja miten. Lienee näin sopivaa edetä "hel-poimmasta vaikeimpaan".

Uskonrippi

Raamatun esimerkkinä uskonripistä, joka tapahtui yksin Jumalan edessä, voidaan mainita Jobin rippi (42:6). "Peruutan puheeni ja kadun tomussa ja tuhassa." Raamattu sanoo (4. Moos. 5:6–7): "Tunnustakoon rikkomuksensa Herraa kohtaan ja maksakoon velkansa." Job peruutti Herralle puhumansa sanat, jotka hän koki synniksi. Niitä hän katui. Augsburgin tunnustuksen puolustuksen kohta 12 sanoo katumuksesta, että silloin tunnetaan Jumalan vihaa, tunnustetaan Jumalan vihastuvan oikeuden mukaan ja ettei Jumala ole omilla teoillamme lepytettävissä. Luther sanoo Isossa katekismuksessa, että yksi ripin lajeista tapahtuu yksin Jumalan edessä. Nimitys uskonrippi perustunee siihen, että synninpäästön uskomisen omalle kohdalle suo-

raan Jumalan sanoista Raamatussa vaatii uskoa. Äänellinen synninpäästö puuttuu.

Koska ajatukset, synnillinen mieliala sekä eräät teot ja laiminlyönnit eivät kohdistu toisiin ihmisiin, ne on lupa tunnustaa suoraan Jumalalle.

En ole juurikaan kuullut opetusta päivittäisen, jopa hetkittäisen uskonripin tärkeydestä. Sen sijaan tiedämme, että lestadiolaisten piirissä ei uskonripile anneta mitään sijaa. Oma sielunhoitajani muistutti uskonripistä minua ollessani nuori pappi: me tarvitsemme sovinto-veren vihmontaa.

Yleinen rippi

Miksi ja millaisena sitten yleinen rippi on paikallaan jumalanpalveluksemme alkupuolella?

1. Sam. 7:5–6 puhuu siitä, että israelilaiset kokoontuivat ja tunnustivat synnin. Johannes Kastaja kastoi ihmiset, kun he tunnustivat syntinsä. Tässä voitaisiin puhua erityisestä "kasteripistä". Olisi mielenkiintoista selvittää, kuinka kaikki tämä tarkkaan ottaen tapahtui. Joka tapauksessa monia ihmisiä oli koolla. Tarjottiinko kullekin vuorollaan mahdollisuus tunnustaa synti ripin vastaanottajalle? Tällöin oli itse asiassa kysymys yksityisripistä. Vai tunnustettiin jokin erityinen, yhteinen synti "yhteen ääneen"? Vai tunnustiko kukin hiljaa sydämessään, mikä omaatuntoa painoi?

Meidän kirkossamme yleinen rippi syntyi korvaamaan yksityisrippiä ja toimimaan ehtoolliselle tulemisen edellytyksenä. Se tapahtui yhteisesti lauantai-iltana tai sunnuntaiamuna. Tämä yleinen rippi sisälsi yleisluontoisen synnintunnustuksen. Nykyään se suoritetaan jumalanpalveluksen alussa. Jumalanpalvelusten kirjan kuudessa vaihtoehtoisessa synnintunnustuksessa mainitaan erityisenä syntinä vain rakkaudettomuus eikä suoranaisesti edes epäuskoa.

Kirkkolain 51. §:ssä sanotaan, että niiden, jotka haluavat saada Herran ehtoollisen, tulee ripissä yhteisesti tai erikseen tunnustaa syntinsä ja saada synninpäästö. Tätä ei lausuta enää uudessa kirkkojärjestyksessä.

Helsingissä on siellä täällä ilmoitettu mahdollisuudesta sielunhoidolliseen keskusteluun ja rippiin, jonka jälkeen on ehtoollinen, tai

vain rippiin ja ehtoolliseen. Jälkimmäisessä on ollut kyse "laajennetusta kollektiivisesta synnintunnustuksesta" eli yleisestä ripistä.

Luterilaisessa kirkossa USA:ssa on ollut tuhkakeskiyökokona julkinen katumusjumalanpalvelus, jossa on ollut yleinen synnintunnustus mutta yksityinen synninpäästö. Lestadiolaisilla taas on tapana saarnan aikana seisomaan nousten tai kättä nostamalla tehdä eräänlainen yleinen synnintunnustus, jolloin saarnaaja antaa yksityisen synninpäästön mutta toisten läsnä ollessa. Lisäksi he ymmärtävät "yleisellä ripittäytymisellä" sitä, kun yksityinen tunnustaa yleisen syntisyytensä. Tämä on heillä yleistä. Tuleeko anteeksi pyytämistä silloin rituaali?

Suomessa on äskettäin jollain taholla vietetty "rippiehtoollista". Ehtoollisen edellä on tarjottu mahdollisuutta syntien – ilmeisesti yhteiseen – tunnustamiseen ja henkilökohtaiseen siunaamiseen, jolla tarkoitettaneen yksityisen synninpäästön antamista. Tässä on hyvä mahdollisuus ripin elvyttämiseen eräänlaisena yleisen ja yksityisen ripin välimuotona.

Se, että Isä meidän -rukouksessa pyydämme yleisesti anteeksi syntejämme, ei merkitse sitä, ettei syntejä tarvitse nimetä. Synnin tunnustaminen, johon Raamattu myös kehottaa, on jotain muuta kuin syntisyyden tunnustamista.

Myös pääjumalanpalveluksen yleisen ripin elvyttämistä on kehitetty. On ainakin seuraavia mahdollisuuksia: 1) Johdatus synnintunnustukseen laajennetaan lyhyeksi rippisaarnaksi. 2) Synnintunnustus luetaan yhdessä lausuen. 3) Pappi tai jokin seurakunnan pienryhmä laatii synnintunnustuksen. 4) Synnintunnustukseen sisällytetään muutamia tiettyjä, ajankohtaisia ja keskeisiä syntejä. 5) Synnintunnustus on kokonaan tai osittain hiljainen, jolloin osallistujia kehoitetaan hiljaa sisimmässään tunnustamaan omaatuntoa painavat asiat. 6) Synnintunnustuksen lukee joku mikrofoniin kirkon penkistä. 7) Seurakuntalaisia opetetaan tarttumaan julistettuun synninpäästöön omakohtaisesti.

Rakkauden rippi

Matt. 5:23–24 sanoo vakavasti: "Jos muistat, että veljelläsi on jotakin sinua vastaan – käy ensin sopimassa veljesi kanssa." Kysymys

on rakkaudenriipistä. Tämä ja uskonriippi esiintyvät Isä meidän -rukouksessa.

Luther muistutti Isossa katekismuksessaan tästäkin ripin muodosta. Lestadiolaisuudessa puhutaan sekä rakkauden- että lähimmäisenriipistä, mutta ne näyttävät olevan sama asia. Lestadiolaisten ehtoolliskirkossa käydään usein pyytämässä anteeksi oman perhekunnan jäseniltä.

Muuan katolinen *pater* on lausunut, että nykyajan ihminen ei tee syntiä Jumalaa vastaan vaan lähimmäisen edessä.

Eikö Jumala ole lähimmäisen suunnalla ja lähimmäisen takana. Jos ihminen lähtee pyytämään anteeksi lähimmäiseltään, hän tulee samalla lähemmäksi Jumalaa. Kuitenkin rippiä eri muodoissaan käyttävät enimmäkseen Kristukseen uskovat. Muutoin ripin ytimeen, synninpäästöön, tarttuminen ja uskomisen on vaikeaa. Uskova käsittää, että hän tekee syntiä nimenomaan Jumalaa vastaan. Hänen vaaransa on siinä, että hän ei pyydä anteeksi lähimmäiseltään. Toinen vaara on siinä, että hän ei Isä meidän -rukouksen mukaisesti annakaan anteeksi lähimmäiselleen ainakaan silloin, kun tämä ei sitä pyydä.

