

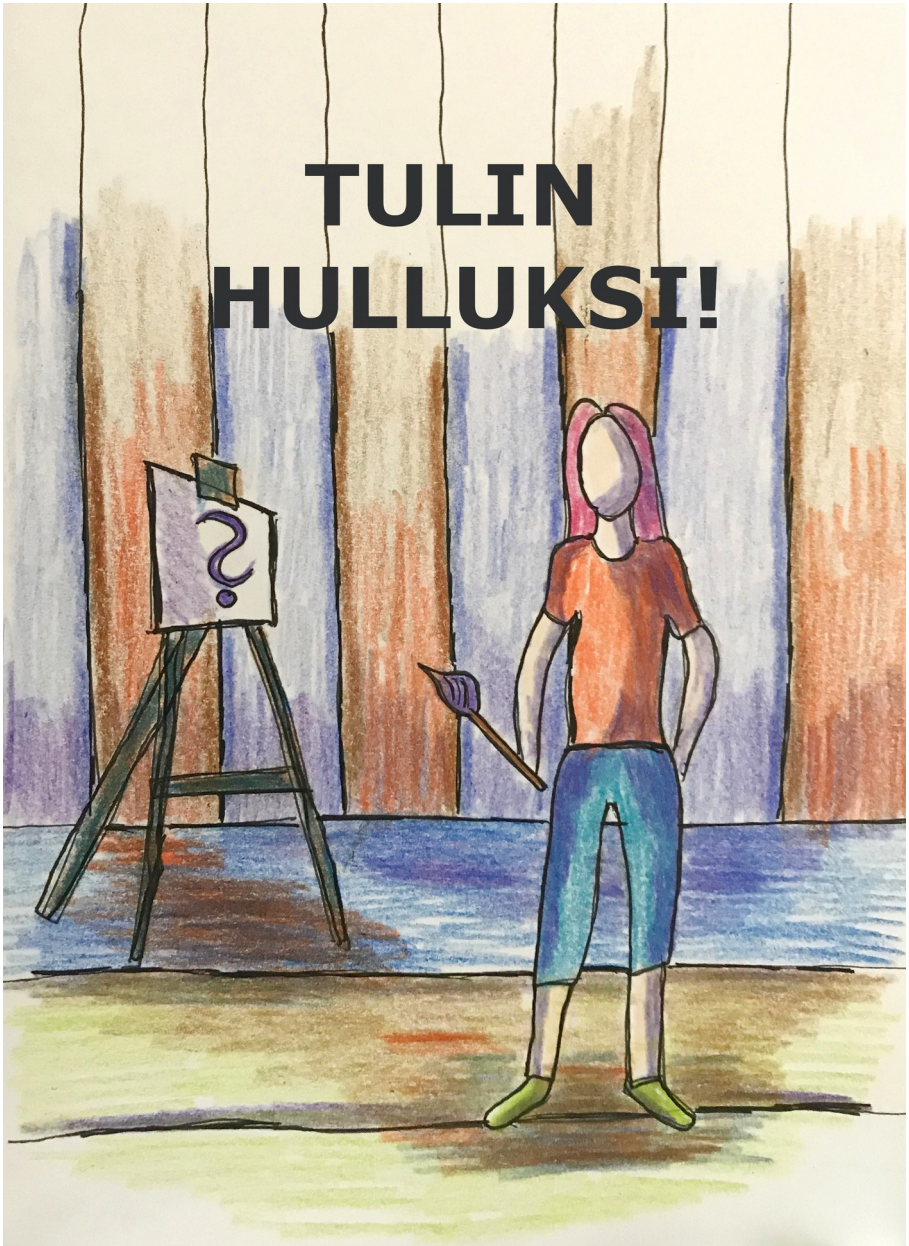
Psykoosissa

Runoja päiväkirjasta vuosina 1993-1998

Sari Nieminen



TULIN HULLUKSI!



Kiitokset tuesta: Marita Helena Mahlakallas

Kuvat ja tekstit: Sari Nieminen

Kansikuva: Canva

15.10.1993

Tyhjyys!

Tyhjyys!

Ihminen tarvitsee toisia
ihmisiä tietääkseen olevansa olemassa.
Kaikki huutavat rakkauden perään,
pettyvät, kärsivät ja huutavat taas
uudelleen.

I LOVE YOU



10.11.1993

Valkoinen kukka

Valkoinen kukka. Terälehdet
juuri ja juuri kiinni kukassa,
putoamaisillaan. Täytyy varoa
jokaista tuulen henkäystä,
ettei menehtyisi.

