

Mervi Basunga

Vihollinen ruumiissani



Kokemuksia vihollisen varjossa

Omistettu kaikille Tainoille, Helenoille, Raijoille, Taunoille,
Veikoille ja Anteroille, joilla itseni tavoin on kyseenalainen etu
elää vihollinen ruumiissaan.

Mervi Basunga

VIHOLLINEN

RUUMIISSANI

@2015 Mervi Basunga

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

ISBN: 978-952-318-605-7

Alkusanat

Mikä ihmeen vihollinen ruumiissani? Mikä tämä opus on olevinaan?

Kuulen kysymykset.

Tämä opuksen tarkoituksena on omaelämäkerrallisesti kuvailla erästä pirullista vihollista, joka pesiytyy tiettyjen ihmisten ruumiisiin. Niin, kyseessä on siis joku, joka on piinannut ruumistani suurimman osan aikuiselämäni, mutta se ei välitä kaikkien muiden ruumiista. Tämä joku jättää monien ihmisten ruumiit rauhaan. Mutta sitten on ryhmä ihmisiä, joiden ruumiisiin se hyökkää. Se tekee niissä olonsa mukavaksi, eikä lähde hevillä. Usein se pysyy vuosia tunnistamattomana, niin että ruumis on sairas kantajansa tietämättä miksi. Jokin on, se on selvää, mutta se jokin pysyy kauan nimettömänä. Vihollinen ei näyttäydy verikokeissa eikä röntgenkuvissa. Se pysyttelee kaukana niistä ollakseen mahdollisimman pirullinen, ja saadakseen aikaan hämmennystä ja epäluuloa. Tällaisesta vihollisesta on siis puhe.

Tämä opus ei ole lääketieteellinen teos. Vihollista kuvaillaan kokemusten kautta, toivottavasti niin, että muutkin vihollisen kanssa suhteessa elävät voivat samaistua. Henkilökohtaisten tutkimusteni (ei-tieteellisten) perusteella meillä vihollisen omakohtaisesti tuntevilla on paljon samanlaisia kokemuksia elämässä. Kertomalla omistani välitän toivottavasti yleisen kuvan ihmistyyppistä, jonka ruumiisiin vihollinen tuntee vetoa. Vaikka pääasiassa kuvaan omia kokemuksiani, perustuu kuvaukseni vihollisesta ja sen toimintatavoista myös muiden vihollisen kanssa kamppailevien kokemuksiin.

Opuksen kirjoittamisen tarkoituksena on myös pitää yllä toivonkipinää siitä, että elämästä voi selviytyä ja jopa nauttia vihollisen kataluuksista huolimatta.

Te, jotka olette eläneet saman vihollisen kanssa, tunnistatte nopeasti, mistä puhun. Samoin te muut, jotka olette uskollisesti kuunnelleet valituksiani tästä vihollisesta jo kauan. Mutta on vielä monia, jotka eivät vihollista omakohtaisesti tunne. Hekin yleensä tietävät yhden tai kaksi tämän vihollisen kanssa suhteessa elävää, ja eivät voi muuta kuin ihmetellä, että mikä tuosta vihollisesta tekee niin erityisen, että siitä pitää alituisesti valittaa.

Toivottavasti tämän pienen opuksen lukeminen avartaa heidän tietämystään ja auttaa heitäkin ymmärtämään, että mikä tämä vihollinen on, ja miksi se ihan aikuisen oikeasti on hankala seuralainen.

Miten sitten osuvasti kuvaisin vihollisen läsnäoloa ruumiissani, jos se pitäisi tiivistää pariin virkkeeseen?

1. Elän, mutta päivästä riippuen 10-50% minusta on elävää, ja loput jo matkalla hautaan.
2. Odotan ylösnousemusta, vaikka en ole vielä teknisesti kuollut.

Masentavaa? Siltähän se kuulostaa. Mutta uskokaa tai älkää, näin asia kuitenkin on. Te, jotka tiedätte, mistä puhun, voitte varmastikin allekirjoittaa edeltävät väittämät. Tämän vihollisen kanssa suhteessa oleminen ei ole täyttä elämää. Suuri osa ajasta kuluu

a/ sängyssä

b/ sohvalla.

Tämän vihollisen kanssa vietetään aikaa nimenomaan näissä

kahdessa. Asetutaan mukavaan asentoon, vedetään peitto jalkojen suojaksi ja maataan, kun ei muuta voi. Painotan viimeistä lausetta: kun ei muuta voi. Kyse ei ole siis vain lonkanvetämisestä.

