

Sunnuntain 17.9.2017 saarna Keravan kirkossa: Kiitollisuus

Markus Tirranen

*Joh. 5: 1-15*

*Oli eräs juutalaisten juhla, ja Jeesus lähti Jerusalemiin. Jerusalemissa on Lammasportin lähellä allas, jonka hepreankielinen nimi on Betesda. Sitä reunustaa viisi pylväshallia, ja niissä makasi suuri joukko sairaita: sokeita, rampoja ja halvaantuneita. Nämä odottivat, että vesi alkaisi liikkua. Aika ajoin näet Herran enkeli laskeutui lammikkoon ja pani veden kuohumaan, ja se, joka ensimmäisenä astui kuohuvaan veteen, tuli terveeksi, sairastipa hän mitä tautia tahansa.*

*Siellä oli mies, joka oli sairastanut kolmekymmentäkahdeksan vuotta. Jeesus näki hänet siellä makaamassa vuodematolla ja tiesi, että hän oli jo pitkään ollut sairas. Jeesus kysyi: "Tahdotko tulla terveeksi?" Sairas vastasi: "Herra, minulla ei ole ketään, joka auttaisi minut altaaseen, kun vesi kuohahtaa. Aina kun yritän sinne, joku toinen ehtii ennen minua." Jeesus sanoi hänelle: "Nouse, ota vuoteesi ja kävele." Mies tuli heti terveeksi, otti vuoteensa ja käveli.*

*Mutta se päivä oli sapatti. Niinpä juutalaiset sanoivat parannetulle: "Nyt on sapatti, ei sinun ole lupa kantaa vuodettasi." Mies vastasi heille: "Se, joka teki minut terveeksi, sanoi minulle: 'Ota vuoteesi ja kävele.'" Silloin juutalaiset kysyivät: "Kuka se mies oli, joka käski sinun ottaa vuoteesi ja kävellä?" Parannettu ei kuitenkaan tiennyt, kuka hän oli, sillä Jeesus oli jo hävinnyt väkijoukkoon. Myöhemmin Jeesus tapasi miehen temppelissä ja sanoi hänelle: "Sinä olet nyt terve. Älä enää tee syntiä, ettei sinulle kävisi entistä pahemmin." Mies lähti sieltä ja kertoi juutalaisille, että Jeesus oli hänet parantanut.*

Osaammeko olla kiitollisia tästä hetkestä?

Minulla on nykyään tapana esittää tämä kysymys erinäisissä tilanteissa ystäväni kanssa. Usein olemme tällöin pitkästä ajasta yhdessä koolla. On hetki aikaa olla ilman keskeytyksiä, mahdollisuus oppia toisilta, nauraa ja vakavoitua. Pöydässä on hyvää ruokaa. Viini keskustelelee hyvin pääruuan kanssa ja aperitiivi on nostattanut mielialan juhllaiseksi. On hyvä jakaa hetki yhdessä muiden kanssa, pysähtyä ja kiittää Luoja elämän nautinnoista, ystäväistä, ruoasta ja juomasta.

Tuolloin tapanani on kysyä: osaammeko olla kiitollisia tästä hetkestä?

Tiedät varmaan, että kiitollinen elämänasenne lisää hyvinvointia. Kiitollisuus johtaa terveyden kohenemiseen ja pidempään elämään. Tätä on tutkittu ja osoitettu todeksi. Mahtava juttu!

Mutta mistä kiitollisuus syntyy? Miksi toiset ihmiset ovat kiitollisempia, kuin toiset? Toiset jopa ärsyttävän kiitollisia ja tyytyväisiä elämäänsä...

Helppo elämä ei johda kiitollisuuteen. Kiitollisuus ei synny siitä, että pääsisi muita helpommalla. Menestys ei johda kiitollisuuteen, vaikka moni sanoo olevansa siunattu, kun on elämässä pärjännyt keskivertoa paremmin. Menestysteologia on väärässä väittäen, että maalliset rikkaudet ovat seurausta Jumalan mielisuosiosta tai siunauksesta.

