

NELLI NIEMELÄ • AKI SAARIAHO



EI
MINULLA
OLE
MITÄÄN
ONGELMAA

VOIKO ALKOHOLISTIA PELASTAA?

TAMMI

NELLI NIEMELÄ • AKI SAARIAHO

EI
MINULLA
OLE
MITÄÄN
ONGELMAA

VOIKO ALKOHOLISTIA PELASTAA?



tammi

80 VUOTTA

HELSINKI



© NELLI NIEMELÄ, AKI SAARIAHO JA TAMMI, 2023
TAMMI ON OSA WERNER SÖDERSTRÖM OSAKEYHTIÖTÄ
ISBN 978-952-04-5571-2
PAINETTU EU:SSA

SISÄLLYS

<i>Vankila</i>	9
Esipuhe	11
<i>Joskus</i>	13
Viattomuus (1980-luku)	14
<i>Hiljainen paholainen</i>	17

VARHAINEN VAIHE

Huvikäyttö (1990-luku)	21
<i>Juoppo kuski</i>	23
<i>Arvoitus</i>	26
Holtittomuus (2001)	27
<i>Toinen todellisuus</i>	31
Rikosepäily (kevät 2004)	32
<i>Herätys</i>	37
Mitä tapahtui?	38
<i>Miltä se tuntuu</i>	40

KESKIVAIHE

Vastuuttomuus (2007)	43
<i>Alkoholisti</i>	46
Romahdus (2008)	47
<i>Kaksi persoonaa</i>	51
Itsepetos (2011)	52
<i>Vaikea ymmärtää</i>	55

Oharit (2012)	56
<i>Toivo</i>	60
Suurkulutus (2012)	61
<i>Etkö näe</i>	64
Eristäytyminen (2013)	65
<i>Kuka puhuu</i>	68
”Business as usual” (2008–2013)	69
<i>Reippaat läheiset</i>	72
Avohoito (kesästä 2014 huhtikuuhun 2015)	73
<i>Aikuinen</i>	79
Näytelmäahamo (2014)	80
<i>Riippuvuuden koti</i>	84

MYÖHÄINEN VAIHE

Hallinta katoaa (syksy 2014)	87
<i>Olet rakas</i>	91
Pohja – ja sen läpi (joulukuu 2014)	92
<i>Suunnitelma</i>	95
Kielto päällä (2015)	96
<i>Riippuvuudella ei ole vaatteita</i>	100
Irtisanominen (syksy 2015)	101
<i>Yksin</i>	104
Hylkääminen (marraskuu 2015)	105
<i>Riippuvuus</i>	107
Luovuttaminen (joulukuu 2015)	108
Lapsesta irti päästäminen (heinä-joulukuu 2015)	111
<i>Irti päästämisen kauneus</i>	113

Läheiskohtaaminen (tammikuu 2016) 114

Sinä olet tässä 117

Tukija (2016–2017) 121

Osa tarinaa 123

Päihderiippuvuudesta 124

Luuranko 127

Raitista elämää (2021) 128

Sankari 131

UUSI ALKU

Retkahdus (2021) 135

En minä 139

Pohdintoja hoidosta (kesä 2021) 140

Taas mennään 145

Läheiskohtaaminen (heinäkuu 2021) 148

Vanha kuvio 152

Kaksi todellisuutta (elokuu 2021) 153

Viimeinen pisara 158

Hyvä perhe, paha perhe (2022) 159

Vapaa 165

Jälkisanat 166

Olen vapaa 173

Veljen runo 174

Kiitokset 176

Vankila

Kaikki ne sanat
joita ei sanottu
Kaikki ne anteeksipyynnöt
joita kukaan ei kuullut
Vankilassa
ilmeettömän ihmisen sisällä
se joka toipuu
puhuu niidenkin puolesta
jotka eivät siihen pystyneet
Kyllä me kaikki halusimme
emme vain pystyneet
Antakaa toipuneen puhua
kaikkien puolesta
Ottakaa vastaan
se rakkaus
joka ei koskaan päässyt vapaaksi

NELLI NIEMELÄ

ESIPUHE

Tämä kirja on pikkusiskolta isoveljelle ja isoveljeltä pikkusiskolle – ja niille kaikille, joiden elämää päihdeongelma koskettaa. Olemme kulkeneet pitkän ja repivän matkan. Koettelemuksista huolimatta matka on kannattanut ja siitä on kannattanut puhua ääneen, sillä avoimuus on keino auttaa muita. Aina, kun otamme päihderiippuvuuden puheeksi, lähes jokaiselta löytyy läheinen, joka kamppailee tämän kipeän asian kanssa. Sen vuoksi kirjoitimme tuntemuksistamme, sairauden kulusta sekä siitä, mitä se aiheuttaa läheisille. Jokaisen alkoholistin ympärillä on läheisiä, he kaikki kärsivät tavalla tai toisella.

