



## IISRAEL: Miks erilisem teistest?



## VÕITLUS ELU NIMEL: Mis on selle taga?



## DEPRESSIOON: Võit on võimalik!



## REIKI TERVENDUS: Kust allikast pärineb?



## VABAKS SÕLTUVUSEST: Kuidas ometi?



## SULETUD KÕRTSID: Läänemaa ärkamise lugu



## EI PORNOLE – Miks?



## RISTISÕDIJAD: Murrame müüdid!



# Kus on hinge kodu?



Signe Helmeaa

Inimeseks olemise tähendust ja eesmärki on läbi ajaloo otsitud erinevate usundite, religioonide ning tegevuste kaudu. Kunagi ammu elanud tark kuningas Saalomon on Koguja raamatus öelnud, et Jumal on iga inimese südamesse pannud igaviku. Sellega on seletatav meis eksisteeriv seletamatu igatsus millegi kõrgema, üleva, ebamaise järele. Me ei rahuldu pelgalt füüsilise ellujäämisega, sest meie sees olev igavikuline „mina” vajab oma tõelise eesmärgini jõudmist, milleks on elav ühendus oma Loojaga. See on inimsüdame tõeline asu- ja rahupaik. Selle puudumisel ja sihitult elu elades otsime hinge olemist tuhandetel eri viisidel, mis lõppeks ei anna aga rahuldust, kuni see tee ei vii meid sinna, kust oleme alguse saanud.

Mäletan siiani selgelt oma elu kõige tähtsamat äratundmist, ehkki sellest on juba palju aastaid. See toimus 1987. aasta oktoobrikuus, kui noore teismelisena sattusin pooljuhuslikult esimest korda elus kirikusse. Ma ei mõistnud suurt midagi sellest, mida seal räägiti – seda, et Jumal andis oma Poja Jeesuse, kes suri ohvrina inimkonna, sh ka minu eest, et meil võiks olla igavene elu. Kasvades üles Nõukogude Eesti ateistlikus keskkonnas, puudusid mul vähimadki teadmised vaimsetest asjadest. Ometi see, mida ma seal kirikupingis istudes kogesin, muutis minu elu totaalset. Ma tundsin, otsekui oleks minu hing jõudnud pärast pikki ja väsitavaid rännakuid lõpuks koju! Kummaline, et üks noor võib üldse selliselt tunda, aga see äratundmine oli nagu uuesti sündimine! Sisemiselt see toimuski, ma usaldasin oma südame ja elu siitpeale Jumala Isa headesse kätte. Tol õhtul kirikust lahkudes, käies mööda vanalinna munakivisillutist, oleksin nagu astunud õhus. Jalad isegi ei tundnud maapinda, nõnda puhas ja kerge oli süda, mis noorele eale vaatamata oli juba koormatud süü, häbi, ja salajaste muredega. Sellest ajast alates ei ole Jumal oma armastuses mind kordagi alt vedanud. Aastate jooksul on mul olnud eesõigus tutvustada tuhandetele inimestele, noortele ja eakatele, sedasama Jumalat, meie Loojat. Tema armastus on parim kutse, millele jaatavalt vastata!

Jumalaga tutvumiseks on palju võimalusi. Ta võib kohtuda sinuga kõikjal sulle sobivas kohas – kodus, looduses, kirikus või miks mitte ka meedia vahendusel. Tänapäeval piisab vaid mõnest klikist mobiilirakenduses või arvutis, et osaleda jumalateenistusel või vaadata mõnd huvipakkuvat saadet. Eesti ainus täielikult eestikeelne kristlik telekanal Taevas TV7 edastab ööpäevaringselt programmi, mis pakub mõtteainet, arutlusi ja selgitusi kristliku usu ning Jumala kohta. Käesoleval juubeliaastal oleme siiralt tänulikud, et juba viiesteist aastat on see kanal olnud eestimaalastele otsekui aknaks vaimsesse maailma, tõelise lootuse ja lahenduse pakkujaks eluraskustes, heade sõnumite toojaks. See ei oleks saanud toimuda paljude vaatajate, toetajate, vabatahtlike ja partnerite abita. Suur suur aitäh kõigile!

Olge õnnistatud!

Helina-Diana Helmdorf  
Taevas TV7 kanali juht

## TAGASISIDE

“Mul hea meel, et TV7-s on sellise sisu ja vaimsusega saated, mida mujalt leian harva. TV7-l on vaieldamatult oma koht, mis täidab väga spetsiifilist vaakumit Eesti ühiskonnas.”

★★★★★

Teleajakirjanik Hannes Hermaküla



“TV7 on Eestis täiesti ainulaadne telekeskkond, mis pakub suurepäraselt võimalust tunda rõõmu rikkalikust saatekavast ning samaaegselt olla osa vabatahtlike meeskonnast.”

★★★★★

EEKBL president Gunnar Kotiesen



“Kõigeväelise Looja vaatenurk on võrratult avaram kõigest, mida ükski inimene siin maa peal suudab tajuda. TV7 on ainus eestikeelne telekanal, mis otsib just seda vaatenurka, millest on meile päriselt abi nii siin ajas kui igavikus.”

★★★★★

EELK Tartu praost Kristjan Luhamets



“Ausalt öeldes leian alati, mida vaadata. See on kanal, mis ehitab, õpetab ja hoiab õigel teel!”

★★★★★

Valve Haanjast



**TV7 Head Uudised**

**TV7 Head Uudised kevad-suvi 2024. Ajaleht ilmub septembris ja märtsis**

Kirjastaja: Taevas TV7 Kristlik Ühing MTÜ  
Vastutav peatoimetaja: Helina-Diana Helmdorf  
Tegevtoimetaja: Annika Kuusk  
Keeletoimetaja: Külli Kuusk  
Kujundaja: Päivi Palts  
Koostööpartner: MTÜ Kristus Igasse Kodusse (www.krik.ee)

**KÜSI AJALEHTI LÄHIMAST KOGUDUSEST VÕI TELLI TASUTA SUURI KOGUSEID LAIALIJAGAMISEKS: tv7.krik.ee**

Taevas TV7 Kristlik Ühing MTÜ | Ristiku 10, 10612 | tel. 44 22 227 | e-mail: tv7@tv7.ee | tv7.ee

**Krik**  
**Kristus Igasse Kodusse**

*In partnership with Every Home for Christ International*



Koostööpartneriks on MTÜ Kristus Igasse Kodusse: krik.ee

## KUIDAS NÄHA TV7?

Küsi teleoperaatoritelt:

TAEVAS TV7  
mobiilirakendusest  
veebiehitl: tv7.ee/tv

## TAEVAS TV7

# Laadi alla uuenenud mobiilirakendus!

Laadi alla App Store'ist

Hankige teenusest Google Play

## MEISTRI TÖÖKOJAS

Töökoda, muhedad saatejuhid ja erinevad mehed jagamas avameelselt oma elulisi lugusid – see on Meistri töökoda! Vaata ja kuula, kui võimsalt on Jumal kui Meister meeste elusid lihvinud!



Vaata reedeti kell 20.00!

## KIRKUSE KIITUSEKS

Vestlussaade Piibli naistest, nende taustast, lugudest ja tähtsusest usurahvale tänapäeval. Igas saates on külaline, kelle kaudu saab vaataja uusi teadmisi ja kuuleb tõe, mis aitab naisel oma vaimulikku identiteeti tugevdada ning mõista, kui eriline plaan on Jumalal iga naise jaoks.



Vaata alates 6. oktoobrist üle nädala pühapäeviti kell 19.30!

## KRISTLIKU MAAILMA UUDISED

CBN (Christian Broadcasting Network) World News ehk „Kristliku maailma uudised“ on rahvusvaheline uudistekanal, mis keskendub globaalsete sündmuste kajastamisele kristlikust perspektiivist, pakkudes uudiseid, reportaaže ja analüüse, mis käsitlevad poliitikat, majandust, kultuuri ja kristlaste tunnistusi. CBN kajastab erinevaid teemasid, nagu inimõigused, usuvabadus, rahvusvahelised konfliktid ja kristlike kogukondade elu erinevates maailma piirkondades.

Vaata reedeti kell 21.00!



## SÕNA JA LAUL – AEGUMATUD TÕED

Saatesari tutvustab vanemaid vaimulikke laule, millest enamikku on juba üle saja aasta lauldud erinevates kirikutes ja kogudustes. Saadet juhib USA-st Nashville'ist pärit misjonär Kris Robbie, kes inspireeriva sõnumi ja muusika kaudu annab edasi aegumatuid tõdesid.



Vaata alates 19. oktoobrist, laupäeviti kell 19.30!

## ÄRKAME 2024

Ülistus- ja palveteenistus

L 9.11 Toomkirik, "Õhtu täis õnnistusi" kell 17.00

E 11.11 – K 13.11 Tartu Pauluse kirik, "Ärkame 2024" kell 18.30

N 14.11 – R 15.11 Eesti Näitused, "Ärkame 2024" kell 18.30

L 16.11 – P 17.11 Eesti Näitused, "Ärkame 2024" kell 17.00

OTSEÜLEKANDED:

TAEVAS TV7

Pildiraadio  
KULDESAARE PEREKAADIO

TEEVILJUD TERVEHEMISE TEEKESKUS

Raadio7

Rohkem infot: [arkame.ee](http://arkame.ee)

ÜKS ELAV SÕNA JUMALALT VÕIB MUUTA KÕIK

# Mis on *Iisraelis* nii erilist?

Neemo Raasik  
pastor ja saatejuht



Maailmas on üks maa, mis erilisim teistest. See on Iisrael, mille Jumal kord kinkis oma sõbrale Aabrahamile igaveseks pärandiks. Maa, mis on vaid poole Eesti suurune, kuid ometi on seal mitu erinevat kliimavöödet, kõikvõimalikes pruunides toonides kõrbeid, lõpmatuid liivarandu türkiissinise merega, korallrahusid, troopilisi parke, metsaga kaetud mägesid, rääkimata inimkonnavanusest ajaloost ...

Olen külastanud Iisraeli üle 50 korra ja võiks arvata, et ma tunnen iga selle kivi, kuid kohati on mul Iisraelis käies tunne, et olen vaid selle pakutavast rikkalikkusest pinda kraapinud. Siiski olen avastanud Iisraeli kohta ühe suure saladuse – seda maad ei ole võimalik avastada õpiku järgi, vaid seda peab sügavuti tunnetama.

## Iisraeli seos kristlusega

Minu jaoks on kõige olulisem Iisraeli erilise põhjus see, et sellesse maasse on ajanud end sügavale meie usu juured. Siia sisenes kord Aabraham Jumala käsul ja tema pojad kõndisid selle põrmul paari sajandi jooksul emigrantidena. Kuid juba 400 aastat hiljem saabus siia mitmemiljoniline Iisraeli rahvas Moosese juhatusel. Kolme ja

poole millenniumi vältel ei ole nad siit kunagi täielikult lahkunud, kuigi kohati on jäänud alles vaid pisuke jääk.

Siin võid igal sammul lüüa Piibli lahti ja seista jalajälgedes, kus kord kõndisid patriarhid, Taavet, kuningad, prohvetid ja kus toimusid sündmused, mida võime lugeda Piibli veergudelt. Terve Iisraeli territoorium on üks suur arheoloogiline avastuste väli, millesse labidat lüües annab maapõu välja Piibli autentsuse ja ajaloo kohta käivad tõestusmaterjalid, mis kinnitavad, et siin elasid Iisraeli suguharud juba iidsetest aegadest.

Kõige olulisemad jäljed on kolmekümne kolme aasta jooksul jätnud sellesse maasse aga inimkonna kõige olulisem isik, Jumala Poeg, kellele Ta ema Maarja pani Jumala käsul nimeks Jeesus.

Sellest mõistame, miks Jumal nimetab Iisraeli maad korduvalt enda maaks. Ta andis selle Aabrahami soole, sest vajas üht jalatäit põrmu, ilma milleta ei oleks Ta saanud täita oma kavatsusi. Selleks Ta vajas seda maad ja selleks Ta vajas ühte rahvast. Kusagil planeedil pidi olema see laut ja söim, kus oleks koht Tema Poja sündimiseks. Kusagil pidi olema üks linnake, kus see beebi võis turvaliselt kasvada meheks. Kusagil pidi olema järve kallas, kus Tema Poeg pidi kuulutama Kuningriigi evangeeliumi, õpetama, tervendama. Kusagil pidi olema ristiga kungas, hauuga aed, ja mägi, millelt Jeesus pidi tõusma taas oma Isa juurde. Kõik see toimus siin, Iisraeli aladel.

## Konfliktide epitsenter

Jumal vajas seda maad ja see sai põhjuseks ajastutepikkusele konfliktile, mille niidid liiguvad sügavamale, kui pealiskaudselt paistab. Siin ei ole konflikt juutide ja palestiinlaste ega äärmusislamistlike terro-

rühmituste ja Iisraeli vahel. See on konflikt taeva ja põrgu vahel, sest Jumala plaan ei ole selle maa ja rahvaga veel kaugeltki lõppenud.

Siia maale saabub peatselt tagasi Jeesus – mitte enam beebina lihtsasse Petlemma lauta, vaid rahvaste karjasena valitsema seda maailma esimese õiglase Kuningana. Tema tuhandeaastase valitsuse ajal mõistab inimkond, mille me kaotasime Eedenis ja millisenä oleks võinud meie elu jätkuda alates Aadamast tänaseni. Tema globaalse kuningriigi valitsuse keskuseks saab Jeruusalemm. Esimest korda selle linna ajaloo jooksul täitub Jeruusalemma nime tähendus rahu linnana. See on veel üks suur põhjus, miks Jumal vajab seda maad, Jeruusalemma linna ja juudi rahvast. Kuid selles on ka peidus tegeliku konflikti põhjus, millesse on haaratud nii Iisrael kui ka kogu maailm.

## Jeesuse jalajälgedes

Inspireerituna Jeesuse imelisest elust Iisraeli maal, käisime selle aasta juunis oma filmitiimiga parajasti sõjaseisukorras olevas Iisraelis ja filmisime ühe hooaja „Jeesuse jalajälgedes“, saateid. Selles saatesarjas läheme koos teiega just nendesse kohtadesse, kus Jeesus sündis, elas, teenis inimesi ja kannatas ristisurma meie eest. Avame Piibli ja jutustame teile evangeeliumi sündmuseid just neist paigust, kus see kõik kunagi toimus ja kus kõndisid Jeesuse jalad.

Mõistsin sellel reisil uuel viisil seda, kui oluline on Iisrael Jumalale. Erinevaid inimesi kohates oli tunda, et kui mainisime, mida oleme tegemas Iisraelis, siis üsna mitmed ütlesid meile, et ka nemad usuvad Jeesust. Oli selgesti tunda, et Jeesus on saanud paljudele reaalseks. Isegi kipaga kunstnik Jeruusalemma vanalinnas joonistas Juuda lõvist maale ja tsiteeris Uut Testamenti. Tundus, et see aeg on väga ligi, kui juudi rahvas tunneb ära oma messiat!

## Juudid vs. kristlased tänapäeval

Läbi ajaloo on juutide ja kristlaste vahel olnud lahutav vahesein, nagu apostel Paulus seda kirjeldab. Kristlased süüdistavad juute, et nad löid Jeesuse risti ning et nad ei tunnista Jeesust kui oma messiat ning juudid omakorda ütlevad, et kristlaste usk ristil surnud messiasse on jaburdus. Nende kuvand messiasst on võidukas väejuht, kes triumfeerib vaenlaste üle. Samas tundub, et see lahutav sein on hakanud murenema.

