



## Elämää kannabiksen sijaan

Julkinen keskustelu kannabiksesta pulpahtelee. Kannabiksen kannattajat luovat pähteestä vaaratonta mielikuvaa. Kemikaalilla on soma nimi, pilvi. Käyttöä kuvaa leppoisa pössyttely. Herttainen ”pössyttely” ei voi olla haitallista.

### Ristiriitaista selittelyä

Kannabiksen suosimista perustellaan, että se on vähemmän haitallista kuin alkoholi. Toivottiin pääteltävän: suotta kannabista kieltämään, koska viinaa saa vapaasti.

On tiedotettu kannabiksesta lääkkeenä. Todisteltiin terveellisyyttä. Jäi mainitsematta, että kannabikseen kuuluu erilaisia yhdisteitä, joista

toiset ovat vahingollisempia kuin toiset. Ja muistetaanpa, että heroini on tehokas lääke. Kannabista puolustellaan. USA:n presidentti kertoi sitä nuorena kokeilleensa. Vakuuttukoon ken kehtaa. Vihreät unohtavat kannabiksen kasvattamisen vaativan paljon energiaa. USA:ssa yhden ydinvoimalan verran. Nyt manipuloidaan mielipiteitä kannabiksen kriminalisoinnin purkamisesta.

### Kemikalisoituminen on riski

Kansalaisia suojellaan haitallisilta kemikaaleilta tuhansilla toimenpiteillä, joilla estetään ihmisten altistuminen. Elintarvikkeiden kemikaaleja

valvotaan. Myrkyllisen elintarvikkeen myynti kielletään ja tuote-erä hävitetään..

Työsuojelussa torjutaan kemikaalihaittoja. Syöpää aiheuttavia aineita on kielletty. Hermostolle vaaralliset liuottimet on vaihdettu vesiliukoisiin. Altistuminen ehkäistään teknisillä ratkaisuilla, suljetuilla prosesseilla.

Tupakan haittoja vastaan on taisteltu vuosikymmenet. Tupakkateollisuuden lahjonnan tulos, tupakan todistelu vaarattomaksi, onnistuttiin kumoamaan. Nyt kannabisteollisuus intää vaarattomuutta, mutta inhaloitava kannabis on hengityselimille haitallisempaa kuin tupakka.

**Jatkuu sivulla 2**

### Pääkirjoitus

sivu 2

Kuka on oikeassa?

### Lätsätiedettä osa 1

sivu 3

### Jyrki Joensuun huolettomuusohjeet

sivu 3

### Tietoisku lääkkeistä

Lääkehoidon vaikutukset eivät aina noudata matematiikkaa  
sivu 4

### Janne Valkeeniemi ilmoitus

sivu 4

### Taidegraafikko Antti Salokannel

jatkaa mezzotintojen parissa  
sivu 5

### Vaaran paikka

Portaat  
sivu 6

### Yhden euron kokki, halvalla hyvää

sivu 7

### Portit kirjojen maailmaan ovat avoinna

sivu 8

## Pääkirjoitus

# Kuka on aina oikeassa



Jyrki Joensuu, päätoimittaja.  
jyrki.joensuu@synaptori.fi

Liiketoiminnan totuus kuuluu: Asiakas on aina oikeassa. Koska asiakas on kuningas, hän on oikeassa silloinkin, kun on totaalisesti väärässä. Se ei ole ihan välttämätöntä.

Asiakaspalvelija johdattelee hienovaraisesti asiakkaan ajattelemaan toisin. Lopputulos parhaimmillaan on asiakkaan näkemyksen muuttuminen: hän tajuaa olevansa vielä enemmän oikeassa, kun omaksuu asiakaspalvelijan esittämän totuuden.

Potilas ei ole asiakas.

Potilas on potilas, ja potilaan rooliin kuuluu, että hän hyväksyy asiantuntijan arvion tilanteesta. Tämä ei tarkoita, että potilaan mielipidettä ei kuunneltaisi. Usein potilas on oikeassa. Ja potilas on lääkärille tärkein tiedonantaja kuvatessaan oireitaan. Kuuluksia, ikivanha ohje lääkärille kuuluu **Kuuntele potilasta – hän kertoo sinulle diagnoosin.**

Joskus potilaan ja lääkärin käsitykset tilanteesta ovat vastakkaiset, ja törmäystä ei voi välttää. Negatiivisia kohtauksia on harvoin. Hyvässä lykyssä neuvotellaan ratkaisu. Lääkärin täytyy silloin perustella oma kantansa ymmärrettävästi.

Vuosia sitten oli tavallista, että potilas vaati antibiootia virustautiin. Usein potilas haluaa saada diagnoosin, jota ei ole. Ylen määrin tutkimisessa piilee todellisia riskejä. Liiallista hoitamistakin halutaan, ja siitä koituu vaaroja.