Tarinamme koostuu irrallisista tapahtumista, palasista, jotka yhteen liitettynä muodostavat kuvan sairaudesta nimeltään alkoholismi. Palasten yhteen liittäminen on vaikeaa ja se vie aikaa. Kun kuva on lopulta valmis, peli voi olla jo pelattu ja kaikki on myöhäistä. Emme ole päihderiippuvuuden asiantuntijoita, ainoastaan kokemusasiantuntijoita. Kerromme alkoholismista omin termein, omista näkökulmistamme ja omien kokemustemme mukaisesti.

Alkoholismi vääristää vuorovaikutuksen ja haastaa läheiset osallistumaan siihen. Mitä kaikkea sitä sietää,

ennen kuin ymmärtää, mistä on kyse, eikä siedä enää. Silloin kannattelu on vain lopetettava ja annettava riippuvaisen tehdä valintansa elämänsä suhteen.

Tämä kirja ei ole sosiaalipornoa, mässäilyä Akin juopon käytöksellä, lupausten pettämisillä ja läheisten kärsimyksellä. Tämä ei ole tarina päihderiippuvaisen sairauden vääjäämättömästä etenemisestä alusta loppuun. Ja samalla tämä on myös sitä. Tämän kirjan tarkoitus on jakaa kokemuksia ja kertoa siitä helvetistä, joka piinaa satojentuhansien suomalaisten läheisten elämää. Samalla haluamme kertoa, että siitä helvetistä voi päästä pois. Riippuvainen tekee valintansa itse, ja tietyn toivottoman pisteen jälkeen rakkaan juopon/narkin/sekakäyttäjän auttaminen pitää lopettaa – muuten läheinen tulee vedetyksi mukaan synkkään ja toivottomaan elämään. Haluamme rohkaista toimimaan mieluummin heti kuin myöhemmin. Vetämään rajat ja laittamaan alkoholisti valitsemaan ennen kuin kaikki ovat täysin voimattomia, vihaisia ja rikki revittyjä.

Alkoholismi ei katso varallisuutta, koulutusta tai ystäväpiiriä. Alkoholisti ei ajattele muita ihmisiä. Alkoholisti ei puhu totta. Alkoholisti ei näe sitä paha, mitä juominen aiheuttaa. Alkoholisti on sairas vailla sairaudentuntoa. Ja ainoa, joka hänet voi parantaa, on ymmärrys, tietoisuus ja sairaudentunto.

Älä siis tuhlaa jaksamistasi alkoholistin kanssa väittelemiseen. Älä tuhlaa voimiasi häpeään. Ainoa, joka voi alkoholistin parantaa, on alkoholisti itse. Ja kuitenkin, sinussa voi olla hänelle juuri se apu ja tuki, jonka hän tarvitsee raitistuaakseen. Kuulostaako monimutkaiselta? Sitä se todella on. Ole armollinen itsellesi. Ja alkoholistille.

Joskus

Joskus oli aurinko ja leikki
kesä, joka kesti ikuisuuden
oli veli, joka hymyili
kantoi, nosti ja auttoi
puolusti ja pelasti
Joskus oli talvi ja paljon lunta
märät lapaset, salainen nuotio
yhteiset leikit ja yhteinen maailma
Joskus oli onnellista
Onko lapsen onni vain sitä
ettei tulevaa vielä tiedä?

NELLI NIEMELÄ

VIATTOMUUS (1980-LUKU)

SISKO: Hyppään aikaan, jolloin aurinko paistoi koko kesän. Aikaan, jolloin keltainen kauppa-auto pysähtyi kadulle ja taskusta kaivetuilla tahmeilla kolikoilla ostimme vähän pehmennyttä Lipsi-mehujäätä. Istuimme kuumalla asfaltilla, rakennustyömaan vieressä ja söimme jäätelöä koko kesän. Tai siltä se tuntui. Niin minä sen muistan. Oli 1980-luku ja lapset ulkona aamusta iltaan.