Ma ei ole olnud kunagi riigis, kus käib sõda, kuid mind hämmastasid inimesed, kes tegid oma igapäevategevusi, nagu ei olekski riigis sõda. Meie filmimeeskond pidi tegema suurt selgitustööd munkadele, kes seisid jalad harkis uksele ette ja ei taht-

nud meil lasta filmida Jeesuse jälgi nende haldusalas olevates paikades. Kuid Jumal oli meile omavahelises suhtluses abiks ja lõpuks saime kõik vajaliku filmitud. Loodame juba detsembris esimesed „Jeesuse jalajälgedes“, saated TV7 jaoks eetrivalmis saada. Sama ajal saab TV7-st vaadata saatesarja „Piiblimatkad kõrbes“, kus uurime neid paiku, kus rändas Iisraeli rahvas enne Jeesuse aega.

## Hävingust öitsenguni

Saatan vihkab kõike ja tahab hävitada seda, mida Jumal armastab. Seda mõistes saame aru, miks on seda väikest maatikkest endale püüdnud rebida iga suurem impeerium. Iga tänapäeva suurriigi poliitik on soovinud minna ajalukku kui rahusobitaja Iisraeli-Palestiina konfliktis. Kuid alati on olnud tulemuseks prohvet Sakarja sõnade täitumine – kes läheb Jeruusalemma vastu, see vigastab ennast. (Sakarja 14:12). Mõni rahvas ei olegi selle teo tagajärgedest toibunud.

Kuigi rahvad ja kuningad on sellest maast üle käinud, on lõpuks ikka alles jäänud vaid juudid, kes on selle Jumala maatüki õigusjärgsed pärijad.

**Olles süvitsi uurinud Iisraeli maa pikka ajalugu, olen teinud kaks märgilist tähelepanekut. See maa on öitsenud vaid siis, kui Iisraeli rahvas on olnud selle valitsev peremees ja vaid siis, kui nad on olnud oma Jumalale ustavad.**

Viimane peremees oli Osmani riik, kes laskis maal sooks muutuda ja sedavõrd laostuda, et Galilea piirkonnas ei saanud kümnete kilomeetrite jooksul kohata ainsatki hingelist. Täna kerkivad siia uued linnad, kiirteed, infrastruktuur. Öitsev maa on kaetud põldude ja viljapuuadadega, sest viimase 75 aasta jooksul on taas kord peremeesteks selle omanikud. Seda ilu lihtsalt peab tulema ja endasse hingama.

Iisrael on maa, mida külastades poeb see mingil seletamatul viisil külastajate südamesse kogu eluks. See jääb meid siia tagasi kutsuma. Siit lahkudes ei lahku see sinu mõtetest, igatsustest, südamest. Märkamatu leiad end palvetamast Jeruusalemma, selle maa ja rahva hea käekäigu eest ja tunned valu ja rõõmu ühes nendega. See on nähtamatu, seletamatu side meie Jumala maaga ja prohvetlik tunnetus töötuste täitumise ootuses, mis on peatselt aset leidmas. ●



Saatesarja „Piiblimatkad kõrbes“ võtted. Foto: Erakogu

SAATESOOVITUSED: [tv7.ee/iisrael](http://tv7.ee/iisrael)





Enamiku eestlastega kristlusest rääkides tõstatub pidevalt üks igivana teema ristisõdadest, mis on viinud pealiskaudsete järelduste ja müütide levimiseni. Arvatakse, et kuna ristisõdijad vallutasid Eesti alad 13. sajandi alguses, siis järelikult oli esmane kokkupuude kristlusega üksnes vägivaldne ning seega on kõik usuga seondud negatiivne ja silmakirjalik. Kes teemat vähegi rohkem uurib, võib aga avastada, et Eestis elasid esimesed kristlased juba enne ristisõdu ning ristisõdijad on Piibli ja kristluse põhilise sõnumiga suures vastuolus.

*Eestis toimus aastatel 1208–1227 Liivimaa ristisõda, mis oli osa laiema Läänemere piirkonna ristiusustamise protsessist. Ristisõda viis Eesti alade allutamiseni Saksa ordu ja Taani kuninga võimu alla, mille käigus rajati uued n-ö kristlikud struktuurid, sh linnused ja kirikud. Liivimaa ristisõda tõi kaasa suuremaid muutusi Eesti poliitilises, sotsiaalses elus, sh Eesti alade integreerimise keskaja Euroopa kristlikku maailmapilti.*

# RISTISÕDIJAD ≠ KRISTLUS

## 1. MÜÜT: Esimene kokkupuude kristlusega oli vägivaldne ristisõda

Tihti võib kuulda väidet, et kristlus on eestlasele midagi olemuslikult võõrast, mis esmakordselt suruti vägivaldselt peale 13. sajandi muistse vabadusvõitluse ehk Liivimaa ristisõja (1208–1227) tulemusena. Jäetakse mulje, justkui esimesed kristlased tulid Eestisse üksnes vallutajadena 13. sajandi alguses. Tegelikult olid enne ristisõdu meie esivanemad kristlike misjonäridega juba kokku puutunud, seda nii läänekristluse ehk tollal roomakatoliikluse kui ka idakristluse ehk õigeusu kuulutajatega. Näiteks tõendab varasemat kokkupuudet see, et eestikeelne kristlik sõnavara pärineb nii lääne- kui ka idakristlusest. Kusjuures mitmed olulised mõisted on tulnud ida poolt. Näiteks eestikeelne sõna rist tuleneb slaavi krestist, raamat tuleneb slaavipärasest grammatist. Läti Hendrik kirjutab oma kroonikas, et eestlased kutsusid kristlastest vaimulikke pappideks, see sõna on samuti õigeusu päritolu. Need sõnad on jõudnud meie keelde enne saksa ristirüütlite tulekut 13. sajandi alguses, sest pärast ristisõdu oli Eestimaa läänekristlikus ruumis ning idakristluse mõjud olid väga minimaalsed. Lisaks, nagu märgib Läti Hendrik, oli nii mõnigi sõna (papp) juba kasutuses ristirüütlite tuleku ajal. Seega olid meie keeles juba kodunenud mõned kristlikud mõisted ja sõnavara. On andmeid ka läänekristlikest misjonäridest enne 13. sajandit. Umbes aastatel 1060–1070 viibis Eestis munk J. Hiltinus, 1165. aastal pühitses taanlasest Lundi

peapiiskop Eskil Eestimaa piiskopiks Fulco, kelle ülesandeks sai kristliku sõnumi kuulutamise Eesti- ja Liivimaa asukate seas. 1187. aastal määras paavst Alexander III Fulcole abiliseks eestlasest munga Nikolause. Rahvapärinus seostab nii Fulcot kui ka Nikolaust Saha kabeliga Harjumaal, mis võis olla nende tegevuse keskuseks. Kuigi kristlus ei hakanud sel ajal veel laialdaselt levima, olid esimesed kokkupuuted sellega juba enne ristisõdu.

## 2. MÜÜT: Meie esivanemad olid kõik üheskoos ristisõdijate vastu

Nii mõnedki eestlased kuulutavad julgelt, et juba meie esivanemad olid kõik üheskoos maa- ja looduseusku ning võitlesid vapralt nn muistse vabadusvõitluses ehk Liivimaa ristisõjas kristlike vallutajate vastu. Seda arusaama on kinnistanud kirjandusteosed, nagu näiteks „Meelis,“ ja „Ümera jõel,“ ning nõukogude ajal propageeritud ajaloo teadus, mil vaenulikkus kristluse suhtes oli riigivõimu ametlik ideoloogia. Ajalugu on siiski palju mitmetahulisem kui must-valged teooriad ja nõukogude võimu pealesurutud väited. 13. sajandi alguses ei olnud olemas ühist arusaama vabadusest. Eesti aladel asusid muinaskihelkonnad, mis ei olnud omavahel sugugi sõbralikes suhetes. Nii mitmedki neist olid konflikti jooksul (1208–1227) mestis hoopis saksa ristirüütlitega oma suguvendade vastu või idast tulevate venelaste vastu. 1216. aastal toetasid sakslased Ugandi kihelkonda võitluses Pihkvast tulevate venelaste vastu. 1220. aastal rüüsta-

sid Ugandi ja Sakala mehed koos sakslastega Järvamaad, kusjuures konflikti satuti saarlastega, kes olid samuti Järvamaad rüüstamas. Kuigi üksikuteks hetkedeks koonduti ühiserindeks ristisõdijate vastu, siis sageli võitlesid maakonnad ka teineteise vastu, sest puudus ühtne rahvustunnetus ja riik.

## 3. MÜÜT: Kristlusel puudus enne ristisõda kandepind

Kollektiivsest ja järjepidevast vastupanust kristlikele vallutajatele ei saa juba rääkida sellepärast, et nii mõnigi eestlastest linnuse- või maavanem oli Liivimaa Hendriku kroonika järgi kristlane. Siinkohal on kõige kuulsamaks näiteks Tabelinus, kelle kohta kirjutab Läti Hendrik oma kroonikas. Tabelinuse näol polnud tegemist lihtinimesega, vaid kohaliku juhtiva isikuga. Seega võib järeldada, et kristlusel oli kandepind valitseva klassi hulgas enne ristirüütlite tulekut. Tabelinus tõendas Liivimaa ristisõja ajal sakslastele, et ta oli juba varem ristitud Gotlandil. Seega tegemist oli inimesega, kes oli saanud kristlaseks enne ristirüütlite tulekut. Ta oli teadlikult kristlane ja oskas seda ka tõendada. Usk polnud sel ajal eraasi, vaid paratamatult kogukonda liitev ja mõjutav aspekt – kui juht oli kristlane, siis ei olnud ta üksi kristlane.

Robert Bunder  
EELK Rannu Püha Martini koguduse õpetaja ja TÜ praktilise usuteaduse õppetooli teoloogia nooremteadur MA

## 4. MÜÜT: Ristisõjaideoloogia võrdub kristlusega

Usuvahetus oli tol ajal poliitiline, mitte usu- line küsimus. Ka paganliku vastupanuga protestiti võimusuhte muutumise, mitte kristlike ideede kui selliste vastu. Alates 13. sajandi teisest veerandist võime eestlasi nimetada kristlasteks ja Eestit kristlikuks maaks – reservatsiooniga, et tegu oli kristliku maaga poliitilises mõttes ja kristlastega kirikuõiguslikus mõttes. Alles 13. sajandi teisel poolel hakkasid vägivaldset misjonit kritiseerima kerjusordud, kes leidsid, et siinsele rahvale pole Kristuse tegelikku sõnumit kuulutatudki. Ometi läks veel kaua aega, sest alles 15. sajandil hakati tähelepanu pöörama usu- ja teoloogilisele sisule.

Kas ristisõdijate eesmärk oli kristluse toomine või vallutus? Ajaloolaste vaatenurgast olid 13. sajandi ristisõdade kontekstis need eesmärgid mõlemad niivõrd läbipõimunud. Ristisõdade uurimisele pühendunud Briti ajaloolane C. Tyerman selgitab, et ristisõjad on fenomen, mida ei saa seletada tänapäevastest väärtushinnangutest lähtudes. Ristisõdadeni ei viinud ainult materiaalse kasu iha või usuline vagadus, tegemist oli erakord-

selt keerulise seguga vagadusest, religioosset idealismist, lootusest materiaalsele kasule ja murest oma hingeõnnistuse pärast – said ju oma töötuse täitnud ristisõdijad indulgentsi. Ristisõda võis olla ka mõjutatud päevapoliitikast. Näiteks on juhtumeid, kus risti võtmise ja paganate vastu sõtta mineku tingisid lahkkelid valitsejaga. Ristisõda oli hea põhjus mõneks ajaks pildilt kadumiseks, seejuures päästis ristisõdija staatus lahkujad võimalikest sanktsioonidest. Siinsed ristisõjad olid sama palju tingitud ka poliitilisest reaalsusest – Hispaania ja Läänemere piirkonnas tingis poliitiline ekspansioon ja asustustegevus ristisõdu, mitte vastupidi, nagu võis täheldada Lähis-Idas.

Ristisõdijad on olnud eestlase jaoks justkui kristluse maaletõojad, kuigi nende tegevus pole kuidagi kooskõlas Piibliga. Enne kõike kasutasid ristisõdijad kristlust poliitiliste ambitsioonide õigustamiseks või saavutamiseks. Nad tõid Eestisse „kristluse“ ilma Kristuseta. Ka algkogudus ja esimesed kristlased ei levitanud maailmas kristlust sellisel moel. Piiblis on hulgaliselt kirjakohti, mis rõhutavad rahu ning mõistavad hukka igasuguse vägivalda. Kristluse ole-

mus on hoopis midagi muud kui inimtekkeline ristisõdade ideoloogia. Jumal mõistab kahtlemata hukka igasuguse vägivaldselt peale surutud usu. Seetõttu võiksime vaadata teemale uue, sügavama pilguga. ●

Kasutatud allikad:

Altnurme, Riho. (2018). Eesti kiriku- ja religioonilugu. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus. Tyerman, Christopher. (2010). Jumala sõda. Ristisõdade uus ajalugu. Tallinn: Varrak

Annika Kuusk  
TV7 toimetaja

Muidugi on selge, et Jeesuse õpetuses pole mingeid märke sellest, et Ta pooldaks vägivaldset misjoneerimist, kuid ajaloo sündmused ja ajastu vaimulaad on pannud inimesi tegema asju, mis meile täna on täiesti vastuvõetamatud. Me võime nende inimeste motiive küll inimlikult püüda mõista, kuid mitte kuidagi Jumala sõnaga õigustada.

Joosep Tammo  
Pärnu Immaanueli Baptistikoguduse emeriit-pastor, endine EEKB Liidu president

Tunnustatud ajaloolaste, arheoloogide koostatud kõrgkooliõpik „Eesti kiriku- ja religioonilugu“ tugineb uusimatele uurimistulemustele ning annab edasi põhjalikumalt pilti antud teemast. Nii ajaloo kui ka arheoloogia allikad näitavad, et teadmine kristlusest pidi jõudma Eesti aladele enne ristisõda 13. sajandi algul. Enamik teadlasi on ühel meelel, et kristlus oli tuntud juba enne ametlikku ristiusustamist, millega koos levis Põhja-Euroopas ka kirjakuultuur, tihedam integratsioon üle-euroopalise kultuuriruumiga jne. Enamik uurijaid arvab, et hiljemalt 12. sajandil olid kohalikud elanikud tuttavad kristlusega ning hakkasid mõjutama siinseid arusaamu. Juba 11. sajandi lõpust leidub Eestis kristlikku sümbolikat ja 12. sajandi vältel kujuneb ristist enimlevinud sümbolika vorm, mida Eesti aladelt on leitud. Ühtegi teist sümbolit peale risti ei ole Eestis nii arvukalt ja erinevates kontekstides kasutatud.



# Kust allikast pärineb reiki tervendus?

**Kindlasti oled kuulnud tervendajatest, kes püüavad inimesi üleloomulike võimete ja erinevate tehnikatega aidata. Täna kiire elutempoga maailmas otsitakse meetodeid lõõgastumiseks, ärevuse, depressiooni leevendamiseks ja rahu leidmiseks. Samal ajal seisavad inimesed ka silmitsi probleemidega, mida meditatsioon ei suuda lahendada. Seetõttu on hakanud laiemalt levima energeetilise tervenduse praktikad. Kas me päriselt teame, kust allikast see kõik pärineb ja kas see on tõesti parim inimese jaoks? Seekord võtame luubi alla eelkõige Jaapanist pärit reiki.**

Autor on toimetusele teada

Artikli eesmärk on juhtida tähelepanu reiki jt energeetiliste tervenduste ohtudele ning rääkida nende inimeste lugusid, kes on kogenud nii uue vaimuse mõjusid kui ka Jeesuse Püha Vaimu tervendavat väge. Kuna sekulaarne meedia populariseerib uut vaimust, siis on kristlaste lood jäänud tagaplaanile. Vahet pole, kas oled reiki meister, mõne energeetilise tervenduspraktika klient või kuuled sellest teemast esimest korda, kutsume kõiki üles kaasa mõtlema, millisest allikast pärineb tervendus?