Myös rakkaudenriipistä on annettava enemmän opetusta. Uskon, että yleisen ja salaripin jälkeen on usein asiaa rakkaudenrippiin. On opetettava välitöntä anteeksipyytämistä heti synninteon tapahduttua. Entä jos lähimmäinen ei anna anteeksi? On kysyttävä, onko silloin unohtunut asiaan kuuluvan hyvityksen tarjoaminen. On syntejä, joita ei voi hyvittää. Silloin on lupa uskoa anteeksiantamus suoraan Jumalalta, vaikkei loukattu ole luvannutkaan antaa anteeksi.

Yksityisriippi

Miksi yksityisriippi olisi saatava enemmän käyttöön? Juuri tämä ripin muoto on ollut eniten keskustelun aiheena. Augsburgin tunnustuksen kohta 11 toteaa, että seurakunnassa on säilytettävä yksityinen synninpäästö. Yksityisabsoluutio perustuu avainten virkaan ja on yhtä tärkeä kuin kaikki muutkin kristillisen seurakunnan virat.

Kirkkolain 73 §:ssä sanotaan: "Kun joku yksityisesti tunnustaa jonkin synnin, julistakoon pappi hänelle synninpäästön." – Siinä voi myös tehdä yleisen synnintunnustuksen. Edellä mainittiin, miten uusi kirkkojärjestys kehottaa tarjoamaan tilaisuuden yksityiseen rikkiin.

Kymmenen vuotta sitten lähes puolet suomalaisista oli sitä mieltä, että kirkon tulisi tarjota useammin mahdollisuus rikkiin ja sielunhoidolliseen keskusteluun. Eräskin kirkkoon kuulumaton tutkija sanoi, että hän tarvitsisi rippiä. Tuolloin papeilla oli noin 50.000 etukäteen sovittua sielunhoidollista keskustelua. Niistä johti 14 % rikkiin. Toissa vuonna oli sielunhoidollisia keskusteluja noin 166.000, joista noin 10 % johti rikkiin. Saarnasin ripistä helmikuussa 1993 ja tarjosin mahdollisuutta jäädä ripittäytymään. Sadasta kuulijasta jäi kaksi (toisella kuitenkin muu asia).

Ainakin ruotsalaiset lääkärit, opettajat ja nuorisonohjaajat ovat sanoneet, että jos kirkon työntekijät uhraisivat enemmän aikaa ripille, ei tarvittaisi niin paljoa terapiaa eikä klinikoita. Meidänkin kirkosamme on pappeja, jotka eivät ole koskaan vastaanottaneet rippiä. Pietistisen herätyksen on väitetty korostaneen tietoista päätöksentekoa parannuksen edellytyksenä, ja ripin objektiivinen armonjulistus jäi syrjään.

Milloin tulisi käyttää yksityisrippiä? Tunnustuskirjoissamme sanotaan, että synnintunnustus tulisi tehdä kerran vuodessa. Myöhemmin todetaan, että seurakunnassamme varmasti useimmat käyttävät monta kertaa vuodessa synninpäästöä ja ehtoollista. Käsikirjamme yksityisen ripin kaavan alussa sanotaan, että omantunnon ahdistassa tulee etsiä tästä lohdutusta.

Meidän tulisi lähes kaikkien tilaisuuksiemme yhteydessä tarjota mahdollisuutta rikkiin ja rohkaista siihen. Sen sijaan me kiirehdimme tilaisuuksista pois.

Miten sitten yksityisrippiä tulisi käyttää ja elvyttää?

Augsburgin tunnustuksen kohta 11,25 alleviivaa, ettei tule luetella kaikkia rikkomuksia. Jos saisimme synninpäästön vain luettelemistamme synneistä, emme saisi suurtakaan apua. Muistiin palautuvat tulee kertoa. Luetteleminenkin on sallittua. Luther neuvoo mainitsemaan vain yhden tai kaksi asiaa. Hän sanoo myös, että salarippi tehdään, kun on jotain erikoista sydämellä: kun ei saa rauhaa tai ei ole kyllin vahva uskossa.

Toinen tärkeä tähän kuuluva kohta Lutherilla on se, että Kristus on antanut jokaiselle uskovalle vallan antaa anteeksi julkisiakin syntejä.

Kirkkokäsikirja ei puhu uskovasta, vaan seurakunnan jäsenestä. Tiililä kysyi, tapahtuuko mitään, kunuskoton pappi julistaa synninpäästön. – Voisi myös kysyä, lähteeuskoton pappi tai maallikko julistamaan synninpäästöä.

Käsikirja painottaa kyllä aivan oikein sitä, että jokainen ripin vastaanottaja on velvollinen vaitioloon. Synnintunnustus ja synninpäästö voivat tapahtua myös omin sanoin. Voi siis tunnustaa erityisen synnin. Ripittäytyvä voi myös lukea annetut sanat. Kymmentä käskyä, kuten Lutherkin neuvoi, ja katumuspsalmeja voi käyttää avuksi itsensä tutkimisessa. Ripittäytyjä on polvillaan. Kaavan pääkohdat ovat: virsi, synnintunnustus, synninpäästö, rukous ja virsi.

Muuan diakonissa kysyi, pitäisikö työntekijöitä valmentaa enemmän muodollisen ripin käyttöön. Kaava voi nähdäkseni olla vain suuntaa antava. Virsiä en ole koskaan käyttänyt. Rukouksen tai ensimmäisen rukouksen aloittaisin jo ennen synnintunnustusta. Olisin polvillani ripittäytyjän vieressä ja käyttäisin kätenpäällepanoa. On vahinko, ettei meillä ole aikoihin ollut Vähässä katekismuksessa Lutherin rippiohjetta.

Piispa Voitto Huotari kirjoittaa alttariripistä, joka on yleistynyt kovasti seurakunnissa karismaattisen liikkeen mukana. Hän sanoo, ettei ole osannut ratkaista suhdettaan siihen. Siinä voi kuulla toisen puheet, se on kovin lyhyt ja levoton. – Miten olen järjestänyt alttariripin? Siten etteivät muut voi kuulla.

Entä rippituoli? Valkeakoskella se oli otettu hyvin vastaan. Muuan ruotsalainen kirkkoherra on ajanut asiaa vuosia ja pitää sitä mainiona tapana saada ihmiset uskaltautumaan papin luo. Uuden tekniikan rippituoli esitellään ensi toukokuussa Italiassa: telekopio-laite ("avaruusajan puhelinkoppi").

Tuomas-messussa on tunnin mahdollisuus ripittäytyä, ja tulijoita on riittänyt. Messun aikana sivualttarit ovat eräänlaisia rippituoleja. Itse olen tarjonnut saarnan yhteydessä jumalanpalveluksen päätyttyä penkkiin jäämistä, jolloin pappi tulee vierelle.

Siellä täällä päivystää rippipuhelin. Ruotsalaiset papit päivystävät hyvin paljon puhelimen ääressä. Palvelevassa puhelimessa on kuulemma rippi harvinaisuus. Seurakunnassani on toiminut sielunhoitopuhe-

lin kymmenkunta vuotta kolme kertaa kolme tuntia viikossa pääasiassa maallikoiden voimin.

Muuan kirkon perheneuvoja on kirjoittanut, että heillä rippi on aika olematonta, vaikka asiallisesti niissä keskusteluissa tapahtuu samaa.

Pohjois-Suomen lestadiolaisalueilla ei juuri kukaan tahdo käydä kuolemaan synnit omallatunnolla, vaan lähes jokaisella sairaalakäynnillä on jonkinasteista ripittäytymistä. Entä etelän sairaalapappien linja?

Viitataan vielä siihen, että hengellisten lehtien sielunhoitajat vastaanottavat ripittäytymistä kirjeitse. Kirjoitettu synninpäästö on myös tehokas.