Olit suurin idolini. Isoveli, tukeni ja turvani. Kiltti ja viisas, aina ystävällinen. Otit mukaan, kun menit metsään kaverien kanssa. Teimme majoja ja pitkiä tutkimusretkiä. Opetit, miten pelataan tietokoneella. Näytit, miten ihmisiä kohdellaan.

Meillä oli tavallinen, onneton akateeminen perhe. Rivitalo ja riittävästi rahaa. Asioita, joista ei puhuttu, ja vanhemmat, jotka nukkuivat eri huoneissa.

Avain kaulassa, ruokaa pöydässä, sukulaisia, joita nähtiin pari kertaa vuodessa. Isä, joka oli aina töissä, ja äiti, joka itki iltaisin saunassa. Yhdessä käytiin Ruotsin-risteilyllä, syötiin buffetissa ja käveltiin Tukholman Vanhassa

kaupungissa. Se oli niin jännittävää, muistan vieläkin tuhannet perhoset vatsassani.

Tärkeää oli koulutus ja arvostettu ammatti. Tärkeää oli se, että pärjättiin hyvin. Vapaana kasvavat lapset olivat sodanjälkeisen sukupolven ja tuon aikakauden ihanne, johon me kasvoimme. Se oli vastakohta menneelle ajalle. Ajelehdimme kasvavan elintason mukana. Siinä me kasvoimme, vähän sivussa, aina vähän tiellä. Mutta minulla oli sinut, isovelji. Lähelläsi oli hyvä olla.

Sinua kiusattiin koulussa, ja sinut sai puhuttua mukaan mihin vaan. Minä olin villimpi, tappelin, kiusasin ja etsin jänniä asioita. Kun varastin kaupasta, sinä puhuit pihan isot lapset mukaan ja piditte minulle puhuttelun. Ohjasitte oikealle tielle. Kun ärsytin sinua ja kavereitasi, kaverit hermostuivat ja löivät, et koskaan sinä. Sinä annoit minun aina olla ja puolustit viimeiseen asti.

Ehkä sinä väsyit olemaan kiltti? Ehkä sinä väsyit lohduttamaan kaikkia? Lohduttikohan kukaan koskaan sinua? Saitkohan sinä koskaan sanottua, mitä oikeasti ajattelit?

Ja sitten vanhemmat erosivat. Meidät jaettiin, niin kuin silloin oli tapana. Sinut, 14-vuotias poika, isälle, minut, 9-vuotias tyttö, äidille. Sen jälkeen ikävöin sinua aina. Joka päivä.

VELI: Muisti on kummallinen, se muuttuu, ja me muutamme sitä. En muista kenenkään lohduttaneen minua. Kellään ei tuntunut olevan siihen tarvetta. Eihän minulla ollut mitään hätää, eihän. Ei meidän suvussamme eikä tuohon aikaan puututtu toisten asioihin. Meidän isämme oli

paljon poissa. Hän oli aina töissä tai kellariolohuoneessa kuuntelemassa musiikkia. Äitimme oli henkisesti poissa. Lohdutin häntä öisin sängyn vieressä sanomalla, että kaikki järjestyy. Kellä olisi ollut aikaa lohduttaa minua tai osoittaa ihmeemmin kiinnostusta minuun? Paitsi sinulla, kun minun alkoholismini myöhemmin eteni. Vakaa sisko, johon voi aina luottaa. Kyllä isä ja äitikin yrittivät, sitten kun olimme aikuistuneet.

Kaverit paikkasivat vanhempien puutteen. Alakoulussa minua oli kiusattu, mutta se loppui yläkoulussa, ja löysin ison kaveriporukan. Aluksi kaikki olivat päihdevastaisia. Sitten, kun alkoi olla vanhempia kavereita ja sisaruksia, tulivat päihteen mukaan. Silloisella vakiintuneella kaveriporukalla se oli ihan tuhon tie. Meidän porukassamme huumeet eivät ihmeemmin liikkuneet ja lääkkeitkin olivat ihan vieraita. Alkoholit riitti pitämään yhdessä ja tuhoamaan suhteita ja elämän toisensa jälkeen.

