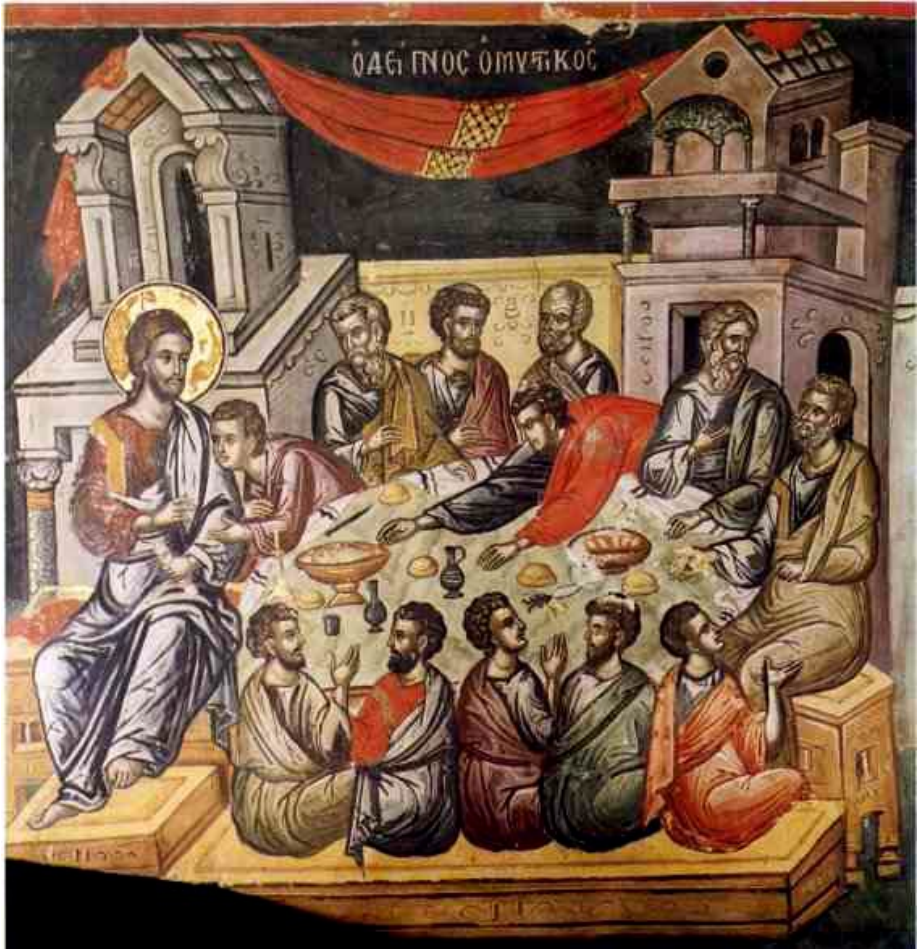


Kristuskyrkan

Helsingfors svenska metodistförsamling, Apollonkatu 5
maalis-huhtikuu 2026



**»Hartaasti olen halunnut syödä tämän pääsiäisaterian
teidän kanssanne ennen kärsimystäni. »**

(maalaus: Teofanes Strelitzas, 1500-luvulla)

Kaikki eivät voi paastota

Ehtoollinen, kaste, rukous, yhdessäolo ja raamatunluku antavat minulle paljon iloa ja koen niissä Jumalan läsnäolon. Paasto taas on minulle ongelma. Moni on kertonut, miten tärkeä paasto on ja miten paastoten voi saada rukousvastauksia. Joskus olen ajatellut, että pitäisikö siis ikään kuin mennä nälkälakkoon ja painostaa Jumalaa vastaamaan. Uhkavaatimus: En syö ennen kuin vastaat minulle. Tiedän monien kertovan, kuinka paasto vapauttaa kuuntelemaan Jumalaa. Minulla ei ole sellaista kokemusta.

Nuorempana olin vakavasti sairas. Sairastin anoreksiaa. Ajat, jolloin elin vain muutamalla hedelmällä päivässä, venyivät päivistä viikkoihin, kuukausiin ja vuosiin. Sairauden takia jouduin pitämään sapattivuoden lukioaikana voidakseni keskittyä ainoaan asiaan, joka vaati huomioni. Anoreksiaan. Sairautteen, josta tuli elinikäisiä vaurioita.

