

20.6.03

KOLUMNI

## Onko nauttiminen sallittua?

Mielihyvä on elämää edistävä voima. Tavoitteleme sitä, kun seuraamme kahvin tuoksua keittiöön. Nautimme lusikan kilauksesta kupin reunassa, huulten tavoittaessa jäätelön pinnan ja pehmeän aromin tunkeutuessa tietoisuuteen. Kielellä on kokonainen makujen sinfonia. Viimein pehmeä kylmän ja lämpimän sekoitus laskeutuu vatsaan. Ruokalevolla nautinto jatkuu, ikkunan näkymää ei voi olla ihailematta, ulkoa kantautuu linnun laulua. Onko se hyvä vai paha?

Lapset osaavat nauttia. He ovat persoja karkille, liukumäelle, vedessä pulikoinnille ja peuhaamiselle. He ovat useinkin huippuhyviä kinuamaan hauskuutta elämäänsä. He rakastavat kikattamista, käkättämistä, yllätyksiä ja hullutuksia. Onko se hyvä vai paha?

Osaamme kasvattaa ankarasti vastuuntuntoisuuteen ja kovaan työhön. Mutta onko elämä vain sitä? Jumala loi myös lepopäivän tasapainoksi kovalle työlle. Lapset näkevät meidät aamukiireessä, iltakiireessä, aina joku työ meneillään ja huolien taakka hartella. Näkevätkö he mallia terveestä nauttimisesta? Kannattaako ilotonta aikuisuutta lainkaan tavoitella?

Tavalliseen arkeen sisältyy paljon nauttimista. Entä, jos sen nostaisi esiin. Käypäs juoksun jälkeen pitkälleen lattialle, venyttele kunnolla, anna hyvän olon tulla ja nauti! Otapa lämmin kylpy, loju ihanassa tuoksussa, tunne vaahdon kevyt kosketus ja nauti! Minäpä hieron olkapäitäs, ollaan hetki lähekkäin, nautitaan! Käperry kulta jo sänkyyn, tunne satiiniyöpaidan silkki iholla ja puhtaiden lakanoiden tuoksu: nauti!

Jos mielihyvään liittyy huono omatunto, se on tehtävä salaa ja häpeillen. Siksiköhän aikuinenkin tarvitsee pullon kossua ennen kuin vapautuu juhlimaan?

Parasta lastenkasvatusta on tavoitella hyväksyvää, iloisen läheisyyden ilmapiiriä. Lapsia voi opettaa nauttimaan terveistä asioista ilman, että se tuntuu koko ajan jotenkin synniltä ja työstä pois otetulta ajalta. Muuten he oppivat, että nautintoaineet ovat ainoa "sallittu" tapa nauttia ja tie riskeihin on valmis.



*Raisa Cacciatore*