

Kun hauraus muuttuu voimaksi

KAIKKI MITÄ KOSKETAMME

JENNI KOPOLA

**KAIKKI
MITÄ
KOSKETAMME**

**KAIKKI
MITÄ
KOSKETAMME**

JENNI KOPOLA

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

© 2026 Jenni Kopola

Taitto: Raija Saviluoto/Webbee oy

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

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

ISBN: 978-952-80-8926-1

Sisältövaroitus

Tämä kirja käsittelee syömishäiriöitä, kehonkuvaa sekä muita mielenterveyden haasteita. Painosta tai kaloreista ei puhuta numeroina, mutta kirjassa kuvataan yksityiskohtaisesti syömishäiriöön liittyviä ajatuksia.

Jos tunnistat itsessäsi syömishäiriöoireilua tai haasteita kehonkuvan tai ruokasuhteen kanssa, voit pysähtyä miettimään, onko tämä kirja sinulle sopiva juuri nyt. Samaistuttava sisältö voi tuntua houkuttelevalta, mutta samalla vahvistaa vahingollisia ajatuksia.

Jos olet huolissasi itsestäsi tai läheisestäsi, et ole yksin.

Syömishäiriöliitto tarjoaa maksutonta tukea ja apua kaikille, joita oma tai läheisen tilanne mietityttää. Tukea hakeaksesi et tarvitse diagnoosia tai lähetettä. Apua on saatavilla sekä verkossa että kasvotusten. Huolesi on riittävä syy ottaa yhteyttä, vaikka tilanne ei tuntuisi vakavalta.

Lisätietoa ajankohtaisista tukipalveluista ja yhteystiedoista löydät Syömishäiriöliiton verkkosivuilta:
syomishairioliitto.fi

*Kaikki, mitä kosketamme, tahtoen tai tahtomatta,
vaikuttaa siihen, keitä me olemme, millaisena näemme
itsemme ja mitä meille tapahtuu seuraavaksi.
Hyvässä ja pahassa.*

Prologi

En olisi koskaan voinut kuvitellakaan elämääni tällaisena. Olen nähnyt vastaavaa elokuvissa, joissa päähenkilö hajoaa hiljaa sisältäpäin. Niissä, joissa kaikki ympärillä jatkaa liikkumistaan tavalliseen tapaan, vaikka jonkun maailma on jo romahtanut. Mutta olen tarkastellut sitä vain turvallisen välimatkan päästä ruudun toiselta puolelta. Ajatellut, että se on vain osa tarinaa, ei oikeaa elämää.

Ei ainakaan minun elämääni.

Silti seison sen rajan toisella puolella. Sen, jota en koskaan edes huomannut ylittäväni. En muista hetkeä, jolloin kaikki muuttui. Se ei alkanut romahduksena tai putoamisena kallion kielekkeeltä. Se oli vain hiljainen liukuma johonkin, mitä en enää tunnista omaksi elämäkseni.

Tämä tuntuu painajaiselta, josta ei voi herätä. Se seuraa minua kaikkialle. Ajatuksiin, jotka eivät enää tunnu omiltani. Peilikuvaan, jota vältän katsomasta liian kauan. Jokaiseen hengenvetoon, joka tuntuu edellistä raskaammalta.

Ja mietin, yhä uudelleen, miten muutamassa kuukaudessa kaikki voi hajota ja kääntyä ylösalaisin?

Vielä alkusyksystä kaikki oli hallinnassani. Tai ainakin siltä se näytti. Ulkopuolisen silmin elämäni olisi voinut näyttää täydelliseltä. Sellaiselta, jota joku ehkä jopa kadehtisi.

Mutta se oli vain kaunis ja hauras valhe, joka mureni päivä päivältä. Niin kavalasti, etten huomannut sitä, ennen kuin oli jo liian myöhäistä. Ja silti samalla niin nopeasti,

etten ehtinyt kuin vain pudota mukana.

Nyt seison yksin keskellä pimeää risteystä, jossa tiet haavautuvat joka suuntaan, mutta yksikään niistä ei tunnu vievän minnekään. En osaa jatkaa eteenpäin, mutten voi myöskään palata takaisin.