Tarvitsin kuitenkin tuota sairautta tullakseni siksi, joka olen. Juuri sairauden takia jouduin käsittelemään elämäni perusarvoja. Monet kerrat jouduin valitsemaan suuntani, oli pakko olla itselleni rehellinen. Vain rehellisenä itseäni kohtaan pystyin lopettamaan yritykset vastata ympäröiviin odotuksiin ja sain riittävästi rohkeutta ja elämäniloa voidakseni antaa kehoni näkyä, viedä tilaa ja elää. Sisäinen ja ulkoinen pääsivät tasapainoon. Vasta vuosien päästä opin syömään ja huolehtimaan itsestäni. Se oli vaikeaa.

Edelleenkin minulle on tärkeää, että saan syödä ja nukkua. Jos en anna itselleni riittävästi unta ja ruokaa, menetän elämänhaluni. Siksi koen vaikeiksi vaatimukset paastota joulun ja pääsiäisen alla. Joskus on tuntunut, että pitäisi paastota, jotta voisin pitää itseäni oikeana kristittyinä. Minulle on ihan luonnollista osallistua ehtoolliselle, rukoilla, lukea Raamattua ja kuulua kristittyjen yhteisöön. Olen saattanut tuntea painetta ajatella, että silloinhan minun pitäisi myös paastota.

John Wesley kehotti paastoamaan. Hänen elämäntapansa oli joskus suorastaan askeettinen. Silti juuri hänen sanansa ovat vapauttaneet minut paastoamisen vaatimuksesta. ”Ennen kuin käytät jotain armonvälineitä, anna sen painua syvälle sieluusi... siinä ei itsessään ole mitään *voimaa*. Se on itsessään köyhä, kuollut, tyhjä asia. Erillään Jumalasta se on kuin kuollut lehti tai varjo.” Näin John Wesley sanoi. Paasto itsessään on kuin tyhjiyttään kumiseva rumpu.

Pidän lujasti kiinni muista armonvälineistä, mutta luovun paastosta, koska tiedän tarvitsevani kuunnella kehoani, jotta jaksaisin elämässä. Ihmiset ovat erilaisia, ja tässä olen minä ja minun kehoni, ja se on minusta hyvä sellaisena kuin se on.

Susanna Lönnqvist

Pro Keswick?



Keswick on kaupunki Englannin järvi-alueella. Se tunnetaan kokouksista, joita on järjestetty vuodesta 1875 lähtien hengellisen elämän uudistamiseksi. Kesäisin sinne kokoontuu useiden viikkojen ajan yhteen tuhansia ihmisiä tutkimaan Raamattua, rukoilemaan ja saamaan sielunhoitoa.

Pro Keswick -yhdistyksen tarkoituksena on syventää ja vahvistaa osallistujien hengellistä elämää. Tärkeä on myös ekumeenisuus: luterilaiset seurakunnat ja vapaakirkot toimivat yhdessä. Tänä vuonna Helsingin Keswick-kokoukset pidetään 1.-3.10. Töölön kirkossa, Topeliuksenkatu 4. Pääpuhuja on Stefan Forsbäck.



Pro Keswick -yhdistys kutsuu ekumeeniselle rukousbrunssille lauantaina 25.4. klo 10-12 Kristuskirkossa, Tarkoitus on tutustua toisiimme ja rukoilla kaupunkimme puolesta. Pyydämme ilmoittamaan osallistumisesta viimeistään edeltävänä maanantaina. Vapaaehtoinen maksu. *Kaikka Växby*

Sammutetuin lyhdyin?

Seuraavalla aukeamalla ohjelmassa on kahdenlaisia otsikkoja. Joissakin kerrotaan tilaisuuden teema, toisissa vain tilaisuuden luonne. ”Sunnuntai-ilta Kristuskirkossa” vaatii teeman, kun taas ”jumalanpalvelus” tai ”vesper” tai ”lukuhetki” eivät välttämättä edellytä tarkempaa kuvausta. Puhuimme asiasta seurakuntaneuvostossa ja totesimme, että teema on hyödyllinen mutta ei välttämätön. Voi myös olla hyvä antaa puhujalle vapaus ottaa esille jotain ajankohtaisempaa, sen sijaan että sovittaisiin teemasta etukäteen tai noudatettaisiin kirkkovuosikalenteria. (Metodistikirkolla ei muuten Suomessa ole omaa kirkkovuosikalenteria. Noudatamme soveltuvin osin luterilaista) Ajankohdan lähestyessä voimme antaa tarkempaa tietoa somekanavillamme. Riittääkö tämä? Voit kertoa mielipiteesi Juha Kajanderille (osoite sivulla 8).