Julkirippi

Voimmeko päästä aina julkirippiin asti? Luther neuvoo, että ensin tulisi tehdä tunnustus "julkisesti kaikki keskenämme". Kirkkolain 74. § tuntee tapauksen, että rikoksesta tuomittu tahtoo ripittäytyä muutamien seurakunnan jäsenten tai julkisesti seurakunnan läsnä ollessa. Siis puolijulkisesti tai julkisesti. Julkinen tarkoittaa kooltaan määräämättömän joukon edessä tapahtuvaa. Aikoinaan oli rangaistuksena kurinpidollinen julkirippi.

Oxfordin ryhmäliikkeen kokouksissa tapahtui julkisiakin tunnustuksia. Pauli Linnansaari kirjoitti 1947, että julkirippi voi olla heränneelle ihmiselle tie uskoon ja vavahduttaa muutkin näkemään Jumalan töitä. Lestadiolaisuuden alkuaikoina käytettiin julkirippiä, mutta siitä luovuttiin lähes kokonaan sen ikävien seurauksien vuoksi. Pöytäri ei kerro (1992), mitä nämä ikävät seuraukset olivat.

Luther lienee tässäkin oikeassa. Meidän tulisi ehkä rohkeammin esittää julkisia anteeksipyyntöjä synneistä, jotka ovat monen tiedossa. Julistaja voisi kulkea tässä edellä. Tällöin olisi ehkä helpompi tarttua sovintoveren armoon muissakin tilanteissa.

SAIRAALASIELUNHOIDON ERITYISKYSYMYKSIÄ

Marja–Liisa Anttila

*Hiljaa, ystävät hiljaa
siellä nyt vaeltakaa
missä suru ja murhe
portille kolkuttaa.
Missä taakan alle
uupuvat sydämet.
Missä nyt itkien käyvät
vaivatut ihmiset.*

*Älkää ankarin käsin
sattuko sydämeen,
jonka harpussa soivat
sävelet särkyneen
jollet ruokaa maasta
korjata turvaan vois,
jätä se Mestarin huomaan,
vaieten väisty pois.*

*Vaikka murhetta tiellä,
kiitämme kuitenkin
Jeesus Vapahtajaamme, auttaja Armoisin
hän on ristinpuulla,
lunastus syntisen
turvamme ensimmäinen,
toivomme viimeinen.*

Vilho Rantanen

"Armo teille ja rauha Jumalalta, meidän Isältämme, ja Herralta Jeesukselta Kristukselta.

Kiitetty olkoon meidän Herramme Jeesuksen Kristuksen Jumala ja Isä, laupeuden Isä ja kaiken lohdutuksen Jumala, joka lohduttaa meitä kaikessa ahdistuksessamme, että me sillä lohdutuksella, jolla Jumala meitä itseämme lohduttaa, voisimme lohduttaa niitä, jotka kaikkinaisessa ahdistuksessa ovat.

Sillä samoin kuin Kristuksen kärsimykset runsaina tulevat meidän osaksemme, samoin tulee meidän osaksemme myöskin lohdutus runsaana Kristuksen kautta.

Mutta jos olemme ahdistuksessa, niin tapahtuu se teille lohdutukseksi ja pelastukseksi; jos taas saamme lohdutusta, niin tapahtuu sekin teille lohdutukseksi, ja se vaikuttaa, että te kestätte kärsimykset, joita mekin kärsimme; ja toivomme teistä on vahva, koska me tiedämme, että samoin kuin olette osalliset kärsimyksistä, samoin olette osalliset myöskin lohdutuksesta."

2 Kor. 1:1–7

Määritelmiä

"Sielunhoito on kirkollinen toiminta, jonka tarkoituksena on yksityisten seurakunnan jäsenten kaitseminen, neuvominen ja lohduttaminen." (Nyky-suomen sanakirja V:136.)

"Sielunhoito on ihmisen auttamista vapautumaan evankeliumin voiman avulla, se tähtää siihen, että evankeliumi inkarnoituksi hoidettavassa." (E. Ewalds, Kotimaa 7.4.67.)

Kirkkolaki:

123 pykälä: "Papinvirkoja voi lisäksi olla vankilassa, sairaalassa, puolustuslaitoksessa sekä kuurojen sielunhoitoa ja muita erityistarpeita varten."

134 pykälä: "Vankilan, sairaalan ja muun laitoksen pappi – toimittakoon virkansa, niin kuin siitä erikseen säädetään."

Sairaalaliiton kirje 27.2.65:

Suositus Kirkkohallituksen, lääkintöhallituksen ja Sairaalaliiton neuvottelukirjan pohjalta.

"Sairaalaliitto katsoo, että sielunhoitotoimen järjestäminen sairaaloissa on potilaiden kokonaishoidon kannalta tärkeitä, minkä vuoksi sanotun toiminnan saattamista entistä vakiintuneemmalle kannalle on pidettävä tarkoituksenmukaisena."

Huoneentaulusta 26.8.69:

Sairaalasielunhoitaja toimii Suomen evankelisluterilaisen kirkon työntekijänä ja hän on teologi. Hän toimii potilaskeskeisen periaatteen mukaisesti.

Paikka

Sairaalasielunhoitoa harjoitetaan pääasiallisesti sairaalassa. Joskus sielunhoitosuhde voi jatkua avohoidossa. Ihmiset hakeutuvat sairaalaan saamaan hoitoa joko fyysisiin tai psyykkisiin vaivoihinsa. He eivät tule sairaalaan sielunhoitoa varten, vaikka pitkäaikaisessa hoitosuhteessa on varsin luonnollista tavata sairaalakäynnillä myös tutuksi tullut sielunhoitaja. Omassa työssäni pyrin aktiivisesti siihen, että tapaan esimerkiksi syöpäpotilaan sytostaattihoidon yhteydessä, jos se suinkin on mahdollista.

Nykyisin on aivan luontevaa puhua potilaan kokonaishoidosta. Miten se käytännössä onnistuu, onkin toinen asia. Yhteistyökumppaneina minulla ovat mainiot sosiaalityöntekijät. Tietenkin osaston henkilökunta on avainasemassa. Vaikka potilas on tullut saamaan hoitoa fyysisiin vaivoihinsa, on tärkeää että häntä autetaan myös muuten jaksamaan. Ihminen on kokonaisuus. Mm. termi psykosomaattinen sairaus kuvaa reaktioidemme monimutkaisuutta.

Ihmisen kokonaishoitoon kuuluu erottamattomasti myös hänen henkinen ja hengellinen hyvinvointinsa ja siksi pyrkimys poistaa pahoinvointi. Näin ollen on luontevaa, että sairaalassa on myös teologi, sielunhoitaja.

Miksi sielunhoitoa sairaalassa?

Muutamia syitä, miksi hengellisen työn tekijällä on paikkansa siellä.

- sairaus voi kestää kauan, joten potilaalla ei ole mahdollisuutta osallistua normaaliin seurakuntaelämään

- potilaan tilanne on vakava ja sairauden heikentäessä voimia voidaan tarvita henkistä ja hengellistä apua
- kuoleman lähestyessä joku haluaa vielä ehtoollisen tai **siunauksen**
- keskusteluapua tarvitaan silloin, kun potilas tai hänen omaisensa sovittaa taakkaa harteilleen sopivaksi
- henkilökunnan tukena tarvitaan teologia, hän voi kouluttaa ja olla työnhajaajana. Mutta myös pelkkä olemassaolo on tarpeen siellä missä koko ihmisen hätään tahdotaan tuoda apua.

Evankelioimista vai läsnäoloa

Onko sairaalassa evankelioitava vai vain toimittava potilaan ehdoilla? Mielestäni kysymys on väärin asetettu tai evankelioiminen ymmärretty tahallaan väärin. Näkisin, että kristillisen seurakunnan työntekijä on **aina** ja kaikkialla evankeliumin julistaja, olemuksellaan, sanoillaan ja sanoilla. Olemme liikkeellä siksi, että evankeliumi inkarnoituisi – tulisi todelliseksi – hoidettavassa. Olemme liikkeellä siksi, että ihminen saisi avun sekä ruumiilleen että sielulle.

