

A woman with long blonde hair is sitting in a meditative pose, eyes closed, with her head tilted back. She has a large pink flower on her head and is wearing a black halter top and a red skirt. She has tattoos on her arms and is wearing multiple bracelets. The background features a large, stylized word 'VAPAAUS' in orange and yellow, with dark, gnarled tree branches framing the scene. The entire image is set against a solid yellow background.

Riitu Keskitupa

Elämän Jano

Riippuvuuksista kiitollisuuteen

*-Elämän Jano-
Riippuvuuksista kiitollisuuteen*

Riitu Keskitupa

Elämän Jano

Riippuvuuksista kiitollisuuteen

Elämän Jano

Riippuvuuksista kiitollisuuteen

Riitu Keskitupa

ISBN: 978-952-80-8832-5

Nimikkeen automaattinen analysointi tietojen, erityisesti mallien, trendien ja korrelaatioiden, saamiseksi tekijänoikeuslain 13b § ("tekstin- ja tiedonlouhinta") mukaisesti on kielletty.

© 2026 Riitu Keskitupa

Kustannustoimitus: Riitu Keskitupa

Kannen suunnittelu: Riitu Keskitupa

Kustantaja: BoD • Books on Demand, Mannerheimintie 12 B, 00100
Helsinki, bod@bod.fi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hampuri,
Saksa

Hei ihana

Olen Riikka Keskitupa. Vapauden puolesta puhuja. Elämäntapa-intiaani. Elämästä innostuja. Herkkä, sekä voimakas tunteinen nainen, joka pyrkii kiittollisuuden olotilaan ja perimmäisenä elämäntarkoituksena avata pysyvästi kundaliinienergian kanavat, jotta sieluni pääsee ikuiseen lepoon tästä elämisen kierteestä. Täytän juuri 38-vuotta ja synnyin Joensuussa, Idässäni. Sieltä monen kaupungin kautta koen juurtuneeni Savoan. Käytin elämästäni 15-vuotta huumeisiin, jotka aloitin pilvellä, pirillä ja heroiinilla. Ensimmäisen yliannostuksen vedin 19-vuotiaana heroiinilla, ja siitä selvinneenä olen elänyt lisääjalla jo 19 vuotta. Nykyisin päivät menevät pienten lasten pyykin tuoksusta nauttimiseen, enkelityöskentelyyn ja itsensä kehittämiseen. Minulla on todettu ADHD ja epävaka persoonallisuushäiriö, jotka näkyvät impulsiivisuutena, ja lennokkuutena, sekä super voimakkaina tunteina, niin hyvässä kuin pahassa. Kuitenkin itse koen, että ADHD on voimani olla järjestelmällinen, ja tehokas. Rakastan yli kaiken höpsöyttäni, mikä ajoittain korostuu. Koen että lennokkuuteni on viime vuosina Hurmurini ansiosta tasaantunut, vaikka hän onkin tuli elementtiä. Nykyinen suhde on tervein suhde mitä minulla on ikinä ollut, ja se on

vieläkin välillä haastavaa, muun muassa luottaa ylipäättään vastakkaiseen sukupuoleen. Aloitin tämän kirjan kirjoittamisen sellaisessa elämän vaiheessa, jossa olin juuri päässyt yksinhuoltajaksi, ja putsuutta huumeista minulla oli silloin 3-vuotta. Kolmekymppisenä aloin päihdekuntoutuksessa herätä niin lujaa, että en tunnistanut enää kuka olin. Olen aina ollut näkyvä, ja kuuluva. Lapsena minulla oli kuukausia kestäviä roolileikkejä, joihin pakenin, vielä tietämättäni mitä. Olen ollut herkkä rakastumaan, ja olenkin ollut naimisissa 3 kertaa. Avioeroja myös sen kolme, ja niistä jokaisesta todella kiitollinen. Toisin sanoen menin aivan liian hätäisesti naimisiin, ja täysin väärin ihmisten kanssa. Söin bentsodiatsepiinejä 19-vuotta, myös kirjan kirjoittamisen aikaan. Nyt elän ilman niitä, sekä ahdistus on poistunut. Kirjassa paneudun myös teksteissä lääkeriippuvuuteeni, jota lähivuosina olen potenut. Löysin noihin aikoihin itsestäni niin paljon rohkeutta, intoa, ja elämän janoa, mihin en ollut kosketuksissa ennemmin. Näin enkelin jo lapsena, koirani pedin vierustalla pakkasyönä. Tutustuin kolmekymppisenä enemmän chakroiin ja energioihin, ja 2025 opiskelin kundaliinireikihoitajaksi. 2023 otin lopputilin töistä, irtisanouduin koulusta, ja otin avioeron. Oli suuri tarve lähteä kulkemaan omaa polkua, ja kokea vapautta niillä eväillä mitä kannoin jo itsessäni. Aloin tehdä Tarot-tulkintoja, ja kehityin niissä kovaa

Elämä Jano on kolmen vuoden kasvutarina,
jossa Riitu Keskitupa puhuu riippuvuuksistaan ja toipumisesta,
suurista tunteista, kyynisyydestä luottamukseen,
sekä adhd:n ja epävakaan persoonallisuuden tuomista haitoista elämään.
Ennen kaikkea Elämän Jano puhuu uskosta omaan minäänsä, kiitollisuudesta, ja Elämän
Voimiin luottamisesta.



9

789528 088325

AJD
STUDIO