Kindlasti on lugejate seas inimesi, kes peavad kõiki üleloomulikke kogemusi väljamõeldisteks või põhjendavad tervenemist platseeboefektiga. Samas on ka inimesi, kelle jaoks üleloomulikud kogemused on väga isiklikud ja

reaalsed. Energeetilised tervendused pole pettused, vaid väga reaalsed, vaimsed kogemused. Seega soovitatakse lugeda kõiki järgnevaid tunnistusi avatud meele ja mõistva hoiakuga isegi siis, kui endal puudub kogemus ning kohe neid ei mõista.

**Reiki** (rei ehk universaalne, ki jaapani keeles eluenergia) on n-ö energiaravi meetod, mis laenab suures osas ideesid budismist, taoismist, šintoismist ja konfutsianismist. See on 20. sajandi algul jaapanlase Mikao Usui poolt välja töötatud vaimne tehnika, mille ta enda sõnul sai Kurama mäel mediteerides. Reiki ravija suunab allasuunatud peopesadega haige kehale reikienergiat. Vahel kasutatakse silitavaid puudutusi, energia kaugkanaldamist või antakse patsiendile reikiga väestatud ese.

## „Reiki muutis mu elu põrguks“

Yanique Sharifa räägib, kuidas ta läbis reiki kursused praktilisel eesmärgil, lootes enda ja oma pere terviseprobleeme leevendada. Ta kirjeldab: „Reikit tehes hoidsin käed patsiendi keha ligi ja peatusin kohtades, kus energia näis olevat kinni. Käega joonistasin erinevaid reiki sümboleid, mis on kui meediumid, portaalid. Tundsin reaalselt reiki energia kanaldamist oma kätega.“ Ühel hetkel pidi Yanique reikiga lõpparve tegema, sest muutus ülitundlikuks erinevate toiduainete suhtes. Samuti muutusid ülitundlikuks tema meeled – naine hakkas tajuma kõikide end ümbritsevate inimeste probleeme. Ta tunnistab: „Ühistranspordiga sõites või kontoris töötades tundsin teiste inimeste ärevust, depressiooni, muremõtteid. Selle tulemusena mu paanikahood muutusid veel hullemaks kui enne reikiga tegele-

mist. See muutis mu elu põrguks.“ Nüüd otsib naine teisi lahendusi ärevuse- ja paanikahoogude leevendamiseks uue vaimuse praktikate laiaast valikust. Seni pole ta veel lahendusi leidnud.

## Kuulus uue vaimuse edendaja pani ameti maha

Ameeriklanna Doreen Virtue oli uue vaimuse ringkondades tuntud nimi. Ta andis välja üle 50 raamatu jt esoteerilisi tooteid. Ta segas esoteerikat ja okultismi kokku hinduismi, keldi mütoloogia, põlisameeriklaste spirituaalsuse ja isegi kristlusest pärit inglitemaatikaga. Doreenist sai ka aastakümneteks reiki meister. Kuigi tema äri oli edukas, hülgas ta 2017. aastal kõik varasemad uskumused ning lasi end ristida anglikaani kirikus. Nüüd valutab ta südant kõikide pärast, kes näevad reikit ohutu ettevõtmisena. Tema sõnul tekitab reiki pealtnäha hea tunde ja näib töötavat, kuid sellest võib jääda sõltuvusse. Suure probleemina näeb Doreen seda, et paljud tänapäeva massöörid lisavad reiki võtteid isegi oma massaažitehnikasse. Massöör kanaldab reikit kliendi kehasse sujuvalt ilma luba küsimata. Reiki võib tunduda inimesele meeldiv ja massöör tundub seetõttu andekas, eriliste võimetega tervendaja. Murekoht on ka see, et osa inimesi levitavad teooriat sellest, et Jeesus tegi ka reikit. Jeesus ei pidanud teiste tervendamiseks kasutama sümboleid, sest Jeesus on Jumal. Seevastu reiki praktika ja sümbolid töötas välja üks jaapani mees aastatuhandeid hiljem. Siinkohal on deemonlikud jõud püüdnud kopeerida Jumalat, sest ka Piiblis räägitakse käte pealepanemisest haigetele. Tervendus, mis pärineb Jumalalt, ei vaja sümboleid ega tasulisi taseme-

koolitusi. Doreen kutsub üles kõiki eristama väga selgelt Jumala Püha Vaimu ja reikit: „Neid kahte ei tohi segada. Jumal tervendab ka täna! Kõik muud energiad alluvad Jeesuse väele.“ Doreen kinnitab, et reikit sõltumise lõpetamiseks ei pea tegema mingeid rituaale, vaid tuleb paluda lihtsalt Jumalalt andeks, parandada meelt ning palvetada, et Jumal puhastaks südame.

## Reiki kui pidu koos demonitega

Ameeriklanna Angela Ucci Oregonist kirjeldab, kuidas tema teekond algas joogast, mida reklaamitakse Lääne riikides kasuliku meetodina hea tervise ja tasakaalu saavutamiseks. Tal oli depressioon ja skolioos. „Hakkasin seostama neid hädasid kinniste tšakratega, mistõttu tundus mõistlik minna reiki seansile. Seal tekkis huvi hankida tasuline sertifikaat, et ka teisi aidata. Reikit tehes visualiseerisin valgust ning kutsusin vaimumaailmas igasugused „spirituaalsed teejuhid“ (ingl *spirit guides*) ühisele peole: Buddha, (vale)Jeesuse, endised reiki meistrid, inglid Miikaeli, Gabrieli, Rafaeli jpt. Arvasin, et need kõik teevad head. Mul polnud õrna aimugi, et need on deemonlikku päritolu. Tundsin kätes reiki energiat, sain seda juhtida ning selle abil inimese kehas takistusi eemaldada.“ Noor naine meenutab, kuidas tegi iga päev joogat, reikit, ümbritses end kristallidega, luges eneseabi raamatuid, puhastas energeetiliselt oma kodu, söi tervislikku toitu jne, aga ei saanud aru, miks kõigele vaatamata painab teda ikka meeletu tühjustunne ja depressioon. Veebiavarustest vastuseid otsides jõudis naine veel sügavamale uude vaimusesse, uurides tähelapse teooriat (ingl *starseed*), astroloogiat, karmat, ala-

teadvuse puhastamist jpm. Sellest tulenevalt ta järeltas, et deemonitega tuleb hoopis sõbraks saada. Sellest hoolimata hakkas tema reiki äri pidurduma. Hiljem sai Angela teada, et üks kristlasest sõbranna oli tema eest palvetanud. Ta tunnistab pisarsilmil: „Isegi ajal, mil Jumalat põlgasin, vihkasin, mõnitasin, võrdlesin Jeesus Buddha jne, Jumal ikka armastas ja kaitses mind!” Täna on Angela veendunud, et reiki puhul ei kanaldata sugugi head universaalset energiat, vaid tegemist on deemonliku tegevusega, mis on kristlaste tervenduspalve ja käte pealepanemise võltsing.

#### Reiki kui osa nõidusest

Šotimaalt pärit Liz on endine reiki meister, kelle jaoks oli suur üllatus, et kristlased palvetavad haigete eest. Nähes videosid usklikest, kes liikusid tänavatel ringi, palvetasid tervenemise pärast Jeesus nimel ja Püha Vaimu väes, oli ta üllatunud, kui lihtne ja ilus see on. Reiki meistrina tekkis aga küsimus, miks ta ei näe selliseid tervenemisi oma sessioonide ajal. Ta tunnistab ausalt: „Patsiendid tundsid end küll rahulikult ja kenasti, aga nad ei saanud päris täielikult terveks. Hakkasin Piiblit lugema, teemat süvitsi uurima ning ühtäkki avastasin, et reiki on osa nõidusest. Otsustasin panna kinni kogu enda reiki äri. Mõistsin, et ma ei saa segada kahte täiesti erinevat vaimset allikat.” Seega otsustas ta paluda Jumalalt andeks ja soovis saada ristitud Püha Vaimuga. Ta tundis füüsiliselt, kuidas deemonid temast lahkusid. Nüüdseks palvetab ta kõikjal inimeste eest Jeesus nimel ning näeb oma silmaga, kuidas Jumal tervendab. Liz paneb kõigile südamele: „Uue vaimuse energeetilised tervendajad ei tea, missugust allikat nad kasutavad, näiteks kes tegelikult sinu sisse tuleb või sind päriselt juhib. Elu Püha Vaimu väega on totaalselt erinev – tunnen, et olen täiesti uuesti sündinud!”

#### Reiki meistri küündimatud püüded

Ameeriklanna Emily Oregonist hakkas tegema kristallide, tarokaartide ja reikiga, et leida tervendust tühjustundele ja hingehaavadele, mis olid tekkinud lapsepõlvtraumadest ning sõprade kaotamisest. Ka Emilyst sai reiki meister, kes lootis aidata nii teisi kui ka ennast. Kõik võttis aga ootamatu pöörde, kui Jeesus ilmus talle unenäos ning üllataval kombel keset reiki seansi. Ta kirjeldab: „Sel hetkel tundsin tohutut ja ülevoovat väge. Ma avasin oma silmad ja nägin Teda enda kõrval. Tundsin oma kehas elektrivoolu, mu pisarad hakkasid lihtsalt voolama. See kogemus oli nii võimas! Tundsin, et ei taha mitte kunagi enam proovida tervendamist ilma Jeesuseta. Nii hakkasin lugema Piiblit, et Temast rohkem teada saada. Avastasin ühtäkki, et Piiblis peituvad sõnad on elavad.” Lisaks palvetas üks kristlane tema skolioosi pärast Jeesus nimel ja Jumal tervendas selle. Emily sõnul oli ka see kogemus nii võimas, et ta tahtis Jeesusest veel rohkem teada saada. Ta meenutab: „Reiki meistrina ei suutnud ma kunagi sellisel moel tervendada, nagu Jeesus seda tegi. Jeesus tõesti näitas mulle, et Tema on tõeline tervendaja. Nii andsin ma oma elu Jeesusele ja loobusin oma ärist. Jeesus tõi mulle tõelise rahu, mida olin otsinud. Isegi siis, kui ma Teda ei otsinud, oli Tema see, kes mind hoidis! Ta tervendas mu selja, mida ma polnud kunagi suutnud reiki abil teha.”

#### Süngest vaimumaailmast välja Jumala abiga

Austraallanna Francesca Knappi kimbutasid terve elu halvad unenäod, raskustunne

ja depressioon, millele ta otsis lahendusi kõikjalt. Ta lootis tegeleda lapsepõlvtraumadega reiki, jooga ja kundalini energia abil. Ta hakkas nägema vaimolendeid ning kõik läks aina süngemaks, sest need olen did ei lasknud tal enam isegi öösel magada. Francesca püüdis abi saada hinduismist, budismist meditatsioonist, energeetilisest tervendusest, positiivsest mõtlemisest, aga mitte miski ei aidanud. „Ühel ööl, kui uneterror mind taas tabas, siis ma enam ei hakanud endale ette lugema positiivset afirmatsiooni ehk enesesisestust, energeetilist tervendust jms, vaid palusin Jeesus appi, ja kõik lõppes järsku! Ma jätkasin oma tegevusega, kuid hakkasin ka Piiblit uurima ja palusin Jumalat: „Kui oled päris, siis tõesta mulle!” Kartsin, et äkki kristlus on lihtsalt ususüsteem, mis tahab mind kontrollida. Ütlesin Jumalale, et ma tahaks olla Tema laps, aga ma ei taha mingit distsipliini. Olin sel ajal rase, mul oli tohutu iiveldus, mõtlesin, et ainus asi, mida süüa saan, on suhkruküpsis. Olin jõuetu, näljane, ei jaksanud kuskile minna. Korraga kuulsin koputust uksele. Üks baptistikiriku liige andis mulle karbi suhkruküpsistega. Hakkasin nutma, sest teadsin, et Jumal ütles mulle sel hetkel: „Ma armastan sind. Ära muretse distsipliini pärast, ma hoolitsen su eest”. Paar nädalat hiljem sai Francesca ristitud ning on eluga rahul ja õnnelik.

#### Hirmus kogemus reiki patsiendina

Ka Maria (nimi muudetud, isik toimetusele teada) oli kunagi uue vaimuse teemadest huvitatud ja veendunud, et universaalse allika kanaldamine toob tervise. See kõik tundus väga loogiline ja mesi tema kõrvadele. Tundus hea mõte paluda lähedaselt, et ta õpitud reiki meetodit valulikul jalal praktiseeriks. Järgnev ei unune tal iial. Ühtäkki tundis, et

on enda kehas löksus, ei saa liigutada, rääkida ega appi karjuda. Maria ei mäleta, kui kaua see kestis, aga kuidagi sai sellest lõpuks välja. Ta oli šokeeritud sellest hirmsast kogemusest. Ilmselt oli see halb üllatus ka tegijale endale, sest tema tahtis ju tõesti ainult head. Olles nüüdseks üle kümne aasta kristlane ja kogenud Püha Vaimu tervendavat väge, võib kinnitada, et tegemist oli deemonliku nähtusega. Püha Vaim ei tekita kunagi hirmsat, vangistavat tunnet. Püha Vaim on kõikidest „energeetilisest energiast” lihtsalt kirjeldamatult üle.

#### Hea energia?

Tavaliselt ei uuri enamik inimesi täpsemalt seda, kust allikast tervendus pärineb. Enamasti usutakse, et allikas on lihtsalt üks „universaalne eluenergia”, millele on antud erinevaid nimetusi, nagu näiteks chi/qi, prana, valgus, bioenergia, kõrgem teadvus, kundalini, reiki jne. Kõigi nende puhul usutakse, et energia vaba voolamine kehas on tervise ja heaolu eelduseks. Hingamisharjutuste ja meditatsiooni abil püütakse energia takistusi tuvastada ja neid eemaldada, et taastada keha loomulik tervis ja tasakaal. Uus vaimsus võrdsustab Püha Vaimu isegi eelpool loetletud energiatega, sest uus vaimsus paneb kõik nähtused kokku, jätmaks muljet, et midagi pole üldse vaja eristada.

Erinevad uue vaimuse tervendajad usuvad siiralt, et kasutavad „head või valget energiat”. Paraku toimub vaimumaailmas üsna kõva võitlus, kus pealtnäha hea allikas võib osutuda n-ö hundiks lambanahas. Seda on Piiblis tabavalt kirjeldatud 2. Korintlaste raamatu 11. peatükis: „Saatan ise moondata end valguse inglüks ...” Deemonlikku päritolu „energiad” ei näe pealtnäha sugugi hirmsad ega ohtlikud välja.

#### Võrreldamatu Püha Vaim

Kes Püha Vaimu tunneb, teab, et tegemist on võrreldamatu allikaga. Esiteks, Püha Vaim on isikuline ehk osa kolmainsusest (Isa, Poeg ja Püha Vaim) ning on seega otseselt seotud Jumala isikuga. Teiseks, Pühal Vaimul on hoopis suurem funktsioon ja eesmärk. Ta juhib meid Jumalani, kes on Tõde ehk tõeline allikas. Jumala juurest leiame rahu, rõõmu, oma tegeliku identiteedi. Jeesus ristitöö läbi on igaühel võimalik vastu võtta tervis nii hingele kui ka ihule. Kolmandaks, Püha Vaim jagab kristlastele erinevaid vaimuande (nt tervendamine, prohvetlik kõne, vaimude eristamine and jpm), millele saab teisi aidata. Neljandaks, Pühal Vaimul on hoopis teistsugune autoriteet vaimses sfääris. Kokkuvõttes alluvad kõik „energiad” Jumala väele. Uues Testamendis Efeose kirjas on öeldud, et Kristus on üle iga valitsuse, meelevalla ja väe. Kõik on alistatud Tema jalge alla. Viiendaks, kõik eelpool kirjeldatud tunnustused kinnitavad kõike eelpool öeldut.