Työssäni en voi tyytyä vain siihen, että potilas kuolee rauhallisesti. Rukouksin ja toimintatavoin kuulostelen, miten voin olla avuksi pelastuksen asiassa. Miten siinä onnistun ja kuljen Herrani johdatuksessa, on jatkuvan kilvoituksen aihe. Myönnän, että minua joskus kauhistuttaa se vastuu, jota koen Jumalan edessä. Ollessani teologiharjoittelijana opin hyvin tärkeän asian: "Jollei Jeesuksen Kristuksen veri riitä puhdistamaan Jumalan valtakunnan työssä tehdyistä synneistä ja vääristä motiiveistakin, en uskalla lähteä siihen työhön."

Sielunhoitaja on itse hoidettu

Mielestäni sielunhoitajan ominaisuuksiin tulee kuulua se, että hän itse on hoidettu ihminen. Miksi? Siksi, että hän jaksaa ja suostuu olemaan ihmisten ongelmien purkupaikkana. Siksi, että hänellä olisi kykyä ja voimia paneutua hoidettavan tilanteeseen. Sielunhoitajalle on suureksi eduksi se, että hän on tutustunut, joskus kipuakin kokien, vahvoihin ja heikkoihin puoliin itsessään. Sielunhoitajan ei silti tarvitse olla ns. "ongelmaton" ihminen.

Omien kriisien läpikäyminen on sielunhoitajalle arvokas pääoma. Me saamme uskoa, että kaikki yhdessä vaikuttaa niiden parhaaksi, jotka Jumalaa rakastavat. Room. 8:28.

Tervettä itsetuntoa tarvitaan siinä, että voi unohtaa sen, mikä on tapahtunut, ja muuntaa sen elämän kasvuvoimaksi kulkemalla kohti iankaikkista päämäärää. Fil. 3:12–14.

Tarvitsemme kokemuksen hoidettavana olemisesta. Miksi? Rippikouluopetuksesta muistan: "Synnin tekeminen on häpeä, synnin tunnustaminen ei."

Sielunhoitajan on hyvä itse kokea, miten "korkea" kynnyks on rippiin ja synnintunnustukseen – sehän on noloa, hävettävää, nöyryyttävää – ja mitä ne ihmisetkin sanovat, jos näkevät ja tietävät! Ammatiauttajankin tie on raskas rippi-isän tai -äidin luo – jos heitä enää on tai löytää. Synnintunnosta ja syyllisyydestä ei ole muuta pääsyä kuin synnintunnustus ja synninpäästö. Mikä lahja onkaan kuulla minulle henkilökohtaisesti tarkoitettut sanat: "Sinun syntisi annetaan sinulle anteeksi."

Sielunhoitajan asenne

Sielunhoitajan asenne autettavaan on ratkaiseva. Olen kokenut, miten totuudenjulistus katkoo siteet läheisiin. Siis sen että "vaikka minä puhuisin ihmisten ja enkelien kielillä, mutta minulla ei olisi rakkautta, en minä mitään olisi". Siksi: rakkaus on tärkeintä. On oltava rakkaudellinen, jotta toinen ihminen uskaltaa puhua syyllisyyden taakastaan. Jos meistä päällimmäisenä huokuu oikeassa oleminen ja lain tunteminen, emme ole oivaltaneet sielunhoitajan varsinaista tehtävää. Tuomitseminen ja moralisointi ei kuulu tehtäväkuvaamme. Sielunhoitajalle ei saa mikään inhimillinen olla vierasta. Tämä ei suinkaan tarkoita sitä, että sielunhoitajan pitäisi kaikki itse kokea!

Sielunhoitaja joka kykenee kohtaamaan itseään halveksimatta omat pimeät puolensa ja syyllisyyden syöverit, voi auttaa toisia samaan evankeliumin tuomaan vapauteen minkä itse omistaa. Eivät edes "oikeat" raamatunlauseet tee sielunhoidosta raamatullista, sen tekee asenteemme: hyväksyminen.

Rakastavassa ja luottavassa ilmapiirissä löytyvät ne käytännön tavat, joiden avulla autettava itse motivoituu uudenlaiseen elämän-

asenteeseen ja uudenlaisiin elämän arvoihin, moraaliiin. Tätä on meidän opeteltava.

*Älä sano,
että ymmärrät,
ammattiauttaja!*

*Sinä sanot katsovasi päivittäin
kärsimystä silmästä silmään.
Mutta tiedätkö,
mitä on kantaa
helvettiä sielussaan
ja ruumiissaan?*

*Tiedätkö, mitä on olla
työtön ja asunnoton,
alkoholisti
tai hoidossa mielisairaalassa?*

*Älä väitä ymmärtäväsi.
Riittää kun kuuntelet,
olet lähellä – läsnä.
Harvat osaavat sitäkään.*

Maaria Leinonen
(Ihminen on ihmisen toivo, WSOY 1980)

Tutustuminen ja kuunteleminen, rukous

Ensimmäiseksi on ehdottomasti tärkeintä tutustua potilaaseen ja hänen ongelmiinsa, sairauteensa. Sielunhoitajan on suostuttava kuuntelemaan "tavalliset" asiat ja kuulumiset. Ilman sitä ei voi odottaa syvempää keskustelua ja avautumista. Sielunhoitajalla tulee olla suuret korvat ja pitkät tuntosarvet ja pieni suu! Kuuntelu ja kuunteleminen ovat ensi askel eteenpäin. Keskustelu ja asioiden ääneen sanominen voi olla jo suureksi avuksi. Usein keskustelussa päästään myös siihen vaiheeseen, että ehdotan "asioiden niputtamista" yhdessä rukoillen. Yhteisen rukouksen olen nähnyt auttavan ja tuovan helpotuksen. Olemme tehneet sen mitä ihminen voi. Yhdessä koemme, ettei meillä

ole mitään hätää. Olemme Jumalan siunauksien lähteellä – siunauksien, jotka tulevat syvyydestä.

Päivystystapauksissa kysyn usein, mitä potilas haluaa, kun on kutsunut sielunhoitajan luokseen. Kysyn, "millä murteella" voin auttaa

- veisaamalla virren
- lukemalla Raamattua
- rukoilemalla
- keskustelemalla
- antamalla ehtoollisen
- siunaamalla
- ottamalla vastaan ripin
- tms.

Jos minulle sanotaan, että teidänhän se pitäisi tietää, ehdotan usein yhteistä rukousta ja ehtoollisen viettoa.

Meillä on lupaus: "Missä kaksi tai kolme on minun nimessäni koolla, siellä minä olen heidän keskellensä."

Kulje rinnalla

Ap. t. 8:26–39:ssä Filippus sai Herralta tehtävän. "Nouse ja mene tielle Jerusalemita Gassaan." Tiellä Henki sanoi: "Käy luo ja pysytele lähellä noita vaunuja." Filippus sai mahdollisuuden julistaa evankeliumia. Hoviherra kastettiin ja hän jatkoi matkaansa iloiten

Mielestäni tapaus kuvaa asennetta, jolla teen työtäni sairaalassa: Mene, pysytele lähellä ja kun aika on, astu "sisälle." Kun näin menettelee ei ole vaaraa siitä, että koetaan ahdistavaksi käännyttäjäksi. Sitäkään ei aina voi välttää, että sielunhoitaja koetaan käännyttäjäksi tai kuoleman enkeliksi.

Mantelipuun kukka.

*Jotain arvoituksellista on sen keveydessä,
tuollaisen luodun haavoittuvuudessa.*

Sitä ei voisi tekemällä tehdä.

Se vain on sellainen. Itsestään.

