

Matti Aalto

Uni - minusta

Lahden ammattikorkeakoulu
Muotoiluinstituutti
Viestinnän koulutusohjelma
Valokuvaus
Opinnäytetyö
11.4.2016

1. Tiivistelmä

Kirjoitan opinnäytetyössäni kokemuksistani mielen sairaudesta. Käsitelen sairauden tapahtumat auki. Se on minulle terapeutista.

Valokuvaan alitajunnastani tulevia kuvia. Niissä yleensä paikka ja tapahtuma tulevat mieleeni suoraan ja minulle jää vain tehtäväksi toteuttaa kuvaus. Kuvat kertovat sairauden vaiheista tai sen kanssa elämisestä, ajatuksista ja selviämisestä. Kuvat eivät ole tekstin kuvitusta vaan erillisiä, itsenäisiä teoksia.

Sekä kuvilla että tekstillä olen tutustunut paremmin omaan sairauteeni. Saan purettua vaikeita asioita paperille, saan käsitellä ja hyväksyä ne. Käyn läpi myös sitä, kuinka sairauteni vaikuttaa elämään ja etenkin luomistyöhön.

2. Abstract

In my thesis I write about my experiences of mental illness. I cover the entire illness. That is therapeutic for me.

I photograph pictures from my subconscious. Normally the place and the action comes to me and all I have to do is take the picture. The photographs are about the stages of the illness, coping with it, thoughts and living. The pictures are not illustrations to the text but separate, independent artwork.

With the text and the pictures have I gotten to know me and my illness. I get to unburden difficult issues onto the paper, deal with them and accept them. I also go through how does the illness affect my life and especially creative work.

3. Sisällysluettelo

1. Tiivistelmä	2
2. Abstract	3
3. Sisällysluettelo	4
4. Johdanto	5
5. Maailmastani	
5.1 Kuka minua tarvitsee	6
5.2 Skitsofrenia lienee sairaus	7
5.3 Tänään se alkoi	9
5.4 Kerron unesta	11
5.5 Olen jo lähes unohtanut kuka olen	12
5.6 Ensimmäinen ajatus kun herään: olen psyykkisesti sairas	13
5.7 Ulkona paistaa aurinko	15
5.8 Muutama sana maailmasta	16
6. Valokuvaus	
6.1 Valokuvaan sellaisia kuvia jotka tulevat alitajunnastani	17
6.2 Menen lokaatioon ja tutkin sitä	19
6.3 Kun viisitoista vuotiaana innostuin valokuvaamisesta	20
6.4 Valokuvien tuottaminen tähän opinnäytetyöhön	21
6.5 Näistä kuvista kaikki alkoi	25
6.6 Maisemavalokuvaus lienee aina ollut suosituin valokuvauksen muoto	26
7. Lähteet	28

4. Johdanto

Minun maailmani on sekava. Ei mene päivääkään että en ajattelisi kuolemaa. Luovuuteni on kadonnut lääkkeiden myötä. Siltä minusta tuntuu. Pelkään vaikka mitä. En enää osaa ajatella selvästi. Olen jäänyt ulkopuolelle. Mutta en suostu hyväksymään sitä mitä olen. Se on liikaa.

Sen takia olen kiinnostunut omasta alitajunnastani. Ehkä sieltä tulee vastauksia kysymyksiini tai ehkä opin jotain itsestäni. En varsinaisesti ole kiinnostunut alitajunnasta tai psykologiasta yleensä, mutta tällä kertaa olen kiinnostunut minusta. Toivon että kun tutkin kuviani, löytäisin jotain itsestäni. Edes pienen vihjeen siitä, kuinka voisin itseäni auttaa. Kuvaajana olen introvertti, ja se mitä katsoja kuvista saa, on toissijaista.

Kuvat tulevat siis mieleeni kuin finni iholle. Teen kuvan niin samankaltaiseksi kuin mitä se mielessäni on. Yritän kuvata kaikki aiheet mitkä mieleni tuottaa. Välillä yritin pakottaa aiheita ulos, mutta se ei toimi niin. Kuvan täytyy antaa tulla rauhassa itsestään.

Joka kuvassa tulee olemaan maisema tai jonkinlainen tila ja siinä henkilö. Yleensä kuva-aiheen tullessa tiedän heti paikan jossa haluan kuvata, kenet haluan kuvata ja miten. Henkilön kasvot ei näy. Tällöin henkilö edustaa paremmin ihmistä yleensä, ja minua. Olen rajannut aiheeni siten, että kuvissa tulee olla paikka tai maisema, ihminen ja tapahtuma. Tämä siksi että suurimmassa osassa aiheitani näin on.

5. Maailmastani

5.1 Kuka minua tarvitsee

Kuka minua tarvitsee. Pyörin sängyssä tai käyn kävelyllä. Kaivelen kipeää mieltäni. Löydän vain ahdistusta ja melankoliaa. Tulee paniikki. Otan rauhoittavan. Tunnin päästä saatan jo nauraa. En tiedä mikä on normaalia. Tiedän kuitenkin olevani epänormaali.

Ensimmäinen sairastumiskertani oli hieno. Tunsin olevani muiden yläpuolella, ikäänkuin jumala. Toisaalta silloin ihmisten katseet porautuivat suoraan sieluuni tehden pahaa. Kaikki ihmiset tiesivät kuka olen ja tiesivät kaikki ajatukseni. Olin osastolla kuukauden. Sairaalasta päästyäni lopetin lääkkeiden käytön. Muutama vuosi meni. Oli melko pelottavaa. Saatoin vaikkapa kaupassa alkaa pelkäämään sitä, että joku tulee taakseni aseensa kanssa ja ampuu. Ihan keskellä päivää. Sitten jouduin taas sairaalaan. Tällä kertaa tapahtuma ei ollut niin hieno. Aloin saada kohtauksenomaisesti ajatuksia joissa minua käskettiin vahingoittamaan itseäni. "Tapa itsesi, tapa itsesi!" Koko kesä meni kiikkustuolissa lääketokkurassa.

Syön rauhoittavia edelleen. Syön paljon lääkkeitä. Syön niitä varmaan koko elämän. Minun on vaikea ajatella selkeästi. Haluan tehdä hyvää. Haluan auttaa. Tällä kertaa minun pitäisi löytää keino auttaa itseäni. Vasta sitten voin auttaa muita. Muuri on murrettava. Joskus ajattelen lopettavani lääkkeiden käytön. Mutta sitten muistan minkälaisista on psykoosi ja hautaan ajatukset. Sitä en halua. Mutta lääkkeet tekevät minut apaattiseksi. Tai itse sairaus. En ole luova. On vaikea ajatella mitään. Tämä kirjoittaminen on vaikeaa. Yksi lause on työn ja tuskan takana. Istun koneella monta tuntia tuijottaen näyttöä. Saan aikaan pari riviä. Ehkä minun pitäisi kirjoittaa silloin kun ahdistaa. Tekisi mieli runoilla. Haluaisin kertoa miltä tämä kaikki tuntuu. Miltä tuntuu kun luovuus kuolee. Miltä tuntuu kun ahdistaa. Miltä tuntuu olla kipeä. Haluaisin kirjoittaa kaiken ylös, pois päästäni. Mutta en enää saa ideoita. Se sijaan että mieleeni tulvisi ajatuksia, on pääni pelkkää puuroa. Kun yritän lukea jotain aiheeseen liittyvää, en ymmärrä sitä. Minun täytyy myös olla varovainen mitä luen. Saatan samaistua liikaa.

Luovuutta minä eniten kaipaen. Sitä kuinka mieli tuottaa tarinaa jatkuvasti. Kuinka ajatustulvasta voi valita parhaat ideat. Kuinka helppoa se on. Muistan olleeni luovimmillaan juuri ennen kuin jouduin sairaalaan. Olin hyvin levoton mutta pääni vilisi ideoita. Hyvässä ja pahassa. Maalasin tauotta joka ilta. Tunsin lopun olevan lähellä.