**Kokkuvõttes saab tervendaja alati oma info ühest allikast, kas siis deemonitelt või Jumalalt. Nende kahe vaimse allika võitlus on kestnud terve inimkonna ajaloo ning jätkub ka tänapäeval. Meil kõigil on võimalus teadlikult valida tõeline allikas, mille headuses võib kindel olla. See on kõigile tasuta! Olge hoitud!**

Kasutatud allikad:

Hiimäe, R. (2019). *Usundid ja vaimsed õpetused Eestis*. Tallinn: Varrak  
Tunnistused Youtube'ist on leitavad eesnime ja märksõna „reiki” abil



SAATESOOVITUSED:

tv7.ee/uus-vaimsus-ja-teised-eksiopetused



# Nulltolerants pornole – MIKS?

## MIKS?



Valtrik Pihl  
3D Koguduse pastor

Pornograafiasõltuvus puudutab üha suuremat osa meie ühiskonnast. Pornosõltuvus võib olla nii tugev, et tundub, nagu sellest ei saaks kunagi vabaneda. Kristlastena teame, et tee vabadusse on olemas. Pornosõltuvusest vabanenud inimeste enesehinnang on paranenud, suhted on muutunud tugevamaks, samuti tervis ning nad kogevad oma elus sügavamat rahulolu. Julgustav on teada, et igäiks saab selle väljakutse ületada ning leida uuesti tasakaalu ja rahu oma elus. Jumala abiga on kõik võimalik!

### Miks pornosõltuvus tekib?

Põhjused võivad olla erinevad. Paljud uuringud näitavad, et pornograafia tarbimine põhjustab ajus dopamiinitaseme tõusu, mis tekitab sõltuvust – sama muster kehtib ka narkootikumide puhul. Meie aju hakkab nõudma üha rohkem pornograafiat, et kogeda uuesti sama tunnet.

Paljud inimesed kasutavad pornograafiat ka stressi ja ärevuse leevendamiseks, kuid see toimib vaid ajutiselt. Pikemas perspektiivis süvendab pornosõltuvus psühholoogilisi probleeme ja kahjustab inimese vaimset tervist ning enesehinnangut. Lisaks võib sõltuvuse tekkimine olla seotud ka varasema traumaga, näiteks lapsepõlves kogitud seksuaalse väärkohtlemisega, mis võib muuta pornograafia tarvitamise üheks toimetulekumehhanismiks.

### Pornograafia tegelik mõju

Juba esmakordne ja ebaregulaarne tarbimine mõjutab alateadlikult inimese hinge. Paljude pornosõltlaste teekond algab väga väikesest kokkupuutest. Eriti vastuvõtlikud on süütud lapsed, kelle puhtaid meeli rikub pornograafiline materjal sedavõrd, et mõjud võivad avalduda alles aastaid hiljem.

Pornograafia tarbimine kahjustab inimese suhteid ja enesehinnangut ning loob ebarealistlikke, moonutatud ootusi seksuaalsuhetes, mis viib omakorda rahulolematuse ja konfliktideni partneriga. Vaimse tervise probleemid, nagu ka depressioon, ärevus ja madal enesehinnang on tihedalt seotud pornosõltuvusega.

Pornograafia ja selle ümber tekkinud tööstus ei mõjuta mitte ainult tarbijaid, vaid ühiskonda laiemalt. Pornotööstus on tihedalt seotud inimkaubanduse ja sunni-

tööga ning selle ohvriks langenud inimesed kogevad sageli füüsilist ja vaimset vägivalda. Paraku on pornotööstusel ka tugev seos lasteprostitutsiooniga. Hinnanguliselt üle 100 000 veebisaidi pakub täna lastepornot. Ka kurikuulsa Onlyfansi veebilehelt on laekunud teateid väärkohtlemisest ja ekspluateerimisest. Näiteks on olnud juhtumeid, kus sisuloojaid on survestatud (fännide, agentide, mänedžeride OnlyFansi haldajate, aga ka sisuloojate lähedaste poolt), et nad raha teenimise eesmärgil toodaksid intiimselt räigemalt sisu, kui nad alguses plaanisid. Probleemiks on ka asjaolu, et platvormi kasutavad alaealised ning mõnikord levitatakse pilte ilma nende loata.

### Sügavam vaade

Pornosõltuvus on tõsine probleem, sest see lahutab inimese Jumalast. Inimene on lõksus, kust ta ise oma tahtejõu abil välja ei saa, sest tegemist on deemonlike mõjutustega nii vaimsel kui ka füüsilisel tasandil. Kõigepealt peab inimene ise tahtma vabaks saada ning seejärel on vaja palvetada. Palves saame Jeesuse Kristuse väega purustada kõik deemonlikud ahelad ja sidumised ning võtta vastu täieliku andestuse ja vabaduse. Jeesuse nimes on tõepoolest erakordne vägi – seda on tunnistanud paljud, kes on mitmetest sõltuvustest vabaks saanud. Piibel kinnitab, et inimene on vääruslik ja eriline, kuna oleme loodud Tema näo järgi. Jumal pakub meile armu, andestust ja abi, olenemata sellest, kui sügavale oleme langenud.

### Ühiskonna hoiakud

Paraku näeme üha rohkem, kuidas pornograafiast räägitakse kui süütust ajaviitest. Avaliku ruumi, muusikatööstuse, kunsti ja meedia, rääkimata sotsiaalmeediast, on vallutanud erootilised pildid, videod ning tekstid. Pornograafia normaliseerimise ja süütuna kujutamise tagajärjeks on üha rohkem karkiseid ja lõksus olevaid hingi – inimesi, kes ei saa oma eluga hakkama.

Lapsevanemad elavad sageli õndsas teadmatuses ning ei adu ohte, millega nende lapsed ja noored kokku puutuvad ning kuidas see võib rikkuda noorte elu. Täiskasvanutena võiksime olla eeskujuks ning mõista hukka igasuguse pornograafia propageerimise meedias ja ühiskonnas laiemalt.

### Lootus ja uus algus on võimalik

Kui sa pole usklik, võivad teiste lood Jumala abiga leitud vabadusest ja tervenemisest olla sulle julgustuseks. Uuri julgelt, millised kristlikud organisatsioonid ja kogudused saavad sind sõltuvusest vabanemisel aidata ja toetada. Täna on sul võimalik teha esimene samm uue elu suunas, et vabaneeda pornosõltuvusest ja alustada oma teekonda tervenemise ja tõelise rahu poole. ●

## VABADUS, millest ei osanud unistadagi

Autor on toimetusele teada

Pornograafiaga puutusin esimest korda kokku viiendas klassis, sõltuvuseks muutus see hiljem. Sõltuvusega võitlesin 12–15-aastaselt. Sel ajal oli populaarne teha videokõnesid ühel veebileheküljel võhivõrastega, kelle hulgas oli palju perverte. Kui nägime kedagi alasti, siis karjusime ja lõpetasime kõne. Mäletan, kui imelik ja vastik oli paljaid mehi näha, aga kuna see tegi nalja, läksime aina uuesti vaatama. Tol hetkel ei mõelnud ma, et mõne aasta pärast vaatan pornograafilist sisu juba ise regulaarselt.

Sõltuvusel oli väga süütu algus. Guugeldasin, kuidas alaealisena detektiiviks või politseinikuks saada, sest tõsielujuhtum pedofiilist Eestis ajas ebaõiglusest ja vastikusest kohe keema. Nii sattusin interneti pimedale poolele. Mu sees võitlesid vastikus ja raskesti seletatav miski, mis ei lasknud mul leitud pornolehelt silmi ära pöörata. Alguses tundus porno hõlbus viis maailma ja enda eest põgenemiseks. Kuid pornograafia tõmbas mu juba madala enesehinnangu veelgi rohkem alla ja probleemid minu sees aina süvenesid.

Vandusin, et sellest ei saa mitte keegi iialgi teada. Olin täiesti kindel, et selle saladuse viin endaga hauda, sest ei tahtnud elada teadmise, et teised teavad. Olin juba väikesest peale teadlik Jumalast ja selleks ajaks ise kristlane ning teadsin, et teen pattu. Minu sees toimus pidev vaimne võitlus – tahtsin kogeda rohkem Jumalat, kuid samas olin oma sõltuvuses kinni.

Sõltuvus tegi elu väga raskeks. Iga kord, kui pornot vaatasin, mõtlesin pärast, et ei tee seda enam kunagi. Olin endas nii pettunud, et ei näinudki enam elu mõtet. Segadus mu sees läks aina suuremaks, pimedus pimedamaks. Tundsin, et elan justkui topeltelu ja tajusin, kuidas olin Jumalat kurvastanud. Kahju oli ka vabast ajast, mille sõltuvus ära varastas, peamiselt une arvelt. Vihkasin oma tegusid ja milline olin – ebakindel, ärev, ja kõige rohkem painas mind mõte, et olin sõltlane. Tundsin ennast täiesti üksi ja lootusetuna.

Jõudsin punkti, kus tundsin, et mulle aitab. Elu ei saa lihtsalt raisata. Pidin hakkama endaga tegelema. Algas oli väga raske, sest pornograafia oli mu mõtlemise täielikult üle võtnud. Hakkasin uuesti õppima, kuidas normaalselt mõelda. Tegin selgeks, millal kiusatused tekivad ja hakkasin teadlikult nendega võitlema. Hoidusin telefonist, kustutasin mobiilirakendused, vältisin teatud veebilehti. Kiusatused tulid peamiselt üksi olles, seega hakkasin rohkem teiste inimestega aega veetma.

Ei olnud lihtne sellest välja tulla. Vabanemine toimus järk-järgult mitu kuud. Leidsin, et ärevuse vastu sain edukalt võidelda Piiblit lugedes. Hakkasin kuulama jutluseid ja ülistuslaule. Kogegin rahu, mida polnud varem tundnud. Üks hetk avastasin, et ei mäletagi, millal viimati pornot vaatasin. Ma sain aru, et pornot vaadates ma ei pääse Jumalale lähemale. Temal on minu jaoks tõeline elu ja vabadus.

Tagasi vaadates oleksin kindlasti kiiremini vabanenud, kui oleksin sellest kellelegi rääkinud või endalegi tunnistanud. Saatan proovib sind igal viisil takistada, et sa oma patte kellelegi ei tunnistaks. Tegelikult on väljarääkimises vägi – alles siis võid kogeda tõelist vabanemist. Kuid kindlasti tuleb leida usaldusväärne inimene, valimatult oma murest rääkida ei tasu. Samuti tuleb tunnustada endale, et kõik ei olegi korras – siis saab edasi liikuda. Alles nüüd tunnen, et tänu tunnustamisele olen oma sõltuvusest ning sellega kaasnevast häbist täielikult vaba!

Siiski jälgin mõttemustreid ja käitumist, proovin oma tundeid märgata ja neid mõtestada. Hoian silma peal ka nutiseadmete kasutusel, et oma aega mitte raisata. Loen taas rohkem raamatuid ja olen avastanud rõõmu Piibli lugemisest. Võtan aega tänamiseks ja ülistuseks. Olen enda vastu heatahtlik ja hoolitsen enda eest. Kui on olemas teine ja palju parem eesmärk, siis tühistan asjade jaoks lihtsalt ei jää enam aega. ●





# Ära otsi lihtsalt vabanemist sõltuvusest, vaid **otsi** **Jumalat!**

Autor on toimetusele teada



Ma käisin toona 4. või 5. klassis, kui näppisin telefoni ja otsisin midagi internetist ning veeb viskas ekraanile pornopildid. Sel hetkel ma ei saanud üldse aru, millega oli tegemist. Mulle polnud kunagi sellisest asjast räägitud ka. Esialgu see jäigi üheks juhuslikuks vaatamiseks, kuid aasta või pooleteise pärast jõudsin jälle midagi veebist otsides reklaamini, millel oli paljas naine. Kui oled 12–13-aastane poiss, siis vastassugupoole vastu tuntakse ikka juba suuremat huvi. Sellest hetkest võttis paljaste naiste piltide vaatamine mu elu üle.

Ma tundsin häbi pärast igat vaatamist ja varjasin oma tegevust, kuid ma ei saanud ka kuidagi selle himu vastu. Pornograafiast oli saanud harjumus. Ma ei osanud minuga toimuvat kuidagi seletada. Alles piiblitõlge (PLL – toim märkus) poistele pühendatud vestlusringis, kus räägiti pornograafia mõjust, sain esimest korda teada, et see ei peaks kuuluma kristlase ellu. Sel hetkel ma veel polnud andnud oma elu Jeesusele. Pärast laagrit üritasin mõnda aega kuidagi oma tahtejõuga sõltuvusest vabaneda, aga see ei õnnestunud.

Oma elu andsin Jumalale aasta hiljem, 2019. a piiblitõlge laagri noortelaagris. Mind julgustas, kuidas seal üks noormees oma lugu rääkis. Palvetasime koos temaga mitu korda. Tundsin, kuidas olukord hakkab paremaks minema, kuid samas püüdsin sellega endiselt ise võidelda ja jõudsin jälle sõltuvuse juurde tagasi. Vahel viskas saatan mulle mõttesse valet, et ma saan ju teha oma pattu ja pärast küsida Jumalalt andeks. Aga Jeesus ei surnud meie eest, et me võiksime vaid andeks saada, vaid ka selle eest, et me võiksime saada vabaks. Piibel ütleb, et tunnistage Jumalale oma patud, et te saaks andeks, aga tunnistage ka inimestele, et te võiksite saada terveks.

Suurem muutus toimus 2020. aastal, mil jõudsin 3D koguduse väikegruppi, kus käib koos kolm-neli samaealist ja samast soost

inimest. Minu üllatuseks räägiti meie grupis ka pornograafiast. Sealsed inimesed olid väga avatud ja toetavad. Ma leidsin endale võitluskaaslasi ja ma polnud enam oma murega ükski. Me käisime regulaarselt koos ja andsime üksteisele aru. Kiusatushetkedel kirjutasime gruppi ja teised vastasid julgustusega, et saaksime võitluseks jõudu. Vahel teised kirjutasid, vahel ka helistasid, et toeks olla. Tõsi, tihti ei olnud väga kerge raskel hetkel abi küsida. Mõttesse tulid valed: „Ah, pole mul teisi vaja.“ Nendel hetkedel tuli selliste mõtetega võidelda. Kokkuvõttes aga hakkas mu olukord paranema.

Olid ka hetked, kui kukkusin jälle tagasi. Kuid siis hakkas mu mentoriks 3D koguduse pastor Valtrik Pihl. Me hakkasime minu sõltuvusega rohkem tegelema. Lepisime kokku, et kui mul tekib kiusatus ja raskem hetk, siis annan sellest kohe teada. Niisiis oleme neil puhkudel koos palvetanud, mind on julgustatud kirjakohtadega Piiblist. Mulle meeldib joosta ja nii olengi ma läinud hoopis jooksmas ja kuulnud samal ajal ülistusmuusikat. Pärast lugenud ka Piiblit ja see kõik on viinud mõtteid õigele rajale. Sõltuvusest rääkides on oluline rõhutada, et ma ei otsi lihtsalt vabadust, vaid ma otsin Jumalat. Seal, kus on Jumala Vaim, seal on vabadus. Sõltuvus tuleb asendada Tõega.

Sotsiaalmeedias on palju seksuaalset materjali, terve meid ümbritsev maailm on sellega üle ujutatud. Kasutasin veebis ka erinevaid blokeerijaid, et neid pilte mu ekraanil vähem näha oleks. Samas ainult nendele aga loota ei saa, vaja on ka osadust Jumala ja teiste kristlastega. Lõpuks on lähedus Jumalaga palju täitvam kui hetkeline nauding. Otsus raskel hetkel maha panna nii ahvatlevana tunduvad kiusatused, tõi ja toob Jumala hääle veel selgemalt esile ja täidab rõõmuga. Jumal päriselt teab, mis on parim! Kui järgin Teda isegi läbi raskuste, saan kogeda Tema plaani täiuslikkust. ●

## Pornost vabaks!

Merita Meremaa,  
Katariina Kaleininkas

*Kuidas  
on ette?*

Sõltuvused tulevad meie ellu vargsi ja salakavalalt. Kui oled märganud, et pornograafia või mõni muu ebatervislik mõtteviis või tegevus rööbib su vaba aega või tegeled sellega teiste oluliste asjade arvelt, siis on tegemist sõltuvusega.