Ohjelma (viikko-ohjelma sivulla 8)

Keskiviikko 4.3.

15.00 Art Café Immanuel: Lukuhetki, keskustelua.

Päivän tekstin on valinnut Anne-Maria Lantta.

Perjantai 6.3.

18.30 Maailman rukouspäivä. Jumalanpalvelus Maunulan kirkossa.

Sunnuntai 8.3.

11.00 Jumalanpalvelus, jäseneksiotto ja Herran ateria.

Susanna Lönnqvist, Pro Christo, Luut Klaver ym.

Maanantai 9.3.

16.00 Seurakuntaneuvoston kokous

Keskiviikko 11.3.

15.00 Art Café Immanuel: Lukuhetki, keskustelua.

Sunnuntai 15.3.

18.00 Keväistä jazzia: Antti Ikola, piano, Anssi Växby, basso

Keskiviikko 18.3.

15.00 Art Café Immanuel: "Mieleni minun tekevi" - jungilaisittain ymmärrettynä. Titi Kuusela ajattelee ääneen.

Sunnuntai 22.3.

11.00 Maailman vesipäivän jumalanpalvelus. Vesi Raamatussa - osa luontoa ja paljon muutakin. Juha Kajander, Luut Klaver ym.

Keskiviikko 25.3.

15.00 Art Café Immanuel: Marian ilmestyspäivä. Keskustelua päivän evankeliumin pohjalta (Luuk. 1:26-55).

Sunnuntai 29.3.

18.00 Palmusunnuntain kirkkosalivaellus ja Herran ateria. Kaikka Växby. Luut Klaver, Pikkis Sederlöf, Juha Kajander

Torstai 2.4.

18.00 Kiirastorstain Getsemane-hetki, Herran ateria. Kaikka Växby, Luut Klaver, Pro Christo.

Sunnuntai 5.4.

11.00 Neljän seurakunnan yhteinen pääsiäisjumalanpalvelus Kristuskirkossa. Väkeä baptistiseurakunta Betelistä sekä Kauniaisten ja Inkoon metodistikirkoista. Tom Hellsten, Jani Edström, Luut Klaver ym.

Keskiviikko 8.4.

15.00 Art Café Immanuel: Lukuhetki, keskustelua.

Sunnuntai 12.4.

11.00 Jumalanpalvelus, Herran ateria.

Susanna Lönnqvist, Luut Klaver ym.

Maanantai 13.4.

18.00 Seurakuntakonferenssi

Sunnuntai 19.4.

16.00 Urkukonsertti: Luut Klaver. Teema: Kevät

Keskiviikko 22.4.

15.00 Art Café Immanuel: Juha Kajander kertoo, miksi pääsiäisen (ja siten myös helluntain) ajankohta vaihtelee vuodesta toiseen ja miksi kaikki kirkot eivät vietä kirkkovuoden suurempia juhlia samanaikaisesti.

Lauantai 25.4.

10.00 Keswick-rukousbrunssi Kristuskirkossa. Ks s 3.

Sunnuntai 26.4.

11.00 Jumalanpalvelus. Kaikka Växby, Luut Klaver ym.

Sunnuntai 3.5.

16.00 Pro Christon kevätkonsertti.

Kahvila ja yhdessäoloa jokaisen tilaisuuden jälkeen.

Kaikenikäisten kirkko?

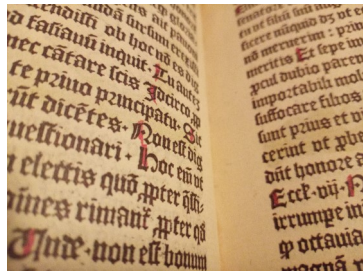
Elämme demografisten muutosten aikaa. Vanhemmat ikäluokat ovat selvästi suurempia kuin nuoremmat. Tämä näkyy varsin selvästi myös kirkossa. Mutta me tiedämme, että nuorempiakin ihmisiä on olemassa. Kohta lapsille ja nuorille on taas toimintaa Kristuskirkossa. Kerromme siitä lisää somekanavillamme.

