

Tutut laulut eivät unohdu,
vaikka puhekykykin menisi

Läsnäoloa laulamalla

Musiikilla on ihmiseen ihmeellinen vaikutus. Se syöpyy jonnekin aivojen syvimpiin kerroksiin, jonne muistisairaakaan ei ulotu, sillä jopa puhumaton vanhus voi puhjeta laulamaan ulkomuistista tuttua kappaletta sellaisen kuullessaan.

SUSANNA VILJANEN



Anu Kylvén on tullut piristämään laulullaan Irma Pesosen päivää ryhmäkoti Pehtoorissa. Väliällä rupatellaan mukavia ja muistellaan laulujen mieleen nostamia vanhoja aikoja.

IRMA Pesosen elämässä musiikki on aina ollut voimakkaasti läsnä. Hän kertoo sekä isänsä että aviomiehensä olleen komeääänisiä ja kovia laulamaan. Molemmat lauloivat hengellisiä lauluja, ja Pesonen muistaakin edelleen ulkoa koko joukon vanhoja virsiä ja hengellisiä lastenlauluja.

Nyt nuo elämän tärkeät miehet ovat poissa, mutta **Anu Kylvén** on tullut ryhmäkoti Pehtooriin ilahduttamaan Irma Pesosta laulullaan. Hänellä on mukanaan kirja, josta näkyvät laulun sanat ja sävel, mutta Pesonen ei sitä tarvitse. Hän kyllä muistaa.

– Tuttuja, kauniita lauluja, Pesonen huokaa kappaleiden välissä ja pyyhkäisee välillä silmiään. Musiikki nostaa muistot ja tunteet pintaan.

– Irman kanssa laulamme vanhaa hengellistä musiikkia. Viime kerralla otin kokeeksi yhden vähän uudemman hengellisen laulun, mutta hän

ei oikein lämmennyt sille. Pysyttelemme siis Irmalle jo lapsuudesta tutuissa lauluisa, jotka tuovat hänelle hyviä muistoja mieleen. Sitä iloa on ihana seurata, Anu Kylvén sanoo.

Laulamisen lomassa jutustellaan niitä näitä. Irma Pesonen kertoilee perheestään ja aikoinaan suuren vaikutuksen tehneestä papista, joka myös oli kova laulamaan.

Joku on hetken läsnä sinua varten

Anu Kylvén kuuluu kulttuurihyvinvointihankkeesta alkunsa saaneeseen Laitoslaulajat-nimiseen yhdistykseen, josta voi tilata henkilökohtaisen laulajan virkistämään muistisairaana vanhuksen päivää. Ikäihmisen elämä kotona, sairaalassa tai palvelutalossa voi olla hyvinkin yksinäistä, ja kahdenkeskinen kohtaaminen, jossa joku on vähän aikaa läsnä vain sinua varten, virkistää kummasti.

Kun kohtaamiseen yhdistetään musiikin aivoja aktivoiva vaikutus, hyvinkin dementoitunut ihminen voi havahtua laulamaan mukana ja ottamaan kontaktia. Levotomiin vanhuksiin musiikilla on usein rauhoittava vaikutus.

– Me kaikki olemme toki yksilöitä, ja muistisairaakaan arkeensa mitään uutta ja erilaista. Minua ei ole koskaan heitetty ulos, mutta jollekin laulajalle on käynyt niinkin. Kenellekään ei lauleta väkisin, vaan toiminta tapahtuu täysin vanhuksen omilla ehdoilla, Anu Kylvén sanoo.

– Aina uuden ihmisen luomennessa vähän jännittää, miten minut otetaan vastaan ja kohtaavatko kemiat.

Yleensä laulaja käy saman vanhuksen luona viisi kertaa, missä ajassa jo ehtii huomata musiikin ilahduttavan vaikutuksen.