5.2 Skitsofrenia lienee sairaus

Skitsofrenia lienee sairaus. Minut se on lamaannuttanut. Kannan leimaa, koska luulen että ihmiset leimaavat minut. Mikä minä olen? Olenko hylkiö? Viihdyn omissa oloissani, poissa maailmasta. Kaipaan silti ihmisiä. En vain tunne itseäni enää. Minusta on tullut joku muu. Jos löytäisin itseni taas, luulen että saisin elinvoimani takaisin. Skitsofrenian negatiivisiin oireisiin kuuluu tunteiden latistuminen, puheen köyhtyminen ja apatia. Allekirjoitan nämä kaikki. En kuitenkaan kuule ääniä tai näe harhoja. En tiedä mikä johtuu lääkkeistä ja mikä sairaudesta. Mutta pelkään jatkuvasti. Pelkään psykoosin uusiutumista. Tulen toimeen rauhoittavien avulla. Pysyn kasassa.

Psykoosi on myös kiehtovaa. Tulee erityinen olo kun näkee kauemmas kuin muut. On toisella puolen. Psykoosissa henkilö epäilee jatkuvasti. Onko tämä totta vai ei? Mieleessä on tuhat ajatusta samaan aikaan ja mistään ei saa kiinni. Lauseet kaikkuvat päässä, mieli kiertää kehää ja pää räjähtää.

Hyväksyin aika pian diagnoosini, koska olin sen jo jollain tavalla tiennyt. Kyllä se silti sattui. Mutta en yrittänyt kieltää sitä. Ymmärsin. Elämä muuttui kuitenkin. Rajusti. Edelleen mietin mitä olisin voinut tehdä toisin. Tai miksi kävi kuten kävi. Sairaus on osa minua, mutta minä olen paljon muutakin kuin sairaus. Olen surrut tarpeeksi. Osaan käsitellä sairauttani. Se ei enää vöyry päälle. Ja pystyn otamaan etäisyyttä. Olen miettinyt mikä elämässä on tärkeintä. Tärkeintä on olla rakkaiden ihmisten kanssa mahdollisimman paljon. Perheen ja ystävien. Vietän paljon aikaa yksin. Mutta se tulee muuttumaan. Tiedän mitä teen. Minusta tulee valokuvaaja. Olen luonut identiteettiäni uusiksi. Jotkut asiat ovat säilyneet mutta paljon on muuttunut. Olen nyt kovempi. Varsinkin sairauden suhteen. Ja tiedän mitä haluan. Olen kaiken kaikkiaan kuitenkin hyvässä asemassa. Olen suoriutunut opinnoistani, minulla on hyviä harrastuksia ja rakastava perhe. Ja minulla on suunnitelmia. Tulevaisuus odottaa.

Olen taistellut sairauden kanssa jo seitsemän vuotta. Niistä neljä viimeistä olen ollut enemmän tai vähemmän huonossa kunnossa. Nyt alan pikkuhiljaa selviämään. Tämän kaiken käsittely vie aikaa ja energiaa. On hyvä että voin kirjoittaa tästä. Kirjoitustyö on hankalaa mutta myös antoisaa. Käyn läpi sairauden vaiheet. Pelottavinta on ollut ajatukset joissa minua käsketään vahingoittamaan itseäni.

Skitsofreniassa on kuitenkin hyviäkin puolia. Parhaimillaan mielikuvitus on todella lennokasta ja maailma kuin elokuvaa. Opin sen ettei yksin saa jäädä. Ei saa hautautua. Täytyy puhua. Ja kuunnella. Itseään ja muita. Olen aina ollut sairautentuntoinen. Olen huomannut että jotain on vialla ja hakeutunut itse hoitoon. Vapaaehtoisesti. Sairaala oli alkusokin jälkeen turvallinen paikka. Ei tarvinnut tehdä mitään. Sai keskittyä sairauteen. Yritin puhua hoitajille, mutta en osannut kuvailla oloani läheskään niin hyvin kuin nyt. Nyt se on helpompaa kun aikaa on kulunut. Olin mielestäni lähellä loppua. Loppu olisi ollut täysi todellisuudentajun menettäminen. Ehdin juuri ja juuri hoitoon.

En tule enää tarvitsemaan sairaalahoitoa, uskallan väittää. Sairaudesta pääsen tuskin koskaan eroon, mutta ehkä opin olemaan välittämättä siitä ja elämään normaalisti. Se olisi hienoa! Tämä on ollut pitkä ja raskas tie. Nyt olen viimeisellä suoralla, joka on kuitenkin aika pitkä. Menen omaa tahtia. Välillä pysähdyn haistelemaan kukkasia. Pystyn nauramaan! Haluaisin rauhoittavista lääkkeistä eroon. Ne antavat minulle tilaa hengittää, rauhoittua ja ajatella. Mutta ahdistuksia tulee varmasti vielä. En yritä välttää niitä. Otan ne vastaan ja koitan rauhoittaa tilanteen käymällä maaten ja tekemällä rauhoitusharjoituksia. Opettelen olemaan pikkuhiljaa. Ehkä minun pitäisi liittyä johonkin vertaistukiryhmään. Olisi hyvä kuulla muiden tarinoita ja päästä juttelemaan. Olisi hyvä huomata että muutkin kamppailevat tällaisten asioiden kanssa. En olisi niin yksin. Vaikka saan tukea perheeltäni ja sairaanhoitajaltani, en jaa heidän kanssaan kaikkea. Varsinkin perhettäni suojelen liian rankoilta asioilta. Kun kirjoitan, pelkään koko ajan vähemmän sitä, että joku lukee tämän. Tämä on vain minun elämäni. Minun maailmani. Enkä minä häpeä sitä. En minä ole erityisen ylpeäkään, mutta tällaista se on. Tai oli. Tai on. Nyt on oikea aika kirjoittaa kaikesta mitä on tapahtunut. Olen siinä vaiheessa.

5.3 Tänään se alkoi

Tänään se alkoi. Kanssaopiskelijat tietävät minun jokaisen ajatuksen. He nauravat minulle. Olen kuin unessa. Olenko? Pyöräilen kotiin ja jään sinne. Tästä lähin on vain kaksi reittiä: kaljakauppaan ja psykiatrille. Mitä jos tie yhtäkkiä katoaa? Putoan tuohon mustaan. En hallitse kävelyäni. Ilmassa on musiikkia. Kuulevatko muutkin sen? En katso heitä silmiin. Saisin puukosta (vertauskuvallisesti). Juoksen äkkiä kotiin. Odotan että lehdenjakaja käy. Vasta sitten voin laskea veitsen pöydälle ja käydä nukkumaan. Nukun krapulani pois. Juon joka päivä. Se on lääkkeeni. Psykiatrin luona olen vaiti. Hän kirjoittaa lähetteen psykiatriselle osastolle. Onko tuo mies olemassa? Saan oman huoneen numero 9. Oksennan lounaan. Minusta tuntuu että olen yli-ihminen. Kaikki tuntevat minut. He ovat täällä minua varten. Olen älykäs, mutta en kovinkaan viisas. Jätän lääkkeet heti kotiuduttuani.

Tulee paniikki! Nyt tiedän, olen skitsofreenikko. He ovat perässäni! Joudun muuttamaan. Olen kuin varjo joka kaipaa pilviä. Yksin en ole turvassa ja yhdessä olen yksin. Kukaan ei ymmärrä minua. Minusta on tullut joku muu, eikä minulla ole halua tutustua häneen. Ei ole turvallista asua kuudennessa kerroksessa. Otan pitkistä aikaa yhteyttä mielenterveystoimistoon. Sanon olevani levoton. Maalaan kaikki päivät. Yritän purkaa oloani. Käyn iltaisin terveystieteiden keskuksessa hakemassa rauhoittavan lääkkeen. Sekään ei kauaa auta.

Olen taas sairaalassa. Se on täynnä hulluja, maanikoita itsemurhan yrittäneitä ja muuten epävakaita. Jotkut selittävät jatkuvasti, toiset istuvat hiljaa. Joku tanssii ja laulaa. Olen todellakin hullujen huoneella. En ole näin hullu, enhän. Toisaalta olen täällä. On keväät. Hoitajat vääristelevät kaikkea sanomaani. Ei tee mieli puhua. Minut siirretään nuorten osastolle. Ensimmäinen rauhoittava ja tuijotan yhtä taulua monta tuntia. Sairaala on paikka johon suljetaan siksi aikaa että lääkkeet alkavat vaikuttaa. Saan pelottavia ajatuksia. Ne eivät ole minua, sanovat hoitajat. Ne ovat sairautta. En juttele paljoakaan muille potilaille, mutta olen silti kiinnostunut heidän tarinoistaan. Alkaa tulla kesä. Mitkään lääkkeet eivät tunnuttavan. Aamut ovat pahimpia. Olen kuin haamu ja tuntuu fyysisesti pahalta. Istun keinutuolissa ja katson televisiota.