TUULEN HENKÄYSTÄ

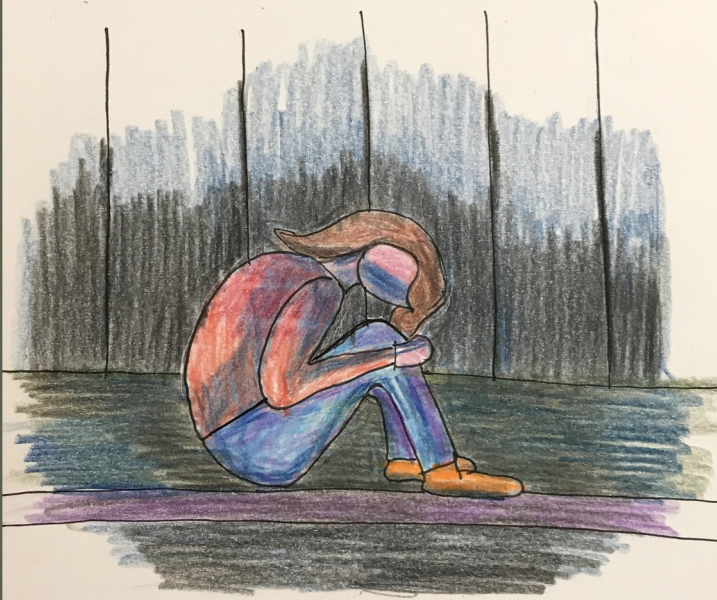


16.2.1994

Yksin pimeässä

Istun yksin pimeässä.
En näe ympärilleni.
Tunnen kuinka sisälläni kuohuu
tiedän miksi, mutten ymmärrä.
Hapuilen ympärilleni,
osun välillä johonkin,
enkä tiedä mikä se on,
sillä se ei kerro
enkä minä uskalla paljastaa
sokeuttani.
Käteni ulottumattomissa vaistoan
voimakkaan energian,
en pääse lähelle tunnustelemaan
enkä päästä sitä lähelleni,
se on liian pelottavaa.
Kosketus puuttuu...
kiedon käteni ympärilleni suojaksi,
vaivun taas horrokseen
yksin pimeään.
Miksi en saa silmiäni auki.
Miksi en avaa suutani ja pyydä apua,
silloin kun sitä eniten tarvitsen.

YKSIN



17.7.1994

Tunteesi

Kohtaa itsesi, kohtaa tunteesi.
Älä pelkää itseäsi,
omia halujasi ja aatteitasi niin
et pelkää muidenkaan.
Älä harkitse liian pitkään
tunne menee ohi
ja joudut aloittamaan kaiken
taas alusta,
mutta älä myöskään mene asioiden edelle
tai tunne unohtuu
ja jäät taas yksin mietteisiin.
Älä pelkää rakastaa.

RAKASTA



29.8 1994

Kadotin

En tunnista itseäni enää
peilistä.

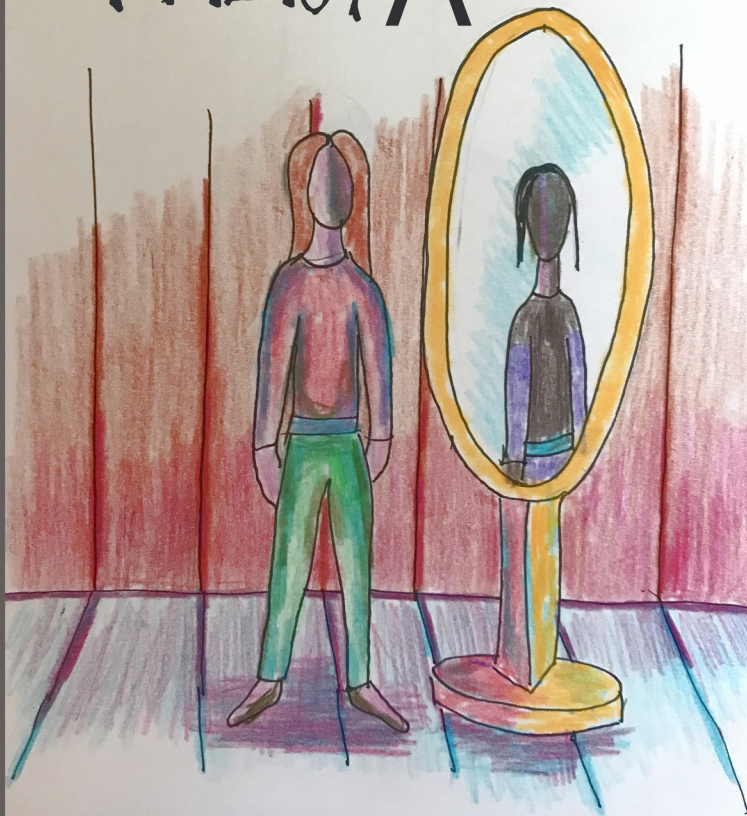
Kuka kussa kulloin,
mikä missä milloin.

Mä en pysy enää kasassa.

Olen liian tyhjä.

Löysin itseni hetkeksi,
mutta sitten kadotin itseni taas.

PEILISTÄ



18.11.1994

Kaikki irti

Päästää kaikki irti, päästä
kaikki suhteet poikki,
eikä jättää jäljelle,
muuta kuin oma sielunsa ja muistot
jäävät toivottavasti pimeyteen.
Mutta milloin se on jo
liian myöhäistä,
onko jo?
Liian syvällisiä ihmis-suhteitako?
Ylittää rajansa on jo
sinänsä ylivoimaista.
Pidä itsesi elossa.
Yritä olla ajattelematta muita
ihmisiä,
on sama kuin kärpänen yrittäisi kieltää halunsa
hyvännäköistä paskaa kohtaan.
Tuntuu kuin itsestä ei olisi enää
jäljellä kuin vaatteet.