Siinä on jotain, jota voi sanoa armoksi.

Armoakaan ei voi selittää

eikä pakottaa esiin.

*Me vain tunnemme, että se on läsnä, aina
kun jokin kukoistaa, onnistuu, kasvaa, kukkii.*

Armoa on kaikissa kohtaamisissa.

*Kuka voisi itse saada aikaan sen,
että hän kohtaa juuri tämän ihmisen?*

*Kauneinta mitä meistä voi tulla, on
olla armon välikappale,
ja rakkaus on armon kaunein hahmo.*

*Kun ajattelen sinua,
minusta monesti tuntuu
kuin koskettaisın Jumalan armoa.*

J. Zink

Näillä kukilla kiitän sinua, Kirjaneliö

Auta minua!

Matteus 15:21–28: Tyttären sairaus oli raskasta myös äidille. Näin on yhä edelleen. Lapsen sairaus on koko perheen prosessi. Koen, että yksi tärkeä tehtäväni on olla niiden äitien ja isien turvana ja tukena, vierellä kulkijana, joiden lapsi sairastaa. On autettava vanhempia kestäämään ja jaksamaan, jotta he voivat olla lapselle avuksi.

Violetti väri

*on aina muistuttanut ihmisiä siitä,
että maailmassa on kipua ja kärsimystä,
ja milloin näen tällaisen kukan,
silloin toivotan sinulle ja itselleni
voimaa rakastaa edelleen myös kärsimyksessä.*

*Ja kiitän sinua jokaisesta merkistä,
joka vihjaa että sallit sinua ympäröivän
huolen ja hädän koskettaa itseäsi.*

Kärsimisen kyky on suurin taito

*minkä me ihmiset voimme saavuttaa.
Sitä vailla ei kukaan kykenisi rauhaan.*

*Kiitän sinua kaikista hiljaisista sanoista,
kaikista lempeistä eleistä,
jotka kertovat kuinka haavoittuva sinä olet
ja kuinka lähellä kaikkea, mikä kärsii.*

*Violetit kukat annan sinulle
erityisen tärkeänä merkinä.*

J. Zink

Näillä kukilla kiitän sinua, Kirjaneliö

Syyllisyys

Syyllisyyskysymys tulee esille hyvin monimuotoisilla tavoilla. Aina ei kysytä yhtä selkeästi kuin Joh. 9:ssä: "Kuka on tehnyt sen synnin, jonka vuoksi hän on syntynyt sokeana?" Samaa asiaa kysytään esim. näin: "Miksi juuri meille, minulle tapahtuu näin?" tai "Mistä tämä on rangaistus?" tai "Miksi rakkauden Jumala sallii tämän?" tai "Mitä paha minä olen tehnyt?" tai "En ole sen syntisempi kuin toiset."

Uuden testamentin ihmisenä saan olla katkaisemassa syyllisyys-rangaistus -ketjua sanomalla kuten edellä olleessa raamatunkohdassa: "Ei hän eivätkä hänen vanhempansa. Niin on tapahtunut, jotta Jumalan teot tulisivat hänessä julki." Yritän myös kertoa sen, että jos Jumala rankaisisi sen mukaan, mitä itse olen tehnyt, en ansaitsisi yhtään tervettä päivää. Kuinka me yhdessä selvittelemme tätä ongelmaa, on joka kerran erilainen. Tärkeää on mielestäni se, että sielunhoitaja itse voi luottaa rakkauden Jumalaan ja siihen, että Jumala itse vastaa teoistaan

Usein koen autettavan tilanteen niin ongelmalliseksi, etten aina ymmärrä, mikä on todellista rikkomusta Jumalaa kohtaan ja mikä on elämäntilanteen tuomaa ahdistusta. Tällaisessa tapauksessa jätän yhteisessä rukouksessa asian Jumalan hyviin käsiin. Hän erotelkoon synnin ja painon! "Pankaamme mekin pois, kaikki mikä meitä painaa, ja synti, joka niin helposti meidät kietoo." Hepr. 12:1.

Sielunhoitaja on kutsuttu kulkemaan hoidettavansa rinnalla merkittävän jakson hänen elämänmatkastaan, sairaalassa usein sen viimeisen suoran. Sielunhoitaja on itse hengellinen kilvoittelija, joka on kutsuttu jakamaan sitä, mitä itse on Jumalan koulussa oppinut. Koen, että minut on valtuutettu kantamaan toisten kuormia. Näin olen Vapahtajani käytössä. Kuitenkaan en voi ottaa pois taakkaa potilaitteni harteilta. Ratkaisut ovat heidän henkilökohtaisia ratkaisujaan.

Mielessäni ja mielelläni ajattelen, että se raamatunkohta, jonka itse sain avioliittoni alussa, vihkipuheessa, sopii myös omaan työhöni kärsivien ja sairaiden parissa.

"Kantakaa toistenne taakkoja, niin te toteutate Kristuksen lain" ja "Jokaisen on kannettava oma kuormansa." Gal. 6:2, 5.

Pelastus

Kysymys pelastusvarmuudesta tulee aina silloin tällöin esiin. Pelastusvarmuus ei ketään pelasta. Pelastajamme on yksin Jeesus Kristus. Kuitenkaan en olisi jaksanut tehdä parinkymmenen vuoden rupeamaa sairaalassa ilman vakuutusta tästä: "Varmasti luottaen siihen, että hän, joka on alkanut teissä hyvän työn, on sen täyttävä Kristuksen Jeesuksen päivään saakka" Fil. 1:6 ja "Ei nyt siis ole mitään kadotustuomiota niille, jotka Kristuksessa Jeesuksessa ovat." Room. 8:1.

Helppoiimpia tehtäviäni on auttaa hengellisessä hädässä olevia ja syntinsä tuntevia. On riemullista katsella Jumalan töitä, hänen henkensä kutsua. Olen omimmassa elementissäni, kun saan julistaa syntejä anteeksi ja jättää autettavan Jumalan armon varaan.

"Nyt minä uskon teidät Jumalan ja hänen armonsa sanan haltuun, hänen, joka on voimallinen rakentamaan teitä ja antamaan teille perintöosan kaikkien pyhitettyjen joukossa." Ap. t. 20:32.

SYNTIKYSYMYS SIELUNHOIDOSSA

Eero Junkkaala

Taustaa

Sielunhoidon ja julistuksen kriisi

- **sielunhoidon kriisi: ennen syntikysymys (liian?) usein esillä, nyt tuskin lainkaan**
- **julistuksen kriisi: lain saarna kadonnut, ei tarvita armollista Jumalaa**

Kysymys syntiongelman häipymisestä on huolestuttava, mutta emme voi väkisin vääntää kehityksen pyörää taaksepäin. Sielunhoidossa joudumme käsittelemään suurelta osin muita kysymyksiä kuin ihmisen huolta omasta syntisyydestään.

Julistuksessa sen sijaan pitäisi uudelleen kysellä, mihin saarna Jumalan lain vakavuudesta on kadonnut. Jos sananjulistus ei aseta kuulijoita lain vaatimusten eteen, myös evankeliumin todellinen tarve häviää. Puheesta tulee yleisuskonnollista hartaustunnelman luomista, joka tuudittaa kuulijat väärään rauhaan. Tarvitaan julistusta, jossa puhutaan Jumalan käskyistä, lain ehdottomista vaatimuksista, synnin todellisuudesta ja vakavista seurauksista sekä Jumalan tuomiosta ja helvetistä. Pääpaino ei tietenkään ole näissä teemoissa, vaan ristissä, sovituksessa ja anteeksiantamuksessa, mutta ilman edellistä ei ole jälkimmäistä. Julistuksen tavoite tulisi olla synnintunnon herättäminen kuulijoissa ja anteeksiantamuksen niin vakuuttava julistaminen, että jokainen voisi siihen tarttua.