Jotain kuitenkin tapahtuu. Alan haluta sairaalasta pois, mikä on mielestäni hyvä merkki. Saan luvan kulkea yksin ulkona. Uusi lääkekin toimii. Kävelen paljon. Ennen pelkäsin sairaalan takaa alkavaa metsää. Nyt siellä on turvallista. En halua pelata korttia. Sitä tehdään sairaalassa paljon. En halua hävitä. Onneksi kesä on harmaa ja sateinen.

Pääsen sairaalasta kun syksy alkaa. Syön paljon lääkettä ja jään sairauslomalle. Tyttöystäväni jättää minut. Se tuntuu pahalta. Eli minulla on sittenkin tunteita! Päivät muistutavat toisiaan. En tee paljoakaan. En ole mielestäni ansainnut tätä. Tämä on epärealistista. Lopulta palaan kouluun. Jatkan siitä mihin jäin. Olin vuoden poissa. Ystäväystyn uusien opiskelutoverien kanssa. He ottavat minut joukkoonsa. Siitä olen iloinen. Mutta koulun käynti on nyt vaikeampaa. Kuvaaminen on edelleen nautinnollista,

mutta ideoita ei tule. Tarvitsen jonkun kertomaan mitä tehdä. Miksi tämä on niin vaikeaa? Ajatukset jotka eivät johda mihinkään. Umpikujia.

Lääkemäärääni aletaan vihdoinkin laskea. Oletan ja odotan että se vaikuttaisi luomiskykyyni. Pärjään nyt ihan hyvin. Olen edelleen mieleltäni epävakaa ja aina välillä pelkään. Tunnen kuitenkin jotain. Minusta saattaa vielä tulla onnellinen. En enää saa ajatuksia joissa minua käsketään hyppäämään parvekkeelta tai tarttumaan veitseen. Aion parantua. Olen nyt voimakkaampi, minulla on hyvää energiaa ja pystyn käsittelemään kokemaani. En tosin muista siitä paljoakaan. Tähän asti olen ollut kuin laskuvarjohypyssä. Oli aina se mahdollisuus ettei varjo aukea. Nyt se on auki ja tiedän pääseväni turvallisesti maihin. Olen kuitenkin vielä ilmassa, enkä tiedä mihin tuuli minut kuljettaa. En osaa ohjata.

Luen Beate Grimrudin kirjaa Hullu vapaana.

“En voi olla tässä asunnossa. Lattiat viettävät vaarallisille ikkunoille joista näkee pihalle. Asun seitsemännessä kerroksessa. Ikkunat vetävät puoleensa. Saatan heittäytyä niistä ulos. Saatan hypätä. Minua pelottaa. Minä puhun eikä puheesta tule loppua. Minä olen kertoja ja se josta tarina kertoo. Se jonka päässä on ääniä. Se jonka sisällä puhutaan, loputtomiin. Minun täytyy puolustautua äänen väitteitä vastaan. Vastata niiden huutoihin. Tehdä keittiön nurkassa toistuvia käsiliikkeitä. Toistaa ja toistaa niitä niin kuin ne käskevät. Mitä tapahtuu jos en tee niin? Minä saatan ratketa. Menen rikki. Pää jakautuu. Koko asunto saattaa rojahtaa ulos talosta kuin lipaston laatikko.”(1)

Helpottaa lukea muiden tuskista. Se on eräänlaista vertaistukea. Ensin luulin että ahdistuisin lukemastani mutta niin ei käykään.

“Kerron koko jutun. Nousen seisomaan. Huomaan että tuottaja elää mukana. Hän kuuntelee, ynähtelee, hymyilee. Kerron vain kivat ja huvittavat kohdat. Pelosta en kerro, enkä siitä etten ole vielä päässyt hylätyksi tulemisen tunteesta eroon. Ja että psykoosi uinuu sisälläni edelleen. Ja että pelko asuu minussa yhä. Että leijun outojen ihmisten keskellä enkä saa yhteyttä kehenkään tuttuun. En tiedä näenkö unta vai olenko hereillä. En tiedä teenkö kuolemaa vai elätkö väkevästi.”(2)

Mutta en minä koskaan ole edes ollut niin sairas. Olen aina pysynyt kärryillä. Olen ymmärtänyt tilanteen. En halua että kukaan lukee tätä. Silti tuntuu että tämä täytyy kirjoittaa. Haluan terapeutin. Käyn kerran kuussa sairaanhoitajan juttusilla, mutta siitä ei ole minulle mitään hyötyä. Hän tuskin kuuntelee. Monesti kuulostelen josko alkaisin kuulla ääniä. Mutta niitä ei kuulu. Se on hyvä asia mutta mielenkiinnosta haluaisin kuulla jotain. Luin Grimrudin kirjan. Muistan siitä vain pätkiä. Päähenkilö seilasi kodin ja pakkohoidon välillä parikymmentä vuotta. Terveiden ja sairauden. Minulle ei käy niin. Minä paranen.

Saan ahdistuskohtauksen. Olen lenkillä ja joudun keskeyttämään sen ja kiirehtimään kotiin. Otan kaksi rauhoittavaa. Pelkään kuolemaa. Käyn sänkyyn makuulle ja avaen television. Kun luen tekstejä minua ahdistaa kirjain l. Tiedän etten voi vajota psykoosiin. Olen niin vahvasti lääkitty. Mietin teinkö jotain pahaakaan hetki sitten. En voi olla varma. En voi olla varma siitä, olenko oikeasti tässä. Tai siitä mikä minä olen. Makaan kiltisti sängyssä tunnin ajan. Sen aikaa vie että rauhoittavat vaikuttavat. Tulee parempi olo. Kutsun rauhoittavia ihmelääkkeiksi, vaikka lääkärini pitää sitä huonona ajatuksena. Niistä pitäisi päästä eroon. Tällainen minä olen. Olenko oppinut hyväksymään itseäni? Ei se ole sen kummempaa olla skitsofreenikko. Kaikki ihmiset ovat erilaisia. Skitsofreenikon leima on negatiivinen. “Meitä” pelätään. Yritän keksiä syyt, miksi. Ehkä siksi että olemme niin salaperäisiä. Tuntematon pelottaa. Mutta “me” pelkäämme varmasti enemmän. En uskalla olla se joka puhuu tästä avoimesti. Koska minut leimataan.

5.4 Kerron unesta

Kerron unesta. Siitä kun ei tiedä mikä oikeasti tapahtuu ja mikä ei. Jotkut tapahtumat jäävät vain muistiin sellaisina ettei välttämättä koskaan tiedä ovatko ne tapahtuneet. Onko joku ollut oikea. Tai onko tehnyt jotain vai ei. Toisaalta joskus muistiin hukkuu joku asia mikä oikeasti tapahtui ja myöhemmin kun sen löytää, ihmettelee onko se oikeasti tapahtunut. Unessa kuten unessa yleensäkin voi olla mitä vain eikä kukaan voi satuttaa. Voi olla jumala. Ja kaikki on maailmassa itseä varten. Kuin kulissi. Sairaalassa oli tyttö joka ihmetteli että onko kaikki se järjestetty häntä varten. Että me olimme näyttelijöitä vain hänen kiusanaan. Mutta tästä unesta ei herätä. Ainakaan seuraavana aamuna kello 8. Se vaatii pitkän ajan lääkkeitä ja pikkuhiljaa alkaa ymmärtää kuinka naurettavia ne ajatukset olivat. Sitä tekee kuin kuplan itselleen missä asuu ja on. Lääkärit yrittävät päästä sisään ymmärtämään tuota maailmaa. Minä olin lopulta aika yhteistyökykyinen. Kerroin kaiken. Ajattelin että vain niin voin parantua. Pelko tietysti oli, että minun sanomaani voidaan käyttää minua vastaan. Mutta luotin lääkäriin. Hän kohteli minua hyvin. Kaikki oudot, pelottavat tai muuten vieraat ajatukset pitäisi sulkea päästä pois. Mutta ne olivat juuri niitä jotka saavat olon tuntumaan jotenkin erikoiselta, valitulta. On vaikea kuunnella järjen ja järjettömyyden yhtäaikaista puhetta ja päättää.