### 1. TUNNISTA JA SEA EESMÄRK!

Esimene samm on teadvustada ja tunnistada endale, et oled sõltuvuses. Kirjuta üles, millist kahju see sulle tekitab ja millest ilma jääd. Selle põhjal sõnasta eesmärk, mille tahaksid saavutada. Eesmärk olgu alati silme ees, kasvõi enda telefoni taustapildina. See on meeldetuletus, miks sa seda teed ja motiveerib ka rasketel hetkedel. Veel samm edasi – pane teatud aja tagant kirja, kas päevikusse või nt telefoni märkmetesse, kui kaugele oled jõudnud või mida nõrkushetkedel tunned. Nii õpid end tundma ja märkad mustreid.

### 2. PANE TÄHELE, MIDA MÕTLED JA KUIDAS VÕITLED!

Jälgi oma mõtteid. Muidugi ei saa kontrollida, mis mõtted pähe tulevad, aga saad otsustada, mida nendega peale hakkad. Piibli lugemine ning jutluste ja tunnistuste kuulamine suunab mõtteid õiges suunas. Kui sa ei tea, mida oma mõtetega teha, siis on kirjakohtade päheõppimine hea nipp. Need on kui relvad, mis on alati valmis kasutamiseks hetkel, mil uus kiusatus tekib. Pea meeles, et igal sõltuvusel on vaimne aspekt. Kasuta võimalust osaleda kristlike koguduste vabastusteenistustel, kus inimesed on valmis aitama.

### 3. KA ÕIGE KUKUB ... AGA TÕUSEB ÜLES

Iga võitlus on raske ja tuleb hetki, kus jalad lüüakse alt. Võid ka suurima tahtejõu korral kukkuda tagasi vanadesse harjumustesse. Nendel hetkedel aga ära jää uskuma valet, et „selline ma siis olengi“. Kui libastud, siis hingasügavalt sisse, tunnista eksimust ja analüüsi, mida saaksid teha, et järgmine kord samas olukorras mitte komistada. Meeleparandus tähendabki pöörata end valet teelt õigele ja teha selleks vajalikud muudatused. Pea meeles, et homme ei pea olema samasugune kui täna, sest „õige langeb seitse korda ja tõuseb üles.“ (Õp 24:16).

### 4. KIUSATUSEST VÕIMALUSTENI

Küsi endalt: „Mis on minu päästikud?“ Tihti leiab need meediast ja internetist. Ennetus on esmatähis: lõpeta himu tekitavate või otseselt seksuaalse sisuga kasutajate jälgimine; likvideeri selliseid tundeid tekitav kirjandus; sea nutiseadmes piirangud; blokeeri kiusatusi tekitavad reklaamid ja postitused. Jälgi, millega ja kellega end ümbritsed ja muuda oma keskkonda. Avasta, milliste toredate ja kasulike tegevuste jaoks sul nüüd aega jääb. Leia just see tegevus, mis sulle meeldib ja millega tahaksid tegeleda.

### 5. ÄRA JÄÄ ÜKSI!

Leia keegi lähedane sõber, mentor, pereliige, noortejuht, koguduseliige või õpetaja, kellele saad oma võitlustest rääkida ja kes toetab sind su vabanemise protsessis. Kui su suhtlusringkonnas pole sellist inimest, siis pöördu julgelt spetsialistide poole, kes annavad professionaalset abi.

Nendelt lehekülgedelt leiad usaldusväärset infot ja abi:

- [pova.ee](http://pova.ee)
- [sinuabi.ee](http://sinuabi.ee)
- [vajanabi.ee](http://vajanabi.ee)
- [fightthenewdrug.org](http://fightthenewdrug.org)
- [3dkogudus.ee/vajan-abi/pornograafia](http://3dkogudus.ee/vajan-abi/pornograafia)

SAATESOOVITUSED: [tv7.ee/soltuvused](http://tv7.ee/soltuvused)



# ELU ja SURMA võitlus – mis on selle taga?

Eesti sünge suitsiidistatistika toob välja, et enesetappude arv on tõusnud eelkõige noorte seas ning silma torkab ka suur meeste osakaal. Kas kristlik vaade annab lootust ohvrile, tema lähedastele ja ühiskonnale tervikuna?

Tallinna Lastehaigla hingeoidjat ja Nõmme Baptistikoguduse vaimulikku, diakon Mari Vahermäe intervjueris Annika Kuusk.



## Miks on Eestis nii palju suitsiide?

Tõsiasi, et Eestis on suitsiidistatistikas pikki aastaid olnud esirinnas, osutab mitmele sügavamale, rahvast ja ühiskonda puudutavale probleemile. Inimeste kohanemisvõime, paindlikkus ja pingetaluvus jätkuvate muutuste tulvas pannakse pidevalt proovile ning paljud ei pea sellele lihtsalt vastu. Toimetulekuks on vaja kindlaid alusväärtusi ja toimivat tugivõrgustikku ning lootust, mis on kinnitatud millessegi suuresse kui inimene ise.

Oleme pigem kinnised kui avatud, me ei küsi abi ega räägi oma probleemidest. Sageli ei osata üldse enda murest rääkida ega usuta, et miski võiks aidata. Võib juhtuda ka see, et kui keegi endast räägib, siis kuulaja ei taju ohumärke. Suitsiidsus võib kaasneda ka mitme psüühilise haigusega, kus inimese võime teha ennasthoidvaid valikuid, on kahjustatud.

## Puutute palju kokku suitsiidsete noortega. Missugused välised ja sisemised tegurid viivad noori (ja ka vanemaid inimesi) suitsiidsete mõteteni?

Suitsiidikatse teinud noored suunatakse Lastehaiglas otse Vaimse Tervise Keskuse arstide hoole alla. Teatud asjaoludel jäetakse noored nn tavahaiglasse, kus mul mõnikord õnnestub nendega kohtuda.

Võrreldes teiste riikidega on alaealiste suitsiidisurmade suhtarv Eestis väga kõrge. Tallinna Lastehaiglasse jõuab suitsiidikatseid teinud noori pea iga nädal, aasta lõikes keskmiselt 100 noort, kellest tüdrukud on ülekaalus. Vanusegrupis 10–19 a. on Eesti suitsiidisurmad maailmas esikohal. Üle poolte puhul on tegu korduva suitsiidikatsega. See kõik on üks suur appihüüd.

Põhjuseid on väga palju – alates sisemisest traumadest, kodustest või koolipingetest ja sassis suhetest kuni haiguste, sotsiaalse isolatsiooni ja depressioonini. Oma osa annavad ka koolikiusamine ja õpiraskused, oskamatus suhteid luua ja hoida. Naatan Haamer on tabavalt öelnud, et suitsiidi poole kaldutakse siis, kui hirm elu ees muutub suuremaks kui hirm surma ees. Noorte puhul aga ei ole tegu enamasti nii sügava hirmuga, vaid pigem oskamatuslega leida enda probleemidele lahendusi. Noor ei tule toime väljakutsetega enda elus ning kipub toimima impulsiivselt, näiteks võtab sisse valimatult suure hulga tablette, sest eesootav kontrolltöö tekitab temas tohutut ärevust.

Väga kaalukas on kaaslaste mõju. Mõjudused tulevad sotsiaalsest grupist, kuhu kuulumise nimel ollakse nõus tegema mida

iganes. Noored võtavad omaks, võistlevad ja levitavad erinevaid ennast kahjustavaid tegevusi – isegi siis, kui neil pole mentaalset survet.

Mulle teeb muret surmakultuuri esiletõus ning domineerimine noortekultuuris, mis on muutnud surma sõbraks, lahenduseks, trendikaks.

Sageli on tegu globaalsete trendidega, aga ka deemonlike mõjutustega, millele noored end avavad, teadmata, et sellega kaasnevad ohud. Sagenenud on suitsiidimõtted, mis on tekkinud erinevate uue vaimuse praktikatega tegelemisest.

Õudusfilmide vaatamine ja okultsed praktikad, nagu näiteks vaimude väljakutumine, nõidumine, teatud rituaalide sooritamine, iidsete jumalustega suhtlemine, ennustamine, taldriku keerutamine – kõik see avab ukse surmakultuurile.

Mõned uurijad on väitnud, et ka enesekeskne ja vaid enda huvidega arvestav eluviis võib viia suitsiidini. Noored mainivad mõnikord põhjusena igavust või elu mõtetust. Põnevust ja teravaid naudinguid otsiv enesekeskne eluviis aga täidab hinge hoopis tühjusega, avades sageli ukse suitsiidimõtetele. Noorte seas laialt levinud narkootikumide tarbimine on seejuures suureks ohuteguriks.

Vanemate inimeste puhul on sageli põhjuseks üksindus, elu mõtte, enda identiteedi või väärtuse/väärrikuse kaotus, armastuse ja läheduse puudus. Ka haigus, mis võib dramaatiliselt muuta inimese toimetulekut või hirm kannatuste ees. Kui inimese enesehinnang ja kogu senine elu on seotud siinpoolsuses saavutatuga, on kannatuses väga raske leida lootust või eesmärki, mille nimel võidelda.

## Kui suur roll on geenidel?

Ma ei tea, et oleks avaldatud uurimusi sellise otsese seose kohta. Aga on tõestatud, et inimest mõjutab väga tugevalt tema elu- ja kasvukeskkond. Ma tean juhtumeid, kus suitsidaalne käitumismuster on kordunud põlvkonnast teise samamoodi nagu muud

hävitavad sotsiaalsed mustrid. Vaimulikuna aga tean ja olen näinud, et taolist „vaimset pärandit” saab Jumala abiga muuta ja sellest välja murda.

#### Kas teiste tegurite seas saame rääkida põlvkondlikest needustest, millest kõneleb ka Piibel?

Needustest (ka põlvkondlikest) räägitakse Piiblis põhiliselt Vanas Testamendis, sageli seoses tegudega, mille tagajärjel võis rahvast tabada needus, sest nad eemaldasid Jumala antud korraldustest. Jeesus oma maapealsetes teenimises ei käsitlenud erinevaid põlvkondlike needusi, vaid vabastas rõhutuid ja meelegeitel inimesi. Talle antud väega ja kutsus neid usus vastu võtma elu Jumala käest. Seega pole ehk nii oluline, et inimene teaks täpselt, mis teda vaevab, vaid pigem peaks ta liikuma lähemale Jumalale, kelle käest tuleb nii vabadus kui ka elu. Kui täpsem teadmine on vajalik, ilmutab Jumal ka selle.

Deemonlike jõudude täielik eitamine annab neile võimaluse inimeste elus varjatult tegutseda. See on ka põhjus, miks mõnikord mitte ükski abinõu lõplikult ei aita.

#### Kristlastena teame, et hingevaenlane ründab kõige nõrgemaid kohti. Kuidas kaitsta end mõttetasadil toimuvate rünnakute eest?

Samamoodi, kui treenitakse oma lihaseid, tuleb teha oma mõtetega tööd. Kõigepealt tunnustades, et meie võimuses on ise valida, mida ja millest mõtleme. Me ei pea vastu võtma kõiki mõtteid, mis meile pähe pannakse. On realselt võimalik valed mõtted välja visata.

Teiseks tuleb end avada tõe – taotleda, uskuda, rääkida ja teha tööd. Jumala Vaim on Tõe Vaim, kes ilmutab inimesele tõe, kui inimene seda palub. Püha Vaim annab meile tõe tunnetuse, jõu seda rakendada ning aitab sellest kinni hoida.

Lisaks tuleb realselt uskuda Piibli hoiatust, et inimsüda on petlikum kõigest (Jr 17:9). Tuleb teada, et kurat tungib meie ellu esijoonel valed kaudu, et eksitada, röövida ja tappa. Juba selle tunnustamine, et meil on oma nõrgad kohad, on paljudele raske. Sageli on ebakindlus tekkinud näiteks enesehinnangu pihta löödud haavast. Isiklikud läbikukkumised või kellegi valusalt haavavad sõnad või teod ei peaks meie elu valitsema. Pigem võiks lubada Jumalal tervendada oma süda ja täita see Tema armastusega. Jeesus ütles, et Jumala sõna on tõe (Jh 17:17), seega kõik, mida tõena usume, peab olema kooskõlas Jumala sõnaga ning meil tuleb jätkuvalt seda uurida. Jumala abiga on võimalik tuvastada ka vaenlase kõige kavalamad valed ning asendada need tõega.

#### Mida räägib Piibel suitsiidist?

Vanas Testamendis on lugu Saulist, kes kukutas end oma mõõga otsa, et pääseda kaotatud lahinguga kaasnevast teotusest (1Sm 31:4). Selles loos antakse Sauli teole selgitus: „... sest ta kartis väga.” Eesti vana-sõna ütleb, et „hirmul on suured silmad”, ja see on tõsi, et hirm muudab realsuse proportsioone. Hirm võib täita kogu ekraani ega lase enam näha laiemat perspektiivi, avades nõnda ukse taas valedel. Saul ei

julgenud loota Jumala peale, vaid arvestas üksnes enda vahenditega. Piibel aga ütleb: „Sel päeval, kui ma kardan, loodan ma Sinu peale” (Ps 56:4). Uuest Testamendist teame Juuda lugu, kes Jeesuse reetmise tegelikku tähendust mõistes ei suutnud seda kanda, vaid võttis endalt elu. Mõlemal puhul ei suutnud mehed usaldada Jumala armu või lahendusi.

Kristlik suhtumine kaasinimese hädasse lähtub Jeesuse eeskujust, kelle süda oli täis kaastunnet ning kes rakendas kogu taevast väge, et inimest aidata. Kristlik vaade on rajatud teadmisele, et Jumal on ainus, kellel on vägi anda elu, ning kes on kindlaks määranud inimese elupäevade arvu. Elu on Jumala hindamatu kingitus inimesele. Elu on meile antud koos valikuvabadusega, aga nende valikute eest tuleb vastutada ja Jumalale kord aru anda. Et elu andmine ja loomine pole inimese võimuses, pole inimese meelevallas seda ka lõpetada, vaid pigem tuleks otsida ja usaldada Jumala abi.

#### Umbes 80% inimestest, kes võtavad endalt elu, on oma kavatsusest eelnevalt teada andnud. Suhtlusringkond on üks olulisemaid tegureid suitsidaalsuse ennetamisel. Kuidas saaks kogudus ja lähedased olla toeks? Kuidas märgata ohumärke?

Ei ole olemas üht kindlat skeemi või mustrit, mis viitaks kindlasti suitsiidile. Iga juhtum on erinev. On ka neid, kellest seda üldse oodata ei oska. Lähedased ja sõbrad, kes tunnevad inimest kõige paremini, oskavad siiski märgata tavapärasest erinevat käitumist. Aga ka koguduses võiks igal inimesel olla mingi lähiring, töögrupp, kus suheldakse tihedamini ja palvetatakse üksteise eest. Kellegi puhul ei tohiks eeldada, et ta saab alati hakkama. Kindlasti tuleks järgida Püha Vaimu märguandeid palveks või vestluse alustamiseks.

Tähele tuleks panna ning reageerida, kui inimese käitumises ilmnevad järgmised märgid:

- 1) varane faas: inimene on rusutud, tema magamis- ja söömisrütm on muutunud; tööl või koolis on kehvad tulemused; tekivad keskendumisraskused, ärevus; huvi tuleviku suhtes kahaneb.
- 2) edasiarenenud faas: depressioon, inimene eemaldub lähedastest ja sõpradest; suured meelegeolukõikumised, enesevigastamine, füüsilised probleemid; enesehaletsus, puudumised töölt või koolist; hoolimatus enda välimuse suhtes.
- 3) ohtlik faas: meelegeid, lootusetus, sõltuvusainete kasutamine, sügav masendus ja isoleerumine, isiklike/väärtuslike esemete laialijagamine; enesetapuharvadused, naljad surma teemal, suitsiidimõtete mängimine; ootamatu positiivsus või rõõmsameelsus (otsus on tehtud).

