

# Tarinoiden voima

## Eheyttävät tarinat ja luova tarinan kerronta – Healing Storytelling



ANNIKA MARTIKAINEN

Jo vanhassa Intiassa hindulääkäri saattoi määrätä potilaalleen sadun tai tarinan mietiskeltäväksi. Tarina oli vertauskuvallinen ja suhteessa potilaan ongelmiin. Antamalla tarinan kuvien ja sen tunnelman vaikuttaa, uskottiin, että potilas itse pystyi hahmottamaan elämänsä solmukohdat ja oivaltamaan niihin ratkaisun.

Vanha intialainen tarinakokoelma ”Kalila wa Dimna”, jonka alkuperä ulottuu yli parin tuhannen vuoden taakse ja joka sittemmin vuosien vierieissä käännettiin useille kielille: persian-, arabian-, turkin-, kreikan- ja latinankielille ja sen saavuttaessa Euroopan 1600-luvun vaiheilla, myös saksan-, ranskan- ja englanninkielille ja lopulta 1700-luvulla myös ruotsinkielelle. Kokoelma on edelleen hyvin tunnettu itäisillä mailloilla, vaan meillä lännessä lähes unohdettu.

Tässä kokoelmassa vanha, viisas tohtori Bidpai kertoo tarinoita kelvottomalle, tehtävästään hairahtuneelle kuningas Debshali-

mille hänen parannukseksi. Kirjaa kutsuttiinkin aikoinaan ”hallitsijan peiliksi”. Se saavutti laajasti suurta suosiota. Viisas tohtori Bidpai antaa myös kirjassa ohjeita, miten tarinoita lääkkeenä tulee käyttää. Niitä ei pidä älyllisesti analysoida ja selittää, vaan koko tarina tulee palauttaa mieleen aika ajoin ja antaa sen ajan myötä vaikuttaa. Tarina tekee itse työtään hitaasti, lempeästi ja hiljaa.

Myös perinteiset kansansadut, legendat ja viisaustarinat ovat elämän peilejä. Keski-aikana niitä kerrottiin aikuisille hoveissa ja kirkkoissa. Niillä kuvattiin ihmisen elämään liittyviä asioita, niin pienessä kuin suuressa. Kansansadut sisältävät monta olemisen tasoa. Satukieli jäi kuitenkin uuden ajan alle, josta tuli tieteellinen, älykäs ja analysoiva.

Länsimaissa syntyi 80-luvulla kuitenkin jälleen uusi tarve kuulla satuja ja tarinoita. Se

*Kaikessa inhimillisessä kanssakäymisessä tärkeintä on keskustelu, mutta ihmiset eivät enää istabda juttelemaan ja kuuntelemaan toista. He käyvät teattereissa, elokuvissa, katsovat televisiota, kuuntelevat radiota ja lukevat kirjoja, mutteivät juuri lainkaan keskustele.*

*Jos baluamme muuttaa maailmaa, meidän on palattava aikaan, jolloin soturit kokoontuivat nuotion ympärille ja kertoivat tarinoita.*

**”Michail”, Paulo Coelho, Zabir**

sai vähitellen aikaan kansanliikkeen. USA:ssa järjestettiin storytelling-festivaaleja, joihin tultiin kuuntelemaan ja kertomaan tarinoita. Perustettiin kertojaryhmiä ja -yhdistyksiä useilla paikkakunnilla. Liike levisi moniin maihin. Tämän rinnalle syntyi soveltava kerrontataide, jossa tarinoita alettiin soveltaa ja käyttää kehitysmenetelmänä erilaisissa elämäntilanteissa, niin yhteisöissä, ryhmissä kuin yksityisesti - työelämässä, koulutuksissa, konfliktinratkaisussa ja terapeuttisissa yh-



Hei Green

SAATAVILLA MYÖS  
LAHJAKORTTEJA!

### Bioresonanssiterapiaa MSAS-professional-laitteella.

Laitteella voidaan tarkastella kehon häiriötiloja, kartoittaa vitamiini- ja mineraalipuutoksia, yliherkkyksiä ja allergioita sekä puhdistaa kehoa.

Hoidon tarkoitus on tasapainottaa meridiaaneja ja energioita eri homeopaattisten taajuuksien avulla.

Katso hinnat [www.heigreen.fi](http://www.heigreen.fi) tai soita Heidi Lehtonen 040 9642 442 ja varaa aika.

teyksissä. USA:ssa ja Englannissa alettiin antaa työmenetelmiin koulutusta. Liike levisi ja herätti innostusta.

Ensimmäinen tapahtuma Pohjoismaissa oli kesällä 2005. Silloin järjestettiin Tukholman lähistöllä kansainvälinen symposiumi: ”Storytelling as a Healing Art”. Tähän osallistui tekijöitä ja kiinnostuneita yli 20:stä eri maasta. Samalla perustettiin pohjoismaainen yhteistyöelin ”Nordisk ALBA” (www.nordiskalba.org). Siitä lähti työalue kasvamaan eri Pohjoismaissa. Nykyään ”Healing-Storytelling-yhteisö” järjestää vuosittain seminaareja eri Pohjoismaissa, tutustumis- ja jatkokursseja sekä tekee käytännön työtä eri alueilla ja erilaisissa projekteissa. Työtä tehdään mm. lasten ja nuorten parissa, vanhainkodeissa, vankiloissa, sairaaloissa, ihmisten parissa, joilla on erityistarpeita ja fyysisiä ja psyykkisiä sairauksia, elämäntrii-

*Tarinoiden jakaminen auttaa luoman uudenlaista yhteisöllisyyttä. Niiden avulla voimme auttaa toisia näkemään elämänsä selvemmin ja muut saattavat ymmärtää meitä paremmin.*

**Leena Syrjälä, Oulun Yliopiston kasvatustieteiden professori**

sejä, surua, erilaisia riippuvuuksia, mutta myös työyhteisöissä, liike-elämässä ja itsensä kehittämistyössä.

