

## ***Muistatko?***

Vanhustenviikko aloitettiin ikäihmisten messulla ja syntymäpäiväkahvilla seurakuntakodilla Toivakassa. Kuinka moni muistaa omia vanhempiaan, kuka muistaa lähellä olevia yksinäisiä vanhuksia? Onko elämä liian kiireistä kortin lähettämiseen tai vierailuun vanhuksen luona? Onko helpompi vain unohtaa tai keksiä syitä, miksi ei muista?

Muistammeko toisten hyvät puolet vai vain virheet? Muisti voi olla valikoivaa. Joku voi muistella hyvällä tai pahalla. Ruuhkavuodet, mediatulva ja monenlaiset sairaudet heikentävät muistia. Mutta voimme kehittää erilaisia tapoja sen virkistämiseen ja kehittämiseen.

Tärkeintä on muistaa olla armollinen itselleen ja toisille. Ei vaatimalla itseltä tai toisilta, vaan hyvällä mielellä.

Monet ihmiset elävät muistoissamme, vaikka heitä ei enää ole. Syksy ja pimeys voivat nostaa mieleen ikäviä muistoja elämän varrelta. Toivon jokaiselle lähelle muita ihmisiä, joiden kanssa on hyvä jakaa vaikeat ja myös hyvät muistot.

Taivaan Isä ei unohda, hän muistaa jokaisen nimeltä, mutta ihminen tarvitsee toista ihmistä. Moni muistaa rukouksin. Se riittää, jos ei pysty tai ehdi muuta. Usein huonossakin kunnossa olevat ikäihmiset kertovat muistavansa kaikkia läheisiä, lapsia ja lapsenlapsia iltarukouksissa. Rukous kantaa ja antaa elämään voimia.

*-Elina Sarlund*