Rusikareegel on see, et igasugust suitsiidiga seotud juttu või märkust tuleb võtta tõsiselt ja sellist inimest ei tohi kauaks üksi jätta. Peaks tähelepanelikult jälgima tema kommentaare sotsiaalmeedias. Kui on hea usaldussuhe, siis võiks uurida, mis on inimese valuallikas ja mis aitaks tal olukorraga toime tulla. Mõnel puhul tuleb küsida inimeselt otse: „Kas sa oled mõelnud enesetapule?” Kui vastus on jaatav, tuleks edasi uurida, kui detailselt ta seda on plaaninud ja milliseid ettevalmistusi teinud.

Paku nii palju armastavat lähedust, kui

sinu võimuses on. Püüa kaasata inimest erinevatesse tegevustesse ja tee eestpalveid! Rohkem nõuandeid leiab lehelt [peaasi.ee](http://peaasi.ee).

#### Suitsiidsetele inimestele toeks olemine vajab tarkust ja tugevust. Kuidas Jumal on teid aidanud selles töös? Kuidas saab Jumal olla toeks suitsiidse inimese lähedastele?

Piibel julgustab: „Kui kellelgi teist jääb vajaka tarkust, siis ta palugu Jumalalt, kes kõigile annab heldelt ega tee etteheiteid, ja talle antakse.” (Jk 1:5) Suitsiidse inimese kõrval olles olen pidevas palves ja samal ajal ma ka kuulan, mida Püha Vaim ütleb. Sellistes olukordades on vaja tingimusteta sõnakuulmist ja tegutsemist nii, nagu selleks märku antakse. Vaid Jumala Vaim teab, mis on abivajaja südames ja mida ta just sellel hetkel vajab ja nii mõnigi kord olen imestanud sõnade või juhiste üle, mida kuulen end ütlevat.

See on olukord, kus tuleb teadvustada, et mina ei suuda kedagi päästa. Jumalale seevastu on kõik võimalik ja ma saan olla Tema käepikendus, andes juhtimise täiesti Temale üle. Mina ei vastuta teise inimese lõplike valikute eest, aga ma vastutan enda reaktsioonide ja tegude eest. Ma võin olla kanaliks Jumala armastusele ja abile, aga võin olla ka piduriks. Minu vastutus on ära tunda, kummaga on tegu.

Seesama juhtimine ja taevase kõnetuse kuulamine on abiks ka suitsiidikatsete teinud inimese lähedastele. Nende võimuses on teha eestpalveid ja kuulata, millisel viisil Jumal juhib neid teist inimest igapäevaselt aitama: millal ja mida tohib ja peab ütleva või tegema jne. Veel on lähedaste

puhul oluline jõuda lepitatud suheteni – paluda andeks, anda andeks, lahendada pingelikkad ja tüliküsimused, püüda mõista ja aktsepteerida. Tuleb olla kannatlik ning kõiges usaldada Jumala lahendusi ja armu. Kõige teraapilisem aga on püsiv, tingimusteta ja armastav lähedus, armastavad sõnad ja teod, mis ei anna hinnanguid ega väljenda hukkamõistu.

#### Mida sooviksite lõpetuseks välja tuua?

On üks oluline nüanss, millele suitsidaalsed inimesed valdavalt ei mõtle. Suitsiidi plaaniv inimene ei taha enamasti lahkuda elust, vaid pääseda hetkel tema elu täitvast (hinge) valust, kannatusest. Ta usub, et surm toob rahu ja lahenduse probleemidele, võtab ära valu. Piibel aga ütleb, et me oleme igavesed olendid ja surm on sisuliselt üleminek ühest olemisest teise, kus „meie teod lähivad meiega ühes”. Ainult et sealpool ei saa me enam valida või tehtut muuta, ja kõik see, milliseks oleme kujunenud ja mida teinud, tuleb meiega kaasa. Maises elus me saame veel midagi muuta ja valida, et olla päriselt valmis igavikku astuma. Veel usun ma, et kõik need, kes haiguse tõttu või mingil muul põhjusel pole jaksanud enam elada ning ongi lahkunud siit elust, peame usaldama Jumala armu hooleks, mis on suurem kui mistahes inimlik arusaamine.

Inimese elu on hindamatu väärtusega. Jumal ei taha, et ükski inimene lõpetaks selle enneaegselt. Tal on lahendus, väljapääs ja tulevikuplaan igale inimesele, isegi kui olukord võib tunduda lootusetu. Piibli lõpus, Ilmutuse raamatus antakse meile teada, et ühel päeval hävitab Jumal lõplikult ka surma enese kui meie viimse vaenlase. ●



**Emotsionaalse toe ja hingehoiu telefon (24h): 116123**  
**Eluliin (E-P kl 19-07): 6558 088 (eesti k), 6555 688 (vene k)**  
**Ohvriabi telefon (24h): 116 006**  
**Lasteabi (24h): 116111**  
**Kiirabi (24h): 112**  
**Veebinõustamine: [peaasi.ee](http://peaasi.ee); [lahendus.net](http://lahendus.net).**  
**Kristlik hingeabi: [sinuabi.ee](http://sinuabi.ee), [hingetugi.ee](http://hingetugi.ee)**

# Jumal tõi võidu sünge depressiooni üle

Liisa on noor särav naine, kes armastab Jeesust üle kõige. Teda tuntakse väga hea suhtlejana ning aktiivse seiklusliku inimesena, kes julgustab ja tõmbab vahvatesse spontaansustesse kaasa ka teisi. Kogu selle rõõmu ja sära taga on aga pikk, sünge ning hävitav periood teismeliseas, millest Jumal Liisa välja tõmbas, tervendas ning ta täiesti uueks lõi.

Liisa Kõllot intervjueris TV7 vabatahtlik



## Millest sai depressioon alguse?

Elasin perega välismaal ning koolis mind kiusati, nii vaimselt kui füüsiliselt. Minu sees tekkis kaitsereaktsioon, kuid teiselt poolt tundsin, kuidas minu isiksus muutus aina väiksemaks ja väiksemaks. Negatiivsed muutused minu sisemuses andsid hingevaenlasele ründamiseks hea pinnase.

## Milliseks depressioon sinu ja su igapäevaelu muutis? Millised olid su mõtted?

Ma ei tundnud mitte midagi. Kogesin vaid väsimust. Kui tahtsin nutta, siis ma ei saanud, kuna olin nii rammestunud ja mingis mõttes nagu koomas – kõndisin ringi, aga polnud justkui kontaktis välismaailmaga. Tundsin, et minu elul pole sisu ega mõtet. Kõik tundus tühine. Olin jõuetu ja väsinud ning ma ei jaksanud elada. Lisaks hakkasin erinevate olukordade keskel automaatselt võtma ohvri rolli. Mul oli kerge astuda nõrgema rolli, sest see oli justkui see, mis mulle antud oli.

Mis hoidis sind jalul, nii et said kooli minna või igapäevaste asjadega tegeleda?

Minu vanemad ja meievaheline armastus. Nende pärast ma ei saanud elule lihtsalt käega lüüa. Soovisin, et vähemalt need asjad, mis olid minu võimuses, oleksid mu elus korras.

## Mis viis sind eneselõikumiseni?

Inimestele on omane, et kurbusest nutetakse, rõõmust naerdakse, viha elatakse ka mingil moel välja. Mina aga tundsin ennast sisemiselt nii tuimana, et see oli hingematt. Olles sellises olukorras, kus mitte miski ei tekita emotsioone ja sinus ei ole tunnet, et sa oleksid elus, tekitas eneselõikumine kogu selle tuimuse keskel mingigi tunde. Sellega kaasnes küll eneseviha, mis omakorda tekitas soovi ennast karis-

tada. Õnneks ma ei jõudnud enesetapukatseni. Siiski oli mu elustiil väga ennasthävitav. Näitasin välja, et mul on ükskõik, kas ma suren või elan. Oleksin olnud õnnelik, kui oleksin surnud mingi muu asja läbi kui enesetapp.

## Kuidas sinu lähedased reageerisid?

Mu vennad olid liiga väikesed, et seda mõista. Vanemad olid aga murest murtud. Nad pidevalt palvetasid mu eest. Tihipeale ema nuttis, kui nägi mu jalga või kätt, mis oli haavu täis. Temas oli kurbus ja viha segamini. Ta püüdis mõista, kuidas ja miks tema laps sellises augus on. Nad tegid omalt poolt kõik ja andsid endast parima, aga nägid ikka oma last kannatamas.

## Kuidas vabanesid depressioonist, enesevigastamisest, surmahirmust ja -soovist?

Kolisime Eestisse. Elasin oma ekstreemset elu edasi. Mu ema soovitas mul minna Oleviste koguduse noorteõhtule. Lubasin, et kunagi lähen, aga ei teinud seda.

Ühel õhtul liikusin vanalinnas ringi punkarite seltskonnas. Ühel hetkel mul ei olnud enam midagi nendega rääkida. Vaatasin kella ja kuupäeva ning mõistsin, et paar tavenavat edasi on Oleviste kirik, kus parasjagu käib noorteõhtu. Otsustasin, et lähen vaatan, mis seal toimub. Kandisin seljas nahktagi, mille olin õmmelnud pudelikorke ja igasugu sümbolide täis. Noorteõhtul jäid mõned inimesed mu välimust veidi pikemalt silmitsema, aga keegi midagi ei öelnud. Istusin tagumisse pinki. Õhtu algas ülistuse ja palvega. See ei olnud mulle võõras, kuna olen pärit kristlikust perekonnast ning käinud isegi eestpalvel ja palvetanud, ilma et mul oleks olnud isiklik suhe Jumalaga.

Tagumises pingis istudes hakkas äkki

Jumal mulle näitama pilti mu südamest – see oli täiesti must ja kivikõva. See oli huvitav võrdpilt, sest depressiooni kõige hullematel hetkedel tegin tihti ennast justkui kivikujuks, reageerimata välismaailmale ja kadudes enda sisse kuskile ära – see oli kaitsekilp. Seda võrdpilti nähes tekkis mul soov minna eestpalvele, ja seda ma ka tegin. Olin imestunud, kui minu eest palvetav mees hakkas äkki välja palvetama asju, mida ma polnud mitte kellelegi kunagi rääkinud. Hakkasin nutma ja tundsin, kuidas Püha Vaim tuli ligi. Ühel hetkel küsiti mult, kas kannan enda sees andeksandmatust. Tunnistasin, et ma ei ole suutnud andestada inimestele, kes mind koolis kiusasid. Mul paluti eestpalve ajal öelda välja nimed, kellele soovin andeks anda. See oli väga raske, kuid siiski otsustasin neile andestada.

Pärast palvet küsiti, kas ma olen päästetud. Ma ei teadnud, mida see tähendab, ja vastasin, et vist mitte. Eestpalvetajaga koos tegin päästepalve. Seejärel läksin tagasi oma kohale ja olin lihtsalt Jumala ligiolus. Õhtul koju minnes kogesin midagi erilist.

Jumal ütles mulle, et ma olen täiesti terve ja et see pikka aega kestnud võitlus on võidetud. Jumal kinnitas, et Ta võttis haiguse minult ära. Olin šokeeritud, sest ise ma sellise asja peale poleks tulnud. See oli kindel sisemine veendumus, mis mu üle äkitselt tuli.

Järgmisel päeval pidin hommikul bussi peale minema, et tööle sõita. Kodust väljudes haarasin kiiruga oma nahktagi ning jooksin bussi peale. Teel olles tahtsin selle omale selga tõmmata, kuid minus tekkis äkki tohutult ebameeldiv tunne ning mu süda läks pahaks. Tundsin, et olen nagu madu, kes püüab tagasi oma vanasse nahka ronida. Bussis olles hakkasin jaki külge õmmeldud sümbolide ja pudelikorke lahti harutama.

Lõpetasin ka päevapealt ropendamise. Olin uus loodu, uus mõtteviis Jumalalt hakkas minus ilmet võtma. Olin üle väga pika aja rõõmus. Olin vaimus tundlik ning kogesin Jumalat väga tugevalt. Jumal tegi mu südame nii pehmeks, et hakkasin taas tundeid tundma ning suutsin nutta. Minus tuli esile ligimesearmastus.

Depressiooniperioodil pidin aastaid võtma väga tugevaid ravimeid. Olin külastanud palju erinevaid psühholooge ja psühhiaatreid, kuid mitte miski ei aidanud. Pärast arstide külastusi tundsin tihti end veel halvemini, kuna sain aru, kui halb diagnoos mul oli. Arstid ei suutnud mind aidata, kuid Jumal aitas mind kohe ühe palve peale. Huvitav on see, et kaks nädalat enne seda, kui külastasin noorteõhtut, käisin arsti juures ja ütlesin, et rohud ei aita ning mul on aina halvem olla. Palusin tugevamaid ravimeid. Arstid nõustusid ning ütlesid, et enne pean ennast vana-dest antidepressantidest võõrutama. Pidin kahe nädala jooksul võtma järjest väiksema doosi. Sel õhtul, kui külastasin noorte koosolekut, ei pidanud hiljem midagi sisse võtma! Järgmisel päeval oleksin pidanud uue ravimiga alustama, kuid Jumalal oli täpne ajastus. Ta tegi mu terveks ning karmimad rohud jäid kasutamata!

Mul on raske vaadata tagasi depressioo-

niperioodile, sest ma ei tunne, et see, kellest räägin, olen mina. Depressioon oli tollel ajal väga suur osa minu identiteedist ja minapildist. Olin endale sisendanud, et see on haigus, millega peangi elama. Kui Jumal mind tervendas, ei olnud depressioon enam mu isikuga seotud. Ta hakkas mulle näitama, kes ma tegelikult olen, kui väärtuslik ma olen ja kes ma Jumala silmis olen. Depressioonis inimene võib olla kõndiv laip, kuid Jumalale on kõik võimalik – isegi surnute ülesäratamine. Seda Ta tegi minuga.

#### Kas depressioon on pärast seda kogemust veel ilmnenu?

Eks ikka vaenlane tahab öelda, et „kas tõesti Jumal tegi sind terveks”. Nendel hetkedel olen lihtsalt seisnud selle Sõna peal, mille Jumal mulle isiklikult ütles. Elus on ikka hetki, kus tuleb vahel esile kurbust. Kui see tahab pikemat aega mu juures olla, kinnitan ennast sellega, et Jumal on mind terveks teinud ja see võitlus on juba võidetud.

#### Milline oli sinu suhe Jumalaga depressiooniperioodil ja pärast tervenemist?

Varasemalt ei olnud mul Jumalaga suhet. Olin käinud pühapäevakoolis ning kuulnud palju Jumala kohta oma vanematelt. Lugesin aeg-ajalt Piiblit. Teadsin, et Jumal on olemas. Aktiivset palveelu mul ei olnud. Mõned korrad käisin eestpalvel, kuid mul puudus isiklik suhe Jumalaga. Tundsime Jumala suhtes pigem hirmu ja jumalakartust. See oli sel hetkel hea, sest see hoidis mind eemale enesetapust. Mu sees oli jumalakartuse läbi olemas mingisugune moraalitaju. Kartsin, et kui ma ennast ära tapaks, siis ma ei saa taevasse. Kõige selle juures kandsin siiski enda sees palju sallimatust ja vihkamist maailma vastu.

Pärast seda, kui andsin oma elu Jumalale ja kogesin tervenemist, sai Jumal minu jaoks personaalseks. Kogen Tema hoolimist ja armastust. Mulle hakkas Piibel rohkem avanema. Hakkasin Jumalat rohkem armastama. Tasapisi hakkas Ta mulle näitama asju, mis mu elus ei olnud head ja millest tuli loobuda. Mu päevad läksid värve täis. Hakkasin inimesi armastama enda ümber, sest mu silmad läksid enda pealt ära. Minu sees kasvas vajadus rääkida inimestele Jumalast ja lootusest.