Art Café Immanuelin lukuhetket

Taidekahvila Immanuelissa käynnistyvät keski-viikon lukuhetket. Ne ovat tuokioita, joissa kulloinenkin lukuhetken vetäjä lukee kauno-kirjallisen tekstin, proosaa, runoutta tai vaikka valitsemansa tieteellisen tekstin. Ajatusten-vaihto ja keskustelu saa lähteä vapaasti osallistujien kuljettamille teille.

Kyse ei ole kirjallisuusanalyysistä tai tieteelli-sestä argumentoinnista, vaan osallistujien omien näkemysten, pohdintojen ja mielipiteiden vuorovaikutuksesta.

Jos haluat jakaa itsellesi tärkeän tekstin muiden kahvittelijoiden kanssa, ota yhteyttä seurakuntaneuvoston puheenjohtajaan Juha Kajanderiin ja sovi hänen kanssaan asiasta tarkemmin. Ensimmäinen luku- ja keskusteluhetki on 4.3. ja tekstin on valinnut Anne-Maria Lantta.



Maailman rukouspäivä

Aiemmin Maailman rukouspäivä oli nimeltään Naisten kansainvälinen rukous-päivä. Edelleenkin ohjelman suunnittelusta vastaavat naiset – eri maanosissa, aina ekumeeniselta pohjalta. Perinteen käynnisti USA:ssa vuonna 1877 Pres-byteerisen naisliiton johtaja Mary Ellen

James. Toiminnassa korostuivat Jumalan kutsu esirukoukseen ja taistelu maailman epäoikeudenmukaisuuksia vastaan. Ensimmäistä maailmanlaajuista rukouspäivää vietettiin vuonna 1927.

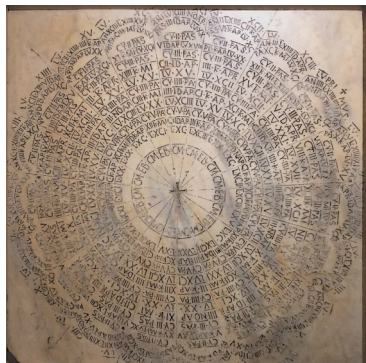
Tänä vuonna ohjelman laativat nigerialai-set naiset, ja teema on ”Tulkaa minun luok-seni, annan teille levon.” Ohjelma nostaa esiin naiskohtaloita, jotka eivät koske vain Nigeriä vaan ovat yleisinhimillisiä. Ne kos-kettavat, ja esirukoukseen on helppo yhtyä. Maailman rukouspäivää vietetään vuosittain

maaliskuun ensimmäisenä perjantaina. Silloin muodostuu maailman ympäröi-vä rukousrenkas. Helsingissä ekumeeninen työryhmä kääntää aineiston ja lähettää sen seurakuntiin. Tänä vuonna jumalanpalvelus pidetään Maunulan kirkossa (Petruskirkon), Metsäpurontie 15), 6.3. klo 18.30.

Kaikka Växby



Computus [paschalis]



Miksi pääsiäisen ajankohta vaihtelee? Joskus se on jo maaliskuussa, joskus vasta huhtikuun jälkipuoliskolla. Tänä vuonna vietämme pääsiäistä 5. huhtikuuta. Idän kirkkoissa pääsiäinen koittaa vasta viikkoa myöhemmin. Miksi näin?

Nikaian kirkolliskokous vuonna 325 päätti, että kristityt viettävät pääsiäistä kevätpäiväntasauksen jälkeisen ensimmäisen täydenkuun jälkeisenä sunnuntaina. Jos kaikki kirkot noudattaisivat tätä tarkoin, niin ne viettäisivät

pääsiäistä samaan aikaan, käyttämästään kalenterista riippumatta. Todellisen kevätpäiväntasauksen sijasta itäkirkot käyttävät laskennallista päivämäärää 21. maaliskuuta, vaikka se ei heidän juliaanisisessa kalenterissaan enää ole lähelläkään todellisen kevätpäiväntasauksen ajankohtaa. Juliaaninen kalenteri on nykyään 13 päivää meikäläisten gregoriaanista kalenteria jäljessä.