Sielunhoidon ja sielunhoitajan määritelmä

Sielunhoidolla tarkoitan kaikkea sellaista keskustelua, jossa joku ihminen (kutsun häntä yleensä autettavaksi) etsiytyy toisen luo (jota

kutsun auttajaksi tai sielunhoitajaksi) tarkoituksenaan puhua omista vaikeuksistaan ja jossa auttaja ymmärtää keskustelun tapahtuvan Jumalan kasvojen edessä ja häneltä apua pyytäen. Muodollisesti keskustelussa ei tarvitse olla mitään erityisesti hengellistä, mutta yleensä se pyritään päättämään (tai aloittamaan) rukouksella. Siihen voi myös liittyä Raamatun tai virsikirjan käyttöä sekä rippi ja synninpäästö.

Sielunhoitaja voi olla kuka tahansa kristitty, johon joku kokee niin paljon luottamusta, että ryhtyy purkamaan tälle sydäntään. Varsinaisen sielunhoitokeskustelun ja tavallisen arkipäivän tärkeän rupertelun raja on häilyvä.

Joitakin yleisluontoisia ohjeita sielunhoitokeskusteluun

- keskustelun kulun tulisi mennä autettavan ehdoilla
- ole aktiivisesti kunnollessasi koko ajan läsnä
- huomaa ajan kulku, mutta älä katso kelloa
- eläydy kuulemaasi, mutta älä mene niin paljon mukaan, ettet samalla voi olla sivullinen tarkkailija
- älä anna liikaa ohjeita, sillä autettavan pitää löytää tie itse
- pohdi erilaisia ratkaisumahdollisuuksia, mutta älä ratkaise toisen puolesta
- älä pyri väkisin ongelman selviämiseen yhdessä keskustelussa
- vältä kevyitä lohdutuksia
- et voi tehdä pahoja virheitä, kun noudatat kahden kultaisen säännön ohjetta: **kuuntele ja rukoile**.

Mitä Katekismus sanoo ripistä ja synninpäästöstä?

Ripissä on kaksi kohtaa: ensimmäinen, että tunnustamme syntimme; toinen, että otamme rippi-isältä synninpäästön eli anteeksi-antamuksen niin kuin itse Jumalalta, emmekä epäile, vaan uskomme vakaasti, että syntimme on tällä päästöllä anteeksiannettu Jumalan edessä taivaassa.

Jumalalle meidän tulee tunnustaa itsemme syyllisiksi kaikkiin syn-teihin, niihinkin, joita emme tunne, niin kuin teemme Isä meidän -ru-

kouksessa; mutta rippi-isälle meidän tulee tunnustaa ainoastaan ne synnit, jotka me tiedämme ja sydämessämme tunnemme.

Raamattuperusteluina mainitaan kohdat Matt. 16:19 ja Joh. 20:22, 23.

Miten ripittäytyessä julistetaan syyninpäästö?

Synninpäästön julistamisen sanamuoto voi vaihdella. Sen voi tehdä laittamalla kätensä ripittäytyjän pään päälle ja sanomalla esim. seuraavasti: “Jeesuksen Kristuksen nimessä ja veressä julistan sinulle kaikki syntisi anteeksi annetuiksi.” Tähän voi liittää jonkin anteeksi-antamusta vakuuttavan raamatunkohdan (esim. Jes. 1:18, Jes. 43:1b, Jes. 43:24b–25, Jes. 44:22, Ps. 103:10–12, Joh. 6:37) ja/tai Herran siunauksen (tai apostolisen siunauksen).

Erilaisia tilanteita

Seuraavassa luetellaan joitakin tilanteita, joissa sielunhoitaja kohtaa syntikysymyksen. Muutamalla lauseella annetut ohjeet ovat sikäli vaarallisia, että elävä elämä ei noudata mitään kaavoja ja sielunhoitajankin tulee varoa niitä. Näistä lyhyistä käytännön neuvoista voi kuitenkin olla hyötyä, jos muistaa Jungin ohjeen: *“Opetelkaa teoria mahdollisimman hyvin, mutta unohtakaa se koskettaessanne elävän sielun ihmettä.”*

1 Onko ongelmien takana aina joku tunnustamaton synti? – ei missään tapauksessa, vaikka joskus voi ollakin

Hyvin monet ongelmat ovat muita kuin syntiongelmia. Tietenkin synnistä ja syntisyydestä pohjimmaltaan johtuvat kaikki vaikeudet, mutta pohdittaessa avioliiton kysymyksiä, rahahuolia, lähimmäisen sairautta, vaikeaa työilmapiiriä, lasten kasvatusta, työttömyyttä jne. on varsinainen synti–armo -asetelma jätettävä taka-alalle. Keskustelu voi toki johtaa niihinkin kysymyksiin, mutta asioita on ensisijaisesti pohdittava maallisina, ei hengellisinä kysymyksinä. Sielunhoitajan tulee nimenomaan varoa hengellistämistä asioita jopa siinäkin tapauksessa,

että autettava pyrkii niin tekemään. Tällaisessa tilanteessa pitäisi pitää mahdollisimman selvästi jalat maassa. Ihmissuhdevaikeudet ovat ihmissuhdevaikeuksia, eikä niitä saa paeta esimerkiksi demonisoimalla toinen osapuoli. Keskustelun lopuksi rukoiltaessa tietenkin pyydetään Jumalalta apua näiden asioiden selviämiseen.

2 Pitääkö kaikki synnit tunnustaa?

– mahdoton vaatimus, mutta tunnolla olevat kyllä

Koskaan emme voi tunnustaa kaikkia syntejämme. Pohjaton perisyntillisyytemme lyö läpi milloin missäkin, ja kaikkien syntien luetteleminen on täysin mahdotonta. Ripittäytyessä on kuitenkin hyvä pyrkiä sanomaan ääneen ne synnit, jotka sillä hetkellä ovat tunnolla. Sielunhoitajan tulee hienovaraisesti rohkaista autettavaa sanomaan kaikki mielessä olevat asiat, sillä siitä on hyötyä autettavalle itselleen. Häntä voivat jäädä vaivaamaan asiat, jotka jäivät sanomatta ja uudelleen tulemiselle on uusi kynnyks.

Sielunhoitaja ei saa kuitenkaan vähimmässäkään määrin painostaa toista, vaan on luotettava siihen, että tämä sanoo ne asiat, jotka tietää tai uskaltaa tässä vaiheessa sanoa. Voi olla, että turvallinen ripittäytymistilanne rohkaisee ihmistä myöhemmin tulemaan uudelleen vaikeampien asioiden kanssa. On hyvä tietää, että autettavan on yleensä hyvin vaikea sanoa kaikkein kipeintä asiaansa ensimmäiseksi. Niinpä ensin esille tuleva asia saattaa olla eräänlainen ”koepallo”, jonka heittämisellä ihminen testaa, voiko sielunhoitajaan luottaa. Tunnettu vitsi kertoo miehestä, joka ensin kertoi varastaneensa köyden, mutta hetkeä myöhemmin myönsi, että köyden päässä oli lehmä.

Synninpäästöä julistettaessa on hyvä käyttää sellaista sanamuotoa, joka ilmaisee kaikkien, ei vain nyt ääneen sanottujen asioiden, tulevan samalla kertaa anteeksiannetuiksi.