#### Mida arvata depressioonist kristlaste elus?

Ma arvan, et see on vaimne võitlus. Ma usun, et Jumal soovib igäht sellest vabastada. Jumala igatsus on, et me oleksime

rõõmsad ning naudiksime Tema ligiolu. Samas ei ole depressioon häbiasi. Kui keegi on depressioonis, siis tuleb hakata võitlema ja palvetama. Mida kauem inimene selle sisse on mässitud, seda rohkem võib ta ennast ära kaotada ja seda keerulisem on sellest välja tulla. Jumal aga tahab sind vabastada!

#### Miks arvad, et depressioon on vaimu maailma võitlus?

Kuigi ma ei olnud depressiooniperioodil uuestisündinud kristlane, olin ma vaimu maailma suhtes tundlik. Ma kogesin mingites olukordades reaalselt, et surma vaim käis mul järel, hiilis mu taga. Ta ei olnud mu sees, aga ta käis mul järel ja mõjutas seda, milline ma olin ja mida ma tegin. Mõnikord tegin väga imelikke asju, nt põletasin oma keha. Hiljem kristlasena lugesin Piiblit, et need on asjad, mille eest Jumal on hoiatanud ning mis on seotud ebajumala teenistusega.

Minu tervenemisel oli võtmeks andeksandmine. Sellest ja oma elu Jumalale andmisest tuli vabanemine ning täielik elumuutus. Paljud arstid polnud aastate jooksul suutnud seda meditsiiniliselt lahendada.

#### Kuidas aidata depressioonis inimest?

Ära süüdistada depressioonis inimest. Süüdistamine ning liigne muretsemine võib depressioonis oleva inimese täiesti lukku panna, nii et ta ei soovi enam kellelegi rääkida, mida ta tunneb, kuna kardab halba reaktsiooni. Ole inimese jaoks olemas ja kuula teda ning lasse tal rääkida. Kui inimene ei soovi midagi rääkida, siis väga hea on inimese jaoks see, kui lihtsalt olla tema jaoks olemas, ka vaikuses. Tähtis on, et inimene ei tunneks end üksinda. Abi vastuvõtmine on inimese enda otsus. Tähtis on see, et ta tunneb, et ta võib abi vastu võtta, kui ta soovib. Olen tänulik oma vanematele, et nad pakkusid mulle armastavat kodu, kus tundsime end turvaliselt ning järjepidevalt palvetasid mu eest.

#### Mida sooviksid öelda inimestele, kes sarnase probleemiga võitlevad?

Sul on lootust! Sa ei ole igaveseks depressiooni määratud. Depressioon ei ole su identiteet, see ei ole sina ise. Sinus on midagi palju enam ja Jumal tahab seda esile tuua ja sind vabastada. ●



Erakogu

SAATESOOVITUSED: [tv7.ee/vaimne-tervis](https://tv7.ee/vaimne-tervis)

SOOVID NÄHA MUUTUSI  
INIMESTE ELUDES  
JA MEIE MAAL?

Toeta elumuutva sõnumi levikut!

Helistades  
900 1770

Swedbank  
EE052200221048388411  
TAEVAS TV7 KRISTLIK UHING MTU



KUI SISU ON OLULINE,  
SIIS JÄLGI MEID KA  
SOTSIAALMEEDIAS!



Facebook Taevastv7  
Instagram @taevas\_tv7  
Youtube Taevastv7  
LinkedIn Taevastv7



# Suletud kõrtsid, täidetud kirikud - Läänemaa ärkamine

Paljud inimesed teavad põgusalt, kuidas sai alguse luteri, katoliku ja õigeusu kirik, kuid kuidas tekkisid Eestisse priilased, baptistid ja vabakogudused? Vastus peitub Läänemaa usulises ärkamises, mis toimus 1870-ndatel ja 1880-ndatel aastatel Lääne-Eestis ja Vormsi saarel. Selle liikumise mõju on tuntav ka tänapäeval, mitte ainult kogudusemaastikul, vaid mitmes olulises eluvaldkonnas.



Piibliõpetaja ja kaplan Allan Krolli uurimistööst „Läänemaa usulise ärkamise ühiskondlikust mõjust“, EELK Usuteaduse Instituut) põhjal koostanud Annika Kuusk.

## LÄÄNEMAA USULISE ÄRKAMISE AJALOO LINE TAUST

1721. aastal sõlmitud Uusikaupunki rahupepinguga läksid Põhjasõjas vallutatud Eestimaa alad Vene tsaaririigi koosseisu. Aja jooksul algas venestamiskampaania, mille tagajärjel tekkis Eestis ulatuslik kirikuvahetusliikumine, mis toimus mitmete lainetena.

Kirikuvahetusliikumise teine laine puudutas eelkõige Eestimaa kubermangu läänepoolseid piirkondi. Keset venestamise kampaaniat algas Vormsi saarel ja Lääne-Eestis usuline ärkamine, kõigepealt eestirootslaste ja hiljem ka eestlaste seas. Seda äratusliikumist nimetatakse Läänemaa ärkamiseks ning see on mõjutanud Eesti vabakogudusi olulisel määral. Läänemaa ärkamisest, mis on üks 19. sajandi olulisimatest vaimulikest sündmustest Eestimaal, sai alguse kaks uskkonda, millest pärast teist maailmasõda moodustati Eesti EKB Liit.

Ajaloolises plaanis on mitmeid faktoreid, mis on mõjutanud ja kujundanud Läänemaa ärkamise teoloogiat, spiritualiteeti

ja usulisi praktikaid. Vaieldamatult suurima mõjutajana tuleb nimetada vennastekoguduse ärkamist, mis toimus umbes 100 aastat varem. Nii vennastekoguduse kui ka Läänemaa ärkamises rõhutati kõlbelist kristlikku eluviisi ning anti lihtliikmele võimalus aktiivselt osaleda koguduseelus. Tauniti alkoholitarbimist ja lodevat elustiili.

Samuti kujundas pinnast ärkamise jaoks 1813.-1820. aastate taevaskäijate liikumine. Ka nemad rõhutasid prohveteerimist, maailmalõpu nägemusi ja ekstaatilisi kogemusi. Mõlemas ärkamises oli tähelepanu erilisel patukahetsusel ja meeleanandusel, mis on samas iseloomulik praktiliselt kõigile usulistele ärkamistele kiriku ajaloos.

Nagu juba mainitud, oli oluline faktor ärkamise tekkel tol ajal toimunud venestamiskampaania, mistõttu palus kohalik luterlik kirik abi Rootsi. Protestantlike kristlasi ühendav organisatsioon Evangeelne Allianss läkitas 1871. aastal Peterburgi oma delegatsiooni, et pidada tsaaririigiga läbirääkimisi usuvabaduse küsimustes, taotlemaks eestirootslastele luba tulla soovi korral luteri kirikusse tagasi. Seejärel otsustati saata Lääne-Eestisse kooliõpetajaid, kes pidid harima kohalikke eestirootslasi, õpetades neid kirjutama, kuid samal ajal andsid neile ka vaimulikku õpetust.

## LÄÄNEMAA USULISE ÄRKAMISE EESTVEDAJAD

1870-ndatel saatis Rootsi Evangeelne Isamaa Sihtasutus Eestisse viis kooliõpetajat-misjonäri. Läänemaa ärkamise eestvedajateks said neist kaks: Thure Emanuel Thorén (1843–1930) ja Lars Johan Österblom (1837–1932). Thorén tegutses Noarrootsis ja Österblom Vormsi saarel.

1873. aastal asutati Noarrootsi poolsaa-

rel Paslepas seminar, mis pidi hakkama ette valmistama õpetajaid eestirootsi algkoolidele. Seminar ei tegelenud siiski üksnes koolihariduse propageerimise või kooliõpetajate ettevalmistamisega, vaid erilist rõhku pandi usuõpetusele ning propageeriti karskust, kõlbelist eluviisi ja evangeeliumi kuulutamist.

Noarrootsis kuulutas Thorén rahvale patust pöördumist ja Jumala Vaimu läbi elavaks saamist (uuestisündimist), mida ta ise oli varasemalt kogunud. Tema kuulustöö tagajärjel tekkis piirkonnas usuline ärkamine, mille ajal inimeste moraalne seisund paranes ning kirikuskäijate arv kasvas. Paslepast jõudis ärkamine Sutlepa valda, kus rootslased olid vähemuses ja sealt omakorda Lääne-Nigulasse, Ridalasse ja Pärnumaale.

Eestisse jõudis Österblom 1873. aastal ja asus tegutsema Vormsi saarel. Enne tema saarele jõudmist oli seal juba grupp usklike, kes korraldasid lisaks kiriku jumalateenistustele ka hardustunde, mis sarnanesid vennastekoguduse teenistustega.

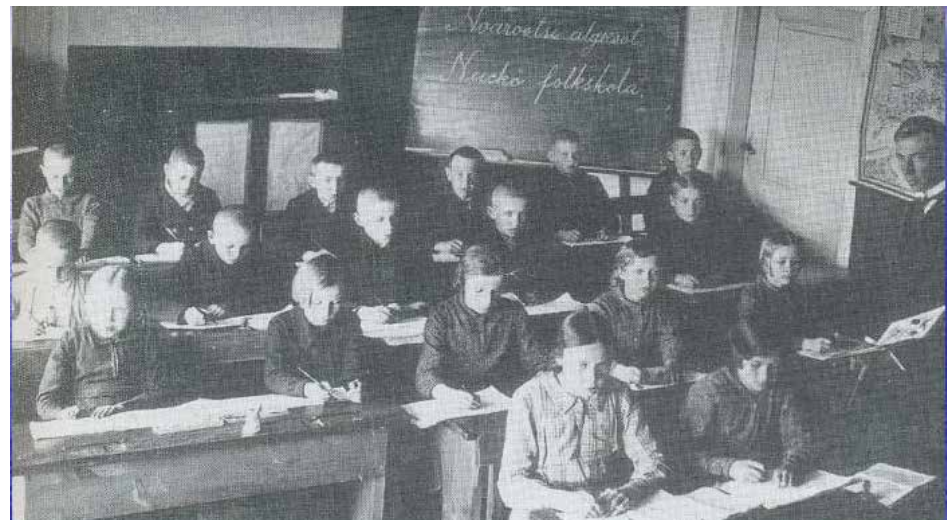
Österblom oli loomult radikaalne ja otsekohene mees ning sattus seetõttu kiiresti vastuollu kohaliku viinalembelise luteri kiriku pastori Julius Alexander Nordgreniga. Ärkamise algstaadiumis ei olnud liikumine siiski luteri kiriku kui sellise suhtes vaenulikult meeletatud. Kuna Rootsi Evangeelne Isamaa Sihtasutus oli Rootsi luterliku kiriku sees tegutsev äratusliikumine, jäi ka Eestis alanud ärkamine esimestel aastatel kiriku raamesse.

## MÕJU HARIDUSELE

Österblom suutis valdavalt kirjaoskamatute saareelanike lapsed kooli meelitada ja lükata käima kohaliku koolielu. Lisaks



Riguldi mälestuste põhjal tehtud maal. Lapsepõlvemälestusi, palvetund. Foto: Rannarootsi Muuseum



Noarrootsi algkool. Rannarootslaste haridusolud 19.-20. sajandil. Foto: Rannarootsi Muuseum

sellele hakkas ta kohaliku mõisniku Otto Fredrick von Stackelbergi loal palvetunde pidama. Saarele ehitati mitu külakooli, rajati haigete vastuvõtupunkt ja vanadekodu. Hariduse andmisel oli rõhk eakohastel meetoditel, mängul ja kingitustel, mis motiveerisid lapsi õppima tõhusamalt kui hirm karistuse ees. Ärkamine edendas hariduselu ja tõstis kirjaoskuse taset kohaliku rahva seas. Rajati kolm kooli, üks Ula, teine Kirkli ja kolmas Sviibikülasse.

### MÕJU MORAALILE

Väga radikaalselt mõjutas Läänemaa ärkamine ühiskonda kultuurilises ja moraalses plaanis. Läänemaa ärkamist iseloomustav lugu jutustab sellest, kuidas Haapsalu mehed olevat käinud Vormsil puid toomas ja kaotanud tee peal kõie ära. Kui nad kahe nädala pärast jälle sinna läksid, leidsid nad kõie tee äärde teiba otsa üles riputatud olevat. Jutt levis maal laiali: „Küll on aga rootsimehed pühaks läinud, kogu saarel ei ole enam meest, kes kõie oleks ära viinud, ja tilka viina ka enam kuskilt ei saa, kas küll sure...”

Lisaks Österblomi vaimulikule sõnumile olid rahvale abiks hügieeni ja tervishoidu puudutavad õpetused. Karskusliikumine oli lahutamatu osa ärkamisest ning selle tagajärjel suleti Vormsi saarel kolmteist ja Noarootsis seitse kõrtsi. Österblomi sõnutsi oli ta leidnud eest saare, kus räpastes korstnata hurtsikutes elanud inimeste elu iseloomustas joomine, suitsetamine, varastamine, valetamine ja löömingud, samuti usuloidus ja vaen kohaliku viinalembese pastori Alexander Nordgreni (Vormsi õpetaja 1870–1902) vastu.

Kuulutustöö viljad piirkonnas olid muljetavaldav. Saarelt kadus peaaegu täielikult joomine, suitsetamine, vägisõnade tarvitamine, varastamine ja mitmed muud patud. Ühe vormsilase kirjeldus elust enne ärkamist oli masendav:

*„Me elasime kui paganad ja pahemini kui paganad: me elasime kui loomad ja halvemini kui loomad. Kiskusime toidu oma naistelt ja lastelt ja kui emad panid vastu, löime neid. Kõik sel teel kokkukraabitu viisime majja, kus oli viina. Osa sellest vahetasime viina vastu, ülejäänud keetsime, meie mehed siis söime, jõime, suitsetasime, mängisime kaarte, riidlesime, vandusime ja ei mõelnud silmapilkugi oma näljahädas surevatele lastele. Sarnase elu tagajärjel oli põldude eest hoolitsemine kehva ja vilja vähe, kuid see-eest viina rohkesti. Talvekuudel, kui merel ei käidud, istusid mehed päevad läbi kõrtsis ja kui naised tulid neid nutuga koju kutsuma, siis aeti nad söimuga ja hoopidega minema. Raha joomiseks saadi ka varguste ja valetamisega. Mõisast varastati rehepeksu ajal vilja kottide ja koormate kaupa. Varastati heinu mõisa küünist ja mõisa metsa, mida öösel salaja linna veeti. Ühest*

*mõisa aidast veeti kõik ära ja selle järel katus, seinad ja muu, kuni järele jäi ainult alus. Mõisa vargile minnes paluti mõnikord ka Jumalalt õnnistust või löödi enne hobusevargust risti ette.”*

Vormsi naistele jutlustades kutsus Österblom neid üles tapma „mustuse ja räpasuse Koljatit”, mis saarel võimutses. Kodud olid räpased ning elamute ümbrus täis inimeste ja loomade sõnnikut. Hiljem kodukülastusi tehes võis Österblom veenduda, et Koljat on otsustatud tappa: naised küürisid kodusid. Mõned ei osanud pörandat pesta ja ujutasid selle ohtra veega üle ning tekitasid sellega veel suurema segaduse. Österblomi abikaasa õpetas kohalikke naisi pörandaid pesema. Vanad suitsutared lammutati ja ehitati uued, akendega majad, kus olid laudadest pörandad, pliidad, ahjud ja korstnad. Mehel hankisid paremaid laevu, paate ja püüniseid ning elatustase kasvas jõudsasti. Nende „ärkamise viljade”, tõttu pooldas Österblomi tegevust nii mõisnik Stackelberg kui ka enamik vormsilasi.