Sadut ovat yleisinhimillisiä. Ne kuvaavat ihmisen elämää. Kun työskentelemme tarinoiden kanssa, teemme työtä itsemme kanssa. Tarinan myötä astumme sisään muutosprosessiin, luomme omia sisäisiä kuvia, joilla on yhteys meidän elämäämme. Astumme sisään toiseen maailmaan, uuteen maailmaan, symbolien ja metaforan maailmaan, pois ongelmien alueelta tekemään uusia havaintoja ja löytöjä. Palatessamme tuomme mukanaamme aina jotain uutta. Matka tuntemattomaan voi vapauttaa, antaa meille uusia oivalluksia ja eheyttää elämäämme. Sadut ja niiden myyttis-runollinen kuvakieli avaavat meille tilan, jossa voimme olla, joko yksin tai yhdessä ja sieltä voimme löytää uutta inspiraatiota elämäämme. Kansansadut herättävät meissä tunteita ja voimme kokea sisäisen puhdistumisen (katharsis). Mitä voimakkaampia tunteita satu synnyttää, sitä paremmin se hoitaa.

Tämän työtavan ansiosta, jossa epäsuorasti käsitellään ehkä polttaviakin henkilökohtaisia kysymyksiä, elämäntilanteita tai pulmia, voi niistä myös puhua ilman, että astumme henkilökohtaiselle tasolle. Toimimme tarinan suojassa

Kaikissa oikeissa saduissa on vastusta ja vaara, josta meidän täytyy selvittää ja voittaa. Tässä kamppailussa kehitämme sisäisiä sielumme lihaksia, saamme voimaa ja voitamme lopulta prinsessan ja puoli valtakuntaa.

Työskentelyssämme käytämme myös spontaania tarinankerrontaa, jossa opetellaan itse keksimään omia pieniä tarinoi-

ta. Kertoja ohjaa ryhmän työtä kertomuksen, harjoitusten, puheen ja kuuntelemisen avulla prosessin läpi. Työtä tehdään pareittain tai pienissä ryhmissä.

Luonteenomaista tälle työlle on sen luova tapa edetä, joka johtaa kehitykseen ja eheytykseen. Vahvistamme sisäistä kuvanmuodostamiskykyämme ja mielikuvitusvoimaa, jonka voi kokea vapautumisena ja voimaantumisenä.

Työskentely on leikinomaista, iloista ja hauskaa.

## Kaksi Maariaa - punavalkoinen sukukunta

Uusi harrastajakesäteatteri Maariassa valmistaa Suomen kohtalonvuosiin 1890–1920 sijoittuvan näytelmän. Autenttinen esityspaikka on Maarian Myllyoja ja sinne lavastetaan myös Raunistulaa. Esityksen ohjaa näytelmäkirjailija-teatteriohjaaja Pekka Saaristo.

**Ensi-ilta 14.6.2012.**

Harjoitukset alkavat helmikuussa 2012 aluksi kerran viikossa, tiivistyden kevään edistyessä.

**Näytelmään etsitään kaiken ikäisiä näyttelijöitä,** aikaisempaa kokemusta ei tarvita!

**Ota yhteyttä:**

pekka.saaristo@arkkipekka.fi  
tai puhelin 044 5868121.

**Johdantoesitelmä Turun henkisen keskuksen torstai-illassa 15.3. (katso s. 13) ja workshop: ”Eheyttävät tarinat sisäisen kasvun tukena” 16.–17.3. (katso s. 14)**

### Tiedustelut:

Annika Martikainen, opettaja, storyteller  
p. 050-522 4463, annika.martikainen@gmail.com

Nordisk ALBA / Allians för Läkande Berättande i Norden toimii myös Suomessa. Tarkempaa tietoa Suomen toiminnasta ja koulutuksista allekirjoittaneelta tai yht. hlö Märta Ugglalta p.09-855 2445. Jäseneksi voi liittyä 20 € / 2012/ Ålandsbanken 660100-3292356

Kesällä 2012 järjestetään kansainvälinen symposium Norjassa Raulandsakademissa 29.7.–4.8.: Storytelling as a healing art: ”The way of the heart”. Lisäinfoa www.nordiskalba.org tai allekirjoittanut.

**Rakkauden Siivin**

- \* Kanavoinnit
- \* Intuitiivinen Energiahoito
- \* Reikihoito
- \* Kaukohoidot
- \* Meditaatiot

\* Intialainen päähieronta (02/2012)  
\* Rakkauden Siivin -kursseit

www.rakkaudensivin.fi  
rakkaudensivin@gmail.com  
Noora Pohjanhoimo 0407083888

*”Atta nielanpolullei Enkeliiden siivittäminä ja ole se Rakkaus, joka Olet.”*

UMG dipl.aromaterapeutti

**Siiri Silvan**

Aromaterapia  
Lämpökivihoidot  
Intial. päähieronta  
Aromaattinen jalkakylpy



lloa ja voimaa sinulle toivoo Siiri  
ssilvan.konsankartano.net  
puh. 040 572 2204

**LUOMUKOSMETOLOGI**

*Jira Virtanen*

- Rentouttava kokovartalonhieronta
- Kasvohoidot
- Meikkaukset

Pyydyskalliontie 4  
20660 Littoinen  
**044 9945753**

Hoidot myös Konsan Kartanossa Turussa, Virusmäentie 9