Pitääkö sitten kärsiä, ahdistua ja voipua, jotta oppisi olemaan kiitollinen? Kärsimysten kautta voittoon?

Yhteistä kiitollisuutta ja onnellisuutta koskevalle tutkimukselle on ajatus siitä, että kiitollisuus on sisäinen mielentila. Karkeasti sanottuna onnellisuus on jopa olosuhteista riippumaton.

Onko niin, että kehitysmaiden savimajoissa nauretaan enemmän, kuin neliöhinnaltaan korkeissa hyvinvointiasunnoissa länsimaissa.

Ei sentään ryhdytä liian naiiveiksi. On helppo elää ideoiden maailmassa ja unohtaa arjen realiteetit ja säröt. Ne kun haastavat kiitollisuutta päivittäin vastoinkäymisten, sairauksien, ihmissuhdeongelmien, rahapulan jne. muodossa. Eräänlaista evankeliumia tutkimustulokset silti meille kertovat. Onnellisuus ja kiitollisuus asuu syvällä ihmisen sisimmässä, eikä sitä voi olosuhteetkaan meiltä aina riistää lopullisesti.

Raha tulee ja menee, työpaikka voi lähteä alta, elämänkumppani voi löytää toisen, jonka kanssa jatkaa matkaa, terveys voi pettää ja muuttaa suunnitelmat.

Kiitollisuus ei lopulta voi olla ainoastaan ulkoisten asioiden aikaansaama luonnollinen reaktio.

Muuten kiitollisuutemme on hetkittäistä ja elämän tapahtumista riippuvaista. Olosuhteista riippumaton kiitollisuus. Yksittäiset esimerkit kertovat, että sitäkin on olemassa.

Kiitollisuus on ollut viime aikoina kiinnostavan tutkimuksen kohteena. Ns. positiivinen psykologia löi itsensä läpi 1990- luvulla. Tämä psykologian suuntaus on erityisen kiinnostunut siitä, mistä syntyvät ihmisen voimavarat. Tähän on syytä uhrata muutama minuutti, koska kirkkopyhän aihe on kiitollisuus.

Jos haluat olla onnellinen, ole kiitollinen! Näin voisi kiteyttää saadut tulokset. Vaikuttaa siltä, että erityisen onnellisilla ihmisillä on taito olla kiitollisia. Kiitollisuus lisää tyytyväisyyttä ja vahvistaa suhteita muihin ihmisiin. Viime pyhä oli lähimmäisen sunnuntai. Voisimmeko ajatella, että teemme suuren palveluksen lähimmäisillemme opettelemalla enemmän kiitollisuutta?

Mutta kun se kiitollisuus on usein niin vaikeaa! Tai tuo ylikorostettu onnellisuus... se vasta vaikeaa onkin!

Olet oikeassa, se voi olla hyvin vaikeaa. Noin puolet onnellisuudesta perustuu geeneihin. Tässä kohden emme ole tasa-arvoisessa asemassa. Toisten geenipankki pursuaa onnellisuutta ja kiitollisuutta, toisille on annettu hieman laimeampaa kiitollisuusäidinmaitoa. Tai kuten Päivänsäteessä ja menninkäisessä:

*”Niin lähti kaunis päivänsäde, mutta vieläkin kun menninkäinen öisin tallustaa, hän miettii miksi toinen täällä valon lapsi on ja toinen yötä rakastaa.”*

Lohdullista sen sijaan on, että vain noin 10 prosenttia onnellisuudesta perustuu ulkoisiin tekijöihin. Siis näihin jo äsken listaamiini: taloudelliseen tilanteeseen, asuinpaikkaan ja ympäristöön, ammattiin, ikään ja terveyteen. Vain 10 prosenttia! Evankeliumia kiittämättömälle sielulle! Eikö? Emme ole vain ulkoisten olosuhteiden uhreja.

Evankeliumi saa vielä jatkoa. Tutkimusten mukaan onnellisuuden kakussa on noin 40 prosenttia sellaista, mihin ihminen kykenee itse vaikuttamaan! Sanotko Markus *vain* neljäkymmentä prosenttia, vai *peräti* neljäkymmentä prosenttia? Onko lasi puoliksi tyhjä, vai puoliksi täynnä? Katsantokannoissamme on eroja.

