



Hengellinen tuki muistisaira ihmisen elämässä

Hengellinen tuki muistisairaana ihmisen elämässä

Suomen ev.-lut. kirkon julkaisuja 63
Kirkko ja toiminta

Kirkkohallitus

Helsinki 2018

Hengellinen tuki muistisairaana ihmisen elämässä

© Kirkkohallitus

Suomen ev.-lut. kirkon julkaisuja 63

Kirkko ja toiminta

Suosituksset, ohjeet ja oppaat

Asianumero: DKIR/1194/00.06.01/2017

Taitto: Grano Oy

Etu- ja takakannen kuva: Sanna Krook

ISBN 978-951-789-589-7 (nid.)

ISBN 978-951-789-590-3 (PDF)

ISSN 2341-9393 (painettu)

ISSN 2341-9407 (verkkojulkaisu)

Grano Oy

Kuopio 2018

SISÄLLYS

Johdanto	4
1 Mitä ovat muistisairaudet?.....	5
2 Vuorovaikutus ja kohtaaminen muistisairaahan ihmisen kanssa	9
3 Musiikki lohdun ja ilon tuojana	15
4 Muistisairaahan hengellinen tukeminen.....	19
4.1 Muistisairaalla ihmisellä oikeus osallistua messuun	19
4.2 Ruumiillisuus rukoushetkessä ja messussa.....	20
4.3 Hengellinen tukeminen on yhteistyötä	22
5 Jumalanpalveluselämä muistisairaiden ihmisten kanssa	27
5.1 Käytännöllisiä näkökulmia rukoushetken ja messun viettämiseen	27
5.2 Rukoushetket ja messut	29
5.3 Hyväksi koettuja käytännön välineitä	67
6 Johtopäätöksiä.....	69
7 Kirjallisuutta ja lähteitä	70

JOHDANTO

Muistisairauksista kärsivillä ihmisillä ja heidän perheillään on oikeus hengelliseen elämään. Tämän oikeuden toteutumista on kaikkien tuettava. Se merkitsee esimerkiksi sitä, että kaikilla on oikeus elää Sanan ja sakramenttien yhteydessä, vaikka heidän kykynsä kommunikoida ja toimia on alentunut merkittävästi. Lähimmäisenrakkaus ohjaa kristityn elämää ja edellyttää, että heikkokuntoista ihmistä autetaan. Jeesus itse muistutti ”... te kävitte minua katsomassa” (Matt.25:36).

Perustuslaki (11 §) takaa kaikille kansalaisille oikeuden tunnustaa ja harjoittaa omaa uskontoa. Toiminta- ja käsityskyvyltään heikentyneiden ihmisten uskonnollisten perusoikeuksien toteutumista on koko yhteisön tuettava. Muistisairaille ihmisille ja heidän perheilleen on taattava oikeus hengelliseen tukeen sairauden kaikissa vaiheissa.

Muistisairaahan ihmisen mahdollisuudet ymmärtää ja tuottaa puhetta voivat olla heikentyneet, tällöin häntä auttavien kokonaisvaltaisella asenteella ja toiminnalla on entistä suurempi merkitys. Ystävällinen katse, rauhallinen kosketus ja levollinen läsnäolo luovat turvallisuudentunnetta, jolloin sairaan ihmisen ei tarvitse pelätä.

Tarvitaan lisää tietoa muistisairauksista, niiden etenemisestä ja siitä, miten muistisairas ihminen tulee kohdata. Kirkon koulutusohjelmissa ei ole juurikaan huomioitu sitä, miten työntekijän tulisi toimia muistisairaiden henkilöiden kanssa esimerkiksi messuissa, hoivakotien hartauksissa ja kotikäynneillä. Tämän aineiston tavoitteena on lisätä työntekijän ja vapaaehtoisen osaamista muistisairaahan ihmisen kohtaamisessa, hengellisessä tukemisessa ja jumalanpalveluselämässä.

Muistisairaiden messu on erityisryhmän jumalanpalvelus. Vaikka sitä koskevat yleiset jumalanpalveluselämää säätelevät ohjeet, sen toteuttamisessa on huomioitava vahvasti muistisairaiden ihmisten mahdollisuudet osallistua ja elää mukana. Siksi messussa kiinnitetään paljon huomiota kohtaamiseen sekä puheen selkeyteen ja pituuteen. Messuissa ja hartauksissa käytetään tuttuja virsiä, lauluja ja rukouksia.

Työryhmän jäsenet ovat tehneet pitkän työrupeaman muistisairaiden ihmisten parissa. Työryhmään ovat kuuluneet sairaalapastori Marja Keskitalo Helsingistä, sairaalasielunhoidon johtaja Mika Kallunki Tampereelta, vanhustyön pastori, rovasti Markku Palosaari Oulusta. Työryhmän puheenjohtajana ja sihteerinä on toiminut Kirkkohallituksen asiantuntija Irene Nummela, Hoitolaitosten kulttuuritoiminnan edistämisen läänintaiteilijana toimiva MuT Ava Numminen on kirjoittanut musiikin merkitystä ja käyttöä valottavan artikkelin.

Palautetta tekstistä ovat antaneet Muistiliitosta projektikoordinaattori Mailis Heiskanen ja geriatri, LT Petteri Viramo Caritas-Säätiöstä

Muistisairaahan messu – virikkeitä jumalanpalveluselämään muistisairaiden ihmisten kanssa (2012) -materiaali on toiminut *Hengellinen tuki muistisairaahan ihmisen elämässä* -julkaisun valmistelun pohjana. Käytämme uudistetussa materiaalissa pääsääntöisesti sanaa rukoushetki emmekä sanaa hartaus, vaikka monissa laitoksissa ja vastaavissa käytetään sanaa hartaus. Näin haluamme liittyä kirkon jumalanpalvelusperinteeseen.

1 MITÄ OVAT MUISTISAIRAUDET?

Muistisairaudet ovat elimellisistä aivosairauksista johtuva oireyhtymä, jotka ilmenevät eriasteisina tiedonkäsittelyn toimintojen häiriöinä ja vaikeuttavat henkilön päivittäistä selviytymistä arkipäivän elämässä. Tiedonkäsittelyn oireita (kognitiiviset oireet) ovat mm. muistin heikkeneminen, hahmottamisen vaikeudet, puheen tuottamiseen ja puheen ymmärtämiseen liittyvät vaikeudet sekä ajan- ja paikan- sekä tilannetajun heikkeneminen. Oireet näkyvät esimerkiksi fyysisen toimintakyvyn laskuna arkipäivän toiminnoissa ja käyttäytymisen muutoksina. Edetessään muistisairaus johtaa dementiaan.

Tavallisin muistisairaus on Alzheimerin tauti, jota esiintyy yli puolella sairastuneista. Seuraavaksi yleisimmät ovat Lewyn kappale –tauti ja aivoverenkiertosairaudesta johtuva muistisairaus. Lisäksi on vielä useita pieniä tautiryhmiä, jotka aiheuttavat samankaltaisia oireita.

Muistisairaiden määrä

Muistipulmat koskevat yhä suurempaa ihmismäärää. Kansallisten arvioiden mukaan tiedonkäsittelyn lievä heikentyminen on Suomessa noin 200 000 henkilöllä ja lievää muistisairautta ilman dementiaa sairastaa noin 100 000 henkilöä. Keskivaikeaa tai vaikeaa muistisairautta sairastavia oli arvioiden mukaan vuonna 2016 noin 193 000 henkilöä. Uusien sairastuneiden vuosittaiseksi lukumääräksi on Suomessa arvioitu noin 14 500 yli 64-vuotiaasta. Työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden määrä on noin 7 000. Suurten ikäluokkien ikääntyessä ja elinajanodotteen pidentyessä lukumäärät kasvavat. Vuonna 2060 Suomessa arvioidaan olevan n. 240 000 muistisairaudesta kärsivää ihmistä. Muistisairaudet ovat yleisin toiminnanvajausten ja palvelutarpeen syy iäkkäillä henkilöillä, ja ne ovat myös tärkein syy kotoa palvelutaloon tai -kotiin hakeutumiseen elämän viimeisinä vuosina.

Miten muistisairaus ilmenee ja etenee?

Muistisairaus on useimmiten etenevä aivosairaus, jossa voidaan erottaa eri vaiheita: lievä tiedonkäsittelytoimintojen heikkeneminen eli MCI, mahdollinen muistisairaus, lievä, keskivaikea ja vaikea muistisairauden vaihe. Sairauden alkuvaihetta sävyttävät usein masennus ja hämmentyneisyys, kun asianomainen huomaa, ettei kaikki ole kunnossa. Keskivaikeassa vaiheessa muistisairaalla ihmisellä alkaa olla jo huomattavia ongelmia arkipäivän toiminnoissa, ja henkilö voi tarvita ainakin ajoittain ulkopuolista apua ja hoivaa. Sairauden vaikeassa vaiheessa voidaan pu-

hua jo dementiasta. Silloin ihminen tarvitsee säännöllistä ja lähes jatkuvaa toisen ihmisen apua.

Sairauden edetessä turvattomuudentunne ja ahdistuneisuus lisääntyvät, samoin niiden myötä ns. käytösoireet. Käsitteellä tarkoitetaan näkyvää, muiden ihmisten vaikeaksi kokemaa ja usein poikkeavaa käyttäytymistä sekä muuttunutta mielen sisältöä. (ks. Yleisimpiä käytösoireita). Vasta viime vuosina on alettu ymmärtää, että kyseessä on muistisairaahan ihmisen pyrkimys ilmaista toiveitaan ja tarpeitaan. Usein hän elää ympäristössä, joka ei huomioi hänen tarpeitaan. (Eloniemi-Sulkava ja Savikko 2011).

Ulkopuolisten arvioimia käytösoireita on monenlaisia, eikä niitä kaikkia ole jokaisella sairastuneella. Lisäksi käytösoireet vaihtelevat ja muuttuvat muistisairauden edetessä.

Yleisimpiä käytösoireita

- masentuneisuus
- ahdistuneisuus
- harhaluulot ja aistiharhat
- unen häiriöt
- persoonallisuuden ja käyttäytymismallien muutokset
- ärtyisyys ja mielialan vaihtelu
- levottomuus, vaeltelu ja aggressio
- estottomuus
- toisto-oireet ja tavaroiden keräily

Lääkkeetön hoito

- käyttäytymisen hallintaa parantavat menetelmät
- emotionaalista tukea antava hoito
- sopivat virikkeet, säilyneiden kykyjen hyväksikäyttö
- liikunnalliset menetelmät
- musiikki- ja taideterapia
- toimintaterapia
- muistelu ja keskustelu
- hengellisiin tarpeisiin vastaaminen
- omaisten tukeminen
- henkilökunnan koulutus
- ympäristön parantaminen

Hoidon perusajatus

”Hoidon taustafilosofiana on muistisairaahan ihmisen näkeminen ensisijaisesti tuntevana ja kokevana ihmisenä, joka pyrkii toiminnallaan ja käyttäytymisellään selviytymään ja sopeutumaan, mutta myös saamaan elämänsä hallintaan.” (Eloniemi-Sulkava ja Savikko 2011). Koska ihminen on silloin ikään kuin ”eksyksissä”, hän tarvitsee paljon tukea, ymmärrystä ja lämmintä läsnäoloa. Muistisairas ihminen on hyvin herkkä aistimaan ilmapiiriä ja tunneilmastoa, siksi aito ja hyväksyvä vuorovaikutus on tärkeää.

Lääkkeettömällä hoidolla kyetään vähentämään käyttäytymisen muutoksesta johtuvia haittoja ja oireilua. Toimintakykyä tukemalla ja voimavaroja sekä jäljellä olevia taitoja painottamalla lääkkeetön hoito (ks. Lääkkeetön hoito) voi antaa muistisairaalle ihmiselle itsevarmuutta ja viedä huomiota pois ongelmista ja sairauden mukanaan tuomista kadonneista taidoista. Tärkeintä on ihmisen aito kohtaaminen tasavertaisena keskustelukumppanina, ei sairauden kautta. Aisteihin ja mielikuviin liittyvällä tunne- ja tunnelmamuistilla on suuri merkitys! kuvateksi

Aisteihin ja mielikuviin liittyvä tunnemuisti

- hajut ja tuoksut
- kosketus ja kehon muisti
- visuaaliset muistot
- musiikki ja äänet
- maut
- uskonnolliset kokemukset ja rituaalit

Tunnelmamuisti

- ilon hetket
- pelottavat kokemukset
- kivun kokemukset
- surulliset tapahtumat
- pettymykset ja erokokemukset
- katumus ja syyllisyys
- häpeän tunne



Kirkon kuvapankki / Maria Ojanperä

2 VUOROVAIKUTUS JA KOHTAAMINEN MUISTISAIRAAN IHMISEN KANSSA

Kohdatessa muistisairasta ihmistä on hyvä palauttaa mieleen yksinkertainen perusasia: muistisairaavat ihmiset ovat keskenään hyvin erilaisia, niin ihmisinä, kuin sairautensakin suhteen. Jokaisella on oma henkilöhistoriansa, vaikka moni kykeneekin elämään vain juuri tässä hetkessä. Looginen muisti ja monet muistot saattavat kadota ja ihmisen toimintatavat muuttua. Ihmiselle ominainen sisin säilyy kuitenkin muuttumattomana.

Kristinuskon olemukseen kuuluu ihmisen näkeminen arvokkaana ja ainutkertaisena Jumalan luomana. Ihmisen arvo Jumalan rakastamana säilyy koko elämän ajan, myös silloin, kun ihminen on sairastunut eikä pysty toimimaan entiseen tapaan. Kohtaamisen lähtökohtana on ihmisarvoa kunnioittava, empaattinen ja toisen ihmisen tunteita myötäilevä suhtautuminen.

Kohtaamisessa on hyvä tiedostaa myös omat tunteet. Saattaa olla hämmentävää olla vuorovaikutuksessa ihmisen kanssa, jota eivät sido ns. normaalin kohtaamisen lainalaisuudet. Keskustelun kulku on erilaista, sanoja voidaan käyttää eri merkityksissä kuin on totuttu. Sanat voivat kuulostaa vääriä tai niitä ei juurikaan ole. Myös voimakkaiden tunnereaktioiden vastaanottaminen voi olla haastavaa.

Seuraavassa on kohtaamisen avuksi muutamia perusasioita:

Aika ja läsnäolo

Muistisairaahan ihmisen kanssa ei niinkään ole kysymys siitä, mitä teet, vaan miten teet ja miten olet läsnä. Vapaa ja ystävällinen ilmapiiri ei aiheuta hänelle uhkaa tai jännitystä. Tunteet ja tunnelmat ovat tärkeitä.

Ajankäsitys on muistisairaalla omanlainen. Eletään nyt hetkessä mutta toisaalta menneessä. Hänen kanssaan on suostuttava hitauteen ja rauhallisuuteen.

Levollisuutta ja rauhallisuutta voi opetella. Kun menet tapaamaan muistisairasta, lähesty häntä edestäpäin, rauhallisesti, katso häntä hymyillen, puhu pehmein äänensävyin lyhyesti ja toimi viipyillen. Katso ystävällisesti ja tervehdi kättelemällä. Esittele itsesi. Anna muistisairalle aikaa reagoida omalla tavallaan. Muistisairaahan on vaikea luottaa vieraaseen ihmiseen, anna siksi kohtaamiseen riittävästi aikaa.

Työntekijän tai vapaaehtoisen on hyvä kiinnittää huomiota oman tekemisensä tempoon. Pyri ennakoimaan, mitä seuraavaksi tapahtuu. Ehtiikö toinen ihminen mukaan tai onko hän jo seuraavassa asiassa, jos tempo on liian hidas? Tärkeää on

tiedostaa myös oman toiminnan laatua: onko se ennakoitavaa, ystävällistä, rauhoittavaa, tukea antavaa, hyvyttä ja iloa sisältävää. Äkkinäiset ja kovat liikkeet, aliarvioiva taputtelu tms. tekevät levottomaksi tai pelästyttävät. Hyräily ja laulu usein rauhoittavat.

Tilan järjestelyllä voi vaikuttaa kohtaamisen rauhallisuuteen tai rauhattomuuteen. Jos tapaavat muistisairaana laitoksessa tai vastaavassa hoitopaikassa, on siellä luonnostaan paljon hälinää ja liikettä. Ihanne olisi päästä siirtymään rauhalliseen tilaan, mutta aina se ei ole mahdollista. Ryhmän kohtaamisessa ja yhden ihmisen kohtaamisessa on paljon samoja piirteitä. Useimmiten rukoushetki tai muu ryhmätilanne pidetään päiväsalissa. Ympäriällä on usein ihmisten kulkemisten ja äänten luonnollista hälinää. Ryhmätilanteissa olisi ihanteellista, jos henkilökuntaa voisi olla paikalla. Myös heidän rauhallinen läsnäolonsa luo levollisuutta.

Jos mahdollista, olisi kuulijan hyvä olla kasvot tapahtumaan tai puhujaan päin niin, että liike ja hälinä jäävät hänen selkensä taakse. Tilaisuuden pitäjä tai muistisairaana ihmisen vieras voi omalla käyttäytymisellä luoda rauhallisen tunnelman rauhattomaankin tilaan. Katsele kuulijaa tai kuulijakuntaa. Unohda itsekin ympäröivät äänet ja liikkeet. Tilannetta voi myös sanoittaa. ”Täällä kuuluu erilaisia ääniä, mutta meillä tässä on hyvä ja rauhallinen paikka. Voimme olla rauhassa kahdestaan/yhdessä.”

Suhtaudu sallivasti muistisairaana ihmisen toiminnalliseen levottomuuteen. Hänelle voivat olla tyypillistä hajanaisuus, vaikeudet tarkkaavuuden kohdentamisessa ja keskittymisen ongelmat. Ne ilmenevät esimerkiksi touhuamisena, tavaroiden penkomisena ja liikkumisena. Vireyden tilan muutokset heijastuvat hyvin nopeasti muistisairaana ihmisen käyttäytymiseen.

Puheella on merkitys

Kaikella muistisairaana ihmisen puheella ja kaikilla sanoilla on jokin merkitys ja logiikka. Sen voi löytää, kun kuuntelee tarkasti. Muistisairaudet, etenkin aivojen otsa- ja ohimolohkoa rappeuttavat sairaudet, muuttavat ihmisen puheen rakennetta ja sanojen merkityksiä.

Henkilökohtaisessa kohtaamisessa etsi avainsanoja ja kuuntele tarkkaan. On tärkeää, että muistisairas saa ilmaista kokemustaan. Älä kiistele faktoista. Kannattaa kuunnella tunteita, joita asiaan liittyy. Mitä on sanojen takana? Jostakin muistisairaana sanat kumpuavat.

”Missä äiti on” – kokemus tai puhe voi kertoa myös muustakin kuin juuri oman äidin kaipuusta. Se voi kertoa turvan ja lohdutuksen kaipuusta. Sanat Jumala, äiti ja nälkä ovat turvallisuushakuisia sanoja. Liity hänen käyttämiinsä sanoihin ja voit näin saada hänet kertomaan tai ilmaisemaan itseään lisää.

