

Hyvinvoiva ihminen s. 46-51 t. 1-3

1. Hyvinvoiva mieli tarvitsee:

- ruokaa ja vettä
- tasapainoisia ihmissuhteita
- lepoa ja unta
- harrastuksia ja muuta mielekästä tekemistä
- päivittäisen rytmin
- turvallisen ympäristön

Hyi vittu.

Mä lupaan, et mut laitettiin kirjottaa toi. Noi sanat ei oo mitään mun omia juttuja, vaan ne on laitettu mun suuhun terveystiedon kirjan sivulta 46. Tässä mulla ois sata elintärkeää asiaa sanottavana mielenterveydestä, mut silti päädyn listaamaan noi samat yhä uudelleen. Koska noista saa pisteitä. Ja koska noitten kanssa musta pidetään enemmän.

Opettaja pitää.

Mut koska mä oon lukenu paljon ja eläny kovaa, mä tiän, et listat ei oo kaikki mitä mulla on. Mul on oikeesti ihan muut kuviot, joilla ei tasan oo terveystiedon kaa mitään tekemistä. Nimittäin mä oon tässä luokassa se, joka tietää, miten maailman voi pelastaa. Mä oon nähnyt sen. Ja joku päivä mä teen saman ite.

Ei tarvii ku vähän värisyttää sormenpäitä, nii hyökyaalto on jo matkalla.

Nyt teiän on luettava tarkasti. Ihan sika tarkasti, sillä tää juttu ei anna tilaa huolimattomuudelle. Mulla on sananen sanottavana siitä, mitä kaikkee maan päällä saattaakaan sattua. Sen päälleliimatun akateemisen valistuksen rinnalla on asioita, jotka on todellisempia ja vaikutusvaltasempia ku ykskään kirjan sivu. Kuten tämmösiä:

Se juttu olis ihan oikeesti voinu olla vaan joku hassu heilautus, mut mulle se oli valonkare, mulle se oli oljenkorsi jota pitkin mä hinauduin rantaan. Ihan super random hetki, siis se käsi joka viitto luokse. Ja mä joka keräsin mun kamat ja menin.

Sillä oli huulissa purppuraa ja silmissä hopeaa. Eikä siis ees niinku silmäluomilla, luomivärinä tai silleen, vaan silmissä silmissä, siellä sisällä. Se oli eka kerta ku mä porasin mun katseen toiseen heti niin tarkasti et pystyn nyt muistaa jopa jonkun *silmien värin*. Tosi outoo, vaikka ehkä ekat kerrat tunnetaanki siitä, et kaikki on uutta ja yllätyksellistä, mut siitä huolimatta antaa vaan mennä.

Ja mähän annoin.

Mä sukelsin niinku en muuta osaiskaan, se hetki ois voinu kestää sekunnin tai kaks, korkeintaan kolme, mut kolme sekuntii on kyl jo niin pitkään etten ehk ihan usko. Mä oon miettiny jälkeinpäin, et missäköhän se toinen oli sillon. Musta tuntu tietty et se oli mun kanssa siinä, mut oikeesti se saatto olla jossain ihan muualla, enkä mä voi koskaan olla varma. Mua tavallaan ahistaa, etten tiä miettiks se tossa mun elämän tärkeimmässä hetkessä myös mua vai miettiks se kuitenkin jotain, en mä tiä, vaik porkkanoita. Ja joo, tämmösen vatvominen on hiton tyhmää, mä tiän. Mä toivon, et joku päivä mun ei tarvii enää

pidellä jokasen ihmisen jokasesta ajatuksesta kiinni, mut tänään on viel se päivä jona mä pelkään liikaa.

Mut siis joo. Sen sekunnin tai kahen tai ehkä korkeintaan kolmen jälkeen se sukellus loppu. Mut en mä sitä matkaa ite päättäny, mut VEDETTIIN ylös.

Ja nyt, arvon lukijat, seuraa disclaimer. Sillä hopeisista silmistä ja sukelluksista me ollaan siirtymässä johonkin IHMEELLISEMPÄÄN.

Eli: Nyt jos sä oot *niitä ihmisiä*, jotka ei usko ihmeisiin, kannustan sua jättämään tän tekstin. Täällä on nollatoleranssi vihalle ja vastalauseille.

Sillä nyt tapahtu se, mitä leffoissa tapahtuu (mä vihaan koko elokuvakliseekaanonია, mut oli munkin pakko kerran elämässä päästä sanoo noin), tapahtu se, mistä pieniä lapsia aina varotetaan, tapahtu se, missä yleensä kannattaa juosta.

Tapahtu niin, että se henkilö otti mua kädestä kiinni.