– Eräskin vanhus ilmoitti heti alkuun, että minähän en sitten laula. Sanoin, että ei ole mikään pakko laulaa mukana, mutta sopiiko, että minä laulan? Puolen tunnin kohdalla hän totesi, että ei-

– Tuttuja, kauniita lauluja, Pesonen huokaa kappaleiden välissä ja pyyhkäisee välillä silmiään.

köhän tämä jo riitä, mutta kolmannella käynnilläni hän oli jo odottamassa ja lauloi mukana koko kolme varttia, Kylvén kertoo.

Tulosten näkemiseksi kolmen vartin mittaisia laulutuo- kioita myydään viiden käynnin paketteina. Viiden kerran sarja maksaa 250 euroa, jolla katetaan laitoslaulajan matkakulut ja palkkio sivuku- luineen. Kylvénin ja Pesosen laulutuo- kiot maksetaan Otto Malmin rahaston apurahalla, mutta kuka tahansa voi ostaa laulua lahjaksi oman paikka- kunnan hoivakotiin tai vaika- kaukana asuvalle läheisel- leen. Myös yritykset voivat sponsoroida palvelutaloissa tai sairaaloissa asuvien van- husten ilahduttamista. Avoin lahjoitus antaa mahdollisuu- den tarjota palvelua sitä eni- ten tarvitseville.

Laulutausta vaaditaan

Jotta vanhukset saisivat kuunnella laadukasta laulua, Laitoslaulajien eli tuttavalli- semmin LaLan parikymmen- tä laulajaa ovat ammattimai- sia laulajia, osa jopa musiikin ammattilaisia. Anu Kylvénin kaunis sopraano on kouluttu pitkään kuoroissa ja a cappel- la -lauluryhmissä laulamalla.

Ennen ensimmäiselle kei- kalle lähtöä uusi laulaja osal- listuu koulutukseen, jossa val- mentaudutaan kohtaamaan muistisairaita ihmisiä ja lau- letaan. Mitä enemmän osaa vanhoja kansanlauluja, iskel- miä ja virsiä, sen parempi.

– Tiikerihai, Hummani hei ja Metsäkukkia ovat tykättyjä kappaleita. Kummasti niitä vain muistaa lapsuudestaan – ei tarvitse kauheasti kirjas-

ta luntata. Lapsena tuli laulet- tua paljon omien sukulaisten kanssa, nelikymppinen Kyl- vén naurahtaa.

Laulatettavalta vanhuksel- ta ei vaadita lauluääntä. Irma Pesonen harmittelee moneen kertaan, että hänelle ei lau- lun lahjaa suotu, mutta laulaa kuitenkin mukana. Yhtä sal- littua olisi istua hiljaa ja vain nauttia kuulemastaan.

Laulutaidon lisäksi laula- jalla pitää olla kyky kohdata vanhuksia avoimin mielin. Joidenkin kanssa ei jutella juuri mitään, lauletaan vaan, mutta usein jutustelu ja muis- tojen kuunteleminen ovat yhtä tärkeä osa kohtaamista kuin laulaminenkin.

– Viidessä tapaamisker- rassa ehtii jo vähän tutustua ihmiseen, vaikka muistisai- raan kohdalla kyse on ehkä vain välähdyksistä, joita hän muistaa ja jakaa. Kyllä sitä monesti miettii, että millais- tahan tämän ihmisen elämä on ollut, Anu Kylvén kertoo.

– Keikoista jää laulajal- lekin hyvä mieli. Jos joskus aikanaan olen itse jossain hoivakodissa ja yksinäinen, olisi kyllä mukavaa, jos joku kävisi minulle laulelemassa.



Laitoslaulajilta vaaditaan laulutaustaa. Anu Kylvén on hankkinut kannuksensa kuoroissa ja lauluyhtyeissä laulamalla.

– Aina uu- den ihmisen luo mennen- sä vähän jännittää, miten mi- nut otetaan vastaan ja kohtaavatko kemiat.



Enkeli kuuntelee Anu Kylvénin ja Irma Pesosen laulua. Laitoslaulajat tuovat iloa hoitokodin arkeen.