Myös ryhmätilanteen tai rukoushetken pitäjä voi miettiä tutuksi koettujen sanojen tunnimerkitystä. Kokemus siitä, että osaan tämän tai tunnen tämän, voi olla hyvin rohkaiseva tilaisuuteen osallistuvalle muistisairaalle ihmiselle, esimerkik-

si Isä meidän -rukous, Levolle laske Luojani -iltarukous, tutun virren, lasten- tai muun laulun sanojen lausuminen ennen laulamista. Asioiden ja sanojen toistaminen maistellen ja mietiskellen ääneen ryhmätilanteessa antaa aikaa muistisairaalle ihmiselle löytää sanojen merkitys ja tunnesisältö. Sanat ja niiden mukana kulkeva tunne eivät silloin ikään kuin ”livahda ohi”.

Rukoushetken tai muun ryhmätilanteen pitäjä voi myös käyttää eleitä sanojen ja puheen tueksi. Esinettä, josta puhuu voi nostaa esille, kädet voi laittaa esimerkiksi ristiin rukouksen merkiksi, puhuessaan voi käsillä kuvata vuoria tai aaltoja jne. Kaikki tämä auttaa muistisairasta ihmistä kokemaan läsnäoloa ja tuntemaan, että ryhmätilanteen pitäjä on hänen kanssaan läsnä ja ottaa hänet mukaan yhteiseen kokemukseen. Samoja elementtejä voi soveltaa myös yksilökohtaamisissa.

Rohkaise ja kiitä

Ihminen, joka on menettänyt omaa muistiaan syystä tai toisesta, on joutunut ja joutuu luopumaan paljosta. Tilalle tulee usein ahdistavia ja pelottavia asioita. Elämä näyttää hajoavan. Ihmiset – läheisetkin – tuntuvat vierailta. Tilanne voi ahdistaa sekä häntä itseään että hänen läheisiään. Omanarvontunto voi olla kadoksissa. Kuitenkin sairaudenkin hetkellä hänen elämässään on aina jotakin hyvää. Hänen elämästään, elämän historiasta tai aivan tästä hetkestä, voi löytää asioita, joista häntä voi kiittää tai rohkaista. Kannustuksen aiheet voivat olla pieniä, mutta aina kannattaa rohkaista, kun se on mahdollista. Se antaa onnistumisen kokemuksia, lisää omanarvontunnetta ja parantaa elämänlaatua. Tätä voi tehdä yksilökohtaamisen lisäksi myös ryhmissä ja rukoushetkessä. Voi kiittää läsnäolosta tai siitä, kuinka hyvä oli olla heidän kanssaan. Mielikuvitus löytää tapoja rohkaista.

Kohdenna huomio sellaiseen asiaan, mikä herättää muistia ja aktivoi hyvän olon tunteita. Käytä ilmeitä ja eleitä, jotta viestit tavoittavat hänet kokonaisvaltaisesti. Älä unohda huumoria muistisairaahan ihmisen kohtaamisessa. Rohkaistu heittäytymään tilanteeseen. Etsi yhteyttä monin keinoin; hyräilemällä melodioita, liikuttelemalla käsiä yhdessä rytmikkäästi, liikkumaan tanssin tahtiin yhdessä. Kyllä hymy kannattaa houkutella!

Rohkaise muistelemaan

Kohdatessasi muistisairaahan ihmisen kysele hienotunteisesti hänen elämästään. Kiinnostuksella osoitat, että välität hänestä ja hänen elämällään on arvo!

Muistisairaalla ihmisellä oman elämäntarinan kertominen on myös keskeinen tapa käsitellä sairastamisesta aiheutuvaa kriisiä. Näin hän voi löytää ja ymmärtää oman elämän merkitystä ja tarkoitusta sekä integroida eri elämänvaiheita ja kokemuksia. Kertomalla omasta elämästään toiselle voidaan etsiä järjestystä kaaokseen.

Muistelemine ja muistot ovat tärkeitä ihmisen identiteetin ja olemassaolokokemuksen kannalta. Silloin kun muistisairaalla ihmisellä ei ole enää sanoja muistojensa kertomiseksi, voi etsiä niitä asioita, jotka voisivat olla osa hänen muistimaailmaansa. Voit katsella ympärillesi hänen huoneessaan ja huomata, mikä kuva onkaan seinällä, mikä kirja pöydällä jne. Erilaiset esineet antavat vihjeitä hänen elinpiiristään. Parhainta olisi tietenkin, jos joku omainen tai ystävä voisi kertoa sinulle hänestä. Mutta aina tämä ei ole mahdollista.

Vireystila voi vaihdella päivittäin ja jopa hetkittäin, mikä vaikuttaa hyvin paljon muistamiseen. Jonakin hetkenä hän muistaa asioita kirkkaasti ja toisina hetkinä hän on tavoittamattomissa.

Muistelussa voi käyttää kaikkia aisteja niin, että muistot heräävät helpommin. Kuvat, esineet, tuoksut ja maut auttavat muistojen esiintuloa, samoin tutut laulut ja musiikki. Tätä kaikkea voi hyödyntää myös ryhmissä ja hartaustilanteissa. Ryhmätilanteessa ryhmän vetäjä tai hartauden pitäjä toimii ikään kuin yhteisenä muistina. Siksi on hyvä etukäteen pohtia ryhmän jäsenten ikää ja taustaa ja etsiä mahdollisia yhteisiä jaettavia muistoja. Yhteinen muistelemine luo myös hyvänolon tunnetta; kuulun ryhmään, en ole yksin. Kuinka eheyttävää onkaan vaikka yhdessä nauraa jollekin muistolle!

Usein muistoja herätellään mutta usein ne myös pulpahtavat pintaan itseksien. Kun olemme vuorovaikutuksessa muistisairaahan ihmisen kanssa, emme voi hallita sitä, mitä muistoja nousee esiin. Muistelut liittyvät tähän hetkeen. Jokin tilanteessa herättää muiston, joka sitten herää joko miellyttävänä tai ahdistavana asiana. Tässä tarvitaan tarkkaa ja eläytyvää kuuntelemista sekä reagointia tunnetilan mukaan. Ei ole olemassa väärää tai oikeita tunteita, on vain tunteita. Vaikka muisti tai jopa minuus tuntuu katoavan, ihmisen tunnekeskus säilyy.

On myös hyvä tiedostaa, että joillekin sana ”muistella” voi herättää ahdistavia tunteita. Takana on kokemuksia siitä ”etten muista” tai huomioita toisilta ihmisiltä: ”No, etkö sinä sitä muista.” Tämä voi nousta esiin erityisesti silloin, kun muistin menettämisen ahdistus on vielä tuore haava. Muistella voi, vaikka ei käytä sitä sanaa.

Muistellessa on hyvä käyttää avointa ja ehkä vähän epämääräistä kieltä. Se antaa tilaa ajatuksille ja mahdollisuuden täyttää avoin muistelutila juuri niillä omilla muistoilla. Ryhmätilanteen tai rukoushetken pitäjän on myös hyvä olla tarkka sanoista: ”Meille kaikille tuttu, me kaikkihan muistamme.” Voisiko olla parempi: ”Tämä ... voi olla jollekin teistä tuttu laulu, mutta osalle aivan uusi.” Näin ehkä kuulijalla on tilaa oivaltaa ja tuntee iloa siitä, jos tuntee sanat, mutta antaa myös luvan olla muistamatta.

Kunnioita

Kohtaa muistisairas ihminen aina kunnioittavasti. Jokaisella ihmisellä on oma revii-rinsä, jota on hyvä kuulostella. Muistisairas ihminen saattaa olla vaipunut omaan

maailmaansa, silloin on hyvä lempeästi koskettaa häntä ranteeseen, käsivarteen tai olkapäähän, jotta hän havahtuisi. Tämä on hyvä tehdä hitaasti ja rauhallisesti. Muistisairaat kuten ihmiset yleensäkin suhtautuvat kosketukseen yksilöllisesti. Toiset kaipaavat halausta ja toiselle kättely on ainoa sopiva kosketuksen tapa. Jokaisen tapaa tulee hyvä kunnioittaa. Kosketuksen tulee aina antaa, ei ottaa.

On myös hyvä muistaa, että vaikka muistisairas ihminen käyttää usein vaippaa ja käyttäytyy regressoituneesti, hän ei ole vauva tai pikkulapsi. Hänellä on aikuisen ihmisen elämä: hyvine ja huonoine puolineen. Tämä ei sulje pois sitä, että joissakin tilanteissa auttavat ja toimivat samat asiat kuin lapsellakin: paniikissa rauhoittelu, kädestä kiinni pitäminen ja joskus jopa halaten heijaaaminen. Monella on myös halu pitää pehmeitä leluja sylissä. Joissain muistisairauksien muodoissa kasvaa tarve koskea ja tulla kosketetuksi.

Kunnioittamiseen kohtaamisessa kuuluu myös se, että kysyt hänen mielipidettään ja mahdollistat vastaamisen hänen omalla tavallaan. Kysymisessä on otettava huomioon muistisairaahan kognition taso. Kysymyksen voi ystävällisesti myös toistaa hetken kuluttua. Ilmaise myös, että otat hänen viestinsä vakavasti. Ja kun ette ymmärrä toisianne, auta häntä säilyttämään kasvonsa. Joskus myös huumori voi auttaa. Ole myös itse ilmaisussasi rehellinen.

Vihjeitä parempaan vuorovaikutukseen muistisairaahan ihmisen kanssa

- Pohjusta vuorovaikutustilanteita. Auta muistisairasta ihmistä orientoitumaan tilanteeseen: kosketa häntä tai sano hänen nimensä, ennen kuin alat puhua hänelle.
- Salli hänelle pitkiä taukoja ennen vastaamista.
- Jos hän ei vastaa, toista viesti.
- Yksinkertaista puhettasi: yksi asia yhteen lauseeseen.
- Käytä sekä kielellistä että ei-kielellistä vuorovaikutusta, kun kommunikoi hänen kanssaan.
- Älä käytä avoimia kysymyksiä, vaan joko suljettuja kysymyksiä tai vaihtoehtokysymyksiä.
- Jatka sosiaalisten kohteliaisuusmerkkien käyttöä, vaikka vuorovaikutus näyttäisikin olevan tehotonta.
- Varaudu siihen, että muistisairaahan henkilön vuorovaikutustaidot vaihtelevat tilanteesta toiseen.
- Tarjoa hänelle mahdollisuuksia vuorovaikutukseen, mutta älä odota häneltä aloitetta.
- Varaudu siihen, että saatat joutua tekemään useamman aloitteen, jotta saisit hänet mukaan vuorovaikutukseen.

(www.muistiasiantuntijat.fi)



Kirkon kuvapankki / Janne Ruotsalainen

3 MUSIIKKI LOHDUN JA ILON TUOJANA

Ava Numminen

Muistisairauden aiheuttamista monista ongelmista huolimatta sairastuneella ihmisellä säilyy taitoja ja osaamista. Niitä ei vain aina ole helppo huomata, kun muun muassa sairastuneen hahmottamiskyky, aloitteellisuus ja kielellinen kommunikaatio vaikeutuvat. Pahimmillaan ajatellaan, että muistisairas ihminen ei ymmärrä enää mitään eikä tarvitse kuin ”perushoidon”, ruuan, lääkkeet ja puhtauden. Näinhän asia ei tietenkään ole. Muistisairaalla ihmisellä on samoja tarpeita kokea tärkeitä ja miellyttäviä asioita kuin kenellä tahansa muulla. Hänen kanssaan on vain löydettävä ne väylät, joilla kommunikaatio parhaiten onnistuu.

Musiikki helpottaa usein vuorovaikutusta, muun muassa siksi, että monet musiikilliset taidot ja kiinnostus musiikkia kohtaan voivat säilyä sairaudesta huolimatta elämän loppuun saakka. Moni muistisairas ihminen nauttii mieluisan musiikin kuuntelemisesta, ja vaikka hän ei pysty lainkaan puhumaan, hän saattaa ongelmitta laulaa. Tutkimuksin on osoitettu, että Alzheimer-potilaat tunnistavat tuttua musiikkia ja reagoivat musiikkiin aivan taudin loppuvaiheessakin. Vakavista muistin ja kielen ongelmista kärsivien ihmisten musiikilliset taidot voivat olla siis yhtä hyvätaisoisia kuin heidän terveiden ikätovereittensa. Musiikin viisas käyttö tukee hoidollista perusajatusta, että muistisairas ihminen nähdään ensisijaisesti tuntevana ja kokevana ihmisenä.

Musiikki on vahva väline, mutta miksi? Uusimman tutkimuksen avulla on saatu runsaasti tietoa musiikin aivoja monipuolisesti virittävistä vaikutuksista. Kuulemiseen, näkemiseen, liikkeiden säätelyyn ja toiminnan ohjaukseen erikoistuneet alueet kummassakin aivopuoliskossa aktivoituvat, kun ihminen kuuntelee musiikkia. Mieluisa reipastempoinen musiikki nostaa vireystilaa ja mielialaa. Silmät alkavat säteillä, kasvot hymyillä ja kehon asento kohentuu. Vaikutukset voimistuvat, kun ihminen itse laulaa, soittaa tai tanssii. Hengitys, ääni ja kurkunpään liikkeet voimistuvat lauletaessa. Musiikki panee tunteet liikkeelle. Sen avulla ilot ja surut saavat ilmaisukanavansa.

Musiikki liittyy monin sitein elämäämme. Se auttaa vahvistamaan minuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta ja vähentämään yksinäisyyden ja eristyneisyyden kokemusta. Lapsuudessa, nuoruudessa ja aikuisuudessa mukana ollut musiikki liittyy meidät vielä elämän viimevaiheissakin omiin muistoihin, oman perheen ja kansan historiaan sekä välittää hengellisiä tarpeitamme. Siten musiikki virittää muistelua ja auttaa muistisairaahan ihmisen haurastuvan minuudentunteen jäsentymistä ainakin hetkellisesti. On kuitenkin hyvä muistaa, että kotona tai hoitokodin päiväsalissa aamusta iltaan soiva radio tai televisio merkitsee vain hälyä, joka ei auta muistisairaiden ihmisten kanssa kommunikoimista. Hälyinen ääniympäristö ei palvele myönteistä virikkeellisyyttä.

Rukoushetki

Musiikin suhteen kannattaa ottaa huomioon seuraavia seikkoja, kun on kyse hoitokodissa pidettävästä rukoushetkestä.

Sovi henkilökunnan kanssa käytännön järjestelyistä etukäteen. Tilan on oltava rauhallinen, mielellään ovelinen paikka. Esimerkiksi osastolta kuuluva kovaääninen puhe voi häiritä keskittymistä. On tärkeä varmistaa, että ihmisten pääsy hartauteen onnistuu hoitajien työvuoroista riippumatta. Pappi tai diakoni ei pääsääntöisesti voi lähteä hakemaan ihmisiä huoneista. Toki jos tuntee paikan ja asukkaat hyvin, voi noutaa heitä itsekin.

On toivottavaa, että ainakin yksi hoitaja osallistuu rukoushetkeen. Se on tärkeää siltä varalta, että sattuu jotain odottamatonta. Hän tuo lisäksi tuttuutta tilanteeseen. Samalla hän saa arvokasta tietoa asukkaiden hengellisen elämän puolesta.

On hyvä käyttää mieluummin aina tuttuja virsiä ja hengellisiä lauluja kuin seurata tiukasti kirkkokäsikirjan virsiohjeistuksia. Toistuvat laulut tuovat turvallisuutta – samoin kuin tietysti kirkkovuoden kulussa aina uudelleen laulettavat virret. Keskeistä on toivon, ilon ja lohdutuksen sanoma myös musiikkivalintojen kautta. Jos on käytössä omat laulumonisteet, huolehdi siitä, että fonttikoko on riittävän suuri (16–18).

Vaikka laulaminen onnistuu usein hyvin, saattaa sattua, että ihmiset eivät juurikaan laula. Tästä ei tarvitse häkeltyä. Pelkkä kuunteleminen voi olla se, jota ihmiset sillä hetkellä kaipaavat. On hyvä tiedostaa myös, että joillain voi olla hengellisyydestä varsin karuja lapsuudenkokemuksia. Koeta siis ottaa huomioon erilaiset, ehkä ahdistuksesta kertovat sanattomatkin viestit. Suhtaudu hyväksyvästi ja rauhallisesti kaikkiin ihmisten reaktioihin.

Musiikki mukana muutenkin

Kirkon työntekijän kanssa voitaisiin kuunnella musiikkia tai laulaa muutenkin, vaikka pienessä musiikkituokiossa päiväsalissa tai ihmisen omassa kodissa. Yhdessä laulettavat vanhat koululaulut, iloiset ja menevät kansanlaulut jne. muodostuvat nopeasti viikon kohokohdiksi. Muistisairaana ihmisen elämään kuuluu usein kipua, masennusta ja epäonnistumisen kokemuksia. Kaikki se ilo ja hauskuus, mitä musiikki voi tarjota, on syytä antaa ihmisille! Yhteisen leppoisan musiikkituokion avulla kirkon työntekijää saa kontaktin hoitokodin niihinkin asukkaisiin, hoitajiin ja omaisiin, jotka eivät osallistu hartaushetkiin. Olennaistahan on palvella hauraita ihmisiä. Papin läsnäolo iloisessa musiikkihetkessä viestittää sekin ilon ja toivon sanomaa.

On hyvä selvittää mahdollisuuksien mukaan ihmisten musiikkimakua. Myös omaisilta ja hoitajilta voi tiedustella asiaa. Toisille esimerkiksi klassinen musiikki on ollut elämän suola ja on sitä vieläkin. Toiset ovat viihtyneet vaikkapa kuplettilaulujen parissa. Papin kassissa voisi kulkea pieni perusvalikoima cd-levyjä, joita ihmisten mieltymysten ja tilanteen mukaan kuunnellaan yhdessä.

Sotien jälkeen syntyneillä sukupolvilla on yhä vähemmän siteitä seurakuntaan ja virsiin. Siksi lienee paikallaan miettiä, millainen musiikki palvelee nuorempien muistisairaiden hengellisiä tarpeita. Nuoremmille ainoa side hengelliseen musiikkiin voi tarkoittaa rippikoulussa laulettuja Punaisen laulukirjan lauluja. Entä voiko populaari- ja iskelmämusiikki antaa ihmisille sellaisia syvällisiä tunnekokemuksia, joiden kautta avautuu myös hengellisiä ulottuvuuksia? Ainakaan ulkoapäin ei voi yksiselitteisesti määritellä sitä, mikä kullekin on hengellistä musiikkia. Millä musiikilla voi parhaiten palvella eri sukupolvien muistisairaita ihmisiä on kysymys, jota ei voi ohittaa.