Hiljainen paholainen

Kukaan ei vielä tiedä
pinnan alla nakertaa
pala palalta
sitä ihmistä,
joka joskus oli,
joksi hänen piti tulla
Ympärillä ihmiset kasvavat
tulevat aikuisiksi
hän kasvaa alkoholistiksi
Kukaan ei vielä tiedä,
vaikka nyt voisi vielä estää
tuhon, tuskan ja yksinäisyyden
Nyt voisi vielä tuhota
riippuvuuden,
joka hänet syö

NELLI NIEMELÄ

VARHAINEN VAIHE

jolloin kaikki tuntui olevan vielä
normaalia mutta ei aina niin kivaa

HUVIKÄYTTÖ (1990-LUKU)

SISKO: Kotona olit aina kavereiden ympäröimä. Pelasitte roolipelejä, pelasitte tietokoneella, larppasitte, splättäsittekin – ja joitte. Joitte aika paljon. Olin kasvanut nuoreksi ja edelleen olit suurin idolini, rakas veljeni, jota ikävöin aina vaan. Välillä asuimme yhdessä isän ja sinun kodissa. Välillä minä asuin äidillä ja sinä isällä. Silloin näimme harvemmin ja ikävä korvensi aina, kun lähdit. Olin toki jo oppinut peittämään ikävän huumoriin ja piikittelyyn. Niin oli turvallisempaa.

Kotonasi oli aina porukkaa. Asuit pitkiä aikoja itseksesi. Isä oli töissä tai matkoilla. Viikolla enenevässä määrin uuden naisystävänsä luona – viikonloppuisin sentään kotona. Minä asuin suurimman osan aikaa äidin kanssa. Toki vietit aikaa myös äidin ja minun kanssani. Vanhempiemme välit olivat ihan hyvät. Ei siis mitään suurta draamaa. Ei mitään, mistä kukaan olisi ollut huolissaan. Myöskään sinusta ei kukaan osannut olla huolissaan. Isän kaapeissa oli alkoholia, eikä kukaan pitänyt kirjaa siitä, mihin nuo viinat katosivat. Ajateltiin, että nuoret miehet juovat, eivätkä ole niin tarkkoja rahan kanssa. Mitäpä tuosta, kun asiat kuitenkin järjestyvät.

Ruokaa et osannut laittaa. Etkä muistanut syödä. Koskaan. Oli tärkeämpääkin ajateltavaa, kuten alkoholi ja pelaaminen. Kyllä se siitä, ajattelin. Isoveli on vaan tosi boheemi. Kerroit Jugoslavian reissusta, jossa olit alaikäisenä kavereiden kanssa. Kahden viikon juomaputki. Pelkkää dokaamista. Ja niin siistiä. Nuoret miehet juovat. Miten tavoittamattoman upealta se kuulosti – Jugoslavia kavereiden kanssa.

Täytit kahdeksantoista, löysit tyttöystävän, kävit armeijan, muutit omillesi ja pian tyttöystävän kanssa yhteen. Vuosia kertyi yhdeksäntoista ja sitten kaksikymmentä. Olit kasvanut hienoksi nuoreksi mieheksi. Kirjoittanut ylioppilaaksi ja päässyt yliopistoon lukemaan englantia ja filosofiaa. Varmasti järkiinnyt, kun ikää tulee lisää.

Kuitenkin. Olit saanut rahat ajokorttiin jo kolmesti. Sait lopulta sen kortinkin, mutta monesti rahat hävisivät vain jonnekin. Viinaan. Joit ja tarjosit kavereille. Olit saanut ennakkoperinnön tilillesi aloitettuaasi opinnot Helsingin yliopistossa, mutta opintojesi rahoittamiseen ajateltu tili hupeni nopeasti: ostit kaikenlaista, sentään tietokoneenkin, joit ja tarjosit tietysti kavereille.

PÄIHDERIIPPUVAISEN VÄÄRISTYNYT TODELLISUUS

Sisarusten koskettava vuoropuhelu elämänpituisesta matkasta päihderiippuvuuden kanssa.

Ymmärtääkö alkoholisti sitä tuskaa, jota hän muille tuottaa? Miltä alkoholistin läheisestä tuntuu? Voiko viinan vankia auttaa? Sisarukset käyvät läpi päihteiden tuhoamaa elämää ja sitä, voiko päihderiippuvuudesta parantua. Kirjassa sukellaan syvään päätyyn ja päästään taas pinnalle. Rujo ja koskettava kertomus isoveljen päihdeongelmasta ja pikkusiskon yrityksistä pelastaa veljensä.



www.tammi.fi

99.1

ISBN 978-952-04-5571-2

KANNEN SUUNNITTELU: EMMI KYYSÖNEN