3 Jos joku juoksee tunnustamassa aina samoja syntejä?

– julistetaan anteeksiantamusta, mutta autetaan kasvamaan uskossa

Altarihetkien yleistyminen kirkossamme on ollut erinomaisen hyvä asia sen tähden, että tällä tavoin kynnyks sielunhoitajan luo

tulemiselle madaltuu huomattavasti. Kun monet menevät, minäkin voin mennä. Samalla voi syntyä ongelma, jonka kohtaa joillakin paikkakunnilla. Alttarille menemisestä tulee ikään kuin viikoittainen tai kuukausittainen välttämättömyys, ja jos asioita ei ole, niitä keksitään. Samojen ongelmien kanssa tullaan kerta toisensa jälkeen. Tietenkään meidän ei tule vähätellä ihmisten tarvetta tuoda viikosta toiseen samoja rukousaiheitaan alttarille. On hyvä, että siihen on mahdollisuus. Mutta samojen syntien kertominen sielunhoitajalle yhä uudestaan ja uudestaan on oire siitä, että kristitty ei ole oppinut luottamaan siihen anteeksiantamukseen, joka Jumalan sanassa ja esimerkiksi jumalanpalveluksessa ja ehtoollisessa on aina saatavilla. Sielunhoitajan tulee vähitellen auttaa ihmistä kulkemaan tähän suuntaan.

Eräänlaisena poikkeuksena voi pitää sitä, että juuri uskoontullut tai hyvin vaikeista syövereistä vapautuva voi tarvita sielunhoitajaa kohtuuttoman usein samoihin tai samantapaisiin asioihin. Tässä sielunhoitajalta vaaditaan kärsivällisyyttä kuunnella samoja asioita yhä uudestaan. Heränneen ihmisen omatunto on usein hyvin tarkka, ja sielunhoitajan on varottava vähättelemästä pieniltäkin tuntuvia ongelmia.

Toinen poikkeus on psyykkisesti sairas ihminen, joka saattaa käydä yhä uudelleen ja uudelleen vuodesta toiseen täsmälleen samojen asioiden kanssa. Sielunhoitaja ei ole terapeutti, joka voisi käydä syvällisesti analysoimaan syitä tähän käyttäytymiseen, joten hän voi lähinnä hoitaa ahdistunutta synninpäästöllä ja rohkaista häntä uskomaan muutoinkin joka päivä evankeliumiin.

Joskus sama ihminen juoksee sielunhoitajan puheilla ikään kuin keksien uusia ja uusia asioita. Näitäkään ei saa torjua, sillä sielunhoitaja ei voi suoralta kädeltä tietää, kuinka tärkeitä toisen ihmisen asiat hänelle itselleen ovat. Jos auttaja huomaa, että asiat kiertävät samaa kehää eikä tämä sielunhoitosuhde vie niitä eteenpäin, on tarpeen rohkaista autettavaa irrottautumaan tai hakeutumaan jonkun toisen luo.

4 Pitääkö sielunhoitajan itse tuntea kaikki synnit, joita hän kohtaa sielunhoidossa?

– onneksi ei

- **usein silti luoksemme johdatetaan samantapaisissa asioissa kamppailevia kuin itse olemme**
- **ei tule kavahtaa pahimpiakaan asioita**

Jumala tuntuu johdattavan meitä siten, että lähettää luoksemme sellaisia ihmisiä, joiden vaikeudet ovat meille jollain tavalla tuttuja. Tämä luultavasti johtuu siitäkin, että ihmiset vaistoavat sielunhoitajista, millaisia asioita näille voi puhua. Nuorelle, naimattomalle sielunhoitajalle ei esimerkiksi yleensä valiteta monimutkaisia avioliiton tai lastenkasvatuksen ongelmia.

Toisaalta kuka tahansa sielunhoitaja voi kohdata mitä tahansa asioita. Vaikka kuulisi jonkun sellaisen asian, jollaista ei voinut kuvitella olevan olemassakaan, sielunhoitaja ei saa hätkähtää. Jos autettava huomaa, että sielunhoitajan “konseptit sekosivat”, hän ei etene asioissa yhtään pidemmälle. Ei tarvitse olla kaikkien ongelmien tuntija eikä asiantuntija voidakseen auttaa. Usein auttamiseen siinä tilanteessa riittää kuunteleminen ja rukous. Jos ongelma on ylipääsemättömän hankala, tulee sielunhoitajalla olla nöyryyttä ohjata autettava toisen auttajan luo. Psykologin tai psykiatrin apua tulee tarvittaessa suositella. Tämä pitää tehdä sillä tavalla varovaisesti, ettei autettava ajattele joutuvansa heti hullun kirjoihin. Voi sanoa, että jokaiselle meistä tekisi hyvää käydä omia asioitaan läpi terapeutisessa keskustelussa.

5 Entä jos sielunhoitaja oivaltaa autettavan ongelmien taustalla olevan synnin, mutta tämä itse ei sitä näe?

- **ei voi paljastaa vasten kasvoja (nuhtelu eri asia)**
- **pyrittävä hienotunteisesti löytämään nämä asiat**

Joskus sielunhoitaja oivaltaa synnin, jota autettava itse ei näe tai myönnä. Koskaan sielunhoitaja ei kuitenkaan voi olla täysin varma oman “diagnoosinsa” oikeellisuudesta. Siksi siihen pitää suhtautua varautuneesti. Tällaista oivallettua syntiä ei missään tapauksessa saa noin vain paljastaa, sillä on mahdollista, että autettava ei kestä tällaista totuutta. Toisen puolustusmekanismejakaan ei saa väkisin murtaa. Joskus asioihin kiinni tarttuminen voi olla pitkä prosessi, joskus ne eivät selviä koskaan. Tavoitteena on tietenkin pidettävä sitä, että

keskustelu tai keskustelujen sarja lisää autettavan turvallisuutta ja hän vähitellen uskaltaa katsoa oman elämänsä pimeimpiin puoliin.

Synnistä nuhteleva on hiukan eri asia. Jos autettava myöntää esimerkiksi elävänsä avoliitossa tai harjoittavansa jotain vilppiä, jota pitää täysin oikeutettuna, se on sanottava synniksi. Tässäkin tapauksessa sielunhoitajan tulisi pyrkiä menettelemään niin, että luottamus keskustelukumppanin kanssa säilyy. Totuus tekee kipeää, mutta myös vapauttaa. Jos sielunhoitajasta tulee autettavalle tunne, että tämä on itse myös syntinen ja kovasti Jumalan armon tarpeessa, luottamus saattaa säilyä ja kasvaa.

6 Jos autettava pyytää lupaa synnin tekemiseen tai tunnustaa synnin, mutta ei halua luopua siitä?

– ei lupaa eikä synninpäästöä

Jos joku tulee kysymään “lupaa” olla uskoton aviopuolisolleen, sielunhoitaja ei saa sellaista antaa. Tällainen kysyminen saatetaan verhota väitteeksi Jumalan johduksesta. Jumalan johdatus ei kuitenkaan koskaan ole sellainen, mikä on vastoin hänen omaa sanaansa. Uskottomuutta harjoittavalle tai sitä hautovalle on asia sanottava synniksi.

Eräänlainen ääritapaus voisi olla kysymys itsemurhan oikeutuksesta. Jos ahdistunut ihminen kyselee, saako hän tehdä itsemurhan ja pääseekö taivaaseen, jos tekee, hänelle on vastattava Jumalan lain sanalla. Itsemurhaa ei saa tehdä, eikä taivaaseen pääsemisestä voi olla varma. Tietenkin tällaisen ihmisen kanssa on ennen kaikkea puhuttava muusta eli on pohdittava hänen ahdistuksensa syitä. Lupaa itsemurhan tekemiseen ei saa antaa. Aivan eri asia on, jos itsemurhan tehneen omaisen tulee kyselemään, voiko tuo itseltään hengen riistänyt olla taivaassa. Siihen on vastattava, että tietenkin voi, joskaan emme voi kenenkään kohtaloa varmasti sanoa. Uskovalta ihmiseltäkin voi mielenterveys häiriintyä niin pahasti, että päättyy itsemurhaan.