Voisiko myös rakentaa muunlaista musiikkiyhteistyötä omaisten ja hoitajien kanssa? Seurakunnan työntekijä voisi esimerkiksi tiedustella, onko perheissä soittoa harrastavia nuoria, jotka voisivat toisinaan tulla soittelemaan hoitokotiin. Yksiköissä on usein pianoja, mutta ei oikein kukaan niitä soittamassa. Valitettavasti hoitokoteihin saattaa pyrkiä esiintymään myös sellaisia ryhmiä, joiden sanoma ei lohduta sairaita vaan ahdistaa. Asia on hyvä ottaa esiin yhteisössä ja sopia etukäteen, miten toimitaan tällaisessa tilanteessa.

Papin on hyvä rohkaista omalta osaltaan hoitajia ja omaisia musiikin käyttöön. Kokemusten mukaan muistisairaiden ihmisten unesta tulee levollisempaa, jos iltavuorossa olevat saattavat asukkaat nukkumaan laulamalla esimerkiksi *Taivas on sininen ja valkoinen* ja *Maan korvessa kulkevi lapsosen tie*.

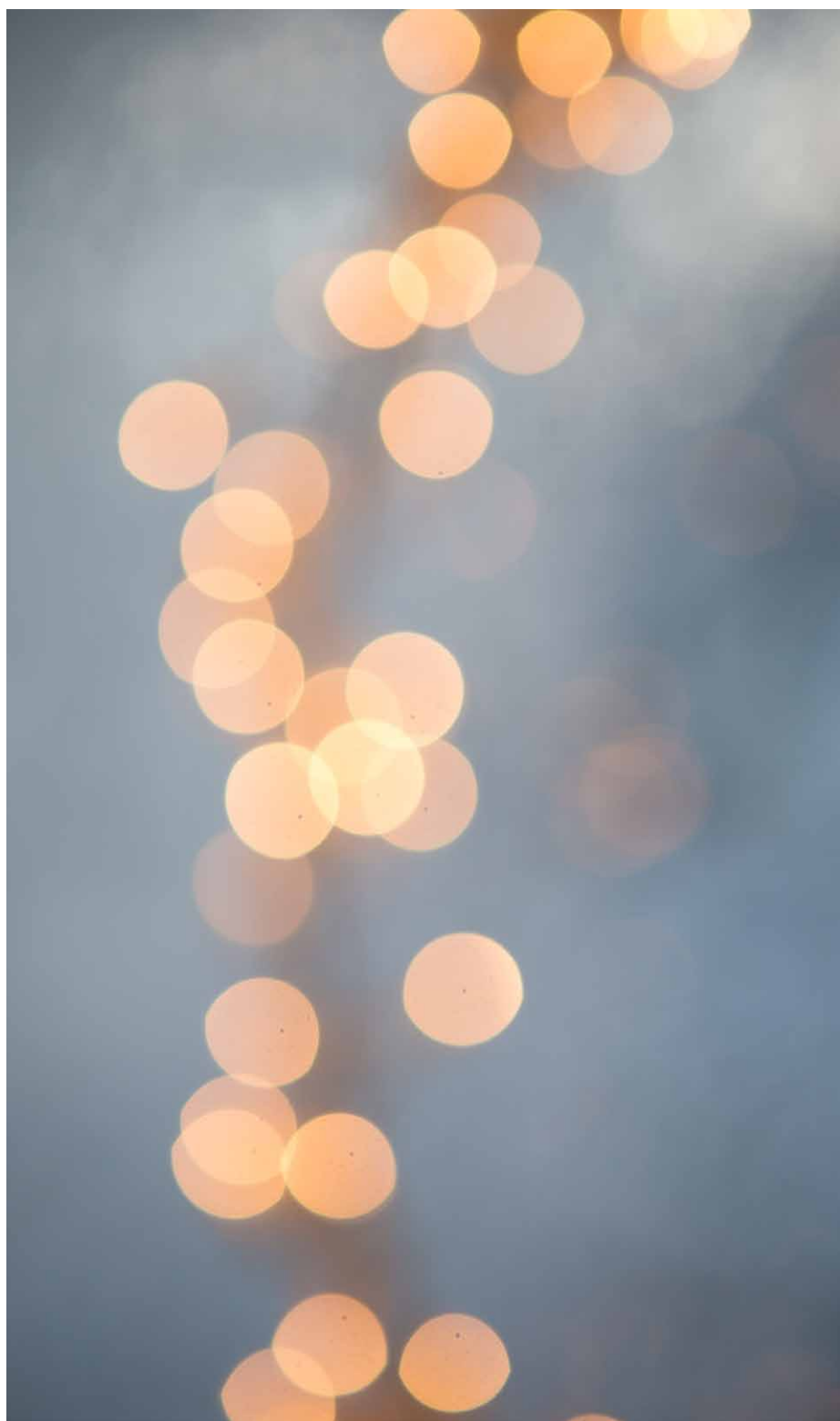
Entä jos seurakunnan työntekijä arastelee laulamista niin, että hän ei mielellään laula ainakaan muiden kuullen? Ääni voi olla myös käheänä, niin että laulaminen ei onnistu. Näissä tilanteissa - ja muutenkin - mukaan voi pyytää kanttorin, kirkkokuorolaisen tai vapaaehtoisen. Toisaalta papin ei tarvitse olla mikään mestarilaulaja. Oma ääni riittää. Leppoisa hyräily ja vaikkapa hartioiden mukava hieronta voi toisinaan olla se, jolla saa kontaktin muistisairaaseen ihmiseen. Äänellä ja kosketuksella viestitetään läsnäoloa ja läheisyyttä.

Perinteisen kitaran ohella on nykyään myös muita pienikokoisia soittimia, kuten piensitra. Se on 15-kielinen soitin, jota kuka tahansa osaa soittaa kielten alle asetettavan ohjepaperin avulla. Tavallista nuottikirjoitusta ei käytetä. Helppoja merkkejä seuraamalla näppäillään kieliä ja saadaan kuuluviin esimerkiksi *Suvivirsi!* Soittimen tiedot löytyvät osoitteesta www.suomea.treehousemusic.nu. Myös mainio musiikkileikkikoulu soitin, viisikielinen kantele, soveltuu mukana kannettavaksi soittimeksi. Kun seurakunnan työntekijä esimerkiksi vierailee jonkun omassa kodissa, saa soittimen ja laulun avulla jo mainion musiikkituokion aikaiseksi.

Hartaita ja iloisia, monipuolisia ja ihmisten toiveita huomioivia musiikkihetkiä niin sairaaloihin, hoitokoteihin, palvelutaloihin kuin ihmisten omiin koteihinkin! Lutherin sanoin ”Jos mielesi on murheellinen, ala laulaa ja soittaa suloista laulua”.

Kiitokset arvokkaista kommenteista sairaalateologeille Ritva Särkkä ja Merja Hållfast sekä kanttori Katja Kankaalle.

Kirjoittaja Ava Numminen työskentelee hoitolaitosten kulttuuritoiminnan edistämisen läänintaiteilijana Uudenmaan taidetoimikunnassa.



Kirkon kuvapankki / Sanna Krook

4 MUISTISAIRAAN HENGELLINEN TUKEMINEN

Muistisairaan ihmisen vakaumus on paluuta lapsuudenuskoon ja sen mukanaan tuomaan tunnemaailmaan ja turvallisuudentunteeseen.

- tuttu musiikki, hartaudet, messun viettäminen ja ehtoollisen nauttiminen
- Kyky kokea hengellisyyttä säilyy sairauden vaikea-asteisessakin vaiheessa.
- Vakaumus tukee elämänhallintaa ja lisää turvallisuudentunnetta, kun korostetaan oikeanlaisia asioita.
 - Jumala on kanssamme, läsnä, Jumala kuulee rukoukset, antaa anteeksi, ei hylkää
- Syyllisyysproblematiikan huomioiminen vähentää ahdistuneisuutta ja levottomuutta, samalla käytösoireet lievenevät.
 - muistisairas ihminen saa puhua yhä uudelleen syyllisyydestään ja kuulla yhä uudelleen anteeksiannon sanoman, kunnes ahdistus lievenee
- Eletyn elämän muisteleminen ja sen näkeminen merkityksellisenä tukevat yksilön identiteettiä.
- Yksilön positiivinen arvovaraus hengellisyyteen riittää; ei tarvitse olla ”uskovainen kirkossa kävijä”.
- Vaikea-asteinenkaan muistisairaus ei vähennä uskonnollisuutta ja uskonnon merkitystä ihmisen elämässä. Oleellista on, että hän saa oikeanlaista tukea hengellisyydelleen (tuttu rukous, ehtoollinen, virsi, Raamatun kohta).
- Sairastuminen voi aktivoida piilossa olevan uskonnollisuuden.
- Kuoleman lähestyessä ja vielä siirryttäessä saattohoitoon muistisairas ihminen saa tukea uskosta.
- Hengellisyys on osa lääkkeetöntä hoitoa

4.1 Muistisairaalla ihmisellä oikeus osallistua messuun

Muistisairaan ihmisen sielunhoidossa korostuvat ehtoolliseen viettäminen, yhdessä laulaminen, rukoileminen, siunaaminen, tutut Raamatun tekstit, ehkä tuttu kotikirkko. Ne liittävät koolla olijat sekä siihen aikaan, jolloin he elivät lapsuuttaan, nuoruuttaan tai aikuisuuttaan, että Jumalaan, joka on joka hetki lähellä ja lohduttaa.

Joskus on väitetty, ettei muistisairas ihminen ymmärrä ehtoollisen merkitystä. Eihän vauvakaan kastetilaisuudessa ”ymmärrä” kasteen merkitystä. Luterilainen sakramenttiteologia painottaa sitä, että sekä usko että sakramentit ovat Jumalan työtä ja lahjaa, joka tulee osaksemme ilman omaa ansiotamme. Jumala itse toimii

sakramenteissa. Kukaan ei voi loppuun saakka ”ymmärtää” Jumalan salaisuutta, sitä, miten pieni öylätti ja viini ovat Kristuksen ruumis ja veri.

Messun vietto tavoilla, joihin muistisairas ihminen pääsee mukaan, antaa kokemuksen kristittyjen yhteisöön kuulumisesta sairaudesta huolimatta. Tutuus luo turvallisuutta, ehtoollisen maistaminen ja nauttiminen antavat konkreettista vahvistusta Jumalan rakastamana olemisesta. Tuttuihin rukouksiin yhtyminen ja yhdessä perusasioiden toistaminen antavat kokemuksia osaamisesta ja osallisuudesta. Raamatun kertomukset luovat toivoa.

Messu tai rukoushetki pitkäaikaishoitopaikassa mahdollistaa monen huonokuntoisenkin osallistumisen, samoin ehtoollisen vietto kotikäynnin yhteydessä. Kotikirkossa vietetty messu saattaa avata vielä enemmän kanavia Jumalan kohtaamiseen, varsinkin jos kyse on jo lapsuudesta asti tutusta kirkosta (urkumusiikki, tuttu alttaritaulu...). Paluu tuttuun ja hyvään pyhään tilaan ilahduttaa ja vahvistaa.

Muistisairaiden ihmisten kanssa vietettävä messu on aina erityisryhmän jumalanpalvelus. Siksi mahdollisuudet soveltaa messun rakenteita ja näin kunnioittaa muistisairaana ihmisen osallistumismahdollisuuksia ovat suuremmat. Messun toteuttajat voivat joustaa tilanteen mukaan, jotta muistisairas ihminen pääsisi omilla edellytyksillään kokemaan Jumalan hyvyttä ja rakkautta. Tässä voi joskus olla tarpeen liittyä esimerkiksi aikaisemman raamatunkäännöksen tai virsikirjan sanamuotoihin tai edellisen kirkkokäsikirjan mukaisiin ehtoollisenviettotapoihin.

4.2 Ruumiillisuus rukoushetkessä ja messussa

Kaikilla ihmisillä on ruumis. Oman kokemuksemme perusteella voimme aavistaa, miltä pääkipu tuntuu toisesta ihmisestä. Ruumis yhdistää meitä myös hengellisesti.

Jokainen ihminen on luotu ruumiilliseksi Jumalan kuvaksi. Kristuksessa Jumala tuli ihmiseksi, lihaksi. Ruumiin voi sanoa olevan ensimmäinen aistimme. Se on lähes yhtä voimakas kuin toinen aistimme hajuaisti. Ruumiiseen liittyy myös reiviimme, rajamme. Reiviiri on jokaisella ihmisellä hyvin yksilöllinen. Toinen ihminen pitää siitä, että häntä halataan, toinen taas kokee sellaisen tilanteen vaikeaksi.

Ruumiimme on hengellisen elämämme syvimpiä alueita. Se on itsessään osa rukoilemista (Serafim Seppälä, Suomen patristisen seuran vuosikirja 1, 2014 s. 20). Rukoileminen voi olla ruumiillista lepäämistä Jumalassa. Se on rukouksen hengessä olemista ja vastaanottamista, jossa ei tarvita sanoja.

Kokemus omasta ruumiista voi olla hyvin herkkää ja helposti särkyvää. On merkittävää, miten puhuttemme ja kosketamme toista ihmistä varsinkin silloin, kun hän on helposti haavoittuva. Levottomasti käyttäytyvä, näkö- tai kuulovammainen muistisairas ihminen tarvitsee erityisen huomion. Puheen tulee olla toista ihmistä arvostavaa, selkeää, kuuluvaa ja rauhallista. Asiaa voi tiedustella ihmiseltä itseltään kysymällä ”Kuuletteko puheeni?”

Kaiken koskettamisen tulee olla turvallista, antavaa ja luvanvaraista. Käden ojentaminen tervehdykseen rukoushetken tai messun alussa on tärkeää. Tervehdysotteen tulee olla rehti; toisen ihmisen kättä ei saa puristaa liikaa, mutta liian löysä ote voi tuntua epämiellyttävältä.

Elävä ruumiini voi kumartua rukoukseen, laittaa kädet ristiin, tehdä ristinmerkin, nostaa kädet ylistykseen, liikkua mukaansa tempaavan kiitosvirren tahdissa. Muistisairas ihminen voi tarvita toisen ihmisen apua oman hengellisyytensä ilmaisuun.

Mahdollisuus sakraalien esineiden kosketteluun rukoushetkien aikana voi olla merkittävää. Krusifiksin, enkelihahmon tai ehtoollispikarin ottaminen käteen voi rauhoittaa ja luoda mieleen pyhyttä. Esimerkiksi joulun rukoushetkessä levottomalle muistisairaalle ihmiselle voi antaa syliin Jeesus-vauvan. Koskettaminen lohduttaa ja rauhoittaa myös silloin, kun itse silittää itseään vaikkapa kämmenselästä tai käsivarsista. Käsien ristiminen rukouksen ajaksi voi olla tärkeää myös tässä mielessä.

Laulamisen yhteydessä muistisairasta ihmistä voi auttaa liikuttamaan käsiään sävelkorkeuden ja rytmin mukaisesti. Rukoushetkessä tai messussa voi ystävällisesti kysyä: ”Saanko auttaa teitä laittamaan kädet ristiin rukouksen ajaksi?” Samoin voi toimia Herran siunauksen yhteydessä. Voi kysyä: ”Saanko siunata teidät?” Muistisairas ihminen voi vastata myöntävästi nyökkäämällä, laittamalla silmät kiinni tai sanomalla: ”Kyllä.” ”Sopiiko teille, että lasken käteni päänne päälle?” Vasta kun on saanut luvan, voi laskea käden hänen päänsä päälle kunnioittavasti. Kuitenkin on varottava painamasta kättä niin, että muistisairas joutuu jännittämään. Hän voi kieltäytyä siunauksesta esimerkiksi kääntämällä päänsä pois tai nostamalla kätensä torjuvaan asentoon. Herran siunaus on hyvä päättää ristinmerkin tekemiseen otsalle. On tärkeää, että toisen ihmisen reviiriltä poistuu kunnioittavasti. Herran siunauksen yhteydessä reviiriltä poistuminen tapahtuu koskettamalla muistisairaahan ihmisen olkapäätä samalla kun aamen-sana lausutaan.

Hengellisyden syvin kokemus on monille Herran pyhä ehtoollinen. Muistisairaahan ihmisen hengellisyydessä ei voi korostaa liikaa ehtoollisen merkitystä. Ehtoollisen viettämiseen kuuluvat sanat, laulut, liikkeet, kosketukset, tuoksut ja maut, jotka koskettavat kaikkia aisteja, koko ihmistä. Vaikka ihminen ei enää kykene nielemään, huulien kostuttaminen viinillä on hänen ehtoollisen nauttimisensa.

Monissa kristillisissä kirkoissa on jumalanpalveluksessa tapana käyttää suitsuketta. Tavasta kerrotaan jo Vanhassa testamentissa, joten sillä on pitkä hengellinen ja kulttuurinen historia. Näissä kirkoissa suitsukkeen tuoksu tuo muistisairaalle ihmiselle voimakkaan kehollisen muiston jo lapsuudesta koetusta yhteisestä jumalanpalveluksesta. Suomen luterilaisissa seurakunnissa voidaan tätä vanhaa tapaa elvyttää niin, että myös hajuaistin kautta hengellisyden kokeminen mahdollistuu. Suitsuttamiselle on jumalanpalveluksessa kolme eri kohtaa:

1. jumalanpalveluksen alussa,
2. evankeliumin lukemisen yhteydessä sekä
3. ehtoollisosan aikana, ennen ehtoollisen viettämistä.

4.3 Hengellinen tukeminen on yhteistyötä

Muistisairaahan ihmisen hoitoon ja tukemiseen osallistuu monia toimijoita: perhe, hoitoalan ihmiset eri organisaatioista, seurakunta, vapaaehtoiset, oppilaitokset, media ja järjestöt. Millaista yhteistoimintaa hengellinen tukeminen vaatii? Ihmisen kokemus omasta ihmisarvosta rakentuu vähitellen jo varhaisesta lapsuudesta alkaen vuorovaikutuksessa ja kiintymyssuhteessa toisiin ihmisiin. Itsensä tunteminen ja arvostaminen auttavat ymmärtämään ja kunnioittamaan toisten työtä ja ammattitaitoa. Tässä on yhteistoiminnan perusta. Yhteistoimintaa eri yhteisöissä toimivien ihmisten välillä ei synny ilman sen johtamista. Hyvä johtaminen auttaa työssä jaksamista ja luo mahdollisuuksia löytää uusia ratkaisuja eteen tuleviin ongelmiin. Kaikkien muistisairaahan ihmisen hyväksi toimivien yhteistoiminnan tapa tulee tunnistaa, ja sen ylläpitoa ja kehittämistä tukea.