5.12.1994

Paennut itseäni

Juoksin taas hermoillessani
itseäni karkuun.
Pysähdyin kun nukahdin,
tajusin että olin paennut itseäni.
En ole vielä valmis,
milloin olisin?

4.2.1995

Äänet sisimmästä

Äänet tuolta sisimmästä
ne tekevät mielesi hulluksi
jos et kuuntele niitä ja
kulje niiden mukaan
ne tempaavat sinut mukaasi
ja saavat vallan, silloin olet
kadottanut itsesi sisimpääsi
ulkoinen minäsi alkaa rapistua
ja olet yhtä vain sisimpäsi kanssa
muistot valtaavat mielesi
etkä pääse niistä ulos
olet vain muisto itsekin.

Mitä mieli teetääkään



5.2.1995

Kuu kuu kuu

Kuu kuu kuu

kuuhulluus iski jälleen.

Ikuisesti se mieltäni askarruttaa,

se lumooa se viettelee,

siitä on tullut tapani elää.

Menen kuun vaiheiden mukaan,

tunteeni kulkee sen mukaan.

En koskaan pääse sitä pakoon,

se kuuluu luovuuteeni.

Kuu on osa nykyistä ajatusmaailmaani,

en muuta enää ajattelekaan kuin

Kuuta.

Sen salamyhkäisyys, sen

sumuinen hämy ja varjot,

se on nautinnollinen näky.



5.2.1995
Pimeys yllä

Tähdetön taivas, pimeys yllä
vain kuun loiste antaa valoa.
Siitä hämyssä kirjoitan runoani
ja kynttilän valo apunani.
Päivän askareet mietityttävät.
Ihmiset ja luonnon ihmeet ympärilläni,
en pystynyt osallistumaan keskusteluihin,
mikä masensi mieltäni, nyt ne on purettu
ja kuu jäi.

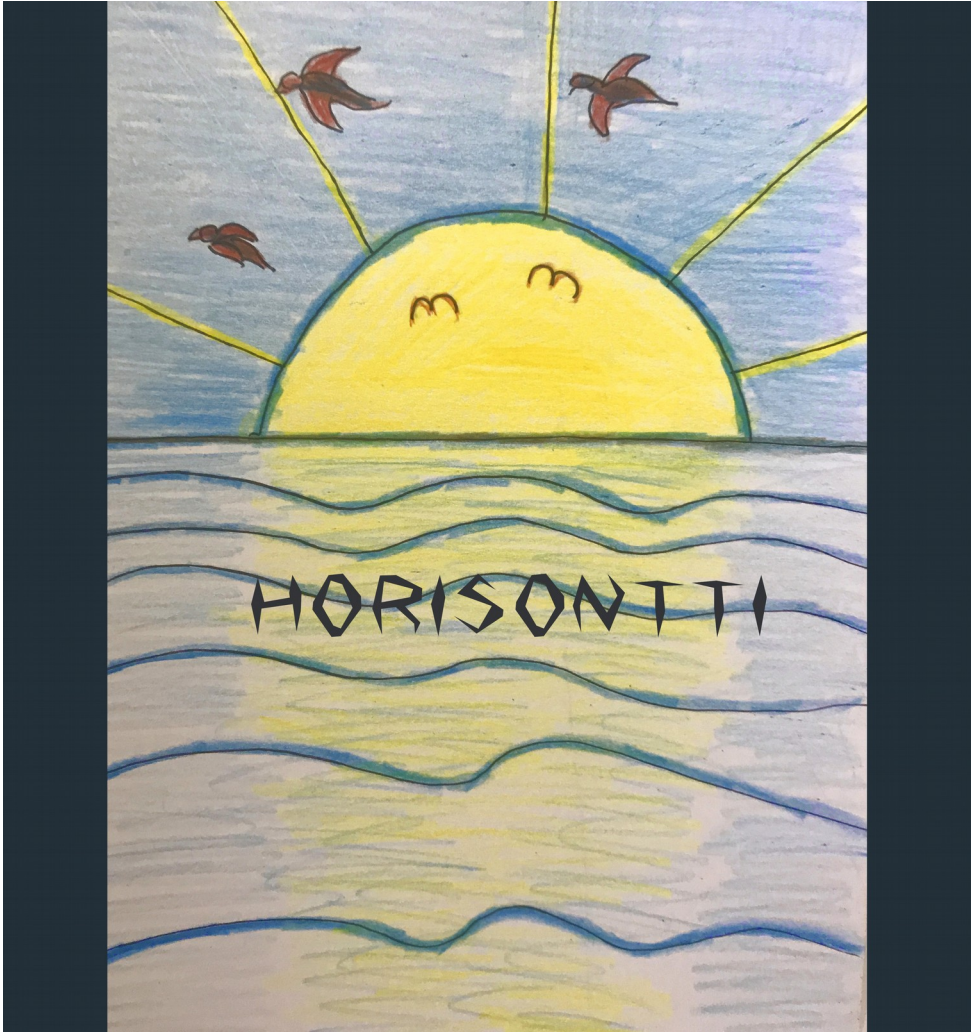
KYNTTILÄN VALO



5.2.1995

Pimeys valkenee

Kuu taivaalta ja tähdet yöstä.
Pimeys valkenee ja aurinko astuu sisään.
Mitä sieltä näkyy,
horisontti ja kauniit linnut
sinistä vasten,
kesä tulee lopultakin.