Useimmat kyseisen vihollisen kanssa eläjät tuntevat valitettavan hyvin aamutelevision lähetykset, ja päivittäiset saippuasarjat. Kun jotkut muut siirtyvät päivässään paikasta toiseen kalenterinsa tai työaikataulunsa mukaisesti, vihollisen kanssa elävien päivää rytmittävät liian usein tv-ohjelmat. Ikävä kyllä. Ainakin hyvin huonoina päivinä. Kirja voi myös tulla kyseeseen, ja se onkin hyvä vaihtoehto. Muiden elämän passiivinen seuranta, joko tv-ruudusta tai kirjan lehdiltä, tuo lohtua, kun on meneillään 10%:n päivä. Tosin kirja voi olla turhan haasteellinen, koska vihollinen syö muistia ja keskittymiskykyä. Uskaltaisin väittää, että useimmiten sohva ja televisio kuuluvat yhteen. Kirja on lisukkeena joskus, kun ajatustoiminnan sumu ei ole liian sankka. Vihollisen kanssa eläminen on siis typistettyä elämää. Erityisesti huonoina päivinä sohvalla maatessa täytyy itseään muistuttaa, että on edelleen elossa. Korostan, että sohvalle vetäytyminen vihollisen takia ei tuo nautintoa, eikä ole valinta, vaan pakko.

Vihollinen nimittäin viehtyy erityisesti niihin ruumiisiin, jotka ovat aina olleet toimeliaita ja aikaansaavia. Juuri näiden ruumiiden lamauttaminen tuntuu olevan vihollisen pirullinen tarkoitus. Sohvalle vetäytyminen on siis pakollista, ei laiskasta lihasta johtuvaa.

Ensimmäinen siirtyminen aamulla on tietysti sängystä sohvalle. Siinä välissä jähmeä suihkunotto ja/tai vaivalloinen hiustenpesu ovat mahdollisia. Myös hidas aamiainen voi onnistua. Joillakin meillä on päivässä muitakin vastuuta kuin henkilökohtaisesta hygieniasta huolehtiminen ja itsensä ruokinta. Joidenkin meistä vihollisen kanssa eläjistä täytyy laahautua työpaikalle, selviytyä työtehtävistä ja työmatkoista. Joillakin meistä, kuten itselläni, on taas perhevastuita: lapsista huolehtimista, koulukuljetuksia ja normaaleja kotitöitä. Tai siis nehan ovat normaaleja niille, joiden ruumiisiin vihollinen ei ole pesiytynyt.

Tietysti tiskaus, ruoanlaitto tai imurointi voivat rasittaa ketä hyvänsä, mutta meille vihollisen kanssa suhteessa eläville edellä mainitut toimet ovat suuria taakkoja ja jopa ylivoimaisia suorituksia. Hyvä aviopuoliso tai muu avustaja on/olisi varsin tarpeellinen.

Ja ei, kyse ei ole

a/ masennuksesta

b/ välinpitämättömyydestä

c/ laiskuudesta.

Erityisesti vaihtoehto c EI tule kyseeseen, koska vihollinen on valinnut pesäpaikoikseen juuri ylitunnollisten ja ahkerien ruumiit. Niissä hän viihtyy parhaiten. Vaihtoehdot a ja b saattavat ilmaantua vihollisen rinnalle, kun ruumiin voimat heikkenevät tarpeeksi.

Joka tapauksessa riippumatta siitä, millaista 10-50 %:sta elämää vihollisen kanssa suhteessa oleva elää, sohva kutsuu usein, samoin sänky. Rungas lepo on välttämätöntä, ja sen puutteesta saa maksaa raskaalla uupumuksella ja erilaisilla, paikkaa vaihtavilla kivuilla. Vihollisen pahiten runtelemat ovat pakotettuja sänkyyn koko päiväksi. Tämä on suhteen tuhoisin muoto, ja tästä kärsivät saattavat närkästyä lukiessaan positiivisista 10 - 50:n prosenttiosuuksista. Heiltä vihollinen on vienyt enemmän. Todella surullista, ja myötätuntoni on heidän puolellaan.