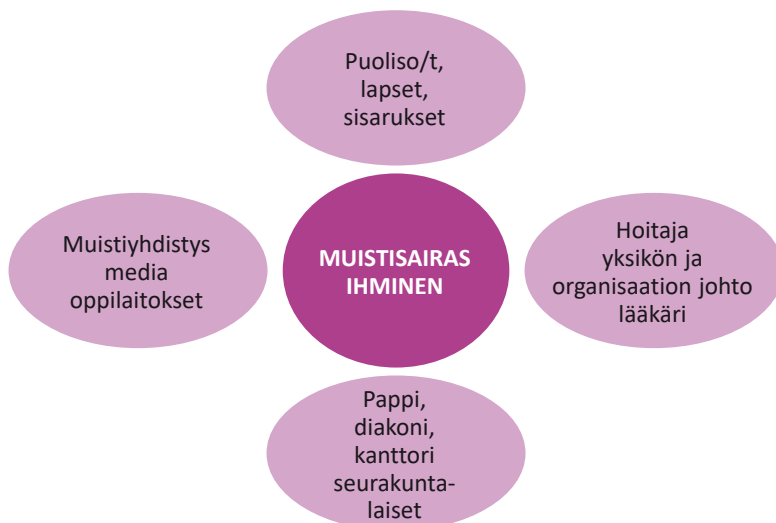
Yhteistoiminta edellyttää dialogisuutta

Koko Raamatun punainen lanka on vuoropuhelu, dialogi ihmisen ja Jumalan välillä. Dialogi on osapuolten vastaamista toistensa lausumiin juuri nyt. Siinä eri mielipiteet pyrkivät toisiaan kohti luomalla yhteisiä merkityksiä ja yhteisesti hyväksyttyä näkemystä. Joskus dialogin tuloksena havaitaan erimielisyys. Lisääntyvä avoin keskustelu ja demokraattinen dialogi vähentävät epätietoisuutta ja ennakkoluuloja ja lisäävät luottamusta. Myös omien näkökantojen muuttaminen on mahdollista juuri dialogissa. Oman alan erityiskielen esittely yleensä vähentää yhteistoimintaa eri toimijoiden kanssa. Dialogi muodostuu avoimuudesta, aktiivisesta kuuntelusta ja omasta ajattelusta. Siinä voi syntyä luovia prosesseja, jotka muuttavat yhteistoimintaan osallistuvien ajattelua ja käyttäytymistä sekä antavat uusia tietoja ja lisäävät toimintakykyä. (<http://oppimateriaalit.jamk.fi/orgmuutoksessa/dialogiin-paaseminen/>)

Yhteistoiminnan tavat

Toimintojen yhteensovittamisessa (eng. coordination) vallitsee erillinen työnjako. Vakiintuneiden reviirien puitteissa sovitellaan yhteen, jäsennetään ja ylläpidetään nykyisiä työkäytäntöjä. Tästä on esimerkkinä palvelutalossa kuukausittain pidettävä rukoushetki. Seurakunnan työntekijä ja palvelutalon sihteeri sopivat rukoushetken ajan puhelimella tai sähköpostilla. Palvelutalon henkilökunta varaa tilaisuutta varten tilan ja ilmoittaa tapahtumasta talon asukkaille. Sovittuna aikana paikalle tulevat kanttori ja pappi. Henkilökunta auttaa asukkaita pääsemään rukoushetkeen. Palvelutalon henkilökunnalle on järjestetty samaan aikaan lepotauko. Rukoushetken alussa kanttori ilmoittaa laulettavan virren ja ryhtyy veisaamaan.

Sitten pappi pitää puheen ja rukouksen. Rukoushetki päättyy kanttorin ilmoittamaan toiseen virteeseen. Pappi ja kanttori poistuvat palvelutalosta. Asukkaat jäävät paikoilleen odottamaan. Palvelutalon henkilökunta palaa rukoushetken jälkeen tauoltaan jatkamaan päivän töitään.



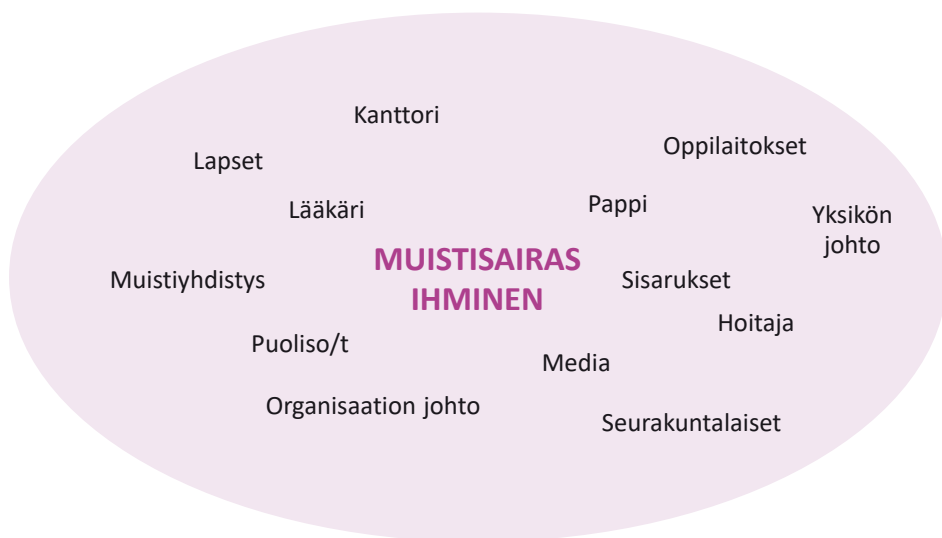
Yhteistoiminnassa (eng. co-operation) ollaan muutosta vaativassa tilanteessa. Ajustusten vaihto ja yhteisen ongelman ratkaisun etsiminen ylittävät reviirien rajat. Tästä on esimerkkinä tilanne, jossa hoivakodissa järjestetyssä messussa asukas huutaa niin voimakkaasti, että kaikki kiinnittävät jatkuvasti huomionsa häneen. Messua ei voida jatkaa. Pappi kertoo asiasta hoivakodin vastaavalle hoitajalle. Hoitajat saavat siirrettyä huutavan asukkaan toisiin tiloihin. Messu vietetään, ja kaikki vaikuttavat tyytyväisiltä. Seuraavana päivänä huutavan asukkaan omainen saa kuulla, ettei messun viettäminen onnistunut. Hän soittaa papille ja kertoo huolensa. Pappi on yhteydessä hoivakodin johtajaan, ja he päättävät kutsua koolle palaverin asiasta keskustelemaan. Yhteisen keskustelun tuloksena päätetään järjestää koulutuspäivä, jossa mietitään, miten tässä hoivakodissa taataan jokaiselle mahdollisuus hengelliseen tukeen ja oman uskonnon harjoittamiseen. Koulutuspäivään kutsutaan kaikki yhteistyötahot.



Reflektiivisessä kommunikaatiossa yhteisen kohteen (vrt. kooperaatio) lisäksi huomio kiinnitetään myös keskinäisen ja eri suuntiin ulottuvan vuorovaikutuksen luonteeseen, arviointiin ja yhdessä kehittämiseen. Tätä ylläpidetään tietoisesti ylläpidetään toiminnan kantavana periaatteena. Omien kokemusten läpikäymisellä ja niistä keskustelemalla kaikki toimijat pyrkivät löytämään uusia näkökulmia ja uutta tietoa. Kyse on oppimisprosessista, jossa pyritään teorian ja käytännön tietoiseen ymmärtämiseen. Esimerkiksi seurakunnan alueella toimivien hoivatalojen henkilökunta, muistiyhdistys, seurakunnan työntekijät ja vapaaehtoiset, asukkaiden omaiset ja työharjoittelussa olevat opiskelijat kokoontuvat yhteen muistelevaan viimeisintä kokemustaan hoivakodissa järjestetystä messusta. Millaisia mielikuvia siitä jäi, mikä toimi hyvin, missä on kehitettävää. Voidaan miettiä myös sitä, tulisiko jakaa tietoa eri muistisairauksien aiheuttamista muutoksista ihmisen kykyyn olla vuorovaikutuksessa. Kokoonumisessa mietitään, mitä itse kukin on tilaisuuden aikana oppinut ja miten seuraavassa messussa olisi hyvä toimia. Millaisia muutoksia toimintatavoissa tulisi tehdä, jotta muistisairaahan ihmisen oikeus hengelliseen tukeen toteutuisi.

Seuraava messu toteutetaan sovitusti. Sen jälkeen kokoonnutaan yhteen keskustelemaan siitä, mikä messun viettämisessä oli erilaista ja miten yhteisesti sovitut muutokset toteutuivat. Sitäkin mietitään, mitä hankaluuksia toisenlaisen toimintatapa on aiheuttanut. Kuinka hyvin messun viettämisessä kyettiin ottamaan huomioon muistisairaahan ihmisen oikeudet ja muuttunut kyky olla mukana? Miten omaiset ja henkilökunta näkevät oman roolinsa merkityksen? Miten seurakunnan työntekijät ja vapaaehtoiset kokevat mukanaolon vuorovaikutteisessa oppimisprosessissa? Miten opiskelijat ovat kysyneet kuvaamaan prosessia omissa oppimispäiväkirjoissaan?

Keskustelun tuloksena päätetään yhdessä siitä, miten muistisairaiden hengellistä tukea koskevista kysymyksistä voidaan jatkossa keskustella. Päätetään, miten asiasta viestitään julkisuuteen. <http://oppimateriaalit.jamk.fi/orgmuutoksessa/asiaa-yhteistyosta/>



Yhteistoiminnan häiriöt

Yhteistoimintaa häiritsevät tiedon puute muista toimijoista ja siitä syntyvä asenteellisuus. Lisäksi vääristynyt näkemys oman ryhmän erinomaisuudesta suhteessa toisiin ryhmiin (stereotypiat) ja johtamisen epäselvyys lisäävät vaikeuksia. Yhteistoimintaa voi hankaloittaa myös ryhmien nk. hiljaisen tiedon, oman kielen ja tiedon selkiytymättömyys. Yhteistoiminnan häiriöt tulee tunnistaa, niistä keskustella ja ryhtyä toimiin niiden aiheuttajien poistamiseksi. (<http://oppimateriaalit.jamk.fi/orgmuutoksessa/yhteistyon-kipupisteita/>)





Kirkon kuvapankki / Vilja Tamminen

5 JUMALANPALVELUSELÄMÄ MUISTISAIRAIDEN IHMISTEN KANSSA

Tässä jaksossa käsitellään alkuosassa yleisesti muistisairaiden ihmisten kanssa vietettävän messun ja rukoushetken valmistelua ja toteuttamista. Adventin, pääsiäisen, helluntain ja pyhäinpäivän messu- ja rukoushetkimateriaalit pohjautuvat työryhmän jäsenten omassa työssään toteuttamiin tapoihin ja ideoihin. Ne ovat apuvälineitä niin, että voit pitää materiaalin pohjalta sanasta sanaan messun tai rukoushetken.

Jokainen työntekijä etsii oman tapansa toimia. Jokainen tilanne muistisairaiden ihmisten kanssa on ainutlaatuinen, erilainen kuin edelliset. Hyvä suunnittelu ja tilannetaju helpottavat toimintaa muistisairaiden ihmisten parissa. Kaikenlaisia ihmisiä arvostava asenne ja huumori vievät eteenpäin yllätysten tullessa.

Rukoushetken, jumalanpalveluksen tai messun suunnittelu kannattaa aloittaa hyvissä ajoin työtovereiden, hoitohenkilökunnan ja mahdollisten muiden mukana olevien kanssa. Rukoushetkeä voidaan viettää myös kodissa tai hoitopaikassa, aina tulee ottaa huomioon kokoustilan vaatimukset.

5.1 Käytännöllisiä näkökulmia rukoushetken ja messun viettämiseen

Kaikki näkevät ja kuulevat

Muistisairaiden messussa kannattaa koota koko seurakunta kirkon etuosaan. Sieltä näkee ja kuulee parhaiten. Puhujan tulisi olla siten, että hän saa katsekontaktin ja pitää sen yllä koko ajan. Äänentoistolaitteita tulee käyttää, ja varmistaa, että kaiuttimet eivät ole liian kovalla ja että kuulolaite on asennossa T. Muuten induktiosilmukasta ei ole hyötyä. Puhujia tulisi olla mahdollisimman vähän, jotta äänen voimakkuus ei vaihtelee liikaa.

Yhdessä istuen

Seurakunta voi istua koko jumalanpalveluksen ajan. Se lisää levollisuuden tuntua eikä houkuta ketään lähtemään liikkeelle. Yhdessä lukeminen, yhteen ääneen sanominen ja laulaminen antavat seurakunnalle yhteyden ja osaamisen kokemuksia.

Tutut virret

Virsi- ja lauluvalinnoissa kannattaa suosia tuttuja lauluja. Monet osaavat laulaa ulkomuistista, vaikka eivät enää puhukaan. Musiikki on painunut syvälle mieleen ja nousee sieltä tilaisuuden tullen vahvistamaan ja rohkaisemaan.

Avustajia riittävästi

Messussa tulisi olla riittävästi avustajia esimerkiksi omaisia, henkilökuntaa tai vapaaehtoisia, jotka voivat tarvittaessa auttaa. Avustajia tulee opastaa riittävästi.

Selkeä ja ystävällinen puhe

Puheen tulisi olla peruslauseita, tuttuja sanoja, selvästi ja kuuluvasti puhuttua. Kuuntelua helpottaa, jos äänenväri ja puhetapa ovat ystävällisiä ja kuulijoita arvostavia. Avoin asento, ystävällinen ja rauhallinen ilme ja olemus auttavat seurakuntaakin olemaan läsnä levollisin mielin. Katse ja asento kertovat sanojen lisäksi, millaisesta asiasta on kyse.

Ehtoollinen

Ehtoollista asetettaessa liturgi voi näyttää leipää ja kalkkia ja kysyä joltakin, kenen kuva leivässä on. Sitten voidaan lausua yhteen ääneen ”Jeesuksen ruumis” ja ”Jeesuksen veri”. Jos avustajia on tarpeeksi, ehtoollispöytään tuleminen sujuu paremmin. Ehtoollisen voi viedä myös kirkon penkkiin.

Voi olla, että ehtoollisvieras ei enää muista, missä ollaan, ja kieltäytyy ottamasta leipää tai viiniä. Silloin voi sanoa ystävällisesti, kädellä turvallisesti olkapäästä koskettaen: ”Annan teille ehtoollisleivän, tämä on ehtoollinen.” Ei pidä painostaa vaan luontevasti siunata kyseinen henkilö ja mennä eteenpäin. Ehtoollisvieras tulee osalliseksi ehtoollisesta, vaikka nauttii vain viinin tai vain leivän. Käytännössä ehtoollisleivän voi murentaa viinin sekaan, käyttää huulilla, antaa suoraan suuhun tai antaa viiniin kastettu leipä muulla tavalla, joka on tilanteessa luontevaa. Kaikki muistisairaavat eivät myöskään pysty nielemään, jolloin riittää, että viiniin kastetulla leivällä kosketetaan huulia. Työntekijän tulee ottaa huomioon, että on erilaisia tapoja viettää ehtoollista, jotkut haluavat istua, seisoa, polvistua tai pitää pikaria kädessään.

5.2 Rukoushetket ja messut

Adventin messu

Kohtaamisesta

Kohtaa hänet aikuisena ihmisenä.

Uskalla itse olla aito ja tavallinen ihminen: älä piiloudu ammattiroolin tai vallan taakse.

Viesti kiireettömyyttä ja häneen ihmisenä keskittymistä.

Ole ilmaisuissasi rehellinen – ole luottamuksen arvoinen.

Kysy hänen mielipidettään (huomioiden kognition taso).

Viesti tarvittaessa turvallista tilannehallintaa.

Ota hänen puheensa/käyttäytymisensä viestit vakavasti: ne kertovat jotain, mitä kannattaa pyrkiä ymmärtämään.

Tutustu hänen elämänsä kulkuaan: tutut asiat luovat turvallisuuden kokemusta.

Huomioi hänen arvomaailmansa ja vakaumuksensa turvallisten rutiinien rakentamisessa.

Auta häntä säilyttämään kasvonsa, esim. paikkaamalla tai huumorilla.

Luo hyvä, normaali tunnelma esim. muistelulla ja laululla.

Messun kulku

Yhdessä alttarin rakentaminen

Messun aluksi liturgi voi sytyttää yksi/neljä kynttilää aivan hartauden aluksi. Kynttilät voivat olla aidot, jos tilassa saa polttaa kynttilöitä. Turvallisuussyistä käytetään usein paristoilla toimivia kynttilöitä.

Johdanto

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. (jos kanttori paikalla, hän laulaa: aamen) Tervetuloa adventti messuun. Sana adventti tarkoittaa suomennettuna Herran tuleamista. Adventti on joulun odottamista ja siihen valmistautumista.

Adventtina me laulamme hoosianna, koska odotamme ihmiseksi syntyvää Jumalan Poikaa. Hoosianna on siis tervetulotoivotus, joulun odotuksen alku. Hoosianna on luottamusta siihen, että Kristus antaa hyvän tulevaisuuden.

Virsi

Virsi 2 Avaja porttis ovesi... Virren tulee olla osallistujille tuttu.

Synnintunnustus ja synninpäästö

Tunnustamme yhdessä syntimme: Laupias Jumala, rakas taivaallinen Isä.

Me tunnustamme sinulle syntimme, joilla olemme ansainneet vihasi ja rangaistuksesi.

Katso armollisesti meihin ja anna meille syntimme anteeksi rakkaan Poikasi,

Vapahtajamme Jeesuksen Kristuksen tähden.

Synninpäästö

Olkaa turvallisella mielellä, sillä Herra sanoo kaikille katuville:

”Vaikka teidän syntinne ovat verenpunaiset, ne tulevat valkeiksi kuin lumi.

Vaikka ne ovat purppuranpunaiset, ne tulevat valkeiksi kuin puhdas villa”.

Virsi 1

Hoosianna

Päivän rukous

Jeesus, Vapahtajamme. Tänään, adventtina, mielemme täyttyy odotuksesta. Kiitos, että sinä tahdot meille hyvää. Kun sytytämme adventin kynttilöitä, auta meitä muistamaan, että sinä olet lähellä meitä. Kiitos, että meidän ei tarvitse pelätä, eikä kantaa huoliamme yksin. Auta meitä luottamaan sinuun. Kuule rukouksemme. Aamen.

Raamatunluku

Jeesus oli matkalla pääsiäisjuhille Jerusalemiin.

Jeesus lähetti edeltä kaksi opetuslastaan ja sanoi heille:

- Menkää tuolla näkyvään kylään.

Siellä on aasi. Löydätte sen heti.

Ottakaa se ja tuokaa minulle.

Jos joku sanoo teille jotakin, vastatkaa, että Herra tarvitsee sitä, mutta palauttaa sen pian.

Opetuslapset tekivät niin kuin Jeesus oli käskenyt.

He toivat Jeesukselle aasin, ja Jeesus nousi ratsaille.

Jeesuksen maine ihmisten auttajana oli levinnyt myös Jerusalemiin.

Siksi paljon kansaa oli odottamassa häntä.

Kun Jeesus ratsasti kaupunkiin, ihmiset alkoivat huutaa:

- Hoosianna, hoosianna, Daavidin poika!

Siunattu olkoon hän, joka tulee Herran nimessä!

Hoosianna korkeuksissa!

Auta meitä Jeesus, Jumalan poika, kansa riemuitsi.

He heittivät tielle vaatteita ja palmunlehviä, joita katkoivat läheisistä puista. (Selkoraamattu, LK-kirjat, Helsinki 2012)

Puhe

Puhuja artikuloi selkeästi. Lauseet ovat lyhyitä, yksi asia yhdessä lauseessa.

