





ETANA

avainsana: hitaus

Oletko koskaan kuullut sanontaa

”Hidas kuin etana”.

Pyhiinvaelluksella tarvitaan

etanan kaltaista hitautta.

Vain hitaasti eteenpäin kulkien ja

välillä pysähtyen voi

havainnoida ympärilleen ja

kokea rauhoittumista.

Sään ennustaminen

Etanaa pidetään

kansanperinteessä

myös sään ennustajana.

Pyhiinvaelluksella

jokainen lapsi voi

vuorotellen olla etana ja

ennustaa, millaista

pyhiinvaellussäätä on

luvassa.

”Kysyn sulta etana,
onko tänään sadetta,
vaiko vallan poutaa,
eihän sentään routaa?
Jääkö piiloon sarvet nää,
vai koittaako meille
poutasää?”

Sormet laitetaan pään päälle sarviksi.

Jos sarvet nousevat on poutaa, jos ei,

voi sää olla epävakainen tai sateinen.

Sormietanat

Kuvitellaan etusormen olevan etana. Kuljetetaan

sormea hyvin hitaasti esimerkiksi suuren

männyn kaarnan urissa tai kannon

vuosikasvurenkaissa tai kallioiden urissa.

Jokaiselle lapselle etsitään oma puu, kanto tai

kallionkohta, niin saadaan parempi rauha.



Pyhiinvaellus





KISSA

avainsana: huolettomuus

Elämässä on hyvä osata ottaa rennosti ja luottaa siihen, että meistä pidetään huolta ja kaikki järjestyy vaikka elämässä olisi välillä isompia huolia ja murheita. Kissa on aina jaloilleen putoava eläin, joka rakastaa joutenoloa, nukkumista ja itsenäisyyttä. Se ei murehti turhia. Pyhiinvaellukselle on hyvä ottaa mukaan kissan kaltaista huolettomuutta.

Kissa-rentoutus

Rentoutetaan aluksi venyttelemällä kuten kissa. Köyristellään konttausasennossa selkää. Venytellään sitten raajoja pitkäksi. Asetutaan selinmakuulle ja katsellaan pilvien kulkua tai puiden liikettä tuulessa. Kuuntelemme jälkeenpäin lapsen kokemuksia tästä.

"Kissa kiven etsii ja hetken sitä kantaa. Sopivassa paikassa sen sitten pois antaa. Huoleton on kissa tää, iloisena viilettää. Kohti taivaanrantaa, kyllä joku ne huolet kantaa."

Huolettomat kissat

Kuvitellaan olevamme kissoja, jotka haluavat päästä eroon kaikista huolista ja muheista. Jokainen etsii itselleen pienen kiven. Kivi kuvaa elämän huolia ja murheita. Kivet kerätään yhteisesti sovittuun paikkaan ja jätetään siihen. Halutessaan voi kertoa muille ääneen oman huolenaiheensa. Kivien jättämisen jälkeen ollaan yhdessä huolista vapaita.



Pyhiinvaellus





AASI *avainsana: yksinkertaisuus*

Aasi on omapäisen viisas eläin. Kun on suuret korvat ja itsepäinen luonne, niin usein luullaan tyhmäksi ja yksinkertaiseksi, mutta aasi ei ole kumpakaan niistä. Isoilla korvilla aasi kuuntelee tarkasti ja kuulo on erinomainen. Aasi on siis hyvä kuuntelija. Pyhiinvaelluksella tarvitaan aasin kaltaista kuuntelutaitoa, vaatimattomuutta, yksinkertaisen tavallisen elämän arvostusta ja nöyryyttä.

Erilaiset äänet

Kuunnellaan erilaisia ääniä. Lapset voivat mennä pötköttelemään hyvään paikkaan ja sulkea silmänsä. Aikuinen tekee erilaisia ääniä, joita lapset yrittävät tunnistaa.

Erilaisia tapoja tehdä ääniä:

- * Soittimet, kehosoittimet
- * Luonnosta löytyvät asiat (kivien kolistelu yhteen, keppien hankaaminen yhteen)
- * Nauhoitettuja ääniä (linnunlaulua, puron solinaa jne.)