Epäuskoisille lukijoille tavutan vielä: KÄ-DES-TÄ KIIN-NI

!!!!!!!!!!!!

Hei kuulkaa! Me ollaan vast tarinan puolivälissä, mut siltä varalta, et tätä rönsyilevää tekstiä ei jakseta kahlaa loppuun asti, tarjoon kärsimättömille lukijoille tarinan opetuksen jo nyt. Kirjallisuuskriitikot saattaa nähä tän kohdan tylsänä, koska opetus on sitaatti, eikä ees mun oma (siinä tapauksessa Arvon Kriitikot voivat silmät ummessa hypätä seuraavan kappaleen yli, sillä minä nöyränä vakuutan, että oppimishaluisille tarinan opetus käy selväksi myöhemminkin).

Vilja-Tuulia Huotarinen kirjoitti kerran näin: “Älkää luulko, että pelastatte ihmisiä ottamalla heitä kädestä kiinni. Mutta ottakaa heitä kädestä kiinni.”

Silleen siis tapahtu. Sen käsi oli mun kädessä ja olin ihan et ööööö enkä siis todellakaan tienny, et mitä mun ois pitäny tehdä. Et oisko pitäny vaik kiittää? Vai esittäytyy? Tai en mä tiä, kävellä tyyliin pois?

Kaikkihan sen tietää, että kun joku tolleen ottaa kädestä, niin siihen vaan levii. Mun hämmästys ja haavat ja kaikki oli ihan auki siinä, mä en oo koskaan ennen tavannu toista ihmistä noin vaan haavat edellä. Mut siitä me päästäänki tän tarinan toiseen opetukseen, joka kuuluu näin: avatkaa haavanne toiselle, niin se sama toinen menee niistä sisään, *sukeltaa*.

Eikä se oo mikään koralliriuttaelämys, se on se hetki josta kaikki alkaa.

Se veti mut istumaan siihen ja mä vapisin. Yhtä tärinää koko keho, mun hampaat kalisi ja polvet kolisi, eikä mä mitenkään voinu pitää niitä kurissa. Se varmaan tunsu sen, ehkä se sääli mua tai jotain, koska sit se sano, et ei haittaa. Mä olin sanomassa, et mua tää todellaki

haittaa, mut mä en kerenny sanoo mitään. Koska sit se sano mulle, et epävarmana hetkenä kannattaa ihan vaa nojaa siihen vahvimpaan mitä siinä on.

Mä painoin mun pään sen olkapäätä vasten.

Huokaus. Se oli maailman kokoinen. Se oli se kummallinen sääilmiö, joka saa myrskytuulet kääntymään, joka saa tyyliin pelotkin sortumaan sen odottamattomuuden alle. Eikä se kummunnut mistään tyhjyydestä, se nousi siitä samasta tuhkasta kuin joka ikinen maailmaa liikuttava tuuli, siitä hetkestä kun jokin on kevyttä ja jokin on painavaa, kun herätään siihen todellisuuteen, että on asia, joka on ihan vinossa.

Mulle se vinous oli päivänselvä. Kuunnelkaa nyt tätä vinoutta: meillä on täällä puutostila, ja sen tilan nimi on syli.

Toistan: puutostila.

Selvennän: syli.

Artikuloin ja huudan: SY-LI!

Se meiltä kaikilta puuttuu.

Vai onko teillä muka?

Meillä on tässä iso kysymys, mä tiän, eikä me jäädä kiinni siihen. Kädessä on hyvä olla toinen käsi ja sylissä toinen syli. Me tiedetään se nyt.

Me mennään eteenpäin.

Muistatteks te vielä, mistä tää teksti alko? Mä en ees muistanu, mut mä selvitin asian teitä varten: "Hyvinvoiva mieli tarvitsee sitä ja tätä ja blaa blaa."

Mä en sano et toi lista ois mitenkään huono. Se on ihan hyvä lista oikeestaan. Semmonen söpö ja hyväntahtonen.

Mut tää tarina taas on raju ja kaunis ja just sellanen, joka saattaa olla kirjoitettu vaan terveystiedon vihkon väliin.

Tää tarina on se raapustus, jonka joku onnekas yks päivä löytää koulun vessan märältä lattialta.

Tää tarina on se kirjallinen töherrys, jonka se sama joku onnekas lukee ja jota se salaa kantaa mielessä aina, mut josta se ei ikinä kerro kellekään.

Tää tarina on se julistus, jonka muoto joskus unohtuu, mut jonka sanoma tulee aina elämään jossain terveystiedon luokkien nurkilla.

Tää tarina on se osa itseä, jonka tosi harva löytää, mut jota kukaan ei uskalla kadottaa.