Menetin kontrollin ja lopulta en enää tunnistanut itseäni. En peilistä, jossa kasvoni näyttivät vierailta. En sydäimestäni, joka tuntui lyövän väärään tahtiin. Näin vain varjon. Liikkeen, joka seurasi minua, mutta ei koskaan tuntunut minulta.

Kaikki oli muuttunut.

Minä olin muuttunut.

Ja pelottavinta ei ole se, että kaikki tuntuu vieraalta, vaan se, miten nopeasti siihen alkaa tottua. Miten siitä tulee uusi normaali.

En uskonut, että mieleni voisi sairastua. Että se sama mieli, johon olin aina luottanut, kääntyisi minua vastaan ja kuiskisi korvaani asioita, joihin en ennen olisi uskonut. Että se saisi minut epäilemään itseäni.

Mutta tässä minä olen. Enkä ole varma, voinko enää löytää tietä takaisin.

1

Elokuun seitsemäs. Maanantai. Tästä se taas lähtee.
Olin asettanut herätyskellon soimaan 7.12.

Ei 7.10 eikä 7.15, vaan joku typerä kompromissi, jonka piti tuntua vähemmän julmalta. Ero oli kuitenkin merkityksetön. Herääminen tuntui silti yhtä armottomalta.

Jään hetkeksi makaamaan selälleni ja tuijotan kattoa. Pieni halkeama kulkee vinosti lampun vierestä, enkä ole vieläkään saanut aikaiseksi pyytää isääni korjaamaan sitä. Ikkunanraosta leijailee kesäinen tuoksu. Aurinko on ehtinyt jo nousta, ja valo hiipii verhojen välistä suoraan kasvoilleni.

Mietin, ovatko jotkut oikeasti syksyihmisiä. Sellaisia, jotka ostavat uuden kalenterin jo heinäkuussa ja täyttävät sen värikoodeilla, kuin elämä olisi jotain, jonka voisi järjestää siisteihin riveihin. Sellaisia, jotka oikeasti odottavat sitä. Ehkä heitä on olemassa.

Sanomattakin selvää, että *minä en ole yksi niistä*.

Mieluummin jäisin tähän. Venähtäneisiin kesäöihin, jolloin aika menettää merkityksensä. Aamuihin, jotka alkavat vasta yhdentoista jälkeen. Siihen, kun saan juoda rasvattoman latteni rauhassa takaterassillamme, jonne ei ole näköyhteyttä kadulta tai naapureiden pihoilta. Kesäloma on ainoa hetki, jolloin voin olla rauhassa ilman, että kukaan odottaa minulta *yhtään mitään*.

Mutta syksy ei kysy, olenko valmis.

Lopulta pakotan itseni ylös, vedän verhot sivuun ja

annan valon tulvia sisään huoneeseeni. Peilistä katsoo takaisin joku, joka näyttää pöllähtäneeltä takkuisine hiuksineen, kasvot unisina ja turvonneina. Valmistauduin kouluvuoteen kuitenkin sen verran, että päivitin vaatekaappini. Se on tavallaan oma rituaalini, jonka toistan joka syksy. Uudet vaatteet, uusi alku. Vaikka totuus on, ettei mikään muutu.

Tummat nilkkurini naputtavat rytmikkäästi asfalttia vasten leveiden lahkeiden liehuessa askelten mukana. Valkoinen satiininen narutoppi ja pellavahousut tuntuvat täydelliseltä valinnalta tähän aamuun. Ilma on lämmin, melkein kesäinen, vaikka kalenteri on uhkaavasti toista mieltä. Toisin kuin viime vuonna, kun elokuu teki sisääntulonsa kaatosateen saattelemana ja kasteli kaikki, jotka uskalsivat uhmata sitä. Läpimärät hiukset takertuivat kasvoihini ja meikit valuiivat kaulalleni ohuina juovina kuin kesä olisi kirjaimellisesti huuhtoutunut viemäreihin yhdessä hetkessä. Sellaistahan meillä täällä pohjoisessa on. Jouluna sataa vettä, juhannuksena räntää.

