

Luotu liikkumaan!

Raamattu ja liikunta-agentin itsetunto

Emerituspiispa Wille Riekkinen

Tallinna 21.11.2018

Homo ludens!

Ihmisenä olemisen herkkuihin kuuluu leikkisyys ja leikinsietokyky. Ihmisyyttä ja sen edustajia onkin jo ammuin luonnehdittu ilmaisulla ”leikkivä ihminen” (homo ludens). *Henkisellä* puolella leikkisyys liittyy huumoriin ja älykkyyteen, *hengellisellä* taas viisauteen, verbaaliakrobatiaan ja avarakatseisuuteen. Totisimman haasteen leikkisyyden suhteen taidamme kuitenkin kohdata ihmisen *fyysisissä* toiminnoissa, erityisesti urheilussa.

Parhaimmillaan urheilu tarjoaa liikunnan riemua, kisailua, itsensä hillitsemistä ja onnistumisen elämyksiä. Pahimmillaan urheiluharrastukset vievät kuitenkin rypyotsaisuuteen ja ne saattavat ohjata sellaisen armottoman systeemin pelinappulaksi, josta leikki on kaukana. Siksi toivon, että lapsille ja nuorille olisi tarjolla liikuntaa, jota ohjataan taidolla kokonaisvaltaisen ihmiskäsityksen pohjalta.

Tämä tarkoittaa sitä, ettei lasten ja nuorten urheiluharrastus saisi olla liian ammattimaista ja vakavaa liian varhain. Jos alun toisella kymmenellä olevat nappulat käyvät viisikin kertaa viikossa harjoituksissa ja sen päälle viikonloput turnauksissa, voi tulevasta kehityksestä antaa vain huonon ennusteen ja arvosanan. Näin varsinkin silloin, jos harjoittelu jää pelkän fyysisen suorittamisen treenaamiseksi, jolloin henkiset ja hengelliset ulottuvuudet laiminlyödään. Tappion hetkillä ja varsinkin voitonhuumassa tarvittava henkinen kapasiteetti tukehtuu silloin kapaloasteelle. Lisäksi voi vain kysyä, millaisia aikuisia liian varhain loppuun poltetuista rypyotsaisista ja sopivasti katkeroituneista suurlupauksista tuleekaan.

Edes huippu-urheilijalle urheilu ei saa olla koko elämä, saati siten kehitysiässä oleville lapsille. Huoli lasten ohjaamisesta hyvien harrastusten pariin on kyllä ymmärrettävä, mutta liiallinen ohjelmointi tappaa herkästi lapsen oman luovuuden. Terveet lapset keksivät yllättävän hyvin

tekemistä! Älä siis hidasta lapsesi kehitystä millään elämänalueella silottelemalla liikaa hänen tietään!

Raamatun mukaan jokainen ihminen on korvaamattoman arvokas. Jokaisella on paikka ja tehtävä tässä maailmassa. Niinpä myös jokainen lapsi on Jumalan ihme, vaikka hänestä ei hevospoolotähteä tulisikaan. Kunpa me aikuiset osaisimme välittää tämän sanoman lapsillemme nitistämättä heidän itsetuntoaan ja luovuuttaan. Tässä on liikunta-agentin paikka ja haaste!

Entä kun isot maalit jäävät tekemättä?

Toimittaja Heikki Toivanen kiinnitti Savon Sanomissa viime sunnuntaina (18.11.2018 Nimellä-artikkelissa) huomiota vinoutuneeseen valmennuskulttuuriin, josta viime päivinä on kohistu Suomessakin. Hän roimi ansiokkaasti urheiluseuroja, joissa huomio kohdistuu vain kilparyhmiin. Nimeltä hän mainitsi Hongan jalkapallojuniorit ja Minettien joukkuevoimistelijat. Tapaukset osoittavat, että kyseisiä lapsia ohjaavien aikuisten osaaminen ja työmoraali on kyseenalaistettu, vaikka toisella laidalla muistutetaankin, ettei urheilun ulkopuolellakaan pumpulissa eletä. Tarvitaan kovuutta! Tällaistaiko kovuutta:

”Ryhmä 12-vuotiaita seisoo rivissä kentän laidalla. Paino siirtyy nappikselta toiselle levottomana. Nimiä huudetaan, jäljelle jää neljä poikaa. Heidän pelinsä jatkuvat toisessa joukkueessa. Jos jatkuvat. Ei perusteluita.” Vakavia poikia ryhmäkuvassa!

Menestynyt valmentaja ripittää alle 8-vuotiaita tyttöjä. Tässä tehdään mestareita. Valmentajakollegan mukaan kyse on kuitenkin lapsien nöyryyttämisestä: Olet surkea, tyhmä, läski, sinusta ei tule mitään.” Lopuista lienee helppo ottaa havainnekuvia: anoreksiasta?