Luontotaideteos

Yksinkertaisuus ja tavallisuus ei aina tarvitse tavaraa. Kaikki, mitä tarvitset voi löytyä jo ympäriltäsi, esimerkiksi luonnosta. Tehkää yhdessä luontotaideteos, johon jokainen saa tuoda oman osuutensa. Mitä kaikkea löydätte maasta? Muistakaa kunnioittaa luontoa, ethän revi mitään irti. Sisällä ollessanne voitte askarrella luonto- tai kierrätysmateriaalista jonkin yhteisen taideteoksen.







MUURAHAINEN

avainsana: jakaminen

Kaikki muurahaiset elävät yhdyskunnissa ja rakentavat yhdessä pesänsä. Muurahaiset ovat ahkeria työntekijöitä; tekevät yhdessä ja jakavat työnsä tuloksen. Pyhiinvaelluksella on tärkeää muurahaisten tavoin jakaa toisille ja myöskin antaa oma tila ja vuoro. Tehdään yhdessä työtä niin kuin muurahaiset ja ilahdutetaan toisiamme.

Hae luonnosta

Aikuinen antaa lapselle tehtäväksi hakea luonnosta jotain...

- *Pehmeää
- *Kovaa
- *Terävää
- *Kiiltävää
- *Isoa
- *Pientä
- *Kaunista
- *Vihreää

(tai muita vuodenaikaan sopivia värejä)

"Muurahaiset keoissansa
koko päivän ahkeroi.
Väsymättä työnsä jakaa,
vihdoin ilta tulla voi.
Aurinko kun nousee esiin,
kuhinaa taas tulee pesiin."
(kutitetaan lopuksi)

Lapsi tuo asian muiden luo tai vie muut katsomaan löytämänsä. Muut saavat kokeilla miltä asia tuntuu tai näyttää. Jokainen saa vuorollaan jakaa oman kokemuksensa.





HIIRI

avainsana: hiljaisuus

Olet ehkä joskus kuullut sanonnan "Hiirenhiljaa". Pyhiinvaelluksella keskitytään siihen, että jo pelkkä hiljaisuus puhuttelee meitä. Taito olla hiljaa ja kuunnella on olennaista elämässä. Osaatko siis rauhoittua ja olla välillä aivan hiljaa?

Minä olen Hiiri Hippiäinen. Olen pieni, mutta vikkela. Minun on välillä vaikea pysyä paikallani ja rauhoittua. Mutta rauhoittumisen ei tarvitse olla tylsää. Usko pois!

Kun minä aloitan rauhoittumisen, ensin kuvittelen olevani JÄTTILÄISHIIRI. Tässä leikissä saan olla ISO ja VOIMAKAS. Seison takajaloillani tukevasti maassa ja kurkotan etutassuni korkealle ilmaan! Sitten minä pudotan käteni alas maata kohti ja olen rento kuin räsynukke. Osaatko tehdä perässä? Sen jälkeen lähdän kulkemaan vähän ympärilleni ja nostelen tassujani hiirenhiljaa. Kokeile matkia askeleitani! Kotikolossani minulla on ihana pehmeä ja lämmin peti. Etsi sinäkin oma rauhoittumiskolosi! Petiin käperryn selälleni, ja taas venytän itseni piiiitkäksi. Sitten menen ihan kippuraan. Kokeile sinäkin! Sitten valitsen itselleni mukavan asennon, hengitän pari kertaa syvään, ja alan miettiä...

Miltä kuulostaa tuulen laulu? Leppäkertun aivastus? Linnun höyhenen putoaminen maahan? Tähtien tuike? Auringonsäteiden tanssi? Lumen sulaminen kevätauringossa? Ruohon kasvaminen mullasta keväällä? Mieti sinäkin! Äiti-hiiri tulee usein rauhoittuessani viereeni ja silittelee minua tassullaan tai kuononpäällä. Silloin alan kuulla korvissani ihanaa musiikkia. Silloin minä ajattelen, että on hyvä välillä rauhoittua, että jaksaa taas vipeltää.