7 Milloin synninpäästön voi julistaa?

– aina kun joku synti tai yleinen synnillisuus on tunnustettu

Synninpäästö kuuluu aina silloin sielunhoitokeskusteluun, kun autettava tunnustaa omia syntejään. Voi olla hyvä julistaa anteeksiantamusta silloinkin, kun mitään nimeltä mainittua syntiä ei ole sanottu, mutta yleinen synnillisuus tuntuu painavan. Joskus kuulee varoitettavan, ettei saisi liian herkästi julistaa synninpäästöä. Tuolloin saatetaan vedota Paavalin sanaan “Harkitse käten päällepanemista tarkoin, jotta et joutuisi osalliseksi toisten synteihin.” (1. Tim. 5:22). Ei ole aivan varmaa, mihin tämä raamatunkohta viittaa. Siinä voi olla puhe synninpäästöstä, mutta myös esim. työhön siunaamisesta. Minusta näyttää siltä, että epävarmoissa tapauksissa on parempi julistaa synninpäästö kuin olla julistamatta. Evankeliumihan kuuluu kaikille. Sitä on julistettava silloinkin, kun sitä ei ehkä oteta vastaan. Julistamatta jättäminen voi tulla kysymykseen silloin, kun on aivan ilmeistä, että asianomainen ei aio tunnustaa syntejään tai lähinnä puolustelee niitä (ks. edellä kohta 6). Tällöin on kysymys syntien sitomisesta, ei päästämisestä (Matt. 18:18).

8 Mitä tehdään, kun ongelma on lähes ylipääsemättömän vaikea voittaa, esim. katkeruus, ajatusmaailman synnit, itsetyydytys, masennus, alkoholismi, homoseksualismi?

– hoidetaan keskustelemalla ja evankeliumilla

– ohjataan tarvittaessa asiantuntijan luo

Läheskään aina sielunhoitaja ei voi ajatella ratkaisevansa autettavan ongelmia yhdellä tai useammallakaan keskustelukerralla. Joskus tarvitaan pitkä keskustelujen sarja ja monissa edellä mainitun kaltaisissa asioissa silloinkin kyseessä saattaa olla lähinnä ensiavun antaminen tai “pinnalla pitäminen”. Sielunhoitajan on hyvä asennoitua vaikeimpiinkin asioihin siten, että hänet on nyt kutsuttu tämän ihmisen rinnalle ja hän tekee voitavansa eli kuuntelee ja rukoilee. Muuta hän ei voi tehdä, mutta Jumala voi tehdä mitä vain. On kuitenkin varottava antamasta lupauksia Jumalan nimissä tai muutoinkaan. Koska emme voi tietää, tuleeko ihminen lopulta saamaan avun vai ei.

Katkeruutta ja vihaa on pyrittävä käsittelemään mahdollisimman konkreettisesti todellisten arkielämän kysymysten tasolla. Katkeruutta ei yleensä voi heittää pois kuin takkia naulaan. Myös katkeroituneen ja vihan vallassa olevan on voitava kokea, että näidenkin syntien kanssa saa tulla Jeesuksen luo. Edellytys ei ole synneistä vapautuminen vaan syntisenä ristin luo tuleminen. Sielunhoitajan on tärkeää hyväksyä katkeroituneen aito tunne ja kuulla kaikki sen vivahteet.

Ajatusmaailman synneistä on vanhastaan sanottu, että niistä ei tarvitse ripittäytyä. Tämä tarkoittaa sitä, että jos tällainen vaatimus olisi, emme ehtisi muuta tekemäänkään kuin juoksemaan sielunhoitajan puheilla. Mielikuvamaailman synnit ovat kyllä oikeita syntejä, mutta ne ovat sitä perisyntin turmelemaa ihmisloukkoa, josta emme koskaan pääse kunnolla vapaaksi. On vain suostuttava uskomaan kaikki yhä uudestaan anteeksi. Tietenkin näistäkin asioista voi sielunhoitajalle puhua, mutta tämän on hyvä opettaa synnin ja armon realismia. Nuoren ihmisen itsetyydytysongelmat lukisin samaan kategoriaan. On vain uskottava itsensä sellaisenaan Jumalan käsiin, eikä tehtävä niistä kovin suurta kysymystä. Tämäntapaisissa asioissa sielunvihollinen paisuttaa ongelmat kohtuuttoman vakaviksi saadakseen ihmisen masentumaan ja vaipumaan itsesääliin.

Masennusta on hyvin monentasoista. Lievätkö masennus voi helpottaa keskustelulla ja sopivilla käytännön ohjeilla (ulkoile, etsi hyvien ystävien seuraa, kuuntele hyvää musiikkia, tee jotain mukavaa). Vakava masennus voi tarvita lääkärin hoitoa ja ehkä lääkitystä.

Alkoholistin kanssa ja puolesta voi aina rukoilla, vaikka varsinainen parantuminen edellyttää lähes poikkeuksetta muuta asiantuntija-apua ja pitkäaikaista kuntoutusta. Joskus yksi rukous ja synninpäästö ovat avainasemassa, jotta asiat lähtevät oikeille raiteille. Humalaisen kanssa ei yleensä kannata ryhtyä keskustelemaan, mutta rukoilla silti aina voi.

Homoseksualismi ja muut persoonallisuudessa olevat syvät ongelmat eivät ratkea käden käänteessä, kaikki eivät koskaan. On tärkeää, että sielunhoitaja hyväksyy autettavan sellaisena kuin hän on, muuttumattomana, ja vakuuttaa, että Jumalakin hyväksyy. Homoseksualistinen *taipumus* ei ehkä koskaan häviä, mutta sen kanssa voi oppia elämään. On hyvä, jos rinnalla on ihmisiä, jotka ymmärtävät. Homoseksualistinen *elämäntapa* on Jumalan tahdon ja luomisjärjestyksen vastainen, eikä sitä tule suosia, vaan se on sanottava synniksi.

9 Muita kysymyksiä

- **A ja B puhuneet pahaa C:stä**
- **A varastanut B:ltä kauan sitten, B kuollut**
- **A ryöstänyt eilen pankin**

Ensimmäisessä esimerkissä A:n tai B:n tullessa tunnonvaihoihin pahanpuhumisestaan on hyvä tietää, että asian voi tarvittaessa tunnustaa sille, jonka kanssa on puhuttu pahaa, mutta ei sille, josta on puhuttu. Olkoon C onnellisen tietämätön näistä puheista. Niiden selvittäminen hänen kanssaan vain rikkoisi suotta ihmisten välejä. Muutoinkin pohdittaessa kysymystä, milloin asia tulee tunnustaa sielunhoitajan lisäksi sille ihmiselle, jota vastaan on rikkonut, voi ajatella, mitä seurauksia puhumisesta olisi. Pääsääntö on, että toista vastaan rikottaessa asiat on myös selvitettävä. Poikkeuksen muodostaa tilanne, jossa mahdollinen puhuminen vahingoittaa enemmän kuin puhumatta jättäminen.

Jos A tulee synnintuntoon vasta B:n kuoltua eikä voi sovittaa tähän kohdistunutta vääryyttään, voi riittää, että asia puhutaan sielunhoitajalle ja siitä julistetaan synninpäästö. Joskus on annettu sellainen neuvo, että vääryydellä saatu rahasumma voitaisiin antaa johonkin hyvään tarkoitukseen, esim. Jumalan valtakunnan työhön. Tällä ei osteta anteeksiantamusta, mutta se voi olla avuksi, jotta vaikea asia saataisiin tunnoilta pois.

Sielunhoitajalla on ehdoton vaitiolovelvollisuus. Jos autettavien asiat tulevat heitä vastaan kylällä tai he kuulevat näistä kerrottavan puheiden esimerkkitapauksina, on aivan varmaa, että sielunhoitajan ei tarvitse odottaa paljon uusia asiakkaita. Sielunhoitosalaisuuteen kuuluu myös asianomaisen ihmisen nimen salaaminen. Vaikka pankki-ryöstäjä tulisi puheille, tätä ei saa paljastaa poliisille. Tunnonvaihoihin tullutta ryöstäjää on tietenkin kehotettava itse selvittämään asia.