Tässä opuksessani keskityn kuitenkin 10 - 50 %:n osuuksiin, koska itse seilaan niiden välissä. Joskus hiivun kyllä itsekkin alle 10 %:n, koska vihollinen ruumiissani ottaa kaiken irti

a/ flunssasta

b/ matkaväsymyksestä

c/ homeesta

d/ lasten flunssasta

e/ vielä kerran flunssasta.

f/ stressistä

Esimerkiksi poskiontelontulehdus on viholliselle ruumiissani juhlaa. Se liioittelematta tarkoittaa, että 85 % minusta on haudassa. Tavallisen virustaudin päätteeksi prosenttiosuuksissa paremmalle puolelle kurominen kestää viikkoja ja jopa kuukausia. Monista viruksista jää voimaan pysyvä prosenttiosuuksien alenema. Voisinkin sanoa, että vihollinen ruumiissani ja flunssa ovat rakastavia, ja ruokkivat toinen toisiaan. Uskon, että muut vihollisen kanssa suhteessa elävät voivat allekirjoittaa tämänkin väittämän. Toinen vihollisen

sivuvaimo on home. Oi, oi, he rakastavat toisiaan. Flunssa ei tule mustasukkaiseksi, vaan heittää itsensä samaan soppaan. Mutta tästä kolmiyhteisyydestä kerron tarkemmin tuonnempana.

Stressi taas on niin iso kokonaisuus, syyn ja seurauksen noidankehä koko tässä sopassa, että se vaatii erillistä käsittelyä, ja palaan tähän toistuvasti myöhemmin.

Mitä suhteessa olijat sitten tekevät viholliselle ruumissaan? Olen oppinut, että vaihtoehtoja on kolme:

a/ Ohittavat: Tiedostavat vihollisen läsnäolon, mutta eivät tee asialle mitään, koska uskovat lähipiirin, lääkärin ja oman pään väittämää, että kyseessä on vain luulottelu ja/tai laiskuus. Jotkut toiset taas pistävät vihollisen merkille, mutta jatkavat välinpitämättömästi sen kanssa yhdessä elämistä, koska eivät usko sen olevan vakavaa, kun ruumis on vielä nuori.

b/ Anteeksi antavat: Tämä on oma suhteessa elävien ryhmäni. Tiedostan vihollisen ruumiissani, ja hyväksyn, että hän tulee viihtymään kanssani jollain tasolla aina. En kuitenkaan anna viholliselle koko valtaa ruumiistani, vaan haluan pysyä

prosenttiosuuksissa paremmalla puolella taistelemalla vastaan ja hakemalla uusia ja parempia keinoja pitää vihollinen loitommalla. Joskus onnistun ja joskus en. Tärkeintä on, että yritän.

c/ Heivaavat: Heivaajat on harvinainen, pieni ryhmä vihollisen kanssa suhteessa eläviä, jotka onnistuvat häättämään vihollisen ruumiistaan lopullisesti.

Luonnollisia jatkokysymyksiä:

Mistä tämä vihollinen on peräisin?

- Yksiselitteistä vastausta ei ole olemassa. Seuraavissa luvuissa koetan omien elämäkokemuksieni avulla havainnollistaa, miten vihollinen on valinnut juuri minun ruumiini pesäpaikakseen. Te muut vihollisen kanssa eläjät voitte varmastikin samaistua.

Miten vihollisen kanssa pärjää?

- Sitäkin koetan valottaa tulevilla luvuilla. Huom: vastauksia voi tipahdella rivien välistäkin.

Mitä se vihollinen oikein sitten tekee siellä ruumiissa?

- Lue eteenpäin.

Ja viimeisenä, mutta ei vähimpänä, mikä tämän vihollisen nimi on?

- Lopussa kiitos seisoo, eli vihollisen nimi paljastuu opuksen loppupuolella. Tosin te, jotka saman vihollisen kanssa suhteessa elätte, todennäköisesti tiedätte jo. Ja te muut ehkä arvaatte nyt tai vähän myöhemmin. Mielenkiintoista muuten on, että tämä vihollinen nimetään yleensäkin aina *viimeiseksi*, kun muita vaihtoehtoja ei enää ole.

Lähdetään nyt kuitenkin liikkeelle siitä, että minun nimeni on Taina. Minulla on täti Salme, ja sisko Suvi. Olen ollut naimisissa Matin kanssa 11 vuotta, ja meillä on kaksi lasta, Elsa ja Anna. Ja olen työskennellyt 20 vuotta pankissa, paitsi että nykyisin puuhailen jotain ihan muuta.

