



Luonto puhuttelee ihmisen sielua

Marita Niemelä

6.5.2019

Vaasan yliopisto



Ihmisyiden ja minuuden
määrittelyä:

- Klassinen näkemys:
Ihminen on fyysinen ja
psykkinen olento
sosiaalisessa
ympäristössä
- Uusi (vanha) näkemys:
yllämainittujen lisäksi
ihmisellä on myös
henkinen olemus:
ihmisen
kokonaisuuteen kuuluu
keho, mieli ja sielu

Luonnon
hyvinvointivaikutukset
ulottuvat sieluun saakka?




Henkisyöden (spirituality)
yhteys terveyteen ja
hyvinvointiin laajasti tutkittua

Yhteys mm. elämän
vaikeuksista
selviämiseen, hyvinvointiin,
onnellisuuteen, toivoon,
optimismiin, merkityksen ja
tarkoituksellisuuden
kokemukseen, itsetuntoon,
kiitollisuuteen, myötätuntoon
sekä vähäisempään
masennukseen,
itsetuhoisuuteen ja
päihteiden käyttöön
(Koenig, 2012:3-6)



Luonnon ja henkisyiden välinen yhteys?

- Luonto aktivoi ihmisen henkistä potentiaalia ja voimavaroja (Borgen, 2008)
- Ihminen osana luontoa ja maailmaa, kaiken olevaisen yhteys (Bragg, 1996)
- Henkisyys luonnon ja hyvinvoinnin välittäjänä, luontoyhteys henkisen täyttymyksen tuojana (mm. Kamitsis & Francis, 2013)



Luonto elämän ja ihmisyyden
vertauskuvana



*Mitä silloin
sisälläni kuulen,
mitä itsessäni näen,
mitä minusta jää,
kun ympärilläni
kaikki
on ihan hiljaa.*

*Marita Niemelä
Sielun maisemaa*

Tekeminen vai oleminen?

Luonto ei tee, luonto on.



Luonnossa ihmiselle tarjoutuu vapaus olla
se, kuka hän on.

*Metsän kauneus pysäyttää.
Osatapa samalla tavoin ilmentää
arvokkuutta
viisautta
voimaa
lujuutta
aitoutta.*

*Häpeilemättä, ilman pelkoa
että voisi koskaan olla
mitenkään
vääränlainen.*

- MN -



*Luovuuden kierrossa
kukoistamisen jälkeen
on osattava ja uskallettava
lakastua ja kerätä voimia,
jotta voi
syntyä taas uudelleen.*

*Marita Niemelä
Sielun maisemaa*

Elämän luonnollinen
kiertokulku:


Kukoistaminen ja loisto
Lakastuminen
Lepääminen
Uuden alun synnyttäminen



Lakastuminen ja
kuihtuminen

vai sittenkin

täyttymyksen ja
irtipäästämisen
juhla?



*Luonto on hiljaa
leväten ja valmistautuen
menneestä kasvuvoimaa kehräten
tulevaan unelmaan kurkottaen
pimeälle kumartaen
hitaasti valoa kohti kääntyen
rauhansa elämän
kiertokulusta löytäen.*

Syvä hiljaisuus

Lepo

Rauha

*Marita Niemelä
Sielun maisemaa*



*Uusi alku,
vielä hento ja hauras,
ja silti
ei epäilystäkään
tulevasta voimasta.*

*Marita Niemelä
Sielun maisemaa*

Uusi alku

Elämän voima

Tasapaino



Millä tavoin luonto puhuttelee
Sinun sieluasi?

VIISAS  ELÄMÄ



MARITA NIEMELÄ

Sielukas elämä

Rohkeutta olla minä

Kiitos!

Marita Niemelä

marita.h.niemela@gmail.com

maritaniemela.fi



Kuva: Sami Sippola