Yleisiä teema-alueita, joista voi pitää lyhyen puheen:

Aasi,

Hoosianna-huudot (Herra auta, pelasta)

Kuningas tulee (Jerusalemiin, kerran kirkkaudessa aikojen lopulla, sinun sisimpääsi sanassa ja sakramentissa)

Tien raivaaminen: avatkaa portit (Vk 2)

Portti

Valmistautuminen

Odottaminen

Kun Jeesus tulee, jotakin odotuksesta päättyy

Mitä sinä odotat/toivot

Adventista alkaa matka

Marian odotusaika

Kynttilän valo: valon enentyminen

Kansan odotukset – meidän odotuksemme.

Luukkujen avaaminen – salaisuuden tiivistyminen

Kaikkien aikojen tulevaisuuden kantaja on adventin symboli: odottava äiti

Virsi 7

Valmistu Herran kansa

Uskontunnustus (apostolinen)

Uskontunnustuksen aikana voidaan istua.

Minä uskon Jumalaan,
Isään, Kaikkivaltiaaseen,
taivaan ja maan Luojaan,

ja Jeesukseen Kristukseen,
Jumalan ainoaan Poikaan,
meidän Herraamme,
joka sikisi Pyhästä Hengestä,
syntyi neitsyt Mariasta,
kärsi Pontius Pilatuksen aikana,
ristiinnaulittiin, kuoli ja haudattiin,
astui alas tuonelaan,
nousi kolmantena päivänä kuolleista,
astui ylös taivasiin,
istuu Jumalan, Isän, Kaikkivaltiaan,
oikealla puolella
ja on sieltä tuleva tuomitsemaan
eläviä ja kuolleita,
ja Pyhään Henkeen,
pyhän yhteisen seurakunnan,
pyhäin yhteyden,
syntien anteeksiantamisen,
ruumiin ylösnousemisen
ja iankaikkisen elämän.

Rukous ja asetussanat

Ehtoollisessa on hyvä huomioida seurakuntalaisten fyysinen kunto ja kognitiivinen taso. Seurakuntalaisille on hyvä kertoa, että hän voi istua paikallaan ja ehtoollinen tuodaan hänelle.

Jos käytetään intinktiomaljaa, kerrotaan seurakuntalaisille selkeästi, miten ehtoollisen jakaminen tapahtuu.

Minä jaan teille ehtoollisen siten, että kastan leivän (samalla näyttäen) viiniin ja annan sen teille suuhun tai käteen.

”Kristuksen ruumis ja veri sinun puolestasi annettu ja vuodatettu”

Jos seurakuntalainen ei voi niellä, voit koskettaa viiniin kastetulla ehtoollisleivällä hänen huuliaan ja sanoa:

”Kristuksen ruumis sinun puolestasi annettu. ”Kristuksen veri sinun puolestasi vuodatettu.”

Joskus myös ehtoollisleivän pala voi olla viinin seassa ja silloin myös sanat. ”Kristuksen ruumis ja veri sinun puolestasi annettu ja vuodatettu.”

Jos seurakuntalainen ei voi niellä, voit koskettaa ehtoollisleivällä ja viinillä hänen huuliaan ja sanoa:

”Kristuksen ruumis sinun puolestasi annettu, Kristuksen veri sinun puolestasi vuodatettu.”

Me olemme ottaneet vastaan Herran Jeesuksen Kristuksen. Hän varjeltakoon meidät iankaikkiseen elämään.

(Liturgi näyttää ehtoollisleipää. Jokainen voi sanoa erikseen ja sitten yhdessä: Kristuksen ruumis.

Näytetään maljaa. Jälleen erikseen ja yhdessä sanotaan: Kristuksen veri.)

Tämän jälkeen asetussanat niin, että kuulijat näkevät ”otti leivän...”, samoin” hän otti maljan...”

Herramme Jeesus Kristus,
sinä yönä, jona hänet kavallettiin,
otti leivän, siunasi, mursi
ja antoi sen opetuslapsilleen sanoen:
Ottakaa ja syökää,
tämä on minun ruumiini,
joka annetaan teidän puolestanne.
Tehkää se minun muistokseni.

Samoin hän otti maljan,
kiitti ja sanoi:
Ottakaa ja juokaa tästä, te kaikki.
Tämä malja on uusi liitto minun veressäni,
joka vuodatetaan teidän puolestanne

syntien anteeksiantamiseksi.
Niin usein kuin te siitä juotte,
tehkää se minun muistokseni.

Armollinen Jumala,
me tahdomme täyttää tämän käskyn ja viettää
pyhää ehtoollista Jeesuksen muistoksi,
Lähetä Pyhä Henkesi siunaamaan nämä lahjat
ja meidät.

Rukoilemme yhdessä:

Isä meidän, joka olet taivaissa.
Pyhitetty olkoon sinun nimesi.
Tulkoon sinun valtakuntasi.
Tapahtukoon sinun tahtosi,
myös maan päällä niin kuin taivaassa.
Anna meille tänä päivänä
meidän jokapäiväinen leipämme.
Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,
niin kuin mekin anteeksi annamme niille,
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.
Äläkä saata meitä kiusaukseen,
vaan päästä meidät pahasta.
Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.
Aamen.

Jumalan Karitsa

(voidaan käyttää vanhaa sävelmää ja tekstiä vuodelta 1968)

Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä
Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä
Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin,
anna meille rauhasi ja siunauksesi

Liturgi näyttää ehtoollisleipää. Jokainen voi sanoa erikseen ja sitten yhdessä: Kristuksen ruumis.

Näytetään maljaa. Jälleen erikseen ja yhdessä sanotaan: Kristuksen veri.
Tämän jälkeen asetussanat niin, että kuulijat näkevät ”otti leivän...”, samoin
hän otti maljan...”

Ehtoollisen vietto

Ehtoollinen voidaan jakaa penkkiin. Leipä on luontevaa antaa vanhan tavan mukaan suuhun, jakaja sanoo: Tämä on ehtoollisleipä, tämä on Kristuksen ruumis, sinun puolestasi annettu.

Viini on käytännöllistä antaa pikarista suuhun. Jakaja sanoo: Annan sinulle ehtoollisviiniä, tämä on Kristuksen veri, sinun puolestasi vuodatettu.

Ehtoollisen aikana voidaan laulaa tuttuja ehtoollisvirsiä.

Rukous

Taivaallinen Isä, me kiitämme sinua ehtoollisen lahjasta.

Liitä meidät rakkaudessa toinen toiseemme

ja säilytä meissä ikuisen elämän toivo.

Kuule rukouksemme Poikasi Jeesuksen Kristuksen tähden.

Aamen

Herran siunaus

Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä

Herra kirkastakoon kasvonsa teille

ja olkoon teille armollinen.

Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja antakoon teille rauhan.

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen (+)

Aamen

Virsi

Laulamme virren 332 Herraa hyvää kiittäkää.

Adventin rukoushetki

Aloitamme rukoushetken **virrellä 7** Valmistu Herran kansa säkeistöt 1,2 ja 3

Isän ja (+) Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. (jos kanttori paikalla, hän laulaa: aamen)

Sytytämme kynttilän ja laulamme yhdessä virrestä 13:1

Ennen joulua on neljä adventtisunnuntaita. Adventti kertoo joulun tulemisesta. Adventti on jouluun valmistautumista. Adventtina alkaa uusi kirkkovuosi. 1. Adventin väri on valkoinen, muiden adventtisunnuntaiden väri violetti tai sininen.

Laulamme yhdessä virren (2):

Avaja porttis ovesi säkeistöt 1 ja 2

Kuulkaa psalmia 24

Kohotkaa korkeiksi, portit, avartukaa, ikiaikaiset ovet!
Kirkkauden kuningas tulee.
Kuka on kirkkauden kuningas?
Hän on Herra, väkevä ja voimallinen.
Hän on Herra, voiton sankari.
Kohotkaa korkeiksi, portit, avartukaa, ikiaikaiset ovet!
Kirkkauden kuningas tulee.
Kuka on kirkkauden kuningas?
Kirkkauden kuningas on Herra Sebaot!

Rukoilkaamme.

Jeesus, meidän Herramme.
Sinä saavuit kerran
aasilla ratsastaen Jerusalemiin
ja riemuitsevat ihmiset
tervehtivät sinua
palmunlehviä ja oksia heiluttaen.
Tänään mekin tahdomme toivottaa sinut
tervetulleeksi koteihimme ja sydämiimme.
Tule, Jeesus, luoksemme.
Valmista meissä tilaa juhlan odotukselle
ja joulun ilolle.
Sinua me ylistämme. Aamen

Kuulkaa pyhää evankeliumia

Luukkaan evankeliumista (19: 28-40)

Jeesus lähti toisten edellä nousemaan Jerusalemiin vievää tietä. Kun hän oli tulossa Öljymäeksi kutsutulle vuorelle ja oli jo lähellä Betfagea ja Betaniaa, hän lähetti edeltä kaksi opetuslastaan ja sanoi: ”Menkää tuolla näkyvään kylään. Kun tulette sinne, te näette kiinni sidotun aasinvarsan, jonka selässä ei kukaan vielä ole istunut. Ottakaa se siitä ja tuokaa tänne. Jos joku kysyy, miksi te otatte sen, vastatkaa, että Herra tarvitsee sitä.”

Miehet lähtivät ja havaitsivat kaiken olevan niin kuin Jeesus oli heille sanonut. Kun he olivat irrottamassa varsaa, sen omistajat kysyivät: ”Miksi te viette varsan?” He vastasivat: ”Herra tarvitsee sitä.” He toivat varsan Jeesukselle, heittivät vaatteitaan sen selkään ja auttoivat Jeesuksen ratsaille. Kun hän sitten ratsasti, opetuslapset levittivät vaatteitaan tielle.

Jeesuksen lähestyessä sitä paikkaa, mistä tie laskeutuu Öljymäen rinnettä alas, koko opetuslasten joukko alkoi riemuissaan suureen ääneen ylistää Jumalaa kaikista niistä voimateoista, jotka he olivat nähneet. He huusivat:

- Siunattu hän, kuningas,
joka tulee Herran nimessä!
Taivaassa rauha,
kunnia korkeuksissa!

Hoosianna virsi 1

Puhe

Adventti on joulujuhlaan valmistautumisen aikaa. Odotamme Jeesuksen Kristuksen syntymäjuhlaa. Kuljemme yhdessä pyhän perheen, Marian ja Joosefin, mukana kohti ihmettä, uuden elämän syntymistä.

Odotamme myös toista juhlaa. Odotamme pääsevämme suureen juhlaan taivaassa, Jumalan luona. Sitä juhlaa saamme odottaa Jeesuksessa Kristuksessa ihmiseksi tulleen Jumalamme hyvyyden ja armon varassa. Ihmisiä rakastava Jumala jakaa elämän ilon ja kärsimyksen kanssamme. Hän tuntee meidän elämämme. Hän on kanssamme samalla matkalla. Hän on juuri siellä, missä mekin nyt olemme. Hän ei koskaan hylkää meitä, vaan kulkee kanssamme, yli kuoleman, taivaan kirkkauteen ja iloon.

Esirukous

Rakas Jumala. Sinä kuulet rukouksemme. Kiitämme sinua tästä päivästä. Kiitämme sinua Jeesuksen Kristuksen syntymisestä, kärsimisestä, kuolemasta ja ylösnousemuksesta. Kiitämme sinua kaikista ihmisistä, jotka ovat auttaneet meitä. Rukoilemme, anna Jeesuksen Kristuksen syntyä myös meissä, omaksi rakkaaksi Vapahtajaksemme.

Kuule meitä, kun rukoilemme yhdessä.

Isä meidän, joka olet taivaissa.
Pyhitetty olkoon sinun nimesi.
Tulkoon sinun valtakuntasi.
Tapahtukoon sinun tahtosi,
myös maan päällä niin kuin taivaassa.
Anna meille tänä päivänä
meidän jokapäiväinen leipämme.
Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,
niin kuin mekin anteeksi annamme niille,
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.
Äläkä saata meitä kiusaukseen,
vaan päästä meidät pahasta.
Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.
Aamen.

Siunaus

Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä
Herra kirkastakoon kasvonsa teille
ja olkoon teille armollinen.
Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja
antakoon teille rauhan.
Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen.
Aamen

Laulamme virren 7:4. säkeistö

Lähtekää rauhassa ja palvelkaa Herraa iloiten



Kirkon kuvapankki / Vilja Tamminen

Joulun rukoushetki

Valmistautuminen

Varmistetaan sopiva tila, joka ei ole liian iso, ja joka on valoisa ja rauhallinen. On tärkeää, että kaikki näkevät ja kuulevat sen, mitä tapahtuu.

Varataan pienimuotoiset rooliasut Joosefille (sauva), Marialle (huivi), paimenelle (sauva) ja enkelille (valkoinen vaate), lisäksi kapaloitu nukke ja seimi.

Avustaja auttaa rooliasujen pukemisessa ja lukee evankeliumin.

Toteutus

Siunaus ja johdanto

Isän ja Pojan Ja Pyhän Hengen nimeen.

Tervetuloa jouluhartauteen.

Joulu on Jeesuksen Kristuksen syntymäjuhla.

Virsi

Laulamme joululaulun ”En etsi valtaa, loistoa” (Ei valtaa, kultaa, loistoa, virsi 31 tai jokin muu tuttu virsi).

Jouluevankeliumi ja kuvaelma

Joulun henkilöitä ovat Joosef ja Maria. Kuka haluaa olla Joosef?

Avustaja pukee jonkun kuuliyoista kevyeen rooliasuun ja ohjaa istumaan hänelle varatulle paikalle.

Kuka haluaa olla Mariana?

Avustaja pukee jonkun kuuliyoista kevyeen rooliasuun ja ohjaa istumaan Joosefin viereen.

Marialla on sylissään Jeesus-lapsi.

Avustaja antaa nukan Marian syliin.

Kedolla oli paimenia. Kuka haluaa olla paimen?

Avustaja pukee jonkun kuuliyoista paimenen kevyeen rooliasuun ja ohjaa Joosefin ja Marian lähelle.

Taivaalla oli enkeleitä. Kuka haluaa olla enkelinä?

Avustaja pukee jonkun kuuliyoista enkelin rooliasuun ja ohjaa Joosefin, Marian ja paimenen lähelle.

Siihen aikaan antoi keisari Augustus käskyn, että koko valtakunnassa oli toimitettava verollepano. Niin myös Joosef lähti Betlehemiin yhdessä kihlattunsa Marian kanssa, joka odotti lasta. Heidän siellä ollessaan tuli Marian synnyttämisen aika, ja hän synnytti pojan, esikoisensa. Hän kapatoi lapsen ja pani hänet seimeen, koska heille ei ollut tilaa majapaikassa. (Mariaa autetaan laskemaan Jeesus-nukke seimeen.)

Sillä seudulla oli paimenia yöllä ulkona vartioimassa laumaansa. Yhtäkkiä heidän edessään seiso i Herran enkeli. Pelko valtasi paimenet, mutta enkeli sanoi heille: ”Älkää pelätkö! Minä ilmoitan teille ilosanoman, suuren ilon koko kansalle. Tänä nään on teille Daavidin kaupungissa syntynyt Vapahtaja. Hän on Kristus, Herra.” (Evankeliumin vanhempia käännöksiä voidaan myös käyttää.)

Käy tervehtimässä Mariaa.

Kaikki käyvät tervehtimässä Mariaa.

Sanomme kaikki yhteen ääneen: Maria.

Kaikki: Maria.

Käy tervehtimässä Joosefia.

Kaikki käyvät tervehtimässä Joosefia.

Sanomme kaikki yhteen ääneen: Joosef.

Kaikki: Joosef.

Joulun tärkein henkilö on Jeesus. Käy tervehtimässä Jeesus-lasta, voit ottaa hänet syliisi.

Kaikki käyvät tervehtimässä Jeesus-lasta ja ottavat syliin.

Sanomme kaikki yhteen ääneen: Jeesus.

Kaikki: Jeesus.

Virsi

Laulamme yhdessä virrestä 21 Enkeli taivaan 1, 2 ja 10 säkeistöt.

Siunaus

Jokainen osallistuja siunataan henkilökohtaisesti.

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen (tehdään ristinmerkki otsaan) tai sanotaan kaikille yhteisesti:

siunatkoon ja varjelkoon teitä kaikkivaltias, ihmisiä rakastava Jumala, Isä (+) ja Poika ja Pyhä Henki.

Virsi

Laulamme jouluvirren 30 Maa on niin kaunis.

Pääsiäisen messu

Valmistautuminen

Ole yhteydessä henkilökuntaan etukäteen ja paikan päällä.

Laita viran tunnukset, koska muistisairaalle ihmiselle se on merkittävä viesti.

Henkilökunnan läsnäolo on tärkeää.

Tila

Kirkossa seurakunta kootaan etuosaan, josta näkee ja kuulee hyvin. Kerrotaan, mihin tilanteeseen kirkkoväki on saapunut.

Muissa tiloissa olisi huomioitava, että tila olisi rauhallinen, valoisa, ei liian iso.

Tila kaunistetaan, jos mahdollista.

Tilassa ei saisi olla ylimääräistä liikettä eikä muita häiritseviä tekijöitä.

Altтарin rakentaminen paikan päällä: kynttilät, liturginen väri, risti, ehtoollisvälineet. Mahdollisesti pääsiäiseen liittyen narsisseja ja pajunkissoja.

Ääni: kirkossa käytetään äänenvahvistinta, muualla katsotaan, että kaikki kuulevat.

Äänellinen valmistautuminen esim. hiljainen musiikki alttaria rakennettaessa.

Kohtaaminen

Tervehdi jokainen messuun osallistuva henkilökohtaisesti. Ojenna kätesi, katso silmiin ja sano nimesi ja ammattisi kuuluvalla, selkeällä äänellä. Kuuntele vastaus tervehdykseen, mutta älä tivaa toisen ihmisen nimeä, jos hän ei kykene tai halua sitä sanoa.

Puheen rytmi: ei puhuta liian nopeasti, selkeä ääntäminen, toistaminen.

Kohtaa hänet aikuisena ihmisenä.

Uskalla itse olla aito ja tavallinen ihminen.

Viesti kiireettömyyttä ja häneen ihmisenä keskittymistä.

Kosketus

Katso sivu:

Virsikirjat

Kaikille voidaan tarjota virsikirjaa käteen, ja yhdessä henkilökunnan tai avustajan kanssa etsitään virret.

Messun kulku

Alkusiunaus

Isän, Pojan (+) ja Pyhän Hengen nimeen. (laulaen tai lausuen)

Johdanto

Tervetuloa pääsiäishartauteen. Vietämme yhdessä tänään ehtoollista.
Kiirastorstaina Jeesus asetti ehtoollisen.
Pitkäperjantaina, surun päivänä, Jeesus kuoli ristillä.
Pääsiäispäivän, riemullisen ilon päivän, aamuna Jeesus nousi kuolleista.

