

Anna Kortelainen: Ohjaajani muistolle

Keski-ässä naisen keho muistaa merkillisen hyvin, miten kömpelö teini-ikäisenä oli. Miten liikkuminen nolostutti. Eikä olisi millään oikein viitsinytkään. Miten tuli kapinoitua liikuntatuntien suoritusten mitaamia ja kilpailutilanteita. Miten ponnistelu ja hengästyminen tuntuivat ikävältä.

Sitten keski-ään kynnyksellä hakeutuu ensimmäistä kertaa koko aikuisiällään vapaaehtoisesti ryhmäliikunnan pariin. Puolivahingossa. Lontii arkana suureen, valaistuun saliin, jonka seinät ovat peiliä. Levittää jumppamaton lattialle, kiskaisee trikoita ylemmäs, istahtaa jäykästi matolle ja ajattelee, että mahtaako tämä pilates olla sittenkään hyvä ajatus.

Saliin tulee ohjaaja ja me aloitamme. Kuudenkymme-



Hän olisi ollut ylpeä meidän ryhdistämme.

nen minuutin päästä posket punoittavat innosta, oppilaat hymyilevät toisilleen, koilevat mattojaan ja juovat

ahnaasti vettä. Mihinkään ei satu, veri kiertää, yhtään ei nolota.

Ennen joulua huomaan, että pystyn risti-istunnasta taipumaan eteenpäin ja koskettamaan otsalla ja nenällä lattiaa. Naisen keho taipuu, taipuu ja taipuu, naisen keho jaksaa, jaksaa ja jaksaa. On alkanut olla luontevinta ja mukavinta istua selkä suorana ja hartiat alhaalla. Lihasten voimistumisen ja tasapainon kehittymisen huomaan päivittäisessä elämässä. Se on mullistava muutos: aivan kuin olisi nyt vasta kasvanut ulos murrosiästä ja löytänyt voimansa ja halunsa olla liikkeessä.

Vuodet kuluvat. Löydän pukuhuoneystävyyden, jossa anonymisti mutta lämpimästi jaetaan asioita ja heitetään huulta. Löydän itsestäni ihmisen, joka ei halua antaa

periksi. Ihmisen joka haluaa totella täsmällisesti, kun ohjaaja komentaa.

Löydän tajun siitä, mikä merkitys on hänellä, joka ohjaa, neuvoo, kannustaa, jaksaa opettaa ja kerrata kärsivällisesti, askel askeleelta.

Löysin ihan uudenlaisen elämänrytmin, jossa ryhmäliikuntaa on parikin kertaa viikossa ja sitä oikein odottaa. Myös luonnossa liikkuminen alkoi kiinnostaa. Huomasin etten enää olekaan pelkkä pää, jota jalat vievät paikasta toiseen ja jonka kädet vain naputtavat näppäimistöä. Minulla on keho joka toimii, liikkuu ja elää. Liikuntasalin peilistä tuli se kätevä heijastuspinta josta saattoi tarkistaa liikettä tehdessään, onko selkä suora, ovatko hartiat alhaalla, onko ryhti oiennut.

Opin ohjaajaltani myös

viitseliäisyyttä. Tunnollisuus saattaa olla rutiinia, ahkeruuskin silkka refleksi. Mutta viitseliäisyys on jotain paljon parempaa. Se että maanantai-illan väsymykseen tai lauantaiaamun laiskuteen ei vastaakaan kaatumalla sohvalle vaan hakeutumalla ryhmäliikuntaan. Se valinta ei ole koskaan kaduttanut.

Runsas viikko sitten me oppilaat saimme järkyttävän tiedon, että ohjaajamme on äkillisesti menehtynyt. Ei koskaan enää hänen tuttua, vinkeästi hymyilevää ilmettään, nauravaa naljailuaan ja hihkaisua: ”Nyt peput ylös!” Ei koskaan enää kommentoa, jota oli ilo totella. Vielä vähän, vielä vähän, kyllä te pystytte. Venyttelään, levätään, ja sama uudestaan vielä sitkeämmin ja hallitummin.

Viime viikolla sijaisen vetämällä pilatestunnilla pidimme

kahden minuutin hiljaisen hetken ohjaajamme muistolle. Hän olisi ollut ylpeä meidän ryhdistämme. Hän olisi häkeltynyt nähdessään meidän kyyneleemme.

Sitten me liikuimme kuten hän on opettanut meitä liikkumaan. Liikeradat tulivat vaivattomasti mieleen. Puolesta sanasta ojennukset venyivät, leuat nousivat, kädet lennähtivät korkealle, symmetrisesti yhtä monta kertaa sekä oikealle että vasemmalle. Merenneidot kaareutuivat. Jalkaterät kohosivat kohti kattoa. Hengitimme nenän kautta sisään ja suun kautta ulos ja olimme tasapainossa.

Taustalla soi Nat King Colen *Unforgettable*.

ts.kulttuuri@ts.fi

Kirjoittaja on filosofian tohtori ja taiteen tutkija.