16.2.1995

Sinun kasvosi

Kauniit kasvosi sinun,
niin luonnolliset ja herkäät.
Mutta vahva sisäinen muurisi
estää sinua tulemasta ulos
omasta maailmastasi.
Mikä sen rikkoisi, muurisi,
ei mikään ellet itse antaudu.
Ei vaaraa ei kukaan hyökkää
ole oma itsesi vain.
Se sallitaan eikä sinuun kajota.
Luulet vain olet niin väsynyt,
väsynyt väistelemään iskuja
jotka tulevat vastoin kauniita kasvojasi.
Iskut loppuvat kun lakkaat yrittämästä
olla joku muu.
Vankka muurisi estää sinua vapautumasta.
Elät vaikket eläkään kunnolla,
käyhän se niinkin,
menetät vain.
Ehkä jonakin päivänä
saat taas unen päästä kiinni
ja aamulla jaksat ilman taakkaasi.
Turha vaiva, ei se katoisikaan,
ei kokonaan, muuri muuttaa vaan muotoaan,
ei pääsisikään siitä lopullisesti eroon,
uutta versoa kasvaa yllesi, piilottaa
sinut kohta kokonaan,
ei näy kuin kauniit kasvosi
kauniit kasvosi sinun.

SINUN KASVOSI

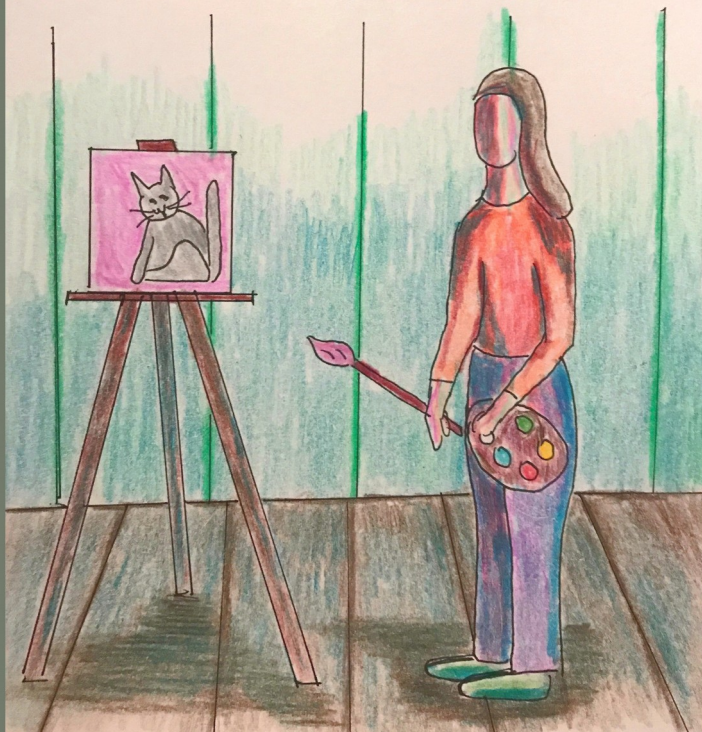
KAUNIIT KASVOSI SINUN



16.2.1995
Hiljaiselo

Levottomuus on ohi.
Rauha maassa taas.
Jaksan taas keskittyä,
mieltäni ei mikään askarruta.
Tahdonko sittenkään olla näin
rauhassa ja yksin,
puhelin mykkänä,
ajatukset järjestyksessä,
levottomuus on poissa,
arkiaskareet mielessä
ja maalaaminen,
kirjoittelu omaksi huviksi.
Olen vain väsynyt.
Missä mietteet sekavat
niitä melkein kaipaan.
Näinä hiljaisina hetkinä
kun on yksin,
täysin yksin
levottomuus kaikonnut.