Virsi

Laulamme pääsiäisvirren 77 Käy yrttitarhasta polku.

Synnintunnustus

Laitamme kädet ristiin ja tunnustamme syntimme:
Herra, sinä olet laupias, muista minua.
Älä muista syntejäni,
äläkä pahoja tekojani!
Sinä, joka olet uskollinen ja hyvä,
älä unohda minua!
Aamen

Synninpäästö

Jeesus on sanonut: ”Jolle te annatte synnit anteeksi, hänelle ne ovat anteeksi annetut.” Jeesuksen palvelijana julistan sinulle synnit anteeksi: Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. Aamen

Virsi

Laulamme pitkäperjantain virren 78 Vieraalla maalla kaukana.

Raamatunluku

Nyt kuuntelemme pääsiäisen ilosanoman, evankeliumin (Selkoraamattu s. 257):
Maria, Salome ja Maria Magdaleena olivat Jeesuksen ystäviä. Pyhäpäivän jälkeen he lähtivät aikaisin aamulla Jeesuksen haudalle.
Kun naiset saapuivat haudalle, he hämmästyivät. Hautaa vartioineet sotilaat olivat paenneet. Kivi oli haudan suulta poissa.
Naiset kurkistivat hautaan. Jeesuksen ruumis ei ollut enää siellä!
Sisällä haudassa istui enkeli. – Älkää pelätkö, enkeli sanoi.
– Te etsitte Jeesusta. Ei hän ole enää täällä. Jeesus on noussut kuolleista! Muistattekko, mitä Jeesus lupasi: ”Kolmantena päivänä minä nousen ylös kuolleista.”
Enkeli puhui ja rauhoitti naisia.
Lopuksi enkeli kehotti naisia: – Menkää kertomaan Jeesuksen oppilaille, että Jeesus elää!
Naiset juoksivat opetuslasten luo. He kertoivat kaiken, mitä enkeli oli puhunut.

Pietari lähti juosten haudalle. Hän kurkisti sisään hautaan ja näki siellä ainoastaan käärinliinat. Pietari palasi muiden luo ja ihmetteli mielessään sitä, mikä oli tapahtunut.

(Puhe)

Virsi

Laulamme pääsiäisvirren 84 Nyt se suuri päivä koitti tai 104 Pilvimuurista valo välähtää.

Uskontunnustus (apostolinen)

Liitymme pääsiäisen ilosanomaan tunnustamalla yhteisen uskomme. Uskontunnustuksen aikana voidaan istua.

Minä uskon Jumalaan,
Isään, Kaikkivaltiaaseen,
taivaan ja maan Luojaan,
ja Jeesukseen Kristukseen,
Jumalan ainoaan Poikaan,
meidän Herraamme,
joka sikisi Pyhästä Hengestä,
syntyi neitsyt Mariasta,
kärsi Pontius Pilatuksen aikana,
ristiinnaulittiin, kuoli ja haudattiin,
astui alas tuonelaan,
nousi kolmantena päivänä kuolleista,
astui ylös taivasiin,
istuu Jumalan, Isän, Kaikkivaltiaan,
oikealla puolella
ja on sieltä tuleva tuomitsemaan
eläviä ja kuolleita,

ja Pyhään Henkeen,
pyhän yhteisen seurakunnan,
pyhain yhteyden,
syntien anteeksiantamisen,
ruumiin ylösnousemisen
ja iankaikkisen elämän.

Ehtoollinen

Ehtoollisessa on hyvä huomioda seurakuntalaisten fyysinen kunto ja kognitiivinen taso. Seurakuntalaisille on hyvä kertoa, että hän voi istua paikallaan ja ehtoollinen tuodaan hänelle.

Rukous ja asetussanat

Jos käytetään intinktiomallia, kerrotaan seurakuntalaisille selkeästi, miten ehtoollisen jakaminen tapahtuu.

Minä jaan teille ehtoollisen siten, että kastan leivän (samalla näyttäen) viiniin ja annan sen teille suuhun tai käteen.

”Kristuksen ruumis ja veri sinun puolestasi annettu ja vuodatettu.”

Jos seurakuntalainen ei voi niellä, voit koskettaa viiniin kastetulla ehtoollisleivällä hänen huuliaan ja sanoa:

”Kristuksen ruumis sinun puolestasi annettu. Kristuksen veri sinun puolestasi vuodatettu.”

Joskus myös ehtoollisleivän pala voi olla viinin seassa ja silloin myös sanat: ”Kristuksen ruumis ja veri sinun puolestasi annettu ja vuodatettu.”

Jos seurakuntalainen ei voi niellä, voit koskettaa ehtoollisleivällä ja viinillä hänen huuliaan ja sanoa:

”Kristuksen ruumis sinun puolestasi annettu, Kristuksen veri sinun puolestasi vuodatettu.”

Me olemme ottaneet vastaan Herran Jeesuksen Kristuksen. Hän varjelo meidät iankaikkiseen elämään.

Tämän jälkeen asetussanat niin, että kuulijat näkevät ”otti leivän...”, samoin” hän otti maljan...”

Herramme Jeesus Kristus,
sinä yönä, jona hänet kavallettiin,
otti leivän, siunasi, mursi
ja antoi sen opetuslapsilleen sanoen:
Ottakaa ja syökää,
tämä on minun ruumiini,
joka annetaan teidän puolestanne.
Tehkää se minun muistokseni.

Samoin hän otti maljan,
kiitti ja sanoi:
Ottakaa ja juokaa tästä, te kaikki.

Tämä malja on uusi liitto minun veressäni,
joka vuodatetaan teidän puolestanne
syntien anteeksiantamiseksi.
Niin usein kuin te siitä juotte,
tehkää se minun muistokseni.

Armollinen Jumala,
me tahdomme täyttää tämän käskyn ja viettää
pyhää ehtoollista Jeesuksen muistoksi,
Lähetä Pyhä Henkesi siunaamaan nämä lahjat
ja meidät.

Isä meidän Rukoilemme yhdessä:

Isä meidän, joka olet taivaassa.
Pyhitetty olkoon sinun nimesi.
Tulkoon sinun valtakuntasi.
Tapahtukoon sinun tahtosi,
myös maan päällä niin kuin taivaassa.
Anna meille tänä päivänä
meidän jokapäiväinen leipämme.
Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,
niin kuin mekin anteeksi annamme niille,
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.
Äläkä saata meitä kiusaukseen,
vaan päästä meidät pahasta.
Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.
Aamen.

Jumalan Karitsa

(voidaan käyttää vanhaa sävelmää ja tekstiä vuodelta 1968)

Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä
Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä
Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin,
anna meille rauhasi ja siunauksesi.

Ehtoollisen vietto

Ehtoollisen aikana voidaan laulaa/kuunnella tuttuja ehtoollisvirsiä tai muuta musiikkia.

Kiitosrukous

Rukoilkaamme:

Taivaallinen Isä, me kiitämme sinua ehtoollisen lahjasta.

Liitä meidät rakkaudessa toinen toiseemme

ja säilytä meissä ikuisen elämän toivo.

Kuule rukouksemme Poikasi Jeesuksen Kristuksen tähden.

Aamen

Herran siunaus

Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä

Herra kirkastakoon kasvonsa teille

ja olkoon teille armollinen.

Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja

antakoon teille rauhan.

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen (+)

Aamen

Virsi Laulamme virren 332 Herraa hyvää kiittää

Pääsiäisen rukoushetki

Valmistautuminen

Ole yhteydessä henkilökuntaan etukäteen ja paikan päällä.
Henkilökunnan läsnäolo saattaa rauhoittaa muistisairasta.

Tila

Kirkossa seurakunta kootaan etuosaan, josta näkee ja kuulee hyvin. Kerrotaan, mihin tilanteeseen kirkkoväki on saapunut.

Muissa tiloissa olisi huomioitava, että tila olisi rauhallinen, valoisa, ei liian iso. Tila kaunistetaan, jos mahdollista.

Tilassa ei saisi olla ylimääräistä liikettä eikä muita häiritseviä tekijöitä.

Alttarin rakentaminen paikan päällä: kynttilät, liturginen väri, risti. Mahdollisesti pääsiäiseen liittyen narsisseja ja pajunkissoja.

Ääni: kirkossa käytetään äänenvahvistinta, muualla katsotaan, että kaikki kuulevat. Äänellinen valmistautuminen esim. hiljainen musiikki alttaria rakennettaessa.

Kohtaaminen

Tervehdi jokainen hartauteen osallistuva henkilökohtaisesti. Ojenna kätesi, katso silmiin ja sano nimesi ja kuuluvalla, selkeällä äänellä. Kuuntele vastaus tervehdykseen, mutta älä tivaa toisen ihmisen nimeä, jos hän ei kykene tai halua sitä sanoa. Puheen rytmi: ei puhuta liian nopeasti, selkeä ääntäminen, toistaminen.

Kohtaa hänet aikuisena ihmisenä.

Uskalla itse olla aito ja tavallinen ihminen.

Viesti kiireettömyyttä ja häneen ihmisenä keskittymistä.

Kosketus.

Virsikirjat

Kaikille voidaan tarjota virsikirjaa käteen. Yhdessä henkilökunnan/vapaaehtoisen tai omaisen kanssa etsitään virret.

Rukoushetken kulku

Alkusiunaus:

Isän, Pojan (+) ja Pyhän Hengen nimeen (laulaen tai lausuen)

Johdanto

Tervetuloa pääsiäisen rukoushetkeen.

Palmusunnuntaina Jeesus otettiin vastaan riemuiten – Hoosianna.

Pitkäperjantaina, surun päivänä, Jeesus kuoli ristillä.

Pääsiäispäivän, riemullisena ilon päivänä, aamuna Jeesus nousi kuolleista.

Virsi

Laulamme palmusunnuntain virren 15 Tiellä ken vaeltaa 15 tai muu palmusunnuntain virsi.

Raamatunlukua

– katkelma palmusunnuntain tekstistä (Selkoraamattu s. 234)

Kun Jeesus ratsasti kaupunkiin, ihmiset alkoivat huutaa. – Hoosianna, hoosianna, Daavidin poika! Siunattu olkoon hän, joka tulee Herran nimessä! Hoosianna korkeuksissa! Auta meitä, Jeesus, Jumalan poika, kansa riemuitsi. He heittelivät tielle vaatteita ja palmunlehviä, joita katkoivat läheisistä puista.

Virsi

Laulamme virren 77 Käy yrttitarhasta polku

Raamatunlukua

– katkelma pitkäperjantain evankeliumista (Selkoraamattu s. 251–253).

Kaupungin ulkopuolella oli kukkula, jonka nimi oli Golgata. Siellä sotilaat nauhlasivat Jeesuksen kiinni ristiin. Ylipapit ja muut ihmiset pilkkasivat Jeesusta: – Pelasta nyt itsesi, jos kerran olet Jumalan Poika. Tule alas ristiltä niin uskomme sinua! - - - Jeesus rukoili myös surmaajiensa puolesta. – Isä, anna heille anteeksi. he eivät tiedä, mitä tekevät. Yllättäen tuli pimeää. Silloin Jeesus huusi: – Se on täytetty. Isä, sinun käsiisi minä annan henkeni!

Virsi

Laulamme pitkäperjantain virren 78 Vieraalla maalla kaukana.

Jos kanttori on paikalla, hän voi soittaa pääsiäistroparin teemaa (virsi 90) tai Lensi maahan enkeli -virren (88) teemaa suoraan virren 78 jälkeen. Tunnelman muutos – elämys.

Raamatunlukua

Nyt kuuntelemme pääsiäisen ilosanoman, evankeliumin (Selkoraamattu s. 257): Maria, Salome ja Maria Magdaleena olivat Jeesuksen ystäviä. Pyhäpäivän jälkeen he lähtivät aikaisin aamulla Jeesuksen haudalle.

Kun naiset saapuivat haudalle, he hämmästyivät. Hautaa vartioineet sotilaat olivat paenneet. Kivi oli haudan suulta poissa.

Naiset kurkistivat hautaan. Jeesuksen ruumis ei ollut enää siellä!

Sisällä haudassa istui enkeli. – Älkää pelätkö, enkeli sanoi.

- Te etsitte Jeesusta. Ei hän ole enää täällä. Jeesus on noussut kuolleista! Muistatteko, mitä Jeesus lupasi: ”Kolmantena päivänä minä nousen ylös kuolleista.” Enkeli puhui ja rauhoitti naisia.

Lopuksi enkeli kehotti naisia: – Menkää kertomaan Jeesuksen oppilaille, että Jeesus elää!

Naiset juoksivat opetuslasten luo. He kertoivat kaiken, mitä enkeli oli puhunut. Pietari lähti juosten haudalle. Hän kurkisti sisään hautaan ja näki siellä ainoastaan käärinliinat. Pietari palasi muiden luo ja ihmetteli mielessään sitä, mikä oli tapahtunut.

(Puhe)

Virsi

Laulamme pääsiäisen virren 104 Pilvimuurista valo välähtää

Isä meidän

Rukoilemme yhdessä: (joskus voi olla tarpeen sanoa: voit rukoilla yhdessä yhteen ääneen tai hiljaa sydämessäsi):

Isä meidän, joka olet taivaissa.

Pyhitetty olkoon sinun nimesi.

Tulkoon sinun valtakuntasi.

Tapahtukoon sinun tahtosi,
myös maan päällä niin kuin taivaassa.

Anna meille tänä päivänä
meidän jokapäiväinen leipämme.

Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,
niin kuin mekin anteeksi annamme niille,
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.

Äläkä saata meitä kiusaukseen,

vaan päästä meidät pahasta.

Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.

Aamen.

Siunaus

Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä

Herra kirkastakoon kasvonsa teille

ja olkoon teille armollinen.

Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja
antakoon teille rauhan.

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen.

Aamen

Virsi

Laulamme virren 332 Herraa hyvää kiittäkää.



Kirkon kuvapankki / Sanna Krook

Helluntain messu

Valmistelut ja toteutus

Tilanteet ja asukkaiden kunto vaihtelevat ja siksi tilaisuuden pituus voi hyvin vaihdella.

Toivota jokainen henkilökohtaisesti tervetulleeksi. Katseellasi, kosketuksellasi ja levollisella läsnäolollasi (sanattomalla viestinnällä) on suuri merkitys messussa. Kerro, mihin tilanteeseen kuulijat ovat saapuneet. Kuvaile, mitä alttarilla/pöydällä näkyy (mahdollisesti risti, led-kynttilä, kuivakukkia ja pöydän vieressä jalallinen tuuletin). Toisto ei haittaa mitään – päinvastoin.

Musiikki on tärkeää. Yhdessä katseleminen ja mahdollisesti myös esineiden koskettaminen ja haisteleminen (alttarikukat) auttavat aistimaan Pyhän kokemista.

Siunaus ja johdanto

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen (Ristinmerkin tekeminen).

Helluntaina Pyhä Henki tuli opetuslasten päälle näkyvällä tavalla.

Pyhää Henki on meidän keskellämme tänään, voimme tuntea sen.

Se on kuin keväinen tuulen henkäys tai valo pimeässä,
rauhan ja ilon Henki.

Virsi

Laulamme virren 119 ja siitä säkeistöt yksi, kaksi, kolme ja neljä, virsi 119 Henki armon tuoja (toisto tai viittaus virsitauluun, jos sellainen on käytössä)

(etsimme rauhassa yhdessä hoitohenkilökunnan kanssa virren niiden ihmisten kanssa, joiden on vaikea löytää virttä kirjasta)

Rippi

(Laitamme kädet ristiin ja) tunnustamme syntimme:

Herra, sinä olet laupias, muista minua.

Älä muista syntejäni,

älä pahoja tekojani!

Sinä, joka olet uskollinen ja hyvä,

älä unohda minua!

– pieni tauko

Jeesus on sanonut: ”Jolle te annatte synnit anteeksi, hänelle ne ovat anteeksi annetut.” Jeesuksen palvelijana julistan sinulle synnit anteeksi: Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. Aamen

Rukous

Tule, Pyhä Henki,
ja lähetä taivaallisen valosi säteily.
Tule, köyhien Isä.
Tule, lahjojen antaja.
Tule, sydänten valo,
sinä paras lohduttaja,
sielun suloinen vieras ja lämpö.
Työssä sinä olet lepo,
helteessä vilvoitus,
murheessa lohdutus.
Oi ihmeellinen valo,
täytä uskollistesi sydämen syvyydet.
Ilman sinua, Henki,
ei mikään ole ihmisessä puhdasta.
Pese se mikä on likaista,
kastele se mikä on kuivaa,
paranna se mikä on haavoittunut.
Murra se mikä on kovaa,
lämmitä se mikä on kylmää.
Etsi kaikki eksyneet.
Anna uskoville, sinuun luottaville,
pyhät lahjasi.
Anna uskon vahvistus,
anna autuas loppu,
anna ikuinen ilo.

Raamatunluku

Apt. 2:1-4

”Kun sitten koitti helluntaipäivä, he olivat kaikki yhdessä koolla. Yhtäkkiä kuului taivaalta kohahdus, kuin olisi käynyt raju tuulenpuuska, ja se täytti koko talon, jossa he olivat. He näkivät tulenlieskoja, kuin kieliä, jotka jakautuivat ja laskeutuivat itse kunkin päälle. He tulivat täyteen Pyhää Henkeä ja alkoivat puhua eri kielillä sitä, mitä Henki antoi heille puhuttavaksi.”

Puhe

Pyhän hengen symbolit.

Puheessa voidaan viitata alttaripöydällä olevaan ristiin (Pyhä Henki kirkastaa Kristusta), papin punaiseen stoolaan, mahdollisesti alttaripöydällä olevaan ja kädestä käteen kulkevaan keraamiseen lintuun, kynttilän liekkiin (led-kynttilä) ...

Pyhää Henkeä voidaan havainnollistaa myös jalallisella tuulettimella, jota voidaan liikuttaa tilassa, lempeä henkäys (I-asento), voimakas tuuli (III-asento tuulettimessa).

Virsi

Laulamme virrestä 117 säkeistöt ensimmäisestä neljänteen, Pyhä Henki, lohduttaja...

Uskontunnustus

Liitymme helluntain ilosanomaan tunnustamalla yhteisen kristillisen uskomme:

Minä uskon Jumalaan,
Isään, Kaikkivaltiaaseen,
taivaan ja maan Luojaan,

ja Jeesukseen Kristukseen,
Jumalan ainoaan Poikaan,
meidän Herraamme,
joka sikisi Pyhästä Hengestä,
syntyi neitsyt Mariasta,
kärsi Pontius Pilatuksen aikana,
ristiinnaulittiin, kuoli ja haudattiin,
astui alas tuonelaan,
nousi kolmantena päivänä kuolleista,
astui ylös taivasiin,
istuu Jumalan, Isän, Kaikkivaltiaan,
oikealla puolella
ja on sieltä tuleva tuomitsemaan
eläviä ja kuolleita,

ja Pyhään Henkeen,
pyhän yhteisen seurakunnan,
pyhään yhteyden,
syntien anteeksiantamisen,
ruumiin ylösnousemisen
ja iankaikkisen elämän.