Nykyisin olen vain harvoin unessa. En puhu nyt nukkumisesta. Joskus annan itseni liukua unen maailmaan. Mutta se on ehkä enemmänkin leikkiä. Pystyn lopettamaan sen. Kaipaan joskus psykoosia. Sitä kun kaikki voi olla mahdollista. Kuinka mieli kiinnittyy mitä hullunkurisempiin tarinoihin ja tapauksiin. Asiat muuttavat merkitystään. Kuinka mies televisiossa puhuu minulle. Kuinka ihminen leijuu ja kuinka pää on niin ihanasti sekaisin. Yks kaks se voi olla täysin tyhjä. Ja sitten täytyä miljoonilla ajatuksilla samaan aikaan. Ajatukset virtaavat pitkin mieltä niin nopeasti ettei niistä saa kiinni. Ja sitä vain ihmettelee sitä maisemaa. Kun minua jahtaa kuka ikinä onkaan tuolla autossa. Siitä nousee nainen lapsensa kanssa. On vaikea olla väärässä. Minä tiedän kaiken. Ja siksi minua jahdataan. Psykoosi on todellisuudentajun menettämistä. Pitäisiköhän jättää lääkkeet ottamatta... Jättäisin ellen pelkäisi niin paljon pelottavia ajatuksia. En tahdo haluta itselleni paha. Rakastan minua. En ehkä koskaan koe psykoosia enää. Se tekee minut hieman surulliseksi. Mutta minähän halusin normaalia elämää. En ole siitä enää niin varma. Mutten halua viettää päiväkkään osastolla. Haluan olla vapaa! Haluan luovuuteni takaisin. Haluan itseni takaisin. En aio enää piileskellä. Tästä lähin olen minä. Olen ollut hautautuneena sairauden alle. Elämä on ollut pelkkää sairautta. Ja se että minä olen sairas ja pidän itseäni sairaana heijastuu varmasti muille. Luon itse sen leiman.

5.5 Olen jo lähes unohtanut kuka minä olen

Olen jo lähes unohtanut kuka minä olen. En muista milloin viimeksi olen hymyillyt aidosti. Olin hyvin nauravainen persoona. Tai eihän minusta voi tulla täysin samaa ihmistä kuin ennen sairautta, mutta parempi tai ainakin yhtä hyvä eri tavalla. Ne kokemukset jäävät. Ne jäävät syvälle.

Saan ajatuksia. Voin melkein kuulla kuinka sisälläni kaksi henkilöä mollaavat minua. "Sinusta ei ole mihinkään. Olet häviäjä. Luovuta jo." Jään sen alle. Mieli painuu. Rakkauden täytyy nyt riittää jotta voin sivuuttaa nämä lauseet. Toistelen "minä olen hyvä". Mutta ne eivät luovuta ja jahtaavat minua aina unen rajalle asti. Näen pitkästä aikaa unia, nyt kun lääkettä on vähennetty. Siitä tulen iloiseksi ja unetkin ovat suopeita. Nukkuminen on aina vähän pelottavaa kun ei tiedä herääkö. Olen käymässä nukkumaan. Mietin tarkkailtaisiinko minua. Raotan varovasti kaihdinta. Ulkona on parkissa epäilyttävä auto. Miksi minua tarkkailtaisiin? Mitä olen tehnyt? Laitan valot pois. Pysyn ikkunan äärellä. Huomaan veitsen keittiössä. Turvaketju on ovesa. Katson myös että kännykkä on tuolilla. Hikikarpalo vierii otsalla. Suunnittelen meneväni yläkertaan jos miehet tulevat taloon. Puen valmiiksi päälleni. Tämä on naurettavaa. On niin monia syitä miksi auto on tuolla parkissa. Mutten saa itseäni rauhoittumaan. Mitä jos? Kuulen jutustelua. Kaksi miestä suuntaa ulko-ovelle. Naapurini summeri soi. Se voi olla ansa. Otan veitsen ja jään katsomaan ovisilmästä. Hissi nousee tähän kerrokseen. Miehet seisovat oveni edessä ja soittavat naapurini ovikelloa. Naapuri avaa heille oven ja kutsuu sisään. Onkohan naapurinikin mukana tässä? Kenties he odottavat että minä nukahdan, ryntäävät sisään ja sieppaavat minut. Ei minulla ole mitään tietoa mitä he mahdollisesti haluaisivat, eihän. Ja miten he pääsisivät sisään? Ovi on tiukasti kiinni ja turvaketjugin on. En kuule puhetta. Alan nauraa hiljaa. Ei tämä voi olla totta. Kuvittelenko tämän kaiken? Kuluu vartti. Päivystän edelleen oven suussa veitsi toisessa ja puhelin toisessa kädessä. Suunnittelen lukkiutuvani vessaan ja soittamaan sieltä poliisille. Kuulen vaimeata jupinaa. Ovi aukeaa. Miehet lähtevät naapurini luota ja menevät hissillä alakertaan. Siirryn ikkunalle ja katson kuinka miehet nousevat autoon ja ajavat pois. Hengähdän. Sitten naurahdan. Sitten murrun. Ei minun pitänyt pelätä tällaista enää. Olen jo lähes terve. Teen tämän vaikeaksi itselleni. Kolme askelta eteen ja kaksi taakse. Istuudun veitsi kädessäni. Minua pelottaa joskus pitää veistä kädessäni. Vien sen keittiöön. Kurkkaan vielä ikkunasta. Siellä ei ole ketään. Istahdan tuolille. Ajatuksia vaeltelee mielessäni hitaasti. Jotkut jäävät hetkeksi mutta unohdan ne pian. En uskalla käydä nukkumaan koska pelkään etten herää. Yritän ottaa jostain ajatuksesta kiinni mutta se liukuu kuin rasvattu mato sormieni välistä pois. Olen nyt ihan yksin. Herkistyn äänille naapurista. Se tuo lohtua. Jotkut riitelevät. Minäkin riitelen. Uhmaanko kuolemaa käymällä nukkumaan vai istunko tässä koko yön? Päätän istua niin kauan kunnes väsymys voittaa. Ajattelen mukavia hetkiä sairaalassa. Sitä kun kaikki tukeavat toisiaan. Aamun ensimmäistä kävelylenkkiä. Keinutuolia. Rauhoittavia, joihin ikävä kyllä toleranssi kasvoi liian nopeasti. Juttusia hoitajien kanssa. Rumpujen soittoa sairaalan bänditillassa. Kahvia ja leivoksia. Kun vointi parani, oli sairaala aika mukava paikka. Ei ollut pakko tehdä mitään mutta voinnin parantuessa teki jo mieli lenkille. Teki mieli piirtää. Teki mieli osallistua aktiviteetteihin. Ei kuitenkaan sellaisiin joissa voisi hävitä.

5.6 Ensimmäinen ajatus kun herään: olen psyykkisesti sairas

Ensimmäinen ajatus kun herään: olen psyykkisesti sairas. Se on tavallaan myös turvani. Olen tottunut olemaan sairauden alla. Siitä pitäisi päästä yli. Sairaus ei saisi tehdä sääntöjä vaan minä. Sairauden voi valloittaa. Tätä on jatkunut kohta jo neljä vuotta. Hymyilen peilille ja totean että tästä tulee hyvä, terve päivä. Tuijotan peiliä ikäänkuin odottaen vastausta. Mutta peilikuva ei puhu. Ei se myöskään hymyile. Sitä kesti vain hetken. Katson hetken ranteitani. Mietin kuinka naurettava itsemurha on. Luovutus. "Hae apua!" huudan mielessäni kaikille niille jotka sitä hautovat. Minä aion elää. Kipeänä tai ei. Mutta muistan minkälaista on haluta kuolla. Kun mikään ei tunnu miltään. Kun kuolema narraa siihen käsitykseen että se on jotain kiehtovaa. Ja kuinka se tuntuu ainoalta oikealta ratkaisulta. Kuinka elämällä ei ole mitään tarjottavaa. Silloinhan elämä vasta alkaa. Haasteet. Vaikeudet ja niiden voittaminen. Mutta mitä sitten jos minä nyt yhtäkkiä tulisin terveeksi? En osaisi olla. Parantumisen täytyy tapahtua hiljalleen. Että ehtii tottua.