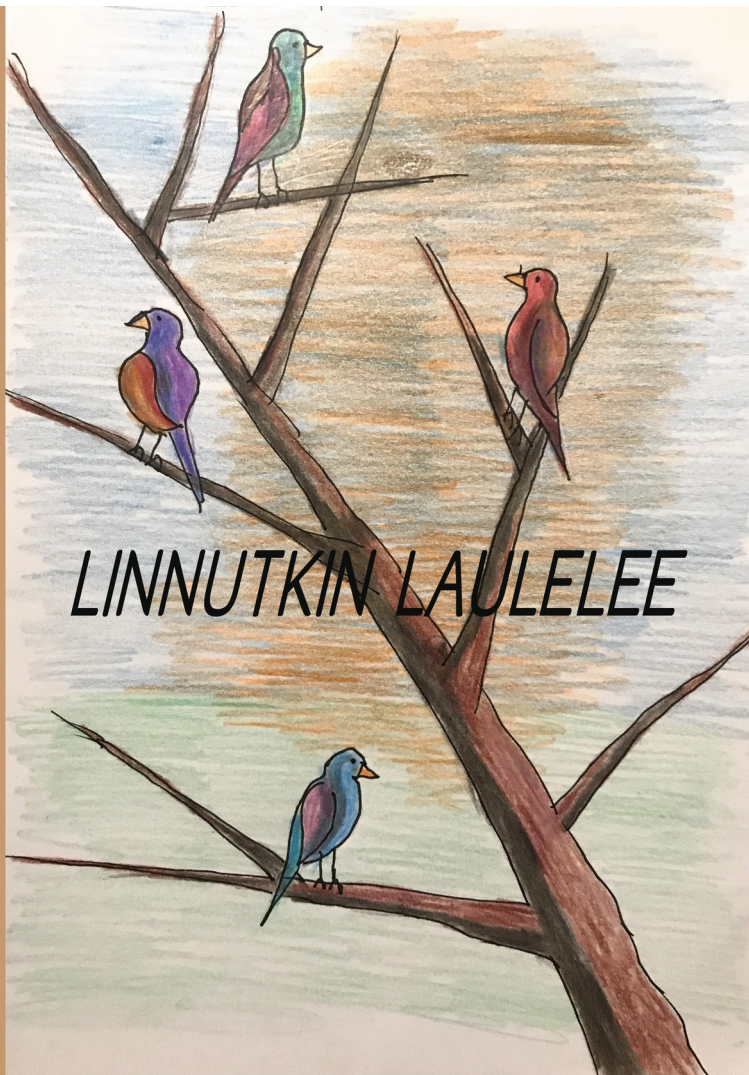
MAALAAMINEN TÄYSIN YKSIN



2.3 1995

Kevään tuoksu

Kevään tuoksu ilmassa,
linnutkin laulelee.
Matka tiedossa,
mikään ei voisi pilata tunnelmaa
jonka koen sisimmässä.



LINNUTKIN LAULELEE

13.3.1995

Mieli korkealla

Untuvaa,
höyhenen kevyttä,
ilma ohutta ja keväistä,
mieli korkealla.
Kesä tulee ehkä sittenkin.

21.5.1995

Katson

Katson sivusta kun muut juttelevat keskenään. Yritän välillä murtautua keskusteluun, yleensä onnistumatta. Välillä saan yhteyden johonkuhun, se väliaikaiseksi yhteydeksi. Olenko luuseri? Olen ehkä vain, ulkopuolinen.

ULKOPUOLINEN



30.5.1995

Haistelet kesän ilmaa

Kuvittele käveleväsi
puutarhassa, mitä uskomattomien
kasvien ja kukkien
köynnöstämän polun läpi.
Siellä tapaa luonnon mielikuvitukseksaat
värit.

Haistelet kesän ilmaa
ja luonnon tuoksuja.
Rehevät kasvit pursuavat elinvoimaa.
Voit hetkeksi unohtaa
kaiken murheen tai mikä ikinäkin
mieltäsi painaa.

Tässä mielikuvitusta herättävällä hetkellä
voit sulkea silmäsi
ja kuulla tuulen ujelluksen,
lintujen sirkutuksen
ja lehvistöjen kahinan.

30.6.1995

Mietin mietin

Mietin, mietin pääni puhki,
mitä pitäisi tehdä,
kuinka pitäisi toimia,
miksei minulle annettu järkeä,
miksi vain tunteita.
Olen kyllästynyt tuntemaan,
tahdon tietää,
mikä olisi viisainta,
miten kuuluisi käyttäytyä,
miksi en ole oppinut,
kuinka monta kertaa,
kuinka monta kertaa minun
pitää erehtyä,
ennen kuin opin,
että täytyy valehdella,
niin silloin pärjää
muuten joudun rulettiin
ennen kuin kuula pysähtyy,
ehkä se lävistää pääni,
ehkä silloin viisastun,
ehkä silloin opin ja
saan vähän järkeä
elämäni.

11.7.1995

Hymyssä suin

Hymyssä suin kuljen pitkin katuja,
nauran sille, joka ei ymmärrä
Tupakan kellastuttamat hampaani
näytän sille,
joka painaa päänsä alas.
Hetken riemu siitä kun
joku hymyilee takaisin.
Katse kohtasi johonkin,
se jokin jatkoi matkaansa.

11.7.1995

Vapaudun kahleista

Tuuli tempaisee minut mukaansa,
kävelen edespäin mutten tiedä minne.
Katson katua, asfalttipintaa.
Näen avaimen, otan sen taskuun
ja leikin että huomenna käytän sitä
johonkin aivan varmasti tärkeään.
Ehkä vapaudun kahleista
sen vuoksi,
ehkä tapaan ystäväni,
ehkä pääsen kotiin.

KAHLEISTA



17.7.1995

Kävelen

Kävelen tietämättä määränpäättä.
En näe montaa ihmistä kadulla,
ehkä he ovat nukkumassa.
Minä en nuku koskaan.
Kävelen edelleen.
Koira tulee vastaan.
Olemme vertaiset
ja niinpä se lähtee minua seuraamaan.
Koira katsoo minua, ajatukseni katkeaa.
Olemme yhtä.

30.9.1995
Vuodenajat

Syksyn ruska kietoo meidät
Väreihin.