### MÕJU USUELULE

Läänemaa ärkamise mõju avaldus ühiskonnas mitmes erinevas valdkonnas. Vaimulikus mõttes muutis see inimeste usuolu liselt aktiivsemaks ja innukamaks. Enam ei piirdutud üksnes pühapäevaste kirikukülastustega, vaid hakati pidama palvusi nii palvemajades kui ka vabas õhus.

Kui Lõuna-Eestis ja Viljandimaal väljendus ärkamine eestlaste kultuurilises aktiivsuses, siis Läänemaal siiski usulistes ilmingutes. Läänemaa ärkamises osalenud inimesed pidasid olulisimaks vaimulikku pöördumist ja sellega kaasnenud eluviisi muutusi, mitte oma rahva kultuuri säilitamist või arendamist.

Jumalateenistuse vorm oli äärmiselt lihtne nii jutluste kui ka laulude ja palvete poolest.

Kuna rahva piiblitundmine oli kasin, siis Piibli tekste seletati lahti salmhaaval. Emotsionaalsuselt olid jumalateenistused aga kõike muud kui lihtsad või üksluised: hüppamine, plaksutamine ja rõõmust hõiskamine vaheldus patukoorma all olevate inimeste nutu ja ägamisega.

Kirikumuusika poolest oli Läänemaa ärkamine väga rikastav. Thoréni kirjutatud ja tõlgitud laulud leidsid hiljem tee Eesti Evangeeliumi Kristlaste ja Baptistide Liidu (EEKBL) kogudustes siiani kasutusel olevasse „Tallekiituse laulikusse”. Ärkamine tõi uued laulud kogudusse – need olid rõõmsameelsed ja kiired, sageli polkataktilis ja religioosse sisuga ning neid lauldi nii jumalateenistustel ja palvetundides kui ka töö juures.

### ÄRKAMISEGA SEOTUD VÄLJAKUTSED

1880-ndateks oli kasvanud lõhe „ärgranute”, ja ametliku kiriku vahel nii suureks, et luterlikust kirikust lahkulöömine oli muutunud möödapääsmatuks. 1877. aastal korraldati esimene iseseisev leivamurdmine ja ärgranute omavaheline ristimistalitus 1882. aastal Ridalas. Seda loetakse oluliseks versta-postiks priikoguduslikku liikumises. Tege-mist oli protestiga ametliku kiriku vastu, aga ka teoloogilise seisukohaga, et ristitav peab ise olema võimeline oma usku tunnistama ja elu muutma.

Probleeme ühiskonnas tekitas „ärgranute”, tõrjuv hoiak „ilmalaste”, suhtes, kes ei läinud

kaasa nende innuka vaimulaadiga. Teiselt poolt olid paljude jaoks veidrad mitmed vaimulimngud, nagu hüppamine, pikalikukumine, keelterääkimine (glossolaalia), käteplaksutamine, nägemused jms.

1881. aastal jõudis ärkamine Hiiumaale ja muutus seal veelgi kirikuvaenulikumaks kui Lääne-Eestis või Vormsil. Ärkamisega seotud veidruse dokumenteeriti hoolega ja kaevati korduvalt „ärgranute”, peale. Ajalehtedes ilmusid halvustavad artiklid äratuuliikumise kohta. C. R. Jakobson kirjutab ajalehes Sakala kriitilisi artikleid Läänemaa ärkamise kohta, nimetades „ärgranuid”, haisva vaimu lasteks. „Ärgranuid”, nimetati hüppajateks, kargajateks, tõrreusulisteks, sabatlasteks (kuna mõned ärgranud pidasid hingamispäeva laupäeval), lugejateks, metsausulisteks, jändajateks, taevateelisteks ja vabisejateks. Ärgranud ise nimetasid ennast Jumala lasteks, uueusulisteks või ärgranud hingedeks.

Kahtlemata kaasnes Läänemaa ärkamisega fanaatilisi ning entusiastlikke äärmusi, veidruse ja liialdusi, aga neid ei saa pidada joonteks, mis iseloomustavad kogu äratuuliikumist. Eesti kollane meedia ja teatrikunst on püüdnud rõhutada just neid veidraid äärmusi, mille ilmingud pole kindlasti pärit Pühast Vaimust. (Vt saatesarja „Valede võrgus”, mis räägib karismaatilistest äärmustest.) Rootsi misjonärid ei olnud süüdi nendes veidrustes, milles neid süüdistati – nemad kuulutasid Piibli sõnumit. Adekvaatsema pildi saamiseks võib lugeda Jaanus Plaadi raamatuid, kes on teemat põhjalikumalt uurinud. Kriitikute hinnanguid ei saa võtta objektiivsete ja neutraalsetena, vaid äratuuliikumise suhtes skeptiliselt või vaenulikult meelestatud inimeste erapoolikute hinnangutena.

### ÄRKAMISE PÄRAND

Läänemaa ärkamine sai alguse keset tugevat venestamiskampaaniat, kohaliku rahva suhtelist usuleigust ja moraalselt madalseisu.

*Usulise äratuse tagajärjel muutusid praktiliselt kõik inimeste elu valdkonnad. Kirjaoskuse tase piirkonnas tõusis tänu hästi planeeritud ja korraldatud kooliharidusele. Rajati uusi koole, milles lapsi õpetati tõhusamate pedagoogiliste meetoditega.*

Ärkamisega kaasnenud karskusliikumise tagajärjel suleti hulgaliselt kõrtsi ja alkoholi tarvitamine piirkonnas kahanes märkimisväärselt. Paljud loobusid suitsetamisest ja korraldati avalikke „piipude matuseid...”

*Vaimulikud ja karskem elu omakorda ajendas pöördunuid rajama korralikke kodusid, loobuma varastamisest ja kaklemisest, mis enne iseloomustas selle piirkonna rahva elu.*

Kasvas usuline aktiivsus ja palvetundidest osavõtt. Jumalateenistustel hakati kasutama



Thure Emanuel Thorén.

Foto: Rannarootsi Muuseum



Lars Johan Österblom.

Foto: Rannarootsi Muuseum

uusi ja kiiremaid kirikulaule, mis rajasid teistsuguse spiritualiteedi levikule. Hakati tõlkima ja lugema uuemat vaimulikku kirijandust. Läänemaa ärkamine leidis algusaastatel palju toetajaid nii talurahva kui ka kirikuõpetajate ja mõisnike seas, aga hiljem, kui liikumine muutus radikaalsemaks ja kirikuvaenulikumaks, hakati seda avalikult kritiseerima.

Vaatamata mitmetele äärmustele on Läänemaa ärkamine jätnud kustumatu jälje Eestimaa kirikulukku. 1884. aastal tekkisid äratuuliikumise tulemusena esimesed luterlikust ja õigeusust sõltumatud kogudused. Läänemaa ärkamine valmistas pinnast erinevate uskkondade (priilased ja baptistid) tekkimiseks ning muutis sellega püsivalt Eestimaa vaimulikku maastikku. Kokkuvõtteks võib öelda, et Läänemaa ärkamise head mõju võib eesti rahvas tunda tänaseni. See on toonud esile head vilja haridusmaastikul ning mõjutanud positiivselt ka ühiskonna moraalnorme. ●



# Tervikliku Tervenemise Teenistus –

## kellele ja milleks?

**2020. aastal sai Nõmme Baptistikoguduse pastor Veikko Vösu Jumalalt sõnumi: hakake palvetama inimeste eest, kellele meditsiin enam lootust ei anna. Nüüdseks on toimunud üle saja tervenemis-teenistuse kõikides Eesti maakondades. Maailmas ainulaadne liikumine on toonud kokku erinevad konfessioonid ning mitmed inimesed on kogunud tervenemist vaimu, hinge ja ihu tasandil.**

TTT meeskond

### ÜLELOOMULIK KÕNETUS

Kõik algas Jumala sõnumist palvetada inimeste eest, kes ei leia meditsiinist abi ning kes sel või muul põhjusel on kaotanud lootuse, sattunud oma elus ummikseisu ja vajavad tervenemist. Pastor Veikko Vösu: „Jumal kõneles minuga ühel täiesti tavalisel hommikul väga selgelt: „Hakake palvetama inimeste eest, kellele meditsiin ei anna enam mingit lootust.””

2021. aasta jaanuaris toimus esimene Tervikliku Tervenemise Teenistuse (edaspidi TTT) palve- ja ülistuskoosolek, kus otsiti Jumala ligiolu, ülistati muusikaga Jumalat ja palvetati koos. Nüüdseks on TTT korraldanud Eesti erinevates paikades arvukalt teenistusi, kus palvetatakse inimeste igakülgse tervenemise eest. Nende aastate jooksul oleme näinud, et Jumal kuu-leb ja Ta vastab palvetele.

### MIS ON TERVIKLIK TERVENEMINE?

Inimestena ei ole meil ainult füüsiline ihu, vaid ka hing ja vaim. Oleme justkui kolmekihilised sibulad – ihu on pealne kiht; hing kui mõistus, tahe, emotsioonid; ning vaim kui Jumala eluhingus meie sees kõige sügavamal. Need kolm osa on omavahelises sümboosis. Kui ihu kannatab, saavad osa ka hing ja vaim. Kui hing kannatab, on mõjutatud ka keha ja vaim. Kui vaim kannatab, kaob elujõud meie ihust ja hingest. Seetõttu on oluline, et me kõigi kolme eest hoolt kannaksime.

### VAIMUMAAILMA OHUD ILMA JUMALATA

Vaimu saab – kuid see on äärmiselt ohtlik – toita vaimsete asjadega, mis ei pärine Jumalalt. Piibel nimetab neid ebajumalateks ning hoiatab selliste asjade eest. Siia hulka kuuluvad teispoosusega (inglite, surnute, vaimude või universumiga) kontakti otsimine, sensitiivide, tervendajate, nõidade, posijate, teadjameeste või -naiste, *new age*'i õpetused ja meetodid, budism, hinduism, krišnaism, Jehoova tunnistajate liikumine, mormoonid,

muud religioonid, maausundid, astroloogia, horoskoobid, numeroloogia, energeetilised kivid, kaardipanemised, pendeldamised, jooga, idamaised meditatsioonid jne.

Kombates vaimumaailma piire ilma Jumalata, võime endale tõsiselt viga teha ja sattuda teele, mille tagajärjed on karmid. Tegeledes eelmainitud praktikatega, võime avada vaimumaailmale enda sisse n-ö ukse, kust saavad läbi tulla kurjad vaimud, kes hakkavad kontrollima inimese elu ja tegevust, ilma et seda kohe oleks tunda või näha. Isegi kui alguses haigused ja hädad leevenevad nende tegevuste tagajärjel, antakse tegelikult teadmatult ära kontroll iseenda mõtete, emotsioonide ja ihu üle ning lõpuks ollakse hüllemas seisus kui enne, ning sügaval sisimas on endiselt suur tühimik.

### JESUS KUI AINUS TEE

Inimene on vaimolend, kes on loodud Jumalaga, oma Loojaga suhtesse. Samuti on loonud Jumal inimesele vaba tahte. Jumal ei sunni inimest endaga suhtesse, küll aga kutsub inimest mitmel erineval viisil. Ta on teinud inimesele selleks tee läbi oma Poja Jeesuse Kristuse. Jeesus on ainus tee elava Jumalani.

Iga inimese südames on koht, mille Jumal on reserveerinud endale. Seepärast ei suuda keegi ega miski peale meie Looja seda tühimikku täita. Ta armastab ja soovib inimest päästa tühjusest, lootusetusest, tervendada terviklikult ning täita meid oma Püha Vaimu väega.

### JESUSE NIMES ON TÕELINE VÄGI

Oleme näinud palju üleloomulikke tervenemisi (ka neid, kellele meditsiin ei ole lootust enam andnud) – Jeesuse nimes on tõeline vägi! TTT teenistustel keskendume sellele, et nii vaim, hing kui ihu võiksid terveks saada ja terveks jääda. Soovime, et nii inimesed Eestimaal kui ka naabrid lähemal ja kaugel saaksid osa Tema võimsast, elumuutvast armastuse väest.

### PALVE JA EESTPALVE

TTT teenistustel on suur rõhk palvel ja eestpalvel. Palve on osadus/suhtlus elava Jumalaga, nii nagu isa suhtleb pojaga või sõber sõbraga. Palvetades me väljendame oma vajadusi, tänu ja usaldust. Jumal omalt poolt kinnitab ja elustab meid. Jumal räägib meiega oma Sõna ehk Piibli, olukordade, erinevate inimeste ja Püha Vaimu kaudu.

Eestpalve on kellegi teise eest palvetamine. Piibel julgustab kristlasi palvetama üksteise eest. *Tunnistage siis üksteisele patud üles ja palvetage üksteise eest, et te*

*saaksite terveks! Õige inimese mõjuvõimas eestpalve saadab palju korda (Jk 5:16).* Palvetame Jeesuse nimel, kes on surnud ja üles tõusnud, vabastanud meid patu ja surma väest. Eestpalvel käinud inimesed on tõepoolest kogunud arvukalt elumuutvaid tervenemisi igal tasandil.

### KES ON TEENISTUSELE OODATUD?

Teenistusele ja eestpalvele tulemiseks ei pea keegi vastama mingitele kriteeriumitele, välja arvatud inimese enda vaba tahe. Nii teenistusele kui eestpalvele võivad tulla KÕIK. Tule avatud südamega. Kus iganes kohas sa oma eluga oled või kui keeruline on sinu olukord, Jumalal on plaan, kuidas sind sellest välja tuua. Ta juba teab ja ootab sind.

### TEENISTUSE ÜLESEHITUS

Iga kord kuuleme paari inimese lugu Jumala üleloomulikust abist nende elus. Oluline roll on muusikaga Jumala ülistusel. Lõpus on kõigil võimalik tulla eestpalvele.

Teenistustelt saab kaasa võtta palveräti- kuid. Oleme kuulnud arvukalt lugusid tervenemisest ka nende kaudu. Samuti saab TTT ajal edastada salajasi palvesoove, saata neid e-postiga või kohapeal paberile kirjutades. Neid ette ei loeta, vaid nende eest palvetatakse teenistuse lõpus ning seejärel lähevad paberilipikud tulle – mitte ükski inimene neid ei loe.

### TTT KUI KONFESSIOONIDEÜLENE PARTNER KOGUDUSTELE EESTIS

TTT on aja jooksul kasvanud suuremaks liikumiseks ning muutumas koguduste koostöö platvormiks. Eesmärk on ka aidata ja julgustada kohalikke kogudusi, korraldades erinevate kogudustega eri konfessioonidest ühiseid teenistusi, mis toimuvad erinevates kirikutes ja paikades üle Eesti-



Pastor Veikko Vösu

### MIDA TEISED ON KOGENUD?

Paljud inimesed on teenistustel rääkinud oma lugusid tervenemisest. Kõik tunnistused on üleval veebilehel: [tervenemine.ee/tervenemislood](http://tervenemine.ee/tervenemislood)

Vaata näiteks TTT Youtube'i kanalilt ([youtube.com/@tervenemine](https://youtube.com/@tervenemine)):

- *Jumal päästis Amanda sündimata lapse elu.*
- *Caroline lugu joogast tulnud vaimudest vabanemisest.*
- *Emma-Maria – Jumal vabastas nõia haardest.*
- *Surmast tõusmine, invaliidsusest paranemine ja muud imed läbi Jumala väe.*

maa. TTT on kohaliku kogudusega koostöös korraldatud teenistus, mida aitame läbi viia oma meeskonnaga. Usume, et ühes Vaimus liikumine on võti kogudustevaheliseks tihedaks koostööks, mis ühtlasi avab Jumala plaani kogu Eestimaale. Kui soovid liituda vabatahtlikuna, siis võta meeskonnaga ühendust veebilehel [tervenemine.ee](http://tervenemine.ee) kaudu. ●

### VAATA LÄHEMALT!



## TERVENEMINE ON VÕIMALIK.

### Tervikliku Tervenemise Teenistus

Teenistus neile, kes vajavad tervenemist vaimule, hingele ja ihule.

OTSEÜLEKANDED:



TERVENEMINE.EE