Oma kokemus muutaman vuoden takaa kaukalon reunalta. Kyseessä D-juniorien jääkiekko-ottelu. Tuomari antaa pelata kovaa, mistä vanhemmat riehaantuvat ja vaativat kosta. Eräskin äiti huusi kuin faani, kun hänen suurikokoista mutta hieman kömpelöä poikaansa estettiin tekemästä maali: ”Tapa se saatanan kusipää!” Antoi tietämättään melkoisen mallin aikuisena olost!

Esimerkkejä riittäisi. Palaan vielä tuohon Heikki Toivosen artikkeliin. Hongan ohella hän moittii omaakin seuraansa KUPSia tasojoukkuejärjestelmän käytöstä. Siinä jo 7-vuotiaista noukitaan ”parhaat” pelaajat, joita sitten seuraavat vuodet kehitetään kaikin mahdollisin opein. Muut juniorit joutuvat harrastaja- ja kaupunginosajoukkueisiin, joista harvoin enää nousee edustusryhmään. Lisenssimaksut kerätään kyllä kaikilta, mutta ison osan potista vievät ”etevimmat”. Toivonen toteaa, että ”tasapuolisempi tuki kaikille ja myöhäisempi karsinointi palvelisivat molempia tavoitteita: suomalaisten kansanterveyttä ja kilpailullista menestymistä.” Samaa mieltä on KUPS:n entinen tähtipelaaja Ilja Venäläinen, joka toimii yhden kaupunginosajoukkueen valmentajana Kuopiossa.

Tähän on hyvä liittää huomio 90-luvulta suomalaisten ja ruotsalaisten valmennuskäytänteistä. Tasojoukkuejärjestelmän takia suomalaisjuniorit löivät jatkuvasti ruotsalaisjoukkueet koriksessa aina D-juniorivaiheeseen saakka. Ruotsissa kun suosittiin ”kaikki pelaa”-periaatetta ja kiinnitettiin huomio siihen, että pelailu on hauskaa. Näin saatiin laajat ikäluokat pidettyä mukavan harrastuksen parissa, kun se ei ollut liian kurttuotsaista. C-junnuissa komento sitten alkoikin vaihtua. Ruotsalaisilla oli paljon enemmän valinnanvaraa taitavista junioreita kuin meikäläisillä, joilla drop out-ilmiöt karsivat motivaationsa kadottaneita junnuja piireistä pois rutkasti.

Leipälajit

Urheilijat puhuvat usein leipälajistaan, toisin sanoen siitä missä he ovat hyviä. Tuo ajattelu kuuluu laajentaa myös valmentajiin ja kaikkiin liikunnan edistäjiin. Erityisesti se olkoon sydämenasia myös liikunta-agenteille. Siihen hommaan tarvitaan näet tietoa, taitoja, tunnetta, myötäelämiskykyä ja älyä, jotta voisit omalla persoonallisella tavallasi hommaa hoitaa. Asiaa helpottaa, kun otamme huomioon apostoli Paavalin karismaopin. Se antaa tarpeeksi vankan ja samalla persoonallisen pohjan agentin työllesi. Tähtäyspistekin on laajempi: agenttina et palvele ja edistä vain kansanterveyttä tai kilpaurheilua, vaan ihmisyyttä, liikunnan tuomaa iloa, mielenterveyttä ja valoa, mikä kumpuaa kiitollisuudesta.

Paavalin karismaoppi lyhyesti esiteltynä.

Roomalaiskirjeen 12. luvussa ja 1.Korinttilaiskirjeen luvuissa 12 – 14 Paavali puhuu paljon armolahjoista eli karismoista. Koska apostoli istutti termin kharisma/kharismata kreikan kieleen ja viljeli sitä runsaasti, on aihetta puhua Paavalin karismaopista. Hänen hurmahenkiset vastustajansa pitivät armolahjoina vain aivan erityisiä henkikarismoja kuten kielillä puhumista ja sen selittämistä. Apostoli toteaa, että kyllähän nekin – oikein käytettyinä – ovat armolahjoja, jotka rakentavat seurakuntaa. Näiden edelle hän nostaa kuitenkin koko joukon arkisempia armolahjoja, jotka koskevat yhteiselämäämme, ja ovat tavoiteltavia. Niitä ovat ensinnäkin kielen käyttöön, kommunikointiin ja profetointiin liittyvät karismat. Profetoinnilla ei kuitenkaan tarkoiteta tulevaisuuden ennusteluja, vaan järjen käyttöä yksittäisen ihmisen ja seurakunnan päätöksenteossa. Toisaalta tavoiteltavia lahjoja ovat myös diakoniset karismat, diakonia, sairaiden luona käynti, vieraanvaraisuus ja kaikki lähimmäisestä huolehtimiseen kuuluvat asiat. Kolmanteen koriin apostoli laittaa johtamiseen ja päätöksentekoon liittyvät asiat. Ja vasta neljäntenä tulevat nuo hengelliset erityiskarismat, jotka ovat paikallaan silloin, kun niitä oikein käytetään yhteiseksi hyväksi.