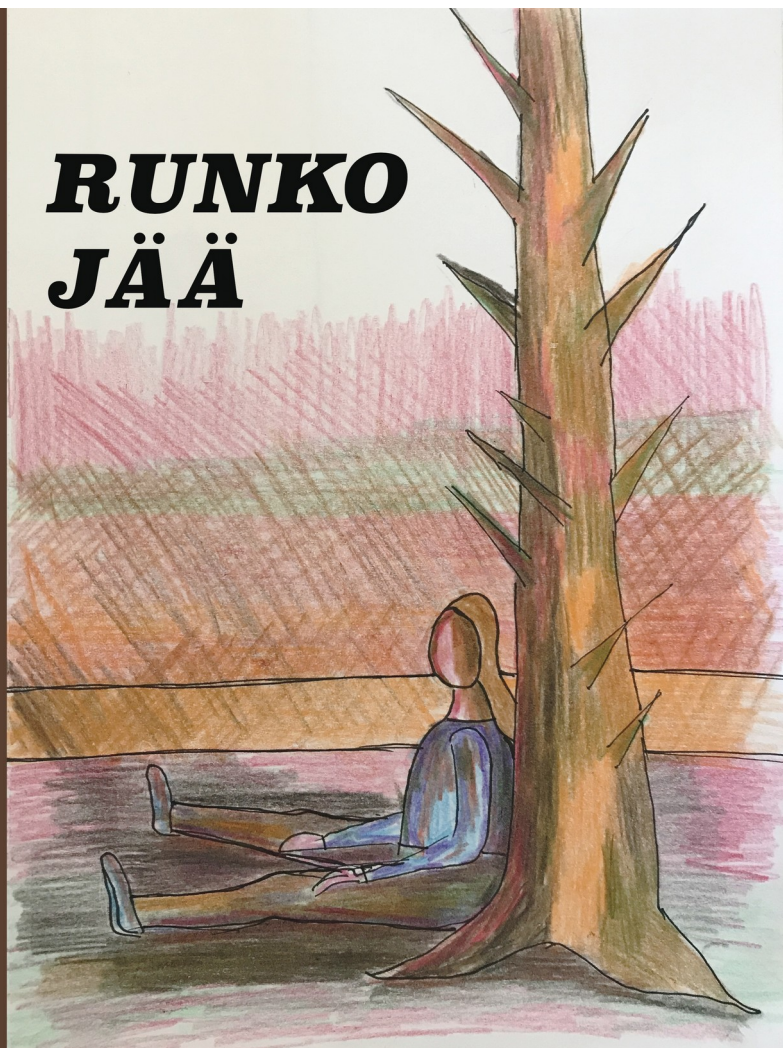
Ja vaikka talven tullen
lehdet tippuu, runko jää,
valkoiseen peittoon oksat
täyttyy.

Tarvitsemme vaihtuvat vuodenajat,
ilot ja surut
jotta ymmärtäisimme
kokonaisuuden.

Niinkuin ymmärrämme
valon ja varjon,
ilman toista ei olisi kumpaakaan.

Toivotan tasapainoista vuotta
sinulle ystäväni,
buona sera signorina,
buona sera.

RUNKO JÄÄ



22.10.1995

Unet

Unet, mitä ne ovat?
Syvät alitajunnan mietteet.
Vaillako järkeä vaiko
parempi kuin päivät?
Päivällä teen rutiinia,
yöllä mietin sekavia,
uneen vaivun ja matkan aloitan.
Nukuttaa, nukuttaa
kaikki tahtois väsyttää.

23.10.1995

Sekamelskan keskeltä

Asiat leijailevat sekamelskana ympärilläni, tästä sekamelskan keskeltä ei saa otetta mihinkään. Unessa elän järjestyneemmin, selkeemmin, mutta uni loppuu aina kesken.

23.10.1995

Vertaiseni

Siinä seison ja katselen muita.
Omaan kauneimmat ja komeimmat
vaatteet. Paitsi toinen, ehkä ystäväni,
on vertaiseni.

23.10.1995

Ylös päin

Uneni katsovat nyt ylös päin.
6 vuotta sitten olin ala-arvoinen,
itse mitättömyys.
Nyt leuka on koholla.

23.10.1995

Mikään ei pysy samana

Olenko lopulta voittanut itseni,
ymmärtänyt ajan kulun,
ikuisen muuttumisen.
Mikään ei pysy samana,
menneeseen ei ole paluuta.

25.10.1995

Kuka minä olen?

Valveilla liikun nopeasti
paikasta paikkaan kuljen.

Minulla on päämäärä
tiedän minne menen
tiedän kuka siellä odottaa.

Unessa liikun hitaasti
yhtäkkiä toisessa paikassa
ilman syytä.

Enkä tiedä kuka on tuo mies
mitä se minua tuijottaa.

Olen vanha, nuori, mies tai nainen.

Kenties pieni lapsi.

Mitä se minusta kertoo?

VANHA, NUORI, LAPSI



13.11.1996

Hajoan

Elämä valuu hukkaan kuin hiekka
sormien välistä.