Niin oudolta kuin se kuulostaakin, tänään alkaa viimeinen opiskeluvuoteni Silverbrookin lukiossa. Se tarkoittaa *loppukokeita, hakemuksia, suosituksia, päätöksiä*, jotka piirtävät kartan koko loppuelämälleni. Keväällä kaiken pitäisi olla valmista. Numerot todisteena siitä, että olen tarpeeksi hyvä.

Vain huippuarvosanoilla pääsee huippuyliopistoihin. Niihin, joista puhutaan kuin ne olisivat portteja parempaan todellisuuteen. Ja kilpailu? Se on naurettavan kovaa. Ihmiset, joita en ole koskaan tavannut, kilpailevat samoista paikoista, samoista unelmista.

Sen ei pitäisi stressata minua. Ei oikeasti. Olen aina pärjännyt koulussa paremmin kuin hyvin eikä tämä vuosi tule olemaan poikkeus. Toistan sitä mielessäni kuin mantraa,

lupauksena itselleni. En ole se, joka istuu eturivissä käsi pystyssä tai aloittaa kokeisiin lukemisen viikkoja etukäteen. Menestyminen on geeneissäni. Se on jotain, mitä minulta odotetaan, ja jotain, mitä olen oppinut odottamaan itseltäni. *Se on kohtaloni, jota en ole osannut kyseenalaistaa.*

Ja silti, jos olen täysin rehellinen, olen kauhuissani. En halua epäonnistua ja tuottaa pettymystä itselleni, enkä varsinkaan vanhemmilleni.

Odotan jo pääseväni yliopistoon. Mahdollisuutta lähteä pois kaupungista, joka tuntuu vuosi vuodelta pienemmältä. *Tuppukylältä* sanan kaikissa merkityksissä. Täällä kaikki tuntevat toisensa tai ainakin kuvittelevat tuntevansa. Samat ihmiset, samat rakennukset, samat kasvot vuodesta toiseen. Samat luokkalaiset viisivuotiaasta asti. Se alkaa käymään ahtaaksi. Todella ahtaaksi.

Tarvitsen tilaa hengittää.

Haluaisin päästä suurempiin piireihin ja tavata ihmisiä, jotka eivät ole kavereiden kavereita tai hyvänpäiväntuttuja. Ihmisiä, joiden kanssa voisin aloittaa alusta ilman, että joku muistaa, millainen olin kuudennella luokalla. Ilman, että joku päättää puolestani, kuka minä olen tai kuka minun pitäisi olla.

Silverbrookissa juorut leviävät nopeasti. Yksikin väärä sana, yksikin väärä valinta ja yhtäkkiä kaikki tietävät siitä. Täällä on parempi sulautua joukkoon. Olla tarpeeksi samanlainen, ettei joudu koko tuppukylän silmätikuksi.

Farkkujeni vyötärön ja topin välistä pilkottaa paljasta ihoa, jossa kimaltelee pieni timanttinen napakoru. Se heijastaa auringonvaloa jokaisella askeleella. Otin sen salaa vanhemmiltani Elianan kanssa täytettyäni neljätöistä. Muis-tan vieläkin, miten meitä jännitti. Silloin se tuntui suurelta asialta, melkein kapinalliselta. Joltakin, mikä teki meistä vähän enemmän aikuisia. Jälkeenpäin se naurattaa.

Viereisen kaupungin lävistysliike ei suostunut tekemään lävistyksiä ilman vanhempien lupaa. Yritimme valehdella ikämme, *tietenkin*. Harjoittelimme tarinaa etukäteen, katsoimme toisiamme silmiin ja lupasimme olla nauramatta. Omistaja ei suostunut edes harkitsemaan, vaikka tarjosimme tuplahintaa.

Siispä teimme jotain vielä typerämpää.

Matkustimme Lontooseen. Valehtelimme olevamme kuusitoistavuotiaita, pukeuduimme vähän liian paljastavasti ja esitimme, että tiesimme tasan tarkkaan, mitä olimme tekemässä. Lävistäjä tuskin vilkaisi meitä. Hän vain nyökkäsi, desinfioi välineet ja kysyi, olemmeko valmiita.