Gregoriaaninen ja juliaaninen pääsiäinen sattuvat silloin tällöin (noin kolmessa tapauksessa kymmenestä) samaan aikaan, mutta yleisempää on, että juliaaninen on myöhässä – useimmiten viikon ja aika usein peräti viisi viikkoa. Silloin itäkristityt vielä paastoavat, kun länsikristityt jo juhlivat pääsiäistä, mikä ei ole aivan ongelmatonta.

Itäkirkkoissa on erilaisia kalenterikäytäntöjä. Suomen ortodoksinen kirkko noudattaa gregoriaanista kalenteria ympäri vuoden, kun taas kaikki muut laskevat pääsiäisen ajankohdan juliaanisen kalenterin mukaan. Osa itäkirkoista on ottanut gregoriaanisen kalenterin käyttöön muuten kuin pääsiäisyklin osalta. Jo tämäkin on riittänyt aiheuttamaan hajaannusta.

Pääsiäinen on liikkuva pyhä, koska Kuun kiertoaika Maan ympäri ei ole tarkalleen yksi kahdestoistaosa vuotta. Kuun kierto tunnetaan varsin tarkasti, joten pääsiäisen ajankohta on laskettavissa vuosisatoja eteenpäin. Pääsiäisen ajankohdan laskemisen taitoa kutsutaan nimellä *computus paschalis* tai ihan vain *computus*. Mitäpä muutakaan me haluaisimme laskea?

Pääsiäisen ajankohdasta seuraa myös helluntain – kristillisen kirkon syntymäpäivän – ajankohta. Tänä vuonna se on 24. toukokuuta eli Aldersgaten päivänä, jota taas pidetään metodismin syntymäpäivänä. Tämän vuosisadan alkupuoliskolla nuo merkkipäivät sattuvat neljä kertaa samanaikaisesti yhdentoista vuoden välein. Lisää tästä aiheesta Art Café Immanuelissa 22. huhtikuuta klo 15.

Juha Kajander

Viikko-ohjelma:

Keskiviikko: klo 12-13 Leivänjako ja Päivän sana

klo 13-16 Art Café Immanuel (ohjelma s 4-5)

Manuela: tiistaisin klo 12-16, torstaisin klo 16-20

Riktning: joka toinen torstai klo 18 (12.3, 26.3, 9.4., 23.4.)

Pro Christo: harjoitukset perjantaisin klo 18.30-21

Uutta Manuelaa: Keramiikkapajan toiminta-aikoina (tiistaisin klo 12-16 ja torstaisin klo 16-20) on myös mahdollisuus ompelutaitojen kehittämiseen asiantuntijan johdolla. Tiistaisin on tarjolla digiapua tarvitseville.

Uutta taidekahvila Immanuelissa: Useimpina keskiviikkoina ohjelmaa. Tässä lehdessä mainittujen lisäksi luvassa saattaa olla lisää lukuhetkiä ja Irina Zahharenkovan pianotaidetta. Tiedotamme tästä sosiaalisessa mediassa. Haluatko Irinan soittavan toivekappaleesi? Kerro Rita von Konowille.

Info

Sähköposti helsingfors@metodistkyrkan.fi

Kotisivu helsingfors.metodistkyrkan.fi

Facebook Kristuskyrkan—Helsingfors svenska metodistförsamling

Instagram www.instagram.com/kristuskyrkan

Mastodon [@krk@mastodon.nu](https://mastodon.social/@krk)

Pankkitili FI18 4055 2610 0003 76, referens 3020

Pastori Susanna Lönnqvist, 044-058 0675, susanna.lonnqvist@metodistkyrkan.fi

Studio Manuela, Rita von Konow, 040 096 4877, Facebook: Studio Manuela

Pro Christo, Luut Klaver, luut.klaver@gmail.com

Kanslia, Sonja Nygård, 040 019 8904 onsdagar 13-15

Seurakuntaneuvoston pj Juha Kajander, 044 370 3747, jmzk@mm.st