Lääkärin käsitys oikeasta hoidosta voi loukata potilasta. Työhöntulotarkastuksessa pidin henkilöä sopimattomana aiottuun työtehtävään. Hän oli reilusti lihava, ja työhön kuului enimmäkseen kyykkimistä lattiatasolla.

Hän raivostui! Mutta ei turhaan. Hän tuli uudestaan tulotarkastukseen kahden kuukauden kuluttua 20 kiloa kevyempänä. Kelpaako nyt?

Kyllä vain. Tapasin hänet 25 vuoden kuluttua. Kohutuopainoiselta ihmiseltä kuulin hyväntuuliset kiitokset. Vastikään sain entiseltä potilaalta viestin: ”Sanoit, että minun ei pidä keskittyä niin paljon sairauksiini, minulta jää elämä elämättä. Pistin lausumasi todella pahakseni. Kahden vuoden kuluttua tajusin, että olit oikeassa, ja sitten...”

Sitten hän alkoi elää oikeaa elämäänsä. Siitä hän viestitti tyytyväisenä. Teki minut iloiseksi.

On asioita, joihin emme voi vaikuttaa, mutta joskus tilanteessa pärjääminen riippuu asenteistamme. Me emme vietä maailmankaikkeudessa elämäämme **vain sairastaaksemme.** Mieluummin käyttäisimme tämän ainutkertaisen mahdollisuuden hyvään elämään. Niin hyvään kuin keinoillamme voimme.

Joskus potilaan kanssa keskustellessa erotan ”Sairauselämän” ja ”Oikean elämän”. On potilaan ratkaistava, kumpaan hän keskittyy. Se mitä suurennuslasilla katselee, se suuremmalta näyttää.

Stephen Hawkins oli erittäin sairas! Hän katsoi kiikarilla, ajatteli, ja keskittyi amyotrofista lateraaliskleroosiaan laajempiin asioihin.



Ihmisen käsitys hyvän elämän tekijöistä on yksilöllinen. Nuoresta saakka olen tykännyt ruumiillisesta työstä. Joku toinen harrastaa intohimoisesti golfia. Olemme erilaisia. Ranteiden nivelet ovat säpäleinä. Röntgenkuvissa ne näyttävät kauheilta. Ei haittaa.

(jatkoa etusivulta)

### Mielenterveys vaarassa

On vuosikaudet tiedetty, että kannabis sairastuttaa skitsofreniaan, joka on vaikeimpia mielisairauksia. Mielisairaaloiden suljetuilla osastoilla potilaat kannabispysykoosissa hyppivät eristyshuoneessa seinille, kirjaimellisesti. Jotkut jäivät palaamatta tautitieltään. Kannabistit sanovat: sellaista sattuu.

Keskikaljan käytön edistäminen lisäsi alkoholihaittoja. Tiedetään. Kannabis vaurioittaa aivoja. Tiedetään. Syrjäytyvät nuoret menettävät motivaationsa. Tiedetään. Elämä pysähtyy, tulevaisuus valuu ohi. Kannabistit: selaista sattuu.

Kannabistien logiikkaa: Koska kemikaalia, kannabista, käytetään paljon, sen käyttöä ei pidä kriminalisoida. Näin myös liikenteen nopeusrajoitukset pitäisi poistaa ja myymälävarkaudet sallia. Henkirikoksiakin tehdään paljon, siispä niiden rangaistukset pitäisi poistaa.

Pyritäänkö siihen?

### Ei kannabista, vaan elämää

Ulkomaisia kannabiskäytäntöjä keuhataan. Huonoista kokemuksista ei kerrota. Kannabiksen ”ihannemaa”, Hollanti

on havahtumassa mielisairauksien epidemiaan. Siellä laillisen kasvatuksen lisäksi laitton kasvatusta on miljardi-luokan bisnes. Rikollisuus ei loppunut, vaan lisääntyi. Kannabiksen kotikasvatuksen salliminen siirtää meidät 1800-luvulle. Viinan kotipoltto oli silloin laillista, ja maataloista tuli viinatehtaita. Kauheina katovuosina viljaa ei riittänyt syötäväksi, mutta viinan tekoon toki.

Porttiteorian mukaan mietojen huumeiden käyttö avaa portin vahvempiin. On yhdenentekevää, onko porttiteoria tosi. Todellisuudessa portaita kellariin kuljetaan näin: tupakka-keskikalja-kannabis-amfetamiini-bentsodiatsepiini-kokaiini-opiaatit.