Rukous ja asetussanat

Rukoilkaamme: Jumala, lähetä Pyhä Henkesi siunaamaan nämä lahjat ja vahvistamaan meitä. Kiitos, että olet kanssamme aina. Aamen.

Herramme Jeesus Kristus,
sinä yönä, jona hänet kavallettiin,
otti leivän, siunasi, mursi
ja antoi sen opetuslapsilleen sanoen:
Ottakaa ja syökää,
tämä on minun ruumiini,
joka annetaan teidän puolestanne.
Tehkää se minun muistokseni.

Samoin hän otti maljan,
kiitti ja sanoi:
Ottakaa ja juokaa tästä, te kaikki.
Tämä malja on uusi liitto minun veressäni,
joka vuodatetaan teidän puolestanne
syntien anteeksiantamiseksi.
Niin usein kuin te siitä juotte,
tehkää se minun muistokseni.

Armollinen Jumala,
me tahdomme täyttää tämän käskyn ja viettää
pyhää ehtoollista Jeesuksen muistoksi,
Lähetä Pyhä Henkesi siunaamaan nämä lahjat
ja meidät.

Isä meidän

Rukoilemme yhdessä:
Isä meidän, joka olet taivaissa.
Pyhitetty olkoon sinun nimesi.
Tulkoon sinun valtakuntasi.
Tapahtukoon sinun tahtosi,
myös maan päällä niin kuin taivaassa.
Anna meille tänä päivänä meidän jokapäiväinen leipämme.
Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,
niin kuin mekin anteeksi annamme niille,
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.
Äläkä saata meitä kiusaukseen,
vaan päästä meidät pahasta.
Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti. Aamen.

Jumalan Karitsa

(voidaan käyttää vanhaa sävelmää ja tekstiä vuodelta 1968)

Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä
Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä
Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin,
anna meille rauhasi ja siunauksesi

Ehtoollisen jakaminen

Jos käytetään intinktiomaljaa, kerrotaan seurakuntalaisille selkeästi, miten ehtoollisen jakaminen tapahtuu.

Minä jaan teille ehtoollisen siten, että kastan leivän (samalla näyttäen) viiniin ja annan sen teille suuhun tai käteen.

”Kristuksen ruumis ja veri sinun puolestasi annettu ja vuodatettu.”

Jos seurakuntalainen ei voi niellä, voit koskettaa viiniin kastetulla ehtoollisleivällä hänen huuliaan ja sanoa: ”Kristuksen ruumis sinun puolestasi annettu. Kristuksen veri sinun puolestasi vuodatettu.”

Me olemme ottaneet vastaan Herran Jeesuksen Kristuksen. Hän varjeltiin meidät iankaikkiseen elämään.

Rukoilkaamme

Jumalamme ja Isämme.

Kiitos Pyhästä ehtoollisesta.

Pysy luonamme elämässä ja kuolemassa.

Kuule meitä Poikasi Jeesuksen Kristuksen nimessä.

Virsi

Laulamme virren 484 Totuuden henki

Siunaus ja lähettäminen

Herra siunatkoon teitä ja varjeltiin teitä.

Herra kirkastakoon kasvonsa teille

ja olkoon teille armollinen.

Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne

ja antakoon teille rauhan.

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. Aamen.

Jeesus sanoo: Minä jätän teille rauhan.

Lähtekää rauhassa ja palvelkaa Herraa iloiten!

Helluntain rukoushetki

Valmistelut

Tilanteet ja asukkaiden kunto vaihtelevat ja siksi tilaisuuden pituus voi hyvin vaihdella.

Toivota jokainen henkilökohtaisesti tervetulleeksi. Katseellasi, kosketuksellasi ja levollisella läsnäolollasi (sanattomalla viestinnällä) on suuri merkitys rukoushetkessä. Kerro, mihin tilanteeseen ihmiset ovat saapuneet. Kuvaile, mitä alttarilla/pöydällä näkyy (mahdollisesti risti, led-kynttilä, kuivakukkia ja pöydän vieressä jalallinen tuuletin). Toisto ei haittaa mitään – päinvastoin.

Musiikki on tärkeää.

Virsi

Laulamme aluksi virren 484, Totuuden henki

Siunaus ja johdanto

Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. (jos kanttori paikalla, hän laulaa: aamen) Hyvät ystävät, ensimmäisenä helluntaina Pyhä Henki tuli opetuslasten keskelle näkyvällä tavalla tuulenpuuskassa ja tulenlieskoissa. Pyhä Henki on tänään myös meidän keskellämme, ystävän hymyssä, toisen ihmisen kosketuksessa ja rohkaisevissa sanoissa.

Rukoilkaamme:

Tule, Pyhä Henki,
ja lähetä taivaallisen valosi säteily.
Tule, köyhien Isä.
Tule, lahjojen antaja.
Tule, sydänten valo,
sinä paras lohduttaja,
sielun suloinen vieras ja lämpö.
Työssä sinä olet lepo,
helteessä vilvoitus,
murheessa lohdutus.
Oi ihmeellinen valo,
täytä uskollistesi sydämen syvyydet.
Ilman sinua, Henki,
ei mikään ole ihmisessä puhdasta.
Pese se mikä on likaista,
kastele se mikä on kuivaa,
paranna se mikä on haavoittunut.
Murra se mikä on kovaa,

lämmitä se mikä on kylmää.
Etsi kaikki eksyneet.
Anna uskoville, sinuun luottaville,
pyhät lahjasi.
Anna uskon vahvistus,
anna autuas loppu,
anna ikuinen ilo.

Kuulkaamme Jumalan sanaa:

Apt. 2: 1–4 ”Kun sitten koitti helluntaipäivä, he olivat kaikki yhdessä koolla. Yhtäkkiä kuului taivaalta kohahdus, kuin olisi käynyt raju tuulenpuuska, ja se täytti koko talon, jossa he olivat. He näkivät tulenlieskoja, kuin kieliä, jotka jakautuivat ja laskeutuivat itse kunkin päälle. He tulivat täyteen Pyhää Henkeä ja alkoivat puhua eri kielillä sitä, mitä Henki antoi heille puhuttavaksi.”

Laulamme virrestä 117 ensimmäisen ja toisen säkeistön, Pyhä Henki lohduttaja

Puhe

Aihioita toimituskirjan mallin mukaan. Puheessa tärkeää vuorovaikutteisuus, Iskä, miltä Pyhä Henki näyttää, mikä se on? pieni lapsi kyseli isältään. Isä tuumaili hetken jos toisenkin.

- Niin henkeä on vaikea nähdä, mutta sen voi tuntea.

Tulepa tänne, katso ja kosketa, tätä ristiä. Mutta eikö risti kerro Jeesuksesta. Aivan, mutta Pyhän Hengen tehtävänä on kertoa Jeesuksesta. Jeesus sanoi opetuslapsilleen, että Pyhä Henki muistuttaa ja opettaa minusta.

Täällä pöydällä meillä on kynttilä, tällainen led-kynttilä, sekin kertoo Pyhästä Hengestä. Kun on pimeää, pieni liekki valaisee huoneen ja tuo lämpöä ympärilleen. Pyhä Henki vaikuttaa sinussa ja minussa. Pienessä hymyssä ja ystävällisessä sanassa on Pyhän Hengen vaikutus.

Täällä on vielä tällainen tuuletin. Kun huone on lämmin, tällainen tuuletin tuo pienen virvoittavan tuulen henkäyksen meille. Jos huone on kuuma, voimme lisätä tehoa ja huoneeseemme tulee tuulenpuuska. Pyhä Henki toimii joskus kuin pieni virvoittava tuulenhenkäys, joskus se voi olla kuin kaiken muuttava tuulenpuuska. Tänäänkin Pyhä Henki toimii monella tavalla, joskus yön hiljaisuudessa ja rukouksessa. Joskus Pyhä Henki vaikuttaa toisen ihmisen kautta, kun hän kuulee sinua ja minua, on läsnä. Pyhä Henki vaikuttaa pienissä kauniissa sanoissa ja teoissa, arjen keskellä. Pyhä Henki on Jumalan rakkauden ja rauhan henki. Pyhässä Hengessä Jeesus on keskeisimmämme.

Laulamme virrestä 117 kolmannen ja neljännen säkeistön

Rukoilemme:

Taivaallinen Isä, kiitos elämän lahjasta,
kiitos kaikista ihmisistä, jotka auttavat ja ovat meitä lähellä.
Jeesus Kristus, kiitos, että sinä sairauden ja kipujen tuttava,
olet kulkenut ristin tien Golgatalle, kiitos anteeksiantamuksestasi,
kiitos, että ylösnousemuksellasi olet avannut meille tien taivaaseen.
Pyhä Henki, totuuden ja armon henki, me kiitämme sinua, että sinä seurakun-
nassasi
kirkastat meille Kristusta, avaat meille uskon, toivon ja rakkauden näköalat.
Siunaa meitä kaikkia, nuoria ja vanhoja, terveitä ja sairaita.

Kuule meitä kun rukoilemme yhdessä:

(joskus voi olla tarpeen sanoa: voit rukoilla yhdessä yhteen ääneen tai hiljaa sydämessäsi):

Isä meidän, joka olet taivaissa.
Pyhitetty olkoon sinun nimesi.
Tulkoon sinun valtakuntasi.
Tapahtukoon sinun tahtosi,
myös maan päällä niin kuin taivaassa.
Anna meille tänä päivänä
meidän jokapäiväinen leipämme.
Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,
niin kuin mekin anteeksi annamme niille,
jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.
Äläkä saata meitä kiusaukseen,
vaan päästä meidät pahasta.
Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.
Aamen.

Siunaus

Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä
Herra kirkastakoon kasvonsa teille
ja olkoon teille armollinen.
Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja
antakoon teille rauhan.
Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen.
Aamen

Virsi 125, Kosketa minua henki

Pyhäinpäivän messu

Messun valmistelut

Tervehdi jokainen messuun osallistuva henkilökohtaisesti. Ojenna kätesi, sano nimesi ja ammattisi kuuluvalla, selkeällä äänellä. Kuuntele vastaus tervehdykseen, mutta älä tivaa toisen ihmisen nimeä, jos hän ei kykene tai halua sitä sanoa. Tarkista vielä, että kaikille on tarjottu virsikirja käteen ja että paikalla olevat omaiset ja henkilökuntaan kuuluvat istuvat lähellä muistisairaita ihmisiä. Jos messu on kirkossa, muistuta, että ehtoollinen jaetaan myös niille penkissä istuville, joiden on vaikea päästä alttarille.

Messun kulku:

Toivota kaikki tervetulleeksi sanomalla: Tervetuloa pyhäinpäivän messuun. Tänään muistamme niitä läheisiä, jotka ovat jo kuolleet, ja päässeet taivaaseen. Mekin olemme matkalla taivaaseen.

Laulamme virren 146: 1. ja 2. säkeistön "Rauhan saivat pyhät Herran, jotka kerran".

Siunaus

Laula tai lausu: Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen.
Jos kanttori on paikalla, hän laulaa: aamen.

Rippi

Laitamme kädet ristiin ja tunnustamme syntimme. Jumala sinun edessäsi tunnustan, että olen tehnyt syntiä. Anna kaikki syntini anteeksi Jeesuksen Kristuksen tähden.
Jeesus sanoo: Ystäväni, ole rohkealla mielellä, sinun syntisi annetaan anteeksi. Aamen.

Evankeliumi

Kuulkaamme pyhäinpäivän evankeliumia Matteuksen evankeliumin viidennestä luvusta.

Nähdessään kansanjoukot Jeesus nousi vuorelle. Hän istuutui, ja opetuslapset tulivat hänen luokseen. Silloin hän alkoi puhua ja opetti heitä näin:

”Autuaita ovat hengessään köyhät,
sillä heidän on taivasten valtakunta.

Autuaita murheelliset:
he saavat lohdutuksen.

Autuaita kärsivälliset:
he perivät maan.

Autuaita ne, joilla on vanhurskauden nälkä ja jano:

heidät ravitaan.
Autuaita ne, jotka toisia armahtavat:
heidät armahdetaan.
Autuaita puhdassydämiset:
he saavat nähdä Jumalan.
Autuaita rauhantekijät:
he saavat Jumalan lapsen nimen.
Autuaita ovat ne, joita vanhurskauden vuoksi vainotaan:
heidän on taivasten valtakunta.

Laulamme virrestä 146: 1. ja 2. säkeistön.

”Rauhan saivat pyhät Herran, jotka kerran taistelivat päällä maan.”

Rukous ja asetussanat

Rukoilkaamme. Jumala, lähetä Pyhä Henkesi siunaamaan nämä lahjat ja vahvistamaan meitä. Kuule rukouksemme Vapahtajamme, Jeesuksen Kristuksen tähden.
Aamen

Ota ehtoollisleipä käteesi, ja näytä se vuorotellen jokaiselle erikseen. Kysy: mikä leipä tämä on? Joku voi vastata: ehtoollisleipä, tai Kristuksen ruumis.
Sanomme kaikki yhteen ääneen: Kristuksen ruumis.

Herramme Jeesus Kristus, sinä yönä, jona hänet kavallettiin, otti leivän, siunasi (+), mursi ja antoi sen opetuslapsilleen sanoen:
Ottakaa ja syökää, tämä on minun ruumiini,
joka annetaan teidän puolestanne.
Tehkää se minun muistokseni.

Ota ehtoollismalja käteesi, näytä se jokaiselle osallistujalle erikseen ja kysy:
Mitä tässä maljassa on? Viiniä
Mitä tämä viini on? Kuuntele vastauksia.
Se on Kristuksen veri. Sanomme kaikki yhteen ääneen: Kristuksen veri.

Samoin hän otti maljan, kiitti (+) ja sanoi:
Ottakaa ja juokaa tästä, te kaikki.
Tämä malja on uusi liitto minun veressäni,
joka vuodatetaan teidän puolestanne
syntien anteeksiantamiseksi.
Niin usein kuin te siitä juotte,
tehkää se minun muistokseni.

Armollinen Jumala, me tahdomme täyttää tämän käskyn ja viettää pyhää ehtoollista Jeesuksen muistoksi, ja niin julistaa hänen kuolemaansa, kunnes hän tulee. Lähetä Pyhä Henkesi siunaamaan nämä lahjat ja meidät.

Laitamme kädet ristiin ja rukoilemme yhdessä.

Isä meidän, joka olet taivaissa.

Pyhitetty olkoon sinun nimesi.

Tulkoon sinun valtakuntasi.

Tapahtukoon sinun tahtosi,

myös maan päällä niin kuin taivaassa.

Anna meille tänä päivänä meidän jokapäiväinen leipämme.

Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,

niin kuin mekin anteeksi annamme niille,

jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.

Äläkä saata meitä kiusaukseen,

vaan päästä meidät pahasta.

Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.

Aamen.

Jumalan Karitsa

(voidaan käyttää vanhaa sävelmää ja tekstiä vuodelta 1968)

Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä

Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin, armahda meitä

Oi Jumalan Karitsa, joka pois otat maailman synnin,

anna meille rauhasi ja siunauksesi

Ehtoollisen jakaminen

Jaan teille ehtoollisen.

Näytä ehtoollisleipä ja sano: ”Kristuksen ruumis, sinun puolestasi annettu”, laita ehtoollisleipä, tai osa siitä, seurakuntalaisen käteen tai suuhun.

Näytä ehtoollismalja ja sano: ”Kristuksen veri, sinun puolestasi vuodatettu”, auta seurakuntalaista juomaan viini.

Voit myös kastaa ehtoollisleivän viiniin ja laittaa sen seurakuntalaisen suuhun ja sanoa:

”Kristuksen ruumis ja veri, sinun puolestasi annettu ja vuodatettu.”

Jos seurakuntalainen ei voi niellä, voit koskettaa ehtoollisleivällä ja viinillä hänen huuliaan ja sanoa:

”Kristuksen ruumis sinun puolestasi annettu,

Kristuksen veri sinun puolestasi vuodatettu.”

Sano rauhallisella, kuuluvalla äänellä: Me olemme ottaneet vastaan Herran Jeesuksen Kristuksen.

Hän varjeltakoon meidät iankaikkiseen elämään.

Rukoilkaamme

Taivaallinen Isä, me kiitämme sinua ehtoollisen lahjasta.

Liitä meidät rakkaudessa toinen toiseemme

ja säilytä meissä ikuisen elämän toivo.

Kuule rukouksemme Poikasi Jeesuksen Kristuksen tähden.

Aamen

Laulamme virrestä 146: 1. ja 2. säkeistön.

Siunaaminen

Jos seurakuntalaisia on vain vähän, siunaa jokainen henkilökohtaisesti. Kysy: Saanko siunata teidät?

Jos vastaus on myönteinen, laske kätesi kevyesti seurakuntalaisen pään päälle ja sano: ”Siunatkoon sinua kaikkivaltias, armollinen Jumala.”

Tee ristinmerkki seurakuntalaisen otsaan ja sano: ”Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen.” Laske kätesi hänen olkapäälleen ja sano: ”Aamen.”

Jos seurakuntalaisia on paljon, voit pyytää sekä omaisia että henkilökuntaa toimimaan yhdessä kanssasi, niin, että he asettavat kätensä muistisairaanhoidon ihmisen pään päälle ja siunaavat sekä tekevät ristinmerkin.

Siunaamisen jälkeen sano: ”Lähtekää rauhassa ja palvelkaa Herraa iloiten.”

Pyhäinpäivän rukoushetki

Valmistelut

Tilanteet ja asukkaiden kunto vaihtelevat, ja siksi tilaisuuden pituus voi hyvin vaihdella.

Toivota kaikki tervetulleeksi tervehtimällä jokaista kädestä, esittele itsesi, älä tiivaa muistisairaahan ihmisen nimeä, jos hän ei sitä sano. Kerro, mihin tilanteeseen kirkkoväki on saapunut. Kuvaille, mitä alttarilla/pöydällä näkyy. Samalla kun kokoat alttaripöytää, voit antaa pienen ristin tai enkelin käteen levottomalle tai jatkuvasti vaatteitaan näpläävälle. Myös näkövammaiselle muistisairaalle ihmiselle pyhien esineiden tunnustelu voi olla merkittävä osa rukoushetkeä. Toisto ei haittaa mitään – päinvastoin. Musiikki on tärkeää. Toteutus voi olla monenlainen.

Rukoushetken kulku

Aloitamme rukoushetken virrellä ”Rauhan saivat pyhät Herran”, numero 146 : 1, 2

Alkusiunaus

Laula tai lausu:

Isän ja (+) Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. (jos kanttori paikalla, hän laulaa: aamen)

Johdantosanat

Rakkaat ystävät, tänään muistamme heitä, jotka ovat päässeet perille taivaan kotiin. Mummoa ja vaaria, isää ja äitiä. Rakkaita ystäviä, jotka Jumala on kutsunut tästä elämästä. Tänään kiitämme Jeesusta Kristusta, joka on meidän kanssamme elämässä ja kuolemassa, ja joka on avannut tien taivaaseen.

Laulamme yhdessä virrestä ”Rauhan saivat pyhät Herran” numero 146: 3, 4

Kuulkaa psalmia 89

Onnellinen se kansa, joka riemuiten ylistää sinua, Herra!