On työlästä esittää tervettä. Haluaisin vain olla oma itseni, vapaasti sairas. Mutta täällä on tietyt säännöt. Täytyy olla normaali. Normaali? Vain lapsi saa olla oma itsensä. Huutaa ja äkkäillä. Kaipaan lapsuuteen. Päivät olivat pitkiä, maailma suuri ja turvallinen. Parasta oli lapsen mielikuviutus. Kuinka hahmot alkoivat elää. Ja kuinka uppoutui täysin leikin maailmaan. Oli helppo olla. Nyt leikit on leikitty. Täytyy olla aikuinen. Olenhan minä lapsenmieleinen ja lapsellinenkin, mutta ei enää ole sellaista mielikuviutusta kuin lapsena. Se on sääli.

Skitsofreenikon mieli on erilainen. Ajatukset ovat irrallisempia, ei ole johdonmukaisuutta. Ajatuksia on todella paljon tai ei yhtään. Voi ajatella vain yhtä asiaa kerralla jos jostain saa kiinni. Ja sitä ajatusta ei välttämättä mitenkään saa pois päästä. Se jää kaikumaan. Kaikumaan. Aivojen täytyy olla rentona. Ei saa pakottaa.

Mietin elämääni. Minulta puuttuu vertaistuki. Olisi hyvä keskustella toisen sairaan kanssa. Muutenkin olen yksinäinen. Onhan minulla perhe ja ystävät mutta jotain puuttuu. Olen kyllä tottunut olemaan yksin ja viihdyn itseni kanssa. Ei minua kukaan halua. Masennun. Tällaista elämäni tulee olemaan? Sitä paitsi kukapa masentunutta haluaisi. Lähes joka päivä teen töitä tervehtymiseni eteen. Se on tätä kirjoittamista. Tämä auttaa. Saan purkaa kaiken menneen ja nykyisen paperille. Pois päästäni. Sairaalaista on pian neljä vuotta ja vaikka oireilenkin yhä niin tuskin joudun enää sinne. Lääkkeet ovat tasapainossa. Uskon parantumiseen. Niin voi käydä. Käykö se minulle? Ehkä. Ainakin opin tästä paljon. Pohjalta voi nousta. Se nousu tapahtuu hiljalleen. En odota sitä. Se tulee kun on tullakseen. Sillä välin peittelen sairauttani. Olen normaali. Käyttäydyn hyvin. Ymmärrän että olen ollut kipeä jo aika kauan. Ja että on mahdollista että en koskaan täysin tervehdy. Mutta voin saada jotain minusta terveeksi. Saan tilaa koko ajan enemmän. Pystyn terveyteen. Näyttelemättä. Tarvitsen vain aikaa. Tai ehkä joudun aina vähän näyttelemään. Joudun kuitenkin tsemppaamaan koko ajan. Se vie energiaa. Yksinolo on helpompaa.

En voi lähteä ulos. Pelkään huonoa oloa. Se tulee niin usein ulkona. Elän hyvin pientä elämää. Kirjoitan. Syön. Katson televisiota. Luen. On harvinaista saada vieraita, mutta se on kivaa. Muuten olen yksin. Oma pieni maailmani. Haluaisin uskaltaa enemmän. Olla välittämättä sairaudesta ja tehdä mielekkäitä asioita. Haluaisin matkustaa enemmän. Ja käydä ulkona. Ja tehdä musiikkia. Ja nauraa. Kuinka kaipaamaan naurua. Aitoa naurua. En näe että täällä on nauramisen aihetta. En näe sitä. Näen vain kurjuuden. Olen oppinut olemaan välittämättä siitä. Elän pimennossa. Suojelen itseäni maailman pahoilta asioilta. On tarpeeksi tuskaa muutenkin. Pienen hetken voin hymyillä. Päätän että tästä päivästä tulee hyvä. Voikohan niin vain päättää? Yritän. Tunnen iloa. Varovaisesti. Säikähdän helposti. Olen nyt enemmän hereillä kuin aikoihin. Ja minulla on hyvää energiaa. Pystyn tarttumaan ajatuksiin ja pääni tuntuu muutenkin puhtaammalta. No, jotkut ajatukset luisuvat yhä karkuun mutta pääasiassa saan niistä kiinni. Eikä sen väliä, olen iloinen. Tätä minä juuri tarkoitin. Sairaudesta jää oireita mutta jos on onnellinen ja iloinen, ei pienistä välitä. Pystyn elämään. En ehkä ihan täysillä mutta varovaisesti. Ja joka päivä vähän enemmän. Saan enemmän virtaa. Kuin vierivä lumipallo.

Odotan että joku soittaisi. Mutten itse soita kenellekään. Tuntuu kuin muut olisivat unohtaneet minun olemassaolon. Ihmiset eivät halua kuulla jos minulla menee huonosti. Ainoa sallittu vastaus on että voin hyvin. Kukaan ei yritä ymmärtää. Olen ulkopuolinen. Taas poljen paikallani. En pääse eteenpäin. Pelottaa. Pelkään että jään täysin yksin. Tämä kirjoitustyökin on niin yksinäistä. Eikä täällä asu ketään. Voisin matkata heidän luo. Mutta kaikilla on kiireitä. Töitä. Sitä paitsi minun pitää kirjoittaa. Olen jo kyllästynyt sairauteen ja siitä kirjoittamiseen. Mutten ole vielä valmis. On vielä asioita joita täytyy käsitellä.

Skitsofreniasta toipuu jotkut. Täysin terveeksi. En osaa edes kuvitella että voisin olla täysin terve. Siitä on niin pitkä aika. En muista minkälaista se oli. Kun seuraan ihmisiä tulen kateelliseksi siitä ettei niiden tarvitse kärsiä koko ajan. Kaikilla on tietysti taakkansa mutta minulla joka päivää vaikeuttaa sairaus. Koko ajan ahdistaa jonkun verran ja mielessä pyörii pelot. En saa olla rauhassa edes aamulla herätessäni. Heti mieleen tulee ahdistavat ajatukset ja oma surkeus. Rauhoittavien avulla pystyn iloitsemaan ilman että sitä iloa varjostaa huoli. Niiden avulla myös ajattelu on helpompaa kun ei tarvitse miettiä milloin huono olo tulee. Ajatus on kirkkaampi ja mieli parempi. Kirjoittaminenkin on helpompaa. Mutta niitä ei saisi syödä. Yritän pärjätä mahdollisimman vähällä. Yksin voin tulla toimeen ilman rauhoittavia. Ei tarvitse voida hyvin niin kuin seurassa. Tuntuu kuin joka päivä tulisi uusia vastoinkäymisiä. Miksei minulle koskaan tapahdu mitään hyvää? Aina vain murheita. Yritän olla hyvä ja iloinenkin. Yritän nähdä asioiden valoisat puolet, mutta asioissa joita minulle sattuu ei ole mitään valoisaa. Saattaisin nyt masentua helposti. Ehkä olenkin hieman masentunut nyt. Miten voisin auttaa itseäni? Haluan kalaan. Ja matkalle. Haluan etäisyyttä tähän näytön edessä istumiseen ja kirjoittamiseen ja elämään. Haluan kokea jotain uutta ja nähdä uusia asioita. Ja haluan tyttöystävän! Suunnitelmathan voi jakaa pieniin tekoihin. Ensin täytyy käydä suihkussa. Miten ehtisin ottaa etäisyyttä asioihin kun on aikataulu. Täytyy valmistua. Eli täytyy kirjoittaa. Haluaisin vain mennä peiton alle odottamaan huomista.

5.7 Ulkona paistaa aurinko

Ulkona paistaa aurinko. Avaan verhot ja annan valon tulvia huoneeseen. Mielialani kohoaa. Pian on kevät. Kevät voi olla skitsofreenikolle hankalaa aikaa, jos energia kanavoituu väärin. Minulla ei ole sitä ongelmaa. Pidän keväästä. Tuntuu aina uudelta alulta. Elämä talven jälkeen. Linnun laulu, ensimmäiset kukat ja perhoset.