Kannabiksen sijaan pitää satsata elämään. **Elämä on parasta huumetta.** Elämästä nauttimiseen ja hurmaantumiseen on lukemattomia keinoja. Ne edellyttävät hurmaantujalta enemmän väivannaköä kuin kemikaalin vetäminen sisään. Pitää kesäiltana lämmittää rantasauna, käydä uimassa ja istahtaa ilta-auringon paisteeseen. Pitää kävellä sateen jälkeen kaupungin kaduilla. Pitää tarpoa syksyisessä metsässä löytämässä aarre, kanttarellijoukko tuoksuvasa sammalikkossa.



# Lätsätiedettä

## Osa 1

Tieteellisten väitöskirjojen otsikot hämmästyttävät. Aihe voi tuntua vähäpätöiseltä tieteellisen työn kohteena: ”Vasemman isovarpaan kynsimuutokset saappaiden satunnaiskäyttäjillä.”. Ei se kummempaa ole kuin sosiaaliset suhteet satamassa.

Joitakin väitöskirjoja tehdään yksinomaan tohtorin tittelin saamiseksi. Sitä tarvitaan, jotta pääsee virkaan tai asemaan, jossa homman hoitamiseksi tohtorin arvolla ei ole merkitystä. Tutkimustulosten merkitystään ei kukaan huomaa, koska sitä ei olet.

Tieteellisen tutkimuksen idea voi syntyä arkielämän kummallisuudesta. Sellaista sattui, kun ryhdyttiin selvittämään lätsän käytön ja syömisen suhteita. Lähtökohta oli havainto: monet miehet ruokailevat pakonomaisesti lätsä päässä. Tiedehenkilö kysyi mielessään: onko se modernia käyttäytymistä, jota vanha kansa nimitti huonoksi tavaksi? Vai onko lip-piksen välttämätön päähän laittaminen yhteydessä psykiatriseen tai elimelliseen sairauteen?

Aluksi tutkittiin mahdollista elimellistä syytä. Oletettiin lätsämiesten kärsivän pään verenkiertohäiriöstä. Ehkä heillä on poikkeuksellisen ahtaat kaulavaltimot (Arteria carotis externa), ja siitä johtuisi aivoverenkierron heikkous? Entä miten se yhdistyy syömiseen? Kysymys ei ole kaukaa haettu, koska vastaus voi löytyä vatsasta.. Ruokaillessa verenkierto tehostuu mahalaukussa ja suolistossa. Silloin heikkopäisillä pään verenkierto vähenee. Heidän aivoissaan syntyy tavallista voimakkaampi hölmöyden tunne, johon he tuskin huomaavat kiinnittää huomiota. Sen he huomaavat, että pintaverenkierron huonontuminen saa pään palelemaan. He ovat näet eri miehiä kuin ne, joista sanotaan että ”sen pojan päätä ei palele”.

On ymmärrettävää, että häiriöstä kärsivä torjuu päänsä inhottavaa kylmentymistä. Vähän niin kuin varoiksi hän laittaa aina lakin päähänsä, kun alkaa syödä. Mieluiten hän suojaisi palelevaa pääparkaa karvalakilla, mutta kyllä amerikkalaistyypinen lippis hiukan helpottaa. Karvalakki ei ole tyylikäs kesällä. Kuumana kesänä 2019 ruokapaikoissa karvalakkiurhot olisivat joutuneet selittelemään.

Lätsä-ilmiota tutkittiin tieteellisesti. Eletäänhän ilmiöiden kulta-aikaa. Lakki päässä syöviä miehiä pyydettiin tutkimukseen, jossa heidän kaulavaltimoidensa läpimitta selvitettiin ultraäänikuvauksella. Kuvaus on vaaraton, ja 187 lätsäpäämiestä suostui. Koska kyseessä oli tieteellinen tutkimus, tarvittiin verokkijoukko, 100 miestä, joiden päähän ei pälkähtäisi ruokailla lakki päässä. Myös heidän kaulavaltimonsa kuvattiin.

Näiden miesryhmien kaulavaltimoissa ei todettu eroavaisuuksia. Hypoteesi osoittautui vääräksi. Sen pituinen sen teorian kohtalo. Hankkeen hyödyksi jäi tutkijan 20.000 euron apuraha ja virkavapaa vakituisesta työstä puoleksi vuodeksi.

Tutkimukset jatkuvat. Tiedemaailma tulvii uteli-aita sisupusseja, ja apurahat odottavat noutajiaan. Tulokset julkaistaan Synaptorissa. Lehtemme lukijoille annetaan neuvo: Älä mene ravintolassa lätsäpäisiltä kyselemään, ”paleleeko pahasti päätäsi?” - Projektin alussa tutkija sai mustan silmän.

# Jyrki Joensuun huolettomuusohjeet

1. *So what!* Tampereen kiälellä: Ei tehrä tästä sen isompaa numeroo. Reenaa so whatin ääntämistä! **Ei näin: so vot.** Mitä toi o muka? **Pitää tulla: souuvvuottt!** Vaikutusta tehostaa niskan nakkaaminen. Ei liian rajusti.