Olimme.

Tai ainakin *luulimme* olevamme.

Kun neula lävisti ihoni, puristin Elianan kättä niin lujaa, että hän kiljui minuakin kovempaa. Ja siinä hetkessä, siinä yhdessä terävässä kivussa, tunsin itseni oudolla tavalla voittamattomaksi.

Kauhea vaiva lävistyksen takia, jota nykyään kadun. En enää edes pidä siitä. Silti en halua ottaa sitä poiskaan. Ilman korua keskellä napaani on pieni, venähtänyt reikä, joka ei näytä sen paremmalta.

Lievästi sanottuna vanhempani eivät ilahtuneet.

Äitini ei puhunut minulle kahteen päivään. Isä taas yritti tehdä siitä vitsin, joka ei oikeasti ollut vitsi ollenkaan. Mutta ei siitä sen enempää.

Käännyin kulman taakse ja punatiilinen kivimuuri kohoaa edessäni. Sen kyljessä lukee kullatuin kirjaimin: *Silverbrookin lukio*. Hivutan mustaa Michael Korsin laukkuja ylemmäs olallani ja harjaan sormillani tummanvaaleita kiharoitani, joihin käytin tarpeettoman paljon aikaa.

Piha on täyttynyt oppilaista. Naurusta, katseista, nopeista halauksista kesän jälkeen. Joku arvioi toisen uuden tyylin

sekunnin murto-osassa. Samat kuviot, samat pelit.

Vedän keuhkot täyteen ilmaa ja annan sen lipua ulos hitaasti. *Tästä se lähtee*, toistan hiljaa mielessäni. Viimeinen vuosi.

Viimeinen mahdollisuus tehdä kaikki oikein.

Ja ai niin, minä olen Ava Wilson.

2

Käytävä on täynnä hulinaa: lokeroiden metallisia kolahduksia, naurua, kenkien tasaista kopinaa. Joku pudottaa kirjansa, toisen yrittäessä näyttää siltä, ettei ole eksyksissä, vaikka hänen katseensa paljastaa totuuden.

Kuljen ihmisvirran mukana, antaen sen viedä minua eteenpäin. Viimein näen Elianan. Hän erottuu *aina*. Lyhyt vekkihame ja ihonmyötäinen narutoppi, melkein samanlainen kuin minulla, mutta tummempi ja rohkeampi. Mahonginruskeat hiukset on sidottu korkealle poninhännälle, joka heilahtelee omassa rytmissään.

Eliana huomaa minut heti. Hän hymyilee täydellisellä hammasrivistöllään ja heilauttaa kättään. Hänen vierellään seisoo Lily Green. Lily näyttää siltä kuin olisi astunut tänne jostain toisesta maailmasta, sellaisesta, jossa ei päde samat säännöt. Hänen vaatteensa eivät koskaan yritä sopia joukkoon. Tällä kertaa hänellä on yllään ylisuuri neule, vaikka ulkona on tukahduttavan kuuma, ja sen alta pilkottaa maaliroiskeinen hame.

Olemme viettäneet aikaa kolmesta ala-asteelta lähtien. Kolmikko, joka on pysynyt yhdessä vuodesta toiseen. Silti joskus mietin, tunteeko Lily olevansa kolmas pyörä. Minä ja Eliana olemme aina olleet läheisempiä. Se ei ole tarkoituksellista. Lily on vain niin erilainen. Hän puhuu väreistä ja tunteista kuin ne olisivat sama asia.

Hän haki Lontoon taidelukioon. Se tuntui silloin itses-

Kuka olet, kun et enää tunnista itseäsi?

North Laken psykiatrisen klinikan suljettujen ovien takana Ava ei voi enää paeta. Ei sairauttaan eikä itseään.

Kun menneisyys alkaa nousta pintaan, Ava joutuu kohtaamaan totuuden, joka on raskaampi kuin hän on uskotellut itselleen. Ehkä suurin pelko ei olekaan toipuminen, vaan se, mitä jää jäljelle.

*Joskus vaikeinta ei ole päästää irti kivusta,
vaan uskaltaa elää ilman sitä.*



9 789528 089261