Olen taas istunut koko päivän koneella saaden aikaan muutaman rivin tekstiä. Olenkohan liian kriittinen? Kirjoitan rivin ja kohta pyyhin sen pois. Taas. Olenkohan kirjoittanut sairaudesta kaiken mitä meinasin? Olen käsitellyt sairauden eri vaiheita, sairaalahoitoa ja sitä miltä se kaikki minusta tuntuu. Olen kirjoittanut toiveistani ja peloistani. Ja elämästä.

Välillä elän kuin elokuvaa. Se on trilleri. Kuljen kadulla ja pelkään että joku hyökkää kimppuuni. Tai makaan sisällä ja pelkään että joku murtautuu sisään. Ilmassa on aina jännitystä. Ei omassa kotona pitäisi joutua pelkäämään. En minä koko ajan pelkää mutta välillä. Välillä annan sairaudelle otetta. Ja se käyttää sen kyllä hyväkseen. Ajaudun ahtaalle. Ja minulle tulee ajatuksia itseni vahingoittamisesta. Se voi olla kyllä masennustakin. Katselen veitsiä ja katselen kuudennen kerroksen parvekkeelta alas. En ole tekemässä itsemurhaa. Minusta se on typerää. En pelkää itseäni. Jos tekisin itselleni pahaä olisin tehnyt sen jo.

Nyt voin jo paremmin. Mutta olen edelleen liian lähellä tätä kaikkea. Tarvitsisin jonkun matkan tai muun missä saisin etäisyyttä kaikkeen. Tässä istun koneella ja tuijotan näitä lauseita. Tuntuu etten pääse oikein eteenpäin. Paineet alkavat kasautua. Olen huolissani. En pysty keskittymään kirjoittamiseen. Enkä oikein edes tiedä, mistä minä nyt kirjoitan.

5.8 Muutama sana maailmasta

Muutama sana maailmasta. Maailmalla tarkoitan sitä kuinka koen maailman, sekä sisäisen että ulkoisen. Sisäinen maailma on sekaisin. Se on rauhaton ja hauras. Ulkoinen maailma on päällekkäyvä, pelottava ja arvaamaton. Mutta on maailmassa hyvääkin, kuten veljeni lapset. Ja perhe. Ja tulevaisuus on valoisa. En aio viiden vuoden päästä enää vatvoa näitä asioita. Ne ovat silloin jo kaukana takana. Ja teen töitä ja harrastan ja nautin elämästä. Haluan elättää itseni valokuvaamalla. Ja maailmani on sitten paljon selkeämpi enkä enää pelkää turhia pelkoja. Enkä syö rauhoittavia. Ja toivottavasti minulla olisi kumppani.

6. Valokuvaus

6.1 Valokuvaan sellaisia kuvia jotka tulevat alitajunnastani

Valokuvaan sellaisia kuvia jotka tulevat alitajunnastani. Yritän päästä pääni sisälle. Haluaisin nähdä kuvista sen, mitä en saa sanoiksi. En siis kuvillani yritä kuvittaa tätä tekstiä. Kuvaaminen on helpompaa kuin kirjoittaminen. Vaikka kuvaaminenkin on vaikeaa. Tai ideoiden saaminen. Kuvissa heijastuu sairauteni. Ei ehkä kaikissa mutta monissa. Kaikki kuitenkin kertovat maailmastani. Mielestäni kuvani ovat terapeuttisia. Niissä paljastuu ajatuksia niiltä ajoilta kun olin sairas. Ja ajatuksia tervehtymisestä. Ehkä niissä tulee vielä näkymään terve mieli.

Kuvissa on vain yksi henkilö. Se edustaa ihmistä, minua. Saan idean yleensä niin että ensin tulee paikka ja siihen henkilö. Olen hyväksynyt sen ettei kuvat ole visuaalisesti niin hienoja. Visuaalisuus ei kuitenkaan ole niin tärkeää kuin sisältö. Ja mitä kuvat minulle merkitsevät. Ne ovat arkisia siksi että ne ovat elämästä. En suunnittele kuviani. Ne vain tulevat. Kuvat eivät ole kantaaottavia. Ne kertovat pieniä tarinoita. Tämä tapa on itselleni vieras, sillä aiemmin mietin monesti mitä katsojat haluaisivat nähdä. Ja kuvasin sen mukaan. Nyt en välitä siitä mitä katsojat mahdollisesti haluaisivat. Kuvat ovat minua varten. Minun selviytymistä. Tahtoisin että kuvissani näkyy jotain minun sairaudesta. Jotain siitä miten yksinkertaista sen on. Kuinka kuva johdattaa katsojan sellaiseen maailmaan joka on itselleen mahdollisesti vieras. Kuvien avulla voisin auttaa itseäni. Nähdä niissä sen mitä en kirjoittamalla osannut tehdä. Tähän asti niissä näkyykin. Paikat joissa kuvaan ovat tuttuja. Tutut kalliot ja polut. Kuvaan pääasiassa Mikkelissä, jossa olen kasvanut. Siellä on paikkoja joilla on merkitystä. En valitse yleensä kuvauspaikkoja. Ne tulevat minulle ideana kuten myös tapahtuma joka kuvassa on. Joskus esimerkiksi paikan löytämiseen täytyy kuitenkin tehdä vähän ajatustyötä.

Käytän perheeni jäseniä malleina. Ja itseäni. Kuvan ottaminen tapahtuu yleensä aika nopeasti kun on valmis kuva mielessä. Kuvat ovat luonnollisia. En käsittele niitä juurikaan. Seuraan kuviani kuin sivustakatsoja. Kuin ne olisi tehnyt joku muu. Jokainen kuva kertoo minulle tarinan. Tarinoissa on jotenkin järkeä. Paikka luo tapahtumalle ympäristön joka on minulle merkityksellinen. Mutta tapahtuma tekee juonen. Henkilön kasvot ei näy koska henkilö edustaa silloin paremmin ihmistä yleisesti. Kuvissani on monimutkainen tunnelma. Toisaalta aika odottava, hieman tyhjä ja humoristinenkin. Huumori on synkkää ja se käy järkäeen sillä usein käsittelen vaikeitakin asioita huumorin kautta.

Valokuva on hyvä väline kertoa minun maailmastani. Kuvaan saa ihan eri tavalla tunnelman kuin tekstiin. Kirjottamalla en pystyisi viestimään lähellekään niin paljon kuin kuvalla. Kuvassa on paikka. Henkilöllä on tietty asento minkä voi näyttää vain kuvalla. Kaikkiaan kuva kertoo niin paljon enemmän, nopeammin ja helpommin. Kuvalla voi kertoa silmänräpäyksessä sen mitä tekstillä monella sivulla. Valokuva jää myös paremmin mieleen.

En ole saanut kuvausidea viikkoihin. Joudun luultavasti tekemään ajatustyötä kuvien eteen. Kiertelemään paikkoja ja miettimään esineitä. Ne eivät tule itsestään. Ei enää. Mutta voin ruokkia mieltäni katsomalla muiden kuvia ja nimenomaan etsimällä paikkoja. Täytyy tehdä tutkimusta. Tähän asti olin luottanut siihen että mieleni tuottaisi kuvaideat valmiiksi. Että minun tarvitsisi vain saapua paikalle ja ottaa kuva.

Miksi tämä on niin vaikeaa? Mietinkö liikaa? Ehkä minä ajattelen liian monimutkaisesti. Pitäisi osata tyhjentää mieli ja rentoutua. Tarttua mielessä liikkuviin sanoihin. Kyseenalaistan koko työn. Onko siinä järkeä? Kirjoittaminen on ollut antoisaa ja tärkeää. Se on hyvä. Silti tuntuu etten vielääkään ole päässyt ytimeen. Ehkä en haluakaan päästä. Se voi olla jo liian pimeä paikka. Nämä tekstit ja kuvat ovat siis itseäni varten. Mitähän ulkopuolinen näistä ajattelisi? Sitä mietin että onkohan tämä työ liian henkilökohtainen. Haluanko oikeasti paljastaa itsestäni näin paljon? No nyt se on myöhäistä mutta jännittää. Toisaalta tämä on vapauttavaa. Vihdoin saan minua vaivanneet asiat paperille ja pois mielestä. Kuvat eivät ole niinkään hulluja. Ne kertovat yhtä lailla minun maailmastani mutta hienommin kuin teksti. Kuvat eivät kuvita tekstiä vaan ovat omia teoksia aiheesta. Aihe on minun sairas maailmani. En halua tehdä tavanomaisia kuvia hulluudesta missä kenties joku on pakkopaidassa tai heiluttaa päätään niin että se on sumea. Kuvani kertovat enemmän, maailmasta, selviytymisestä ja sairaudesta. Kuvani ovat yksittäisiä teoksia. Ne eivät sinällään keskustele keskenään. Ne toimivat yksin. Kokonaisuus siis muodostuu aiheesta. Visuaalisesti kuvat muodostavat kokonaisuuden lähinnä siksi että kaikissa on kuitenkin maisema tai tila, jossa on ihminen.