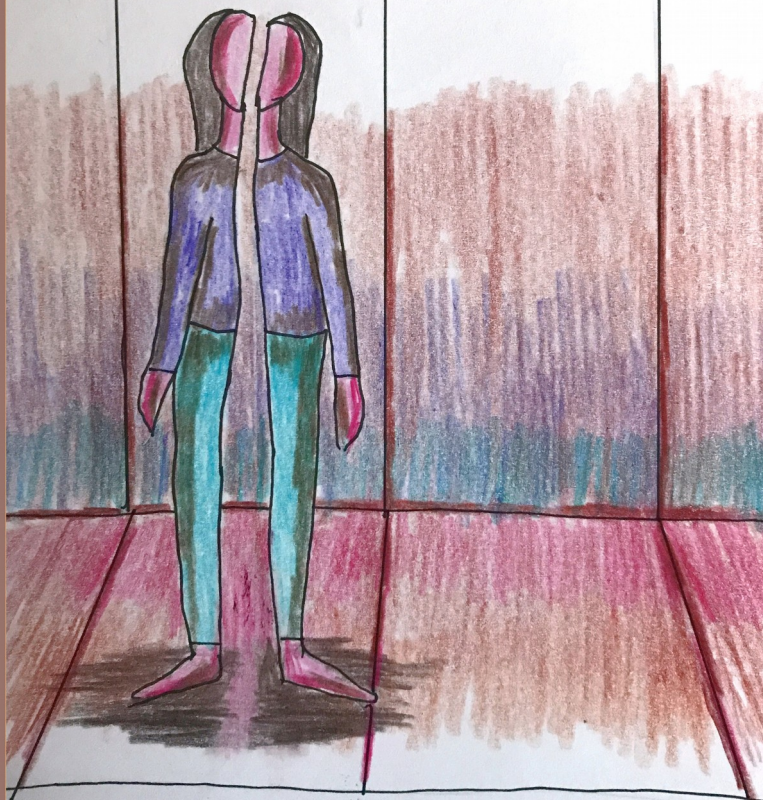
En pysty pitämään itseäni eheänä,
vaikka kuinka koettaisin.

Kaipa se on kohtaloni että hajoan osiin,
pieniksi ihmisiksi ympäriinsä
heijastaen energiani ulkopuolelle näitä ihmisiä.

En tajua itse vajoavani fantasiaan,
ennen kuin on jo liian myöhäistä.

Nauran kuin hevonen, itken kuin apina,
missä on se ihminen
ja mitä se tekeekään?

Hajooan



13.11.1996

Tulit vastaan

Silmät varoittavat minua,
älä lähesty ja silti lähestyn sillä olenhan
ylpeä paetakseni.
Pakenen vasta kuin huomina koittaa.
Tulit vastaan vaikka yritin varoittaa.
Raja meni rikki.
Tuhoutuimme omiin unelmiimme,
minä ja muut minun kaltaiseni.

13.11.1996

Hengellä millä hyvänsä

Lujaa eteenpäin on mentävä
hengellä millä hyvänsä. Otanpa
toisen hengen, edellisen kulutin
loppuun. Täytyy päästä jatkamaan tästä.
Toivottavasti sinäkin erkanet, sillä tavat muuttuvat,
paikat vaihtuvat, eikä millään
ole loppujen lopuksi mitään väliä.

13.11.1996

Sinun silmäsi

Aurinkoko se sieltä pilkistää,
vaiko onko ne sinun silmäsi,
jotka unohtuivat peilin reunustalle.



13.11.1996

Paikasta toiseen

Muutan pikkuhiljaa paikasta toiseen. En pysty taas jäämään taas liikaa muistoja, liikaa ihmisiä. Hajottaa minuuteni, mutta antaa ehkä toivoa parempaan.

15.11.1996

Maata etsimässä

Kaukana on maa josta kerran tulin.
Ensin etsin sitä ja kun löysin kadotin sen taas.
Nyt etsin jo toista maata ja kun löydän sen
katoan jälleen.
Missä on se paikka jossa olin turvassa.
Onko se edessäni vai takanani,
sillä täällä sitä ei näy.
Ehkä minä kerran sen löydän ja totean,
en sitä enää tarvitse.