Tämä neljäkymmentäprosenttia on tärkeä luku. Se liittää meidät myös kirkkovuoden aiheeseen, kiitollisuuteen. Jokainen meistä voi tehdä tietoisesti töitä kiitollisuuden eteen. Kiitollisuutta voi harjoittaa ja lisätä.

Muistetaan kuitenkin realismi, älkäämme ajautuko yltiöpäiseen positivismiin. Emme voi suhtautua elämän ongelmiin ja vastoinkäymisiin vähätellen. Kärsimme epätasa-arvoisesti. Sairastamme epätasa-arvoisesti. Elämä on monesti kovin epätasa-arvoista.

Kiitollinen ihminen ei sulje elämän realismilta silmiään. Hän ei ole kritiikitön ongelmien kieltäjä. Hän on paremminkin realisti ja observoi ympäröivää maailmaa. Hän näkee vaikeudet, mutta ei anna niiden lannistaa itseään. Hän suhtautuu ylitsepääsemättömiin esteisiin haasteina ja rakentaa tikkaat. Kiitollinen ihminen noudattaa tunnetun tyyneysrukouksen periaatetta:

*”Jumala suokoon minulle tyyneyttä hyväksyä ne asiat, joita en voi muuttaa, rohkeutta muuttaa niitä asioita, joita voin, ja viisautta erottaa nämä toisistaan”*

Viisaus on asioiden erottamisessa. On asioita, joille emme voi mitään. Silloin on vain opeteltava tulemaan toimeen. Ja on asioita, joita voimme muuttaa. Näiden asioiden suhteen on aika kääriä hihat.

Ehkä ymmärrämme kiitollisuutta paremmin sen vastatunteen, kateuden, avulla. Kateus unohtaa tutkimustulokset. Kateus ei muista tuota neljääkymmentä prosenttia kiitollisuudesta, johon voimme itse vaikuttaa. Sen sijaan kateus katselee vain tuota kymmentä prosenttia, pientä osaa kiitollisuudesta, joka perustuu ulkoisiin tekijöihin. Kateus vertailee itseä toisiin. Toisilla on jotakin, mitä itseltä puuttuu. Kateus syö iloa ja kiitollisuutta ja ajaa kohti katkeruutta.

Kiitolliset ihmiset sen sijaan kadehtivat vain vähän.

Päivän evankeliumissa tapahtuu ihmeitä vesialtaan äärellä. Teksti heijastelee ajan uskomuksia parantavasta altaasta, jonka äärelle ihmiset kokoontuivat odottamaan ihmettä. Näin teki myös sairas mies, josta teksti kertoo. Mies parantui ja kohtasi myöhemmin Jeesuksen. Kohtaaminen jättää kysymyksen: Osasiko parantunut mies kiitollinen?

Emme saa lopullista vastausta.

Evankeliumi ei kuvaa parantuneen miehen ajatuksia tai kerro sen tarkemmin hänen toimintansa taustavaikuttimista. Siksi lukijalla, sinulla ja minulla, on mahdollisuus tulkita tapahtumia omien kokemustemme kautta ja kysyä:

Mistä asioista kannan kiitosta? Muistanko osoittaa kiitollisuuttani Hänelle, joka on parantanut minut eläväksi synnistä ja kuolemasta ja ottanut minut kasteen altaassa omakseen? Osaanko olla kiitollinen tästä hetkestä? Jos tämä hetki ei tarjoa puitteita kiitollisuudelle, ohjaako kiitollisuus pohjimmiltaan ajatteluani ja toimintaani? Tunnistanko kiittämättömyyttä ja kateutta itsessäni, ja miten siihen reagoin?

Muistanko tuon 40 prosenttia kiitollisuuden kokemisessa, johon voin itse vaikuttaa?

Sulje silmäsi. Hengitä syvään. Avaa nyt silmäsi ja katso alttarille ja lausu mielessäsi kiitos. Käänny sitten lähimmäisesi puoleen. Katso häntä silmiin ja sano: kiitän sinusta!