Kiinnostuin aiheesta vaivihkaa. Aluksi tarkoituksena oli kuvata vain ihmisiä maisemassa. Projekti kehittyi siihen suuntaan että nyt kuvaan päänsisäisiä asioita edelleen niin että ihminen on maisemassa. Nyt kuvat ovat merkityksellisiä. Varsinkin kirjoittamisen myötä kiinnostus omaan mieleeni kasvoi. Ja kirjoitinkin paljon sairaudestani, mikä auttoi. Kuvat eivät ehkä auta niin paljoa. Mutta ne kutsuvat miettimään.

6.2 Menen lokaatioon ja tutkin sitä

Menen lokaatioon ja tutkin sitä. Asetan jalustan haluamalleni paikalle ja kameran siihen päälle. Ohjaan kameran ja sommittelen. Ajattelen, tuossa malli tulee olemaan. Sädän asetukset kohdilleen. Sen jälkeen pyydän mallia asettumaan kuvaan haluamallani tavalla. Otan muutaman kuvan. Pyydän mallia hiukan siirtymään ja otan taas kuvia. Näin teen niin kauan kunnes huomaan että minulla on tarpeeksi materiaalia. Jos olen itse mallina, edelleen laitan kameran haluamalleni paikalle ja sommittelen. Ajattelen, tuohon minä tulen. Sitten menen itse kuvaan ja pyydän jotakuta kuka sattuu olemaan mukana, painamaan laukasinta muutaman kerran kunnes olen tyytyväinen. Joskus joudun ottamaan sen uusiksi. Valitsen kuvista pari parasta. Käsittelen kuvat hyvin kevyesti.

6.3 Kun viisitoista vuotiaana innostuin valokuvaamisesta

Kun viisitoista vuotiaana innostuin valokuvaamisesta, pidin kameraa mukana kaikkialla. Kuvasin ystäviä, paikkoja, luontoa. Se oli veljeni kamera ja kuvat olivat aika surkeita. Lukiossa innostuin biologiasta ja aloin kuvata lintuja ja luontoa. Luontokuvaus jatkui kun opiskelin Jyväskylän yliopistossa biologiaa. Silloin sairastuin ja kiinnostus luontoon lakkasi kuin seinään. Rakkaus luontoon kuitenkin säilyi. Ajattelin etten ikimailmassa voisi päästä opiskelemaan valokuvausta. En ollut sellainen ihminen, ajattelin. Hain kuitenkin Lahden muotoiluinstituuttiin ja Taikiin. Pääsin molempien koulujen pääsykokeisiin. Taikista tipuin heti pois mutta muotoiluinstituutissa pääsin loppuun asti. Oli sydäntäsärkevää saada kirje jossa minua ei hyväksytty opiskelemaan. Sain kuitenkin halun hakea uudestaan koska pääsin jo niin lähelle. Hain kansanopistoihin. Valitsin Länsi-Uudenmaan kansanopiston koska siellä puhutaan ruotsia. Vietin siellä puoli vuotta. En viihtynyt ja vaihdoin Lahden kansanopistoon. Siellä sain todella hyvät eväät hakea uudestaan korkeakouluihin. Pääsin taas muotoiluinstituutin ja Taikin kokeisiin. Tällä kertaa suoriuduin hyvin ja pääsin Lahden muotoiluinstituuttiin. Juhlin sitä monta päivää. Silloin lupasin että kaikki työni siitä eteenpäin olisivat parempia kuin minun ennakkotehtävät kouluun hakiessa. Niin ei tapahtunut. Kurssit menivät kovaa vauhtia ohi ja oli vaikea tarttua töihin. Sairastuin uudestaan ja olin vuoden poissa koulusta. Palattuani kaikki oli vaikeampaa. Oli vaikea olla luova. Pärjäsin juuri ja juuri.

Painopiste koulussa on aina ollut taiteellisella puolella. Itse halusin enemmän teknistä koulutusta. Sitäkin oli, mutta ne olivat usein lyhyitä kursseja ja arvioinnissa keskityttiin enemmän sisältöön. Harjoittelussa sain viimein tutustua oikeaan valokuvaamiseen asiakkaalle. Se vaati opettelua. Mutta se oli hyödyllistä.

6.4 Valokuvien tuottaminen tähän opinnäytetyöhön on ollut vaikeaa

Valokuvien tuottaminen tähän opinnäytetyöhön on ollut vaikeaa. Olen saanut joitakin mielestäni hyviä ideoita. Toisia kuvia on joutunut pohtimaan enemmän. Itse kuvaaminenhan on aina hauskaa. Jotkut kuvat ovat kiinnostavampia kuin toiset. Parempia kuvia ovat ne jotka ovat tulleet mieleeni suoraan alitajunnasta. Niistä ymmärrän paremmin tapahtuman sekä paikan merkityksen. Ne kuvat joita joudun hakemaan tai miettimään ja suunnittelemaan, jäävät itsellenikin vähän hämäräksi. Maisemat kuvissa ovat minulle merkityksellisiä. On kallio ja lampi, joiden kupeessa olen kasvanut. On edesmenneen isoisäni talo. On järvi jonka lähellä äitini on kasvanut ja minä monta kertaa vierailut. Maisema muutenkin on puolet kuvasta.

Kuva, jossa nainen kävelee pusikkoon. Nainen piiloutuu maailmalta. Tai ehkä nainen etsii jotain. Kuva on otettu Mikkelissä keskustan kupeessa. Äitini on kuvassa mallina.

Kuva, jossa mies kantaa tikkaita. Kuva on osoitus siitä millaista on pohjalla olo ja siinä tähtäys ylöspäin. Kuvan huumori on siinä että mies kulkisi kerrostaloon tikapuilla. Tätä polkua olen kävellyt niin monta kertaa. Kuljin siitä lapsena kouluun. Isäni on mallina.

Kuva, jossa mies kantaa pehmolelua hautausmaalla. Ehkä miehen lapsi on kuollut. Tai ehkä mies on menossa nukkumaan. Ikuista unta. Ihaa on aina masentunut. Tälle hautausmaalle on haudattuna minun mummi ja pappa. Olen itse mallina.

Kuva, jossa mies makaa sängyllä ja katsoo sängyn alle. Kuva on otettu edesmenneen isoisäni talossa. Taloon liittyy paljon muistoja lapsuudesta. Huone on riisuttu tavaroista. Se edustaa pelkkää huonetta. Olen itse mallina. Katson kuvassa sängyn alle kuin peläten että siellä olisi mörkö. Se edustaa kaikkia järjettömiä pelkoja joita minulla on.

Kuva, jossa nainen kävelee järven jäällä. Kuvassa näkyy periksiantamattomuus ja rohkeus. Nainen lähtee ylittämään selkää illan pimentyessä. Kuvassa on äitini.

Kuva, jossa nainen seisoo kalliolla sateenvarjon kanssa. Tästä kuvasta saan sen idean että nainen on hyppäämässä. Kuvassa on äitini.

Kuva, jossa nainen katsoo kiikareilla. Kuva on otettu Pasilan asemalla. Tämä on ainoita kuvia jossa ympäristö ei ole minulle henkilökohtaisesti merkittävä. Valitsin Pasilan aseman koska halusin neutraalin, arkisen paikan. Kuvassa on siskoni. Kiikareilla katsominen tarkoittaa minulle sitä että ihminen näkee kauemmas kuin muut.

Kuva, jossa mies makaa kalliolla. Olen siinä mallina. Lukiossa kävimme monesti tällä kalliolla ja joskus näin miehen makaavan siellä. Matkan pää. Luovutus.