1.luku

Vanhempani kuolivat rajussa auto-onnettomuudessa, kun olin 3-vuotias. Se on elämäni toistaiseksi dramaattisin tapahtuma, vaikka en itse ollut autossa, enkä muutenkaan muista niistä ajoista paljoakaan. Mutta aina kun pysähdyn miettimään varhaisia vuosiani, ajattelen, että tämän täytyi olla hyvin traagista. Sen jälkeen olen kokenut muitakin kamalia asioita, ja niistä minulla on kokemusmuistoja. Isän ja äidin menehtymisestä minulla ei ole muistoa, mutta minussa on kai orpolapsen haavauma. Sellainen haava, joka ei varmaan koskaan umpeudu, mutta se on toinen tarina. Voi sillä olla yhteys viholliseen ruumiissani, olen tullut tulokseen, että monella asialla on. Mutta jätän sen nyt toistaiseksi toiseksi teemaksi. En kärsi tietoisesti “orpoudesta”, ja nyt olen viisikymppinen äiti, jolla on enemmän tekemistä omissa lapsissaan kuin sisäisessä orvossa lapsessaan. Mutta minusta on aina ollut hirveää ajatella sitä tapaa, jolla minut maailmaan saattaneet kaksi ihmistä kuolivat. Siksi minun piti jossain kohtaa elämääni ajatella se asia loppuun ja päästää menemään. Se tapahtui kolmenkymppin tietämillä, ja ajoittui

kolmenkymppin kriisiini, joka oli viedä hengen itseltänikin. Kolmenkymppin kriisilläni on ehdoton yhteys vihollisen saapumiseen ruumiiseeni. Juuri se toivotti vihollisen lopullisesti tervetulleeksi. Oli vihollinen lyhyesti vieraillut menneinäkin vuosina, antanut merkkejä itsestään. Mutta kolmenkymppin kriisini jälkeen se ei enää pakannut kimpsujaan ja häipynyt. Se totesi, että tämähän on hyvä ruumis, jään tähän.

Anteeksi jaarittelut. Nekin ovat jokseenkin vihollisesta ruumiissani johtuvia, ajatus voi nimittäin ohjautua ihan harhateille usein, mutta palataanpa nyt asiaan.

Vanhempieni kuoleman jälkeen tätini Salme, äitini sisko, otti minut hoiviinsa. Se oli suurta armeliaisuutta ja uhrautuvuutta häneltä, niin kuin sain kuulla koko lapsuuteni. Hän oli nuori, 24-vuotias vanhempieni kuollessa, ja omien sanojensa mukaan keskeytti nuoruutensa joutuessaan ottamaan minut. Uskon, että se oli iso muutos. Siihen loppui huoleton opiskelijaelämä, ja alkoi äitiys, jota ei oltu suunniteltu. Kyseessä oli äitiys, johon hän ei yhtään ehtinyt varautua. Häneltä jäi uupumaan 9 kuukauden

Mikä on tuo valikoiva vihollinen, joka rakastuu tiettyihin ruumiisiin, asettuu niihin ja tekee niistä kodin itselleen? Mikä on tämä pirullinen vihollinen, joka tekee valitsemiensa ruumiiden elämän tukalaksi lähetellen säännöllisiä lahjojaan: ruumiin kaikki jäsenet läpikäyvää piinallista kipua, uupumusta, voimattomuutta, heikkolaatuista unta, jäykkyyttä, keskittymisvaikeuksia, kylmän ja kosteuden sietokyvyttömyyttä, ajatustoiminnan sumuisuutta ja kaikista edellä mainituista johtuvaa mielialan laskua?

Vihollinen ruumiissani on kuvaus vaikeasta oireyhtymästä, joka merkittävästi kaventaa kantajiensa elämää, jopa invalidisoi, mutta joka edelleenkin kaipaisi enemmän lääketieteellistä tunnustusta.

Vihollinen ruumiissani kuvaa kaunokirjallisin keinoin, seikkaperäisesti mutta ironisesti, oireyhtymän syitä ja seurauksia sen kanssa painivan elämässä. Teos esittelee myös vihollisen lyömäaseita, joita uhri voi käyttää vihollistaan vastaan.

Teoksen tarkoituksena on lisätä tämän huomattavan hankalan ja osittain kiistanalaisen oireyhtymän tuntemusta, ja antaa sen kanssa eläville toivoa siitä, että elämä voi vihollisesta huolimatta olla elämisen arvoista.

Mervi Basunga on Pohjois-Irlannissa asuva kahden pienen tytön äiti ja vapaa kirjoittaja.



BoDTM
BOOKS on DEMAND