

VAHVA

Eevi Sjöholm

VAAHVA

into

© Eevi Sjöholm ja Into Kustannus 2025

into

Into Kustannus Oy
www.intokustannus.fi

Kansi: People's
Kannen kuvat: Ira Aaltonen

ISBN: 978-952-393-470-2
Paino: Tallinna Raamatutrükikoda, Viro 2025

Syömishäiriötä sairastava, oireileva

Tässä kirjassa ei ole vaa'an lukemia tai kuvauksia ruokamääristä.

Olen kuitenkin pyrkinyt paljastamaan syömishäiriön kaikki salaisuudet, ja avaan sairastuneen mielenliikkeitä hyvin yksityiskohtaisesti, joten pysähdythän pieneksi hetkeksi jo tähän:

Muistathan, että sinulla on lupa jättää tämä kirja kesken, hypätä joidenkin sivujen yli tai päättää olla kokonaan lukematta.

Muistathan, että syömishäiriöön ja sen oireisiin saa ja kuuluu hakea apua.

Muistathan, että toipuminen on mahdollista myös sinulle.

Olen sinun puolellasi.

Syömishäiriöliiton tukipalvelut ovat kaikille, joita keho-, ruoka- ja liikkumissuhteen pulmat itsellä tai läheisellä mietityttävät. Lisätietoja: www.syomishairioliitto.fi

Omainen

Kenenkään ei pidä eikä tarvitse olla tukena ilman tukea.

Lisätietoja: www.finfami.fi

Huhtikuu 2017

Kumpi tuli ensin: anoreksia vai masennus? Sitä ne koittivat aina selvittää psykiatrilla, psykologilla, hoitajien vastaanotoilla ja joka ikisessä lomakkeessa. Ne yrittivät palata kaiken alkuun, vaikka kaikki oli vasta alussa.

Mikään ei ole enää alussa, mutta se sama alku on seurannut minua vuosien läpi, syvälle minuuden sisään.

Sairas.

Sairaudesta on tullut muotopuoli identiteetti, joka venyy elämän perässä, muttei katkea. Elämä on jatkunut, mutta mikään ei ole muuttunut. Olen roikkunut ote lipsuen arjessa ja pudonnut sairauslomalle keran, kahdesti, niin monesti, etten ole laskenut monesko tämä on. Olen saanut apua. Paljon erilaista apua. Olen kasvanut, täyttänyt vuosia ja taas lisää vuosia, mutta sairaus on pysynyt. Olen yhä sairas. Sairas, niin kuin kahdeksan vuotta sitten.

Nostan jakkaran varovasti nurkasta, ja kannan sen rauhällisin askelin vaatekaapin eteen. Vilkaisen vielä ylös kaapin päälle arvioidakseni siellä olevien laatikoiden painoa. Voisin ainakin yrittää nostaa päällimmäisen alas itse. Ihan varovasti.

Kiipeän jakkaralle ottaen tukea vaatekaapista, ja kohotan käteni kohti päällimmäistä laatikkoa. Syömistä ja liikkumista on ollut helppo hallita, mutta hallitsemisen seuraukset ovat osoittautuneet hallitsemattomiksi. Mitä enemmän elämäni kontrolloin, sitä vähemmän kontrolloitavaa elämää on jäljellä. Olen ajanut itseni liian ahtaalle vailla

yhden yhtä keinoa käsitellä ajatuksiani ja tunteitani, jotka haluavat tappaa minut. En osaa enää lopettaa oman elämäni järsimistä, ja haluan tietää miksi. Haluan ymmärtää, mitä on tapahtunut.

Hivutan päällimmäistä laatikkoa hitaasti lähemmäs pitkin alemman pintaa, ja kierrän sitten käteni sen reunojen ympärille. Tämä on minun ideani, ei terapeutin. Hän on auttanut minua kuorimaan kerroksia menneisyyteni yltä, mutta nykyhetkeen selviytyneet muistot ovat sairauteni hämärtämiä. Epämääräisiä. Tämä on minun ideani, sillä tiedän täyttäneeni kymmeniä muistikirjoja sairaudellani. Olen kirjoittanut niin kauan kuin muistan, joten minun on täytynyt kirjoittaa jo silloin. *Alussa*. Näissä laatikoissa on ääneni ennen sairautta, ja sairauden kanssa. Jos vastauksia on olemassa, ne ovat täällä.

Laatikko on painava. Montako kirjaa tässä ensimmäisessä on sisällä? Kymmenen? Viisitoista? Tiedän, että päiväkirjat kätkevät väistämättä sisälleen raskaita ajatuksia, mutten ole varautunut niiden painavan fyysisesti näin paljon. Vedän henkeä, puristan hampaat yhteen ja hinaan loputkin painosta käsivarsieni varaan.

Saan lattian parahiksi jalkojeni alle, kun otteeni irtoaa ja laatikko mätkähtää matolle nostoen kanteen kerääntyneen pölyn ilmaan. Yskähdän, mutten avaa kantta. Pala elämäni lojuu jalkojeni juuressa, mutta seison vain paikoillani ja tuijotan sitä kuin kysyäkseni itseltäni, olenko varma tästä. Olenko valmis palaamaan alkuun, joka ei koskaan loppunut.