Roomalaiskirjeen 12. luvussa apostoli Paavali sanoo: ” Niin kuin meillä on yksi ruumis ja siinä on monta jäsentä, joilla on eri tehtävänsä, samoin me kaikki olemme Kristuksessa yksi ruumis mutta olemme kukin toistemme jäseniä. Meillä on saamamme armon mukaan erilaisia armolahjoja. Se, jolla on profetoimisen lahja, käyttäköön sitä sen mukaan kuin hänellä on uskoa. Palvelutehtävän saanut palvelkoon, opetustehtävän saanut opettakoon, rohkaisemisen lahjan saanut rohkaiskoon. Joka antaa omastaan, antakoon pyyteettömästi; joka johtaa, johtakoon tarmokkaasti; joka auttaa köyhiä, auttakoon iloisin mielin.” (Room. 12: 4-8)

Tällä karismaopillaan Paavali halusi rakentaa Kristuksen seurakuntaa, Kristuksen ruumista, joka merkitsee elävää yhteisöä, ei vainajaa. Hänen mukaansa meidän tulisi asettaa lahjamme yhteiseen käyttöön rakkauden hengessä, toinen toistamme arvostaen ja kunnioittaen. Ja toivottavasti voimme tehdä sen yhtä hyvällä itsetunnolla kuin nyt jo vuosia sitten muuan noin 5-vuotias poika Kuopion kirjaston käytävällä. Hän tuli

vastaani isoa muovikassia lattialla raahaten. Painava kassi sisälsi 6-8 isohkoa kirjaa. Minun äimistelyyni ”Nuin pieni poika ja nuin paljon kirjoja; ossootko sinä ies lukkee?” poika vastasi nohevasti: ”En ossoo. Harjottelen vasta kantamaan.”

Tätä hyvän itsetunnon tukemaa minä-kuvaa ja toinen toisen kunnioittamista meidän tulisi tuntea kaikessa seurakuntatyössä, mukaan lukien kokonaisvaltaisen liikuntakasvatus. Sen ilmapiiriä soisi hallitsevan oikeamielisyyden, levollisuuden, ilon ja rauhan, jotka Pyhä Henki meille antaa. Tämän tulisi merkitä sitä, että arvostaisimme toistemme ihmisyyttä ja ainutlaatuisuutta. Kanssaihmisemme kun ovat tehokkaimmillaan silloin, kun oma itsetunto ja ihmisenä olemisen raamit ovat kunnossa. Ja tuohon raamien jokapäiväiseen leipään kuuluu myös huomion, kannustuksen ja tunnustuksen saaminen. Tätä samaa tarvitsevat kaikki. Yhtä lailla kuin rauhaa sisimpään. Mutta tätä kaikkea tunnustuksen antamista ja keskinäistä levollisuutta uhkaa omasta pätemisen- ja pärjäämisenhalusta nousevat demonit, jotka vaativat tehokkuutta, näyttävyyttä ja riittävyttä. Itse asiassa ns. seitsemän kuolemansyntiä tekevät silloin meihin lähes huomaamatta pesäänsä. Toisin sanoen meitä riepottelevat vaatimukset, jotka nousevat ylpeydestä, ahneudesta, siveettömyydestä, kateudesta, kohtuuttomuudesta, vihasta ja laiskuudesta. Nämä viettelykset ovat meitä niin usein viemässä väärään suuntaan. Ne ohjaavat itsekkyyden ja pätemisentarpeen loputtomalle suolle.

Jeesus Nasaretilaisen tie olikin toinen. Hän sanoi: ”Jos joku tahtoo kulkea minun jäljessäni, hän kieltäköön itsensä, ottakoon ristinsä ja seuratkoon minua. Sillä se, joka tahtoo pelastaa elämänsä, kadottaa sen, mutta joka elämänsä minun tähteni kadottaa, on sen löytävä.” (Matt. 16:24-25). Jeesuksen osoittama itsensä kieltäminen on toisen ihmisen palvelemista eikä palveltavaksi ryhtymistä. Suurin on se, joka palvelee.

