



SYTYKKEITÄ SAUNAJUTUILLE

Aisteja avaava saunatarina

Pyydä osallistujia sulkemaan silmänsä ja lue seuraava tarina rauhallisesti.

On kesäinen lauantai-ilta. Kävelet paljain jaloin saunapolkua pitkin. Pikkukivet pistelevät ja lyhyt ruohomatto tuntuu pehmeältä ja joustavalta. Hengität viilentynyttä ilmaa syvälle keuhkoihisi. Ilmassa tuoksuu savu.

Saavut saunan nurkalle ja kosketat sen karheaa pintaa. Rappuset osaisit kiivetä vaikka silmät ummessa. Tartut monien käsien kiillottamaan ovenkahvaan, joka on tehty puun oksasta. Nykäiset kahvasta ja ovi narahtaa. Astut sisään ja katseesi kiertää pukuhuoneen hämärässä. Kaikki tutut, vuosien varrella kertyneet esineet, kostuneet tulitikkuaskit ja sytykkeeksi tarkoitetut sanomalehdet, ovat paikoillaan. Riisut vaatteesi kaikessa hiljaisuudessa ja pinoat ne puiselle penkille. Pyyhkeesi ripustat samaan naulaan kuin aina.

Avaat saunan oven ja kostea lämpöaalto pyyhkäisee viileää ihoasi. Kuulet tulen huminaa ja kiukaan paukahduksen. Ylität kynnyksen ja saunan puolella lasket löylyvettä loristen astiaan ja kapuat mielipaikallesi lauteille. Lyöt kauhallisen löylyvettä kiukaalle ja kiuas vastaa sihisten. Lämpö laskeutuu ja katselet mieli tyyntyneenä tuttua näkymää höyryn sumentaman ikkunan läpi.





Ryhmätoimintaan sopivaa saunakirjallisuutta

Sainio, Ari 2004. Suomalaisia ilmiöitä. Kehitysvammaliitto ry. Kirjassa on selkokielen, muistoja ja ajatuksia herättävä teksti suomalaisesta saunasta. Teksti on sopivan pituinen vaikka ääneen luettavaksi.

Tamsaari, Sara – Teppo-Pärnä, Viri – Teppo, Pälvi (toim.) 2013. Löylyn sylissä – Ikiäikää nykypäivässä. Rakennusperinteen Ystävät ry. Kirjassa kerrotaan arjen saunakulttuurista sanoin ja muistoja herättävin kuvin.

Taskinen, Keijo 2011. Sauna – Puhtaasti suomalainen. Kirjakaari. Värikkäitä ja selkeitä tunnelmallisia valokuvia ja lyhyitä tekstejä, jotka sopivat ääneen luettaviksi.

Vuolle-Apiala, Risto 2009. Savusauna ennen ja nyt. Multikustannus Oy. Runsaasti kuvia erilaisista savusaunoista. Kirjan loppupuolelle on koottu tietoa saunaan liittyvästä henkisestä kulttuurista kuten saunariiteistä, -loitsuista, -runoista ja maalaustaiteesta.

Forsell, Marketta 2007. Saunan taikaa – Tarinoita, tietoa, tunnelmia. Minerva Kustannus Oy. Taide- ja valokuvia.

Sauna-aiheeseen johdattavaa musiikkia

- Markku Suominen tai Peppina: Saunavihdat (kansanlaulu)
- Tapio Heinonen tai Veikko Tyrväinen:
Kukapa sen saunan lämmittäisi (kansanlaulu)
- Tapio Rautavaara: Löylyä lissä
- Tapio Rautavaara: Vanha rantasauna





Sauna-aihetta alustavia videoita Ylen Elävässä arkistossa

(suomalaiseen saunaperinteeseen kuuluu luonteva suhtautuminen alastomuuteen, joten varmista ettei alastomuus haittaa katsojia)

Saunasta sisua 1957. Muistoja ja erilaisia näkökulmia herättävä kotoisa asiaohjelma. Kesto 13 min.

Kotisaunan lauteilla 1964. Tuplasti pidempi vaihtoehto Saunasta sisua -videolle. Kesto 26 min.

Maailman paras vihta 2008. Lyhytelokuvassa Pentti Hakala näyttää mestarin ottein miten vihta tehdään. Kesto 4 min.

Arkkitehtien lauteilla 1967. Lyhyitä 1–2 minuutin videoita suomalaisista arkkitehdeistä ja heidän saunoistaan.

Rantasaunaa rakentamassa 1982. Oman rantasaunan rakentaminen puiden kaatamisesta käyttöön vihkimiseen. Hieno metsätyön ja rakentamisen äänimaisema. Kesto 11 min.

Sauna – Bad 1976. Lyhytelokuva vanhemmista miehistä yleisessä saunassa. Kesto 9 min.

Saunasivustoja

Suomen saunaseura ry. <<http://www.sauna.fi/saunatieto/>>.

Kirkko ja kaupunki 19.6.2006. Saunassa suomalaisen sielu lepää. <<http://www.valomerkki.fi/kirkko-ja-kaupunki/kirkko-ja-kaupunki-arkisto/2944>> (Teksti sopii ääneen luettavaksi)

Auramies, Maija 2008. "Niin on minun lempen ärisköön!" – Ohjeita nykypäivän morsiussaunaan. <<http://maijuska.vuodatus.net/sivut/ohjeita-morsiussaunaan>>