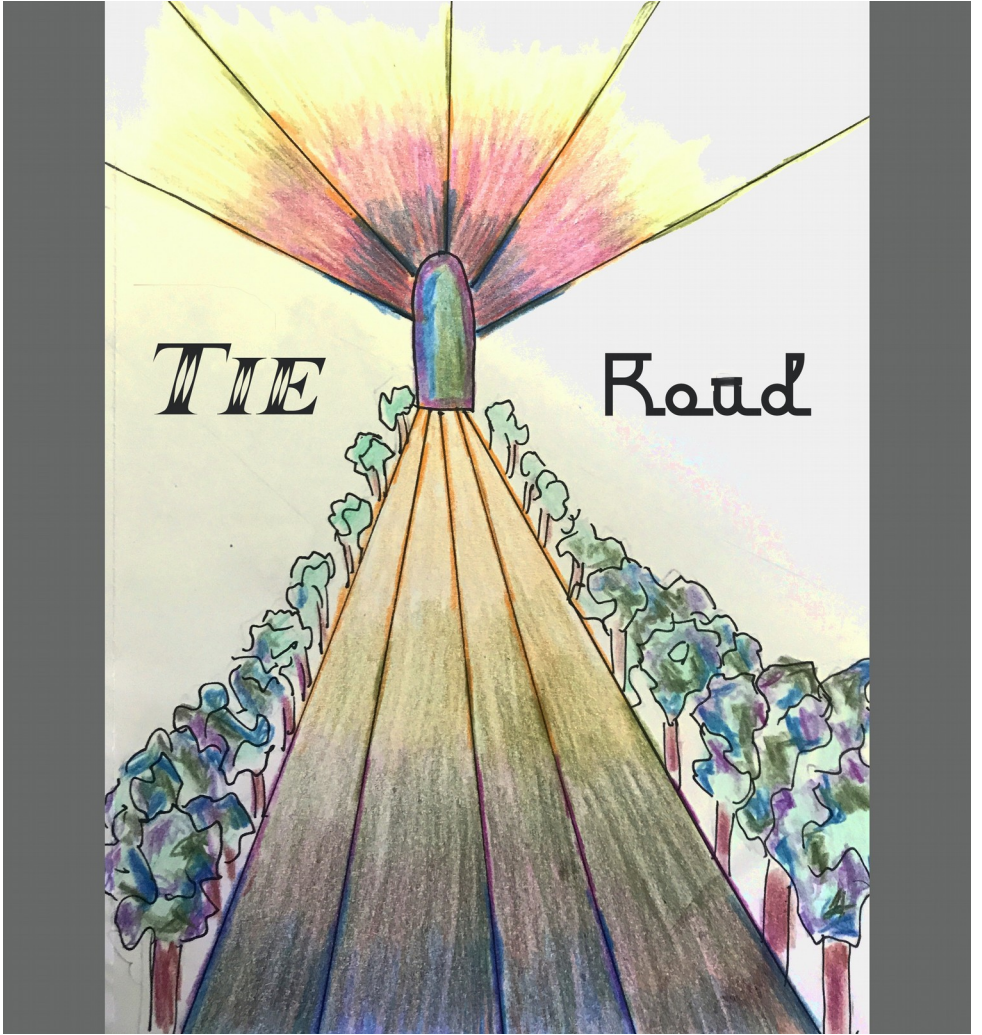
15.11.1996

Tie

Vapaan tahdon tie kauaksi kuljettaa,
mutta lähemmäksi tuo.

Etsimään kunpa en jäisi mitä mieli minulla teettää.

Tahdon vain olla ja nauttia, niin kauan kuin kykenen.



5.12.1996

Kielenkannat auki

Niin puhdas olo kuin saunan jälkeen.
Kun on saanut taas kielenkannat auki ystävälleen
on tullut puhuttua,
ei vain olevinaan
vaan aidosti, rehellisesti,
ei tietoa vaan itseä toteuttaen.

27.11.1998

Pidätkö enää itsestäni

Ikävöin entistä elämää.
Tuntuu että kaikki on muuttunut,
en enää tunnista itseäni,
olen kai parantunut,
mutta en tiedä pidätkö
enää itsestäni.
Maailmani on suppeampi.
En enää näe tai kuule
kuten ennen.
Se olisi hyvä jos olisi
joku joka hoivaisi
arkista minääni
En tiedä mikä on ollut
totta ja mikä fantasiaa,
en enää mieti kuten
ennen. Pitäisi kai
tehdä jotain jännittävää,
jotta en pitkästyisi elämääni.
Loppujen lopuksi olen
kai aina samanlainen
muille ihmisille
sisäinen maailmani
vain on muuttunut.

Siitähän ei kukaan
tiennyt, vaikka niin
joskus luulin.
Maalaankin paljon
realistisemmin, mutta
kevyemmin, En
tiedä onko se hyvä vai paha
Olen aina,
ollut nopea tekemään
asioita, mutta nyt
tuntuu, että teen
vielä nopeammin.
Aiemmin minulla
oli keskittymisvaikeuksia,
nyt vain haahuilen
puolelta toiselle.

TYLSYYS



Olen 53-vuotias helsinkiläinen taidemaalari.
Olen maalannut vuodesta 1989, 19-vuotiaana,
aluksi öljyväreillä sitten akryyleillä. Piirtänyt olen
pikkutyöstä lähtien, paljon omakuvia peilin kautta piirtäen.
Vuodesta 2011 olen ammatikseni maalannut.
Näyttelyjä olen pitänyt 5-8 vuodessa, yleensä vähintään
yksi on ollut yksityisnäyttely.

Kun pääsin Taidekouluun vuonna 1992
olin kauhean arka ja sulkeutunut koulussa, jotenkin lukossa.
Silloin sairastuin ja menin psykoosiin. Näin harhoja ja
kuulin ääniä. Aloin kirjoittamaan runoja päiväkirjaan.

Jäin sairauslomalle 2011 vuodeksi, jonka jälkeen jäin
työkyvyttömyyseläkkeelle. Sairauslomalle ja
työkyvyttömyyseläkkeelle jääminen oli kuin lottovoitto,
sain alkaa maalaamaan kunnolla.

Tässä runokirjassa kuvailen psykoosiaikani tunteita
runon muodossa, joita tein päiväkirjaan vuosien
1993-1998 väliltä.

Teoksen kuvat ovat syntyneet 2023 vuoden aikana.
Tekniikka on tussi ja puuvärit.

Runoja en ole juurikaan muokannut, ne ovat sellaisia
kuin olivat päiväkirjassa.