Tiedote 4.4.2019

# Pauliina Kainulaisen teos puhuu luontoyhteyden ja kohtuullisuuden puolesta

**Pauliina Kainulaisen *Suuren järven syvä hengitys* *- Luontosuhde ja kokonainen mieli* (Kirjapaja) vie matkalle kohti syvää tietoisuutta siitä, miten voimme elää sopusoinnussa luonnon kanssa. Tienviittoina ovat alkuperäiskansojen elämäntavat, kohtuuden kulttuuri, riittien kieli, järven ja metsän opetukset.**

Kainulainen on kirjoittanut tähänastisen pääteoksensa. Siinä hän syventää omaperäistä ajatteluaan ihmisen, luonnon ja uskonnon yhteydestä. Teos on samaan aikaan kuvaus kirjoittajan omasta matkasta kohtuullisuuteen sekä kestävään elämäntapaan ja puheenvuoro vanhan kotoperäisen kulttuurin puolesta.

Millaista on aito, kuunteleva vuorovaikutus luonnon kanssa? Miten tavoittaa ikivanha maan viisaus, joka johdattaa mielenmuutokseen ja toimintaan luomakunnan hyväksi?

"Katse on kohdennettava koko ylikuluttavaan kulttuuriimme, joka vaatii aina vain lisää metalleja, muovia ja kaikenlaista enemmän tai vähemmän tarpeetonta”, Kainulainen kirjoittaa. ”Kokonaiskulutuksemme tasoa tulee laskea. Rajalliset luonnonvarat on käytettävä harkiten, niitä on säästettävä myös tulevien sukupolvien välttämättömiin tarpeisiin. Tämän lisäksi luontoa on aktiivisesti ennallistettava, ja siten sallittava sen parantaa itse itseään.”

Pauliina Kainulainen kertoo, että kaivosasiat ovat olleet hänelle tärkeitä siitä asti, kun hän osallistui kamppailuun uraanikaivosta vastaan kotiseudullaan.

”Aika ajoin meitä luonnon puolesta liikkeelle lähteviä koetetaan vaientaa sanomalla, että ette tiedä kaivosalasta tarpeeksi, ette ole edes ympäristöasioiden asiantuntijoita”, Kainulainen sanoo ja viittaa vuosien takaiseen mielenosoitukseen Sotkamossa. ”En näe perusteltua syytä ymmärtää tieto vain luonnontieteellisenä saati ’taloustieteellisenä’ tietona. Arvostan korkeatasoisempaa tietoa luonnosta ja siitä, miten olla sen kanssa.”

Teos liittyy myös keskusteluun metsien ja luonnon terveysvaikutuksista. Kainulainen antaa esimerkkejä meditaatioharjoituksista luonnossa, esimerkiksi metsäkävelyiden tai marjanpoiminnan muodossa. Hänen mukaansa mietiskelyharjoituksia voi soveltaa myös kaupunkioloissa: “Sisäinen hiljaisuus ei edellytä täydellistä ulkoista hiljaisuutta, vaan ympäröivät äänet voi todeta, säilyttäen silti sisäisen hiljaisuuden ja tarkkaavuuden.”

**Pauliina Kainulainen** on kontiolahtelainen teologian tohtori ja pappi. Hänet tunnetaan ekoteologisena ajattelijana, joka huomioi tutkimuksissaan myös naisnäkökulman. Kainulainen toteuttaa omaa elämäntapamuutostaan Enonkosken luostariyhteisön pappina. Hän toimii aktiivisesti Kohtuusliikkeessä, joka tavoittelee siirtymää kohti tämän ajan kohtuuden kulttuuria. Kainulaisen edellinen kirja *Metsän teologia* nousi Kanava-tietokirjapalkinto-ehdokkaaksi.

Pauliina Kainulainen, *Suuren järven syvä hengitys* Kirjapaja 2019. 336 s. Kansi Satu Kontinen. Kl 50.1. ISBN 978-952-354-023-1

**Lisätietoja ja haastattelupyynnöt:**Marja-Liisa Saraste | viestintäpäällikkö | p. 040 553 4757 | marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi tai  pauliina.kainulainen@uef.fi | p. 0500894650

**Arvostelukappale- ja kuvapyynnöt:**Minna Vatja | mediakoordinaattori | minna.vatja@kirjapaja.fi