Jeesuksen sana osoittaa, että se tärkein taso itsetuntokamppailussa käydään loppujen lopuksi ihmisen sisimmässä. Siinä ei ole niinkään kyse taistelusta lähimmäistä vastaan, vaan itseään vastaan. Kumpaa ääntä minä kuuntelen? Toinen uskottelee elämän löytyvän sitten, kun olen saavuttanut tarpeeksi arvostusta, mainetta ja kunniaa. Samanaikaisesti aavistan, että tämä on petosta, sillä en saa milloinkaan kyllikseni. Toinen ääni, Kristuksen ääni, lahjoittaa elämän tässä ja nyt. Ei haittaa, vaikka en paperilla olisikaan

mitään tai minusta ei tulisi mitään. Minulla on silti tämä hetki ja tämä elämä. Minulla on läheiseni, kanssaihmiset ja ohjattavat. Samalla minulla on mahdollisuus rakastaa heitä nyt, kun he ovat vielä lähellä. Minulla on mahdollisuus auttaa omilla lahjoillani jo nyt niitäkin ihmisiä, jotka eivät ole läheisiä, mutta jotka nyt etsivät yhteyttä ja hakevat elämisen mieltä. Heitä on kaikissa ikäryhmissä: on muuttoliikkeen tuomia, pakolaisia, vanhempien laiminlyömiä, yksinäisyyteen unohdettuja ja monin tavoin stressattuja ihmisiä; samanlaisia etsijöitä kuin me muutkin. Näille ihmisille voin lahjoittaa aikaani. Näin tekevät jo monet vapaaehtoiset muun muassa kasvatuksen, kuorotoiminnan, liikunnan, lähetyksen, kansainvälisen avustamisen ja lähidiakonian alueilla.

Moni on saanut kokea todeksi seuraavat sanat: ”Etsin sieluani, mutta en voinut sitä löytää; etsin Jumalaani, mutta hän vältteli minua; etsin veljeäni/sisartani... ja löysin kaikki kolme!” Tämä vanha viisaus muistuttaa, että ihminen löytää elämän tarkoituksen suhteessa Jumalaan ja toisiin ihmisiin. Tähän pääseminen kysyy kuitenkin tervettä itsetuntoa ja henkistä avaruutta. Sen valossa ymmärretään, että jos haluat elää vastuullisesti, on oltava valmis jatkuvasti kyselemään sitä, mikä on hyvää, oikein ja kohtuullista Jumalan ja ihmisten edessä. Ja siitä olisi sitten tehtävä johtopäätökset käytännön elämään. Tämä Jumala-uskoon perustuva kokonaisvaltainen näkemys elämästä synnyttää näet sen eettisen ilmapiirin, joka edistää ja syventää henkistä avaruutta elämän eri kysymysten suhteen. Hengen hedelmä puhkeaa kukkaan ja näkyy eletävän elämän keskellä klassisina yksinkertaisina hyveinä, joiksi on määritelty usko, toivo, rakkaus, oikeamielisyys, viisaus, rohkeus ja kohtuullisuus. Nämä kertovat meille selkokieltä Jumalan rakkaudesta, rakkaudesta, joka ohjaa meidät lähimmäisen luokse, olipa lähimmäinen millainen tai kuka tahansa!

Tuota rakkautta ja sen antamaa viisautta toivon ja toivotan teille, arvoisat vastuunkantajat. Tuo viisaus avaa ovia uudistukselle. Se antaa halua katsoa tulevaisuuteen ja kytkee päälle uskon, toivon ja rakkauden keilaradat.

Tuo viisaus tulee esille silloin silloin, kun välittämisen halu, läpinäkyvyys, järki ja vastuullisuus saavat tilaa niin, että läsnä olevat armolahjat otetaan yhteiseen käyttöön ketään väheksymättä ja alas painamatta. Jos ja kun näin tapahtuu, saamme kokea ihmeellisiä asioita arkipäivän keskellä. Silloin

nimittäin rakkaus saa sijaa ja muuttaa meidät. Epätoivo muuttuu toivoksi ja opimme kiittämään jo siinä vaiheessa, kun vasta harjoittelemme kantamaan toinen toisemme taakkoja. Tähän ihmeeseen on helppo uskoa vaikkapa silloin, kun katsoo seurakuntanne vapaaehtoistyön laatua ja määrää, tai liikuntakasvatus- ja nuorisotyötä, tai diakoniaa, osallistuu seurakuntanne messuun tai vierailee kouluissanne ja niiden opettajainhuoneissa aina maahanmuuttajaluokkia myöten.

Kirkon kymmenen teesiä liikunnasta ja urheilusta

Ihmisen kokonaisvaltaisuus (homo sapiens, homo religiosus, homo ludens) ja NMKY:n kolmioperiaatteeseen perustuva näkemys liikunnan lahjasta nousevat suoraan Raamatusta. Tältä pohjalta on jokunen vuosi sitten laadittu Kirkon kymmenen teesiä liikunnasta ja urheilusta. Nämä teesit liikunta-agenttien hyvä tuntee ja sisäistää, siksi käymme ne tässä läpi.

Tähän kuvina ja teksteinä Kirkon 10 teesiä urheilusta ja liikunnasta.