Pyhiinvaellus



Pyhiinvaellus

F-21



KYYHKYNEN

avainsana: vapaus

Kyyhkynen on vapauden ja rauhan merkki. Vapaudesta voi keskustella yhdessä. Mitä kaikkea meillä on vapaus sanoa, ajatella, tehdä ja tuntea? Pyhiinvaelluksella meillä on vapaus liikkua, olla hiljaa, jutella, kuunnella, rauhoittua, tehdä tai olla tekemättä asioita, tuntea kaikenlaisia tunteita. Millaista on silloin, kun ei olekaan vapaa? Onko ihmisellä vapaus tehdä ihan mitä vaan? Vapautta on ennen kaikkea olla oma itsensä. Pyhiinvaelluksella pyritään siihen, että jokaisen olo voisi olla vapaa, vapauttava, rauhallinen, rauhoittava ja hyvä.

Leikkiä höyhenillä

Lorutellaan: "Katselen ylös taivaalle päin, siellä lentävän kyyhkysen näin. Puhallan höyhenen korkeuteen, myös se lentää vapauteen."

Voidaan kokeilla: Kuinka kauan höyhen pysyy ilmassa? Kuinka korkealle höyhen lentää? Kuuluuko höyhenen lennosta/höyhentä puhaltaessa joku ääni? Höyhenellä voi myös kutitella itseään tai kaveria ja lorutella samalla. "Höyhenellä kutitan, korvaasi nyt kutitan... Kutikutikuti...." (nenääsi, otsaasi, kättäsi jne.)

Kyyhkyshippa

Leikkijöistä vähintään kaksi on lintukauppiaita, jotka yrittävät saada vapaana lentäviä kyyhkysiä "häkkiin" eli kiinni. "Häkki" on rajattu alue esim. sisällä lattiaan teipattu alue tai ulkona yhdessä sovitusti rajattu alue. Kiinni jääneet saa pelastettua hellällä silytyksellä. Leikki jatkuu kunnes kaikki kyyhkysen on häkitetty tai kun sovitaan, milloin lopetetaan. Jos kaikki saadaan kiinni, kauppiat tulevatkin katumapäälle ja kaikki "häkitetty" kyyhkysen saavat lentää vapauteen.



Pyhiinvaellus





LAMMAS *avainsana: hengellisyys*

Lammas on laumaeläin, joka seuraa johtajaansa, paimenta, minne ikinä hän meneekin. Lampaat luottavat paimeneen, koska hän pitää heistä hyvää huolta. Aivan kuten paimen huolehtii lampaistaan, mekin huolehdimme toinen toisistamme. Lampaan tavoin me ihmiset tarvitsemme ruokaa, juomaa, turvaa, lepoa, kodin, perheen, ystäviä. Mutta onko olemassa joku, joka huolehtii ihan kaikista maailman ihmisistä? Jokaisen omasta katsomuksesta huolimatta, me kaikki ihmiset olemme pyhiä ja hengellisiä olentoja. Hengellisyyttä ei aina voi nähdä, mutta sen voi tuntea. Meistä kaikista löytyy henkisyttä ja pyhää. Jokaisella ihmisellä on elämässään asioita, jotka ovat niin tärkeitä, että niitä voi sanoa pyhiksi. Esimerkiksi oma perhe, koti, ystävät, luonto, juhlapyhät.

Piilotettu lammas

Etsitään ympäristöön piilotettuja lampaita tai aikuiset voivat etsiä piiloon menneitä lampaita (lapsia).

Lorutellaan ennen etsintää:

”Etsin etsin lammasta ihan joka paikasta. Löytyykö se puun takaa vaiko ruohikolla makaa. Kiipeän myös kalliolle, katson jopa kiven alle.” Löytämisen jälkeen voidaan lorutella:

”Löysin rakkaat lampaani, turvaan kannoin kotiini. Hellin hoivaan jokaista, ystävää ainutlaatuista.”
Löydettyjä lampaita silitellään ja halitaan.

Lammas-aitaus luonnonmateriaaleista

Tehdään yhdessä luonnonmateriaaleista lampaita (esim. kävyt) ja aitaus (keppejä). Voidaan tehdä joko oma tai yhteinen tuotos. Tuotokset voidaan kuvata.