Se kansa saa vaeltaa sinun kasvojesi valossa.

Alati sinä olet ilomme lähde,

sinä olet uskollinen, sinä annat meille menestyksen.

Sinä olet meidän voimamme ja ylpeytemme,

sinun hyvytesi rohkaisee meitä Ps.89 15–17

Rukoilkaamme.

Elävien ja kuolleiden Jumala,
rakas taivaallinen Isä.
Ole lähellä kaikkia,
jotka surevat.
Lohduta meitä
ja auta meitä ottamaan jokainen päivä
sinun kädestäsi.
Ole kanssamme, kun aikamme päättyy
ja sydämemme lyö viimeisen lyöntinsä.
Kiitos ylösnousemuksen ja
jälleennäkemisen ihanasta toivosta.
Sinun olkoon ylistys ja kunnia
nyt ja iankaikkisesti. Aamen

Kuulkaa pyhää evankeliumia

Matt. 5: 1–12

Nähdessään kansanjoukot Jeesus nousi vuorelle. Hän istuutui, ja opetuslapset tulivat hänen luokseen. Silloin hän alkoi puhua ja opetti heitä näin:

”Autuaita ovat hengessään köyhät,
sillä heidän on taivasten valtakunta.
Autuaita murheelliset:
he saavat lohdutuksen.
Autuaita kärsivälliset:
he perivät maan.
Autuaita ne, joilla on vanhurskauden nälkä ja jano:
heidät ravitaan.
Autuaita ne, jotka toisia armahtavat:
heidät armahdetaan.
Autuaita puhdassydämiset:
he saavat nähdä Jumalan.
Autuaita rauhantekijät:
he saavat Jumalan lapsen nimen.
Autuaita ovat ne, joita vanhurskauden vuoksi vainotaan:
heidän on taivasten valtakunta.
Autuaita olette te, kun teitä minun tähteni herjataan ja vainotaan ja kun teistä valheellisesti puhutaan kaikkea pahaa. Iloitkaa ja riemuitkaa, sillä palkka, jonka te taivaissa saatte, on suuri. Niinhän vainottiin profeettojakin, jotka elivät ennen teitä.”

Laulamme virrestä "Oi Herra jos mä matkamies maan" numero 631: 1-3 (a)

Puhe

Minun isäni on kuollut. Hän on päässyt taivaaseen. Isäni oli kastettu Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen. Silloin hänet otettiin seurakunnan yhteyteen.

Hän sai elää seurakunnan jäsenenä kuolemaansa saakka. Jumala johdatti hänet taivaaseen.

Isäni nimi oli ...

Mikä oli sinun isäsi nimi? Odota vastauksia.

Isäni teki työkseen...

Mitä sinun isäsi teki työkseen? Odota vastauksia.

Isäni kuolema oli minulle raskas tapahtuma. Muistan hautajaiset. Hautajaiset pidettiin kesällä. Silloin oli aurinkoista. Hautajaisissa puhuttiin taivaasta, ja elämästä Jumalan luona.

Siellä puhuttiin ylösnousemuksesta ja rakkaiden ihmisten jälleennäkemisen ihanaasta toivosta.

Taivas on koti. Sinne mekin olemme matkalla Vapahtajamme Jeesuksen Kristuksen ansiosta.

Sytytän kynttilän kaikkien pyhien ihmisten muistoksi.

Laulamme virrestä "Oi Herra, jos mä matkamies maan" numero 631, säkeistöt 4, 5 ja 6(b).

Me saamme kaikki luottaa Jumalaan. Jumalan hyvyys ja ihmisrakkaus ovat tulleet ilmi Jeesuksessa Kristuksessa. Turvallisin mielin saamme jättää elämämme huolienneen ja murheineen Jumalan käsiin, ja rukoilla.

Esirukous

Rakas Jumala. Sinä kuulet rukouksemme. Kiitämme sinua tästä päivästä. Kiitämme sinua Jeesuksen Kristuksen kärsimisestä, kuolemasta ja ylösnousemuksesta. Kiitämme sinua kaikista ihmisistä, jotka ovat auttaneet meitä. Kiitämme sinua siitä, että kaikki, jotka turvautuvat Jeesukseen Kristukseen saavat kerran nähdä toisensa taivaan kodissa.

Kuule meitä kun rukoilemme yhdessä.

Isä meidän, joka olet taivaissa.

Pyhitetty olkoon sinun nimesi.

Tulkoon sinun valtakuntasi.

Tapahtukoon sinun tahtosi,

myös maan päällä niin kuin taivaassa.

Anna meille tänä päivänä

meidän jokapäiväinen leipämme.

Ja anna meille meidän syntimme anteeksi,

niin kuin mekin anteeksi annamme niille,

jotka ovat meitä vastaan rikkoneet.
Äläkä saata meitä kiusaukseen,
vaan päästä meidät pahasta.
Sillä sinun on valtakunta ja voima ja kunnia iankaikkisesti.
Aamen.

Siunaus

joko koko seurakunta yhdessä, kuuluvalla ja selkeällä äänellä:
Herra siunatkoon teitä ja varjelkoon teitä
Herra kirkastakoon kasvonsa teille
ja olkoon teille armollinen.
Herra kääntäköön kasvonsa teidän puoleenne ja
antakoon teille rauhan.
Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen.
Aamen

Voit myös siunata jokaisen rukoushetkeen osallistujan henkilökohtaisesti.
Kysy ensin: Saanko siunata teidät?
Saatuasi myöntävän vastauksen kosketa kevyesti hänen päätään ja lue joko Herran
siunaus tai apostolinen siunaus.
Tee ristinmerkki otsalle, aseta kätesi hänen olkapäälleen ja sano: Aamen, jää Ju-
malan rauhaan.

Laulamme virren "Herraa hyvää kiittää", numero 332

Lähtekää rauhassa ja palvelkaa Herraa iloiten.

5.3 Hyväksi koettuja käytännön välineitä

Raamatusta voi lukea tuttuja psalmeja ja evankeliumin kohtia. Esimerkiksi seuraavia kohtia voi lukea:

Joh. 3:16

Joh. 14:1–4

Ps. 23

Ps. 51

Ps. 71

Ps. 91

Ps. 103

Ps. 121

Musiikki

Kuunnelkaa ja laulakaa vanhoja tuttuja hengellisiä lauluja, pyhäkoululauluja sekä virsiä. Esimerkiksi seuraavia:

Virsi

338 Päivä vain ja hetki kerrallansa

341 Kiitos sulle, Jumalani

492 Ystävä sä lapsien

378 Kaitse, Jeesus, paimen hyvä

273 Jeesus, parhain ystäväni

548 Tule kanssani, Herra Jeesus

396 Käyn kohti sinua (Hengellisissä lauluissa ja virsissä Sua kohti, Herrani)

Adventti- ja jouluvirsissä on paljon tuttuja (1, 7, 21, 25, 30), samoin muissa kirkkovuoteen liittyvissä (63, 84, 99, 117, 142, 146). Ehtoollisvirsiä (225, 229, 299), kiitosvirsiä (324, 326, 332), aamu- 532, 540) ja iltavirsiä (552, 555, 563, 566) voi käyttää.

Lasten virsi

51 Maan korvessa

Muistisairaiden ihmisten kanssa voi laulaa yhdessä kansanlauluja, maakuntalauluja ja muita sellaisia lauluja, jotka ovat heille tuttuja. Nämä saattavat nostaa pintaan erilaisia muistoja ja muisteluksia, joita voi yhdessä jakaa. Esiin saattavat tulla monenlaiset lapsuus- tai nuoruusmuistot, perhe, entisajan työt jne.

Kun rukoilee yhdessä muistisairaana ihmisen kanssa, voi käyttää tuttuja perusrukouksia: Isä meidän tai Herran siunaus. Rukoukseksi sopivat myös paljon käytetyt iltarukoukset.

Linkkejä: www.muistiliitto.fi, www.sakasti.fi



Kirkon kuvapankki/Kimmo Huima.

6 JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

Suomessa arvioidaan olevan 100 000 lievää sekä 93 000 keskivaikeaa tai vaikeaa muistisairautta sairastavaa henkilöä. Nämä yhteenlaskettuna maassamme on siis 193 000 muistisairasta ihmistä. Etenevään muistisairauteen arvioidaan vuosittain sairastuvan 14 500 yli 64-vuotiaan suomalaisen. Kyseessä on koko ajan kasvava kansantauti. Vuonna 2060 Suomessa arvioidaan olevan jo 240 000 keskivaikeaa tai vaikeaa muistisairautta sairastavaa, mikä on siis yli tuplasti enemmän kuin nyt. (Muistiliitto)

Vanhusten määrä lisääntyy suhteessa muuhun väestöön. Ikääntyneet ovat toimintakyvyltään hyvin erilaisia, toiset sairastavat paljon, toiset taas pysyvät suhteellisen hyväkuntoisina viimeisiin vuosiin asti. Vain osa vanhenevista ihmisistä sairastuu etenevään muistisairauteen.

Sairastunutta ihmistä ei tule määritellä vain muistisairauden kautta, vaan hänet tulee nähdä tavallisena aikuisena ihmisenä tarpeineen, toiveineen ja heikkouksiineen. Kun kohdataan muistisairas ihmisen, on huomioitava asianomaisen toimintakyvyn taso sekä ennen kaikkea hänen yksilöllisyytensä, itsemääräämisoikeutensa ja loukkaamaton ihmisarvonsa.

Kirkon tulisi kiinnittää henkilöstönsä ja vapaaehtoisten koulutuksessa erityistä huomiota valmiuksiin kohdata muistisairaita ihmisiä. Heidän tulisi kyetä sekä autamaan muistisairasta elämäänsä sanan ja sakramenttien yhteydessä että tukemaan muistisairaita heidän hengellisessä elämässään. Muistisairaana ihmisen hengellisen elämän tukemista ja ymmärtämistä sekä diakonisesti että liturgisesti tulisi lisätä yhä enemmän tulevien vuosien aikana eri koulutuksissa.

Koska vanhuudessa usein palataan lapsuuden ja kodin uskonnolliseen maailmaan, kirkon tulee kiinnittää huomiota sekä lasten uskonnollisen kasvatuksen (Raamatun kertomukset, iltarukous, hengelliset laulut) tukemiseen kodeissa että työikäisten ja vanhojen ihmisten hengellisen elämän tukemiseen.

Kyky kokea hengellisyyttä säilyy vaikea-asteisessakin muistisairaudessa. Siksi on tärkeää, että kirkon työntekijät ja vapaaehtoistoiminnassa olevat henkilöt oppivat tunnistamaan ja huomioivat myös muistisairaiden ihmisten hengelliset tarpeet. Myös sairastuneet ovat seurakunnan ja kirkon täysivaltaisia jäseniä ja tarvitsevat Kristusta.

Usko on muistisairaana ihmisen voimavara, sillä se tukee elämänhallintaa ja lisää turvallisuudentunnetta. Kun syyllisyysproblematiikka huomioidaan, se vähentää ahdistuneisuutta ja levottomuutta ja siten myös käytösoireita.

Muistisairaat ihmiset hyötyvät yhteisistä laulutuokioista tai yhdessä vietetyistä hetkistä riippumatta siitä, onko sairausaste lievä, keskivaikea vai vaikea. Musiikki aktivoi alitajuntaa, virittää muistia ja muistoja sekä auttaa orientoitumaan nykyisyyteen. Sen vuoksi musiikkia tulisikin käyttää runsaasti pidettäessä muistisairaille esimerkiksi messuja tai hartauksia. Hengelliset laulut ja virret voivat tuoda myös lohdutusta ja iloa muistisairaille.

7 KIRJALLISUUTTA JA LÄHTEITÄ

Linkkejä, joista saa lisätietoa

<https://www.ikainstituutti.fi/>

<http://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/>

<https://omaishoitajat.fi/>

<http://www.vtkl.fi/>

<http://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/erityiskysymyksiä/muistisairaan-ihmisen-kohtaaminen/>

https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00899<http://www.muistiasiantuntijat.fi/?lang=fi>

<http://www.muistiliitto.fi/fi/tuki-ja-palvelut/luettavaa-ja-tekemista/>

<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/etusivu>

Kirjallisuutta

Aavaluoma S, Kyrölä U-M. Tornadon kohtaaminen. Toiminnallisista menetelmistä apua dementoituville ja heidän läheisilleen. Juvenes Print. Tampere 2003.

Eloniemi-Sulkava U, Savikko N (toim.). MielenMuutos muistisairaiden ihmisten hoidossa. Käytösoireiden hoidosta muistisairaan ihmisen hyvinvoinnin kokonaisvaltaiseen tukemiseen. MielenMuutos -tutkimus- ja kehittämishanke, tutkimusraportti 3. Vanhustyön keskusliitto ry. Newprint Oy. Helsinki 2011.

Erikson, E.H. The Life Cycle Completed. Norton. New York 1982.

Erkinjuntti T, Remes A, Rinne J, Soininen, H. (toim.) Muistisairaudet. 2 uudistettu painos, Duodecim 2015.

Erkinjuntti T, Heimonen S, Huovinen M. Miten voit... Hyviä päiviä kotona. Muistisairaudet. WS Bookwell Oy. Juva 2006.

Erkinjuntti T, Rinne J, Soininen H. Muistisairaudet. Kustannus Oy Duodecim. Helsinki 2010.

Granö S, Härmä H. Työikäisen muisti ja muistisairaudet. WSOY 2011.

Granö S, Heimonen S, Koskisuu J. Kuntoutuksen sanakirja. Muistihäiriö- ja dementia-työhön. Alzheimer-keskusliitto. J-Paino Oy 2006.

- Ikonen Pentti. Psykoanalyttisia tutkimuksia 2. Nuorisopsykiatriansäätiö. Helsinki 2004.
- Kivikoski T. Muistisairaahan lähellä. Ihmisen lähellä – hengellisyys hoitotyössä. Aalto K, Gothoni R (toim.). Kirjapaja 2009.
- Kivikoski K, Kivikoski T. Uskonnollisuus muistisairaahan elämässä – sairaalapastori muistitiimin jäsenenä. Memo 2/2009. Suomen Muistiasiantuntijat 2009.
- Kivikoski T. Vakaumuksen ja elämänarvojen merkitys dementoituneen hyvässä hoidossa. Dementiauutiset 2/2006. Suomen Dementiahoitoyhdistys 2006.
- Kivikoski T. Dementoituneen vakaumuksen tukeminen hoitotyössä. Suomen Dementiahoitoyhdistys. Kuopion Liikekirjapaino Oy 2002.
- Vainikainen, T. Kumppanina muistisairaus. Tietoa, tukea ja kokemuksia. Kirjapaja 2016.
- Viramo P, Sulkava R. Muistisairaiden ja dementian epidemiologia. Toim. Erkinjuntti T, Rinne J, Soininen H. Kustannus Oy Duodecim. Helsinki 2010.
- Saarenheimo M. Jos etsit kadonnutta aikaa. Vanhuus ja oman elämän muistelemisen. (Diss) 1997.
- Suhonen J, Alhainen K, Eloniemi-Sulkava U, Juhela P, Juva K, Löppönen M, Makkonen M, Mäkelä M, Pirttilä T, Pitkälä K, Remes A, Sulkava R, Viramo P, Erkinjuntti T. Hyvät hoitokäytännöt etenevien muistisairauksien kaikissa vaiheissa. Suomen Lääkärilehti 2008: 10: 9–22.
- Soivio J. Vakaumuksen kunnioittaminen. Suomen ev.lut. kirkko. Koonnut Juha Soivio. Kirkon sairaalasielunhoidon keskus 1996.
- Suomen patristinen seura. Ruumiillisuus varhaiskristillisessä teologiassa. Suomen patristisen seuran vuosikirja 1. Toimittanut Jussi Junni. Helsinki 2014.
- Vuori U, Heimonen S. Tue muistisairaahan ihmisen kotona asumista - opas ammattihenkilöstölle. Paintek Pihlajamäki Oy 2007.

Musiikkiaineisto

Erilaiset vanhat koululaulut, maakuntalaulut, kansanlaulut sopivat yhdessä laulettaviksi virsien ja hengellisten laulujen lisäksi. Niistä löytyy erilaisia äänitteitä, nuotteja ja kirjallisuutta. Esimerkiksi:

Muistoja (cd). Hengellisiä lauluja, koululauluja ja tuutulauluja. Aija-Leena Ranta, laulu ja kantele, Maila Böhm, piano. 2010.

Muistaakseni laulan. Tutkimus ja cd. 2011.

[illegible]

Hengellinen tuki muistisairaahan ihmisen elämässä -materiaali on uudistettu versio *Muistisairaahan messu – virikkeitä jumalanpalveluselämään muistisairaiden ihmisten kanssa* -materiaalista.

Se on tehty seurakuntien työntekijöiden ja vapaaehtoisten avuksi, kun he tapaavat työssään muistisairaita ihmisiä. Aineiston tavoitteena on lisätä työntekijöiden ja vapaaehtoisten osaamista muistisairaahan ihmisen kohtaamisessa, hengellisessä tukemisessa ja jumalanpalveluselämässä. Virikeaineisto sopii sekä työntekijöiden että vapaaehtoisten avuksi seurakuntatyöhön ja koulutuksen tueksi.

Messu muistisairaiden ihmisten kanssa on erityisryhmän jumalanpalvelus, jossa on vahvasti huomioitava osallistujien heikentyneet mahdollisuudet osallistua ja elää mukana. Ystävällisyys, lyhyys ja selkeys ovat perusasioita, samoin tutut virret ja rukoukset. Soveltaminen tehdään koolla olevan seurakunnan parhaaksi.

Aineisto *Hengellinen tuki muistisairaahan ihmisen elämässä* on syntynyt vuoden 2017 aikana työryhmässä, johon ovat kuuluneet sairaalapastori Marja Keskitalo Helsingistä, sairaalasielunhoidon johtaja Mika Kallunki Tampereelta ja vanhustyön pastori, rovasti Markku Palosaari Oulusta. Työryhmän puheenjohtajana ja sihteerinä on toiminut Kirkkohallituksen asiantuntija Irene Nummela. Hoitolaitosten kulttuuritoiminnan edistämisen läänintaiteilijana toimiva MuT Ava Numminen on kirjoittanut musiikin merkitystä ja käyttöä valottavan artikkelin. Työryhmä on käyttänyt pohjana *Muistisairaahan messu – virikkeitä jumalanpalveluselämään muistisairaiden ihmisten kanssa* -aineistoa.

Työryhmä kiittää kaikkia aineiston lukeneita ja sitä eri vaiheissa kommentoineita. Erityisesti haluamme kiittää arvokkaista kommentteista Muistiliiton projektikoordinaattori Mailis Heiskasta ja geriatri, LT Petteri Viramoa Caritas-Säätiöstä.

KIRKKOHALLITUS⁺

ISBN 978-951-789-589-7 (nid.)

ISBN 978-951-789-590-3 (PDF)



9 789517 895897 >

**SUOMEN⁺
EV. LUT.
KIRKKO**