Kuva, jossa mies istuu pöydän ääressä huoneessa . Masentunut ja väsynyt mieli. Kuva on otettu isoisäni talossa ja olen siinä itse mallina.

Kuva, jossa mies juo pullosta järven jäällä. Minulla oli tapana lääkitä itseäni alkoholilla. Olen itse kuvassa mallina.



Alexander Gronsky (3)



Kalle Kataila (4)



Gregory Crewdson (5)



Elina Brotherus (6)

6.5 Näistä kuvista kaikki alkoi

Näistä kuvista kaikki alkoi. Pidän Alexander Gronskyn tavasta käsitellä maisemaa. Halusin suorastaan matkia häntä. Luulen että hänen kuvissaan ihmistä ei ole asetettu kuvaan vaan tapahtuma on ollut aito. Hän on kuvannut ilmeisesti lähinnä Venäjällä. Siellä on upeita urbaaneja maisemia ja tiesin etten voi saada sellaisia täällä Suomessa. Gronskyn kuvat jäävät itselleni aika etäisiksi ja saan omista kuvistani enemmän itselleni. Muutenkin minun työni lähti eri suuntaan. Kuvista sain kuitenkin inspiraatiota etenkin siihen, että halusin kuvien olevan neutraaleja ja arkisia. Halusin kuvien muistuttavan oikeata tapahtumaa lavastetun sijaan. Tämä ei tietenkään onnistunut jokaisen kuvan kohdalla mutta monissa. Kuvasarjani yhtenäisyys rakoilee. En tiedä onko se sallittua tai huono asia mutta niin minulle kävi. Itse ajattelen kuviani ennemminkin yksittäisinä töinä, en niinkään sarjana.

Olen aina pitänyt Kalle Katailan maisemakuvista. Niissä mies seisoo keskellä kuvaa maiseman edessä kokien sen. Maisemat ovat avaria ja kauniita. Kuvien tarkoitus lienee juuri se että ihminen on katsomassa ja kokemassa maisemaa. Minun kuvissani ihminen ei ole katsomassa maisemaa. Ihminen on kuvissani ennemminkin osana maisemaa, tekemässä jotakin. Minun maisemat ovat muutenkin pienimuotoisempia, ehkä eksaktimpia. Minun maisemilla on kenties tarkempi merkitys. Kalle Katailan kuvat ovat esteettisesti hienovaraisempia, kauniimpia. Kuvat ovat romanttisia. Minun kuvat ovat rujoja. En sen enempää vertaile, meillähän on ihan erilaiset ideat. Mutta joskus täytyy peilata itseä muihin.

Gregory Credwson on oudon tunnelman mestari. Kuvissa ei tapahdu paljoakaan mutta ne kertovat jostain oudosta. Credwson ei itse ota kuvia. Hän on ohjaaja. Kuvat rakennetaan kuin lavastettaiisiin elokuvia. Mutta tuloksena on stilli. Kuvat ovat myös kauniita. Credwsonin kuvissa jokainen yksityiskohta on tarkoin harkittu. Minun kuvissani jää enemmän sattumanvaraana. Itse saan hänen kuvista inspiraatiota tehdä kuvia joissa tunnelma on kaukainen ja omituinen. Hänenkin kuvissa on tapahtuma. Ihmiset ovat matkalla jonnekin. Mutta tunnelma on silti pysähtynyt.

Elina Brotheruksen tietävät kaikki. Hän kuvaa itseään. Monesti maisemassa. Hänellä on sama tapa kuvata ihminen maisemassa kuin Katailalla. Brotheruksen kuvat eivät ole kuitenkaan esteettisesti niin hienoja kuin Katailan. Mutta molemmissa ihminen katsoo maisemaa. Brotheruksen kuva, jonka esitän, on hyvin samankaltainen kuin minun kuva jossa nainen lähtee ylittämään selkää. Voi ajatella että molemmissa on samankaltainen tapahtuma. Vaikkakin minun kuvassa nainen on liikkeessä ja Brotheruksen kuvassa ei.

Brotheruksen kuvissa mielestäni ihminen on pääosassa. Kalle Katailan kuvissa maisema on kenties tärkeämpi. Gregory Credwsonilla sekä paikka että tapahtuma luovat kokonaisuuden. Alexander Gronskyn kuvissa ihminen ikäänkuin vain vierailee. Yhteistä näille kaikille on se, että kuvissa on maisema.

6.6 Maisemavalokuvaus lienee aina ollut suosituin valokuvauksen muoto

Maisemavalokuvaus lienee aina ollut suosituin valokuvauksen muoto. Päättelen sen siitä että aikoinaan valotusajat olivat pitkiä ja kamera jalustalla. Toki kuvattiin myös ihmisiä ja ihmisiä maisemassa. En tiedä ovatko minun kuvani, ainakaan kaikki, maisemakuvia koska ne ovat niin tiiviitä. Itse käsitän maisemakuvan laajana näkymänä. Ismo Luukkonen on tiivistänyt maisemakuvan ominaisuuksia.

“Maisemavalokuva on valokuva maisemasta. Se ei ole itse maisema vaan maiseman kaksiulotteinen, äänetön, hajuton ja mauton representaatio.”(7)

“Jotta valokuva olisi maisemakuva, sillä on oltava jokin yhteys fyysiseen maisemaan.”(7)

Mikä on tarpeeksi yhteyttä? Täytyykö maisemavalokuvassa olla näkyvä horisontti? Voiko esimerkiksi kuva taivaasta olla maisemakuva? Minun mielestäni maisema on sellainen jossa näkyy maa (tai vesi) ja taivas. Tai ainakin voisi näkyä. Jossain kuvassa voi olla metsää tai vaikkapa taloja niin ettei taivasta näy, mutta se on silti maisemavalokuva.

“Maisemavalokuvan linkki todellisuuteen - kameran edessä aukeavaan maisemaan - on kahtalainen. Toisaalta valokuva on tekijänsä valintojen ohjaama kuvallinen tulkinta maisemasta, toisaalta maiseman piirtämä jälki valoherkällä pinnalla. Se on riippuvainen tekijästään ja tämän intentioista, mutta myös maisemasta itsestään. Tämän valokuvan kahtalainen suhde todellisuuteen on aiheuttanut kahdenlaisia pyrkimyksiä valokuvaajien keskuudessa. Kiista valokuvan kuvallisuuden ja objektiivisuuden (tai dokumentaarisuuden) välillä on jatkunut niin kauan kuin valokuva on tunnettu.”(7)

Mielestäni kaikki kuvat ovat tulkintoja todellisuudesta. Pienikin kameran liike kuvatessa johtaa erilaiseen kuvaan.

“Kuvallisen maisemavalokuvauksen traditiossa valokuvan oleminen kuvana on tärkeämpi kuin sen yhteys kohteeseensa - fyysiseen maisemaan. Kameran edessä avautuva maisema on luonnos johon kuvaaja heijastaa omia tuntemuksiaan tai pyrkimyksiään.”(7)

“Maisema ei piktorialistien tuotannossa juuri koskaan esiinny aiheena sinänsä, vaan se toimii taustana tai kulissina maisemassa esitettävillä tapahtumilla.” (kuva)(7)

En tiedä ovatko kuvani piktorialistisia, mutta kuvissa maisema tai tila toimii kulissina tapahtumalle.

“Pyrkimys pikkutarkkaan maiseman dokumentointiin on ollut yksi maisemavalokuvauksen kantavista suunnista. Valtaosa varhaisista maisemakuvaajista tavoitteli kuvillaan juuri tarkkaa dokumenttia ja yhdennäköisyyttä kohteeseen.” (7)



(kuva) (8)

7. Lähteet

1. Beate Grimrud: Hullu vapaana, sivu 7
2. Beate Grimrud: Hullu vapaana, sivu 173
3. http://alexandergronsky.com/#/portfolio/works/pastoral-2008_2012/7
4. <http://helsinkischool.fi/artists/kalle-kataila/portfolio/portfolio-8/>
5. http://whitecube.com/artists/gregory_crewdson/
6. <http://helsinkischool.fi/artists/elina-brotherus/portfolio/annonciation/>
7. http://www.ismoluukkonen.net/about/maisema_traditiot.html
8. <http://www.inthein-between.com/henry-peach-robinson-and-the-combination-print-before-digital-2/>