2. Onko *todelliseen* huoleen syytä? Kuviteltu huoli? Toteutumaton pelko?

Muista: järki on hyvä ominaisuus, *jos* sitä käyttää.

3. Ei sille *mitään voi!* Mennyttä ei voi muuttaa. Asia ei kuulu vaikutuspiiriini. 1800-luvulla tiedettiin, että turhaa on surra maahan kaatunutta maitoa.

4. Onko asia *näin suuren* huolen arvoinen? Suhteellisuudentaju vippaa kun ajattelu jumiintuu, jos tunteet kuohuvat.

5. Ei kai jäänyt levy *pyörimään paikalleen?* Jankkaaminen ei auta. Menee henkinen energia hukkaan.

6. *Tehdään* eikä pelkästään murehdita ja valiteta. Jyrkin näkkileipäperiaate: muru kerrallaan tulee eliminoiduksi mitä vain. Konkreettinen tekeminen auttaa ajatusten kanavan vaihtamiseen. Tekeminen todistaa, että asiat voivat olla hallinnassa.

7. Ei rasiteta itseä vaatimalla *mahdottomia?* Kiitollisuutta murrosikäiseltä? Täydellisyyttä ihmiseltä, itseltä? Errare humanum est. Erehtyminen on inhimillistä.

8. *Huumorintaju* tallella? Itselle nauraminen on lääkettä, aluksi karvasta, ja kohta makeaa.

9. Tappio *käännetään* voitoksi. Komparaatioterapiaa: olisi voinut huomomminkin käydä.

Olinpa tyhmä, mutta virheistä oppii. Kuinka viisas minusta tuleekaan?

10. Omat munaukset ja menetykset *myönnetään*. Peitelty moka on rasite. Menetyksen kieltäminen estää toipumasta.

11. Ei jatketa *yksinään* huolehtimista! Keskustellaan. Otetaan vastaan apua. Pätevän second opinionin voi saada luotettavalta ystävältä.



## Jyrki Joensuu: Tietoisku lääkkeistä

# Lääkehoidon vaikutukset eivät aina noudata matematiikkaa



Kun ihminen käyttää useita lääkkeitä samanaikaisesti, voi tapahtua näin:  $2 + 1 = 5$ . Silloin lääkkeet vahvistavat toisiaan. Tietysti tällaista käytetään hoidossa hyväksi. Esimerkiksi kolmen verenpainelääkkeen yhdistämisellä saadaan paras tulos pienimmällä lääkemäärällä.

Mutta niinkin voi käydä, että useampi samanaikaisesti käytetty lääke vaikuttaa näin:  $3 + 2 = 1$ . Miten summa voi olla pienempi kuin kumpikaan sen tekijöistä? Se on mahdollista, jos toinen lääke kumoaa tai estää toisen vaikutuksen. Näin tapahtuu esimerkiksi antibiootteja tyhmästi yhdistettäessä. Toinen antibiootti jarruttaa bakteerin aineenvaihduntaa, ja toinen antibiootti, joka estää bakteerin seinämän rakentumista,

ei toimi.

### Yllättävät yhteisvaikutukset

Eri tarkoituksiin käytettävien lääkkeiden yhteisvaikutukset voivat olla yllättäviä ja voimakkaita. Tunnettu on hiivasienitulehduksen lääke, joka nostaa rauhoittavan lääkkeen pitoisuuden moninkertaiseksi. Rauhoittavan lääkkeen käyttäjä menee hiivansa hoidosta tillin-tallin, vaikka hiivalääke ei väsytä eikä lamaa.

Alkoholia ei nykyään pidetä lääkkeenä, mutta myös sen yhteisvaikutus voi yllättää. Muuan antibiootti toimii kuin alkoholin juomisen estoon käytetty Antabus, niin kuin mustesieni, joka on luonnonmukaista Antabusta.

Uusia yhteisvaikutuksia

paljastuu lääketutkimuksissa jatkuvasti. Kaksi paljon käytettyä lääkettä yllättää yhdessä. Mahahapon erityksen estolääkkeitä, happosalpaajia, käytetään paljon, liikaakin. Depressiolääkkeitä käyttävät sadat tuhannet.

Tavallisimpia depressiolääkkeitä on sitalopraami. Kummatkin lääkkeet ovat hyvin siedettyjä ja turvallisia. Mutta happolääkkeen samanaikainen käyttö nostaa sitalopraamin pitoisuuden ihmisessä kaksinkertaiseksi.

Jos sitalopraamin annos on suuri, yhteiskäyttö voi saada aikaan serotoniini-oireyhtymän. Siitä enemmän Synaptorin depressio-numerossa.

### Harkinta on eduksi

Lääkkeiden yhteisvaikutusten huomioon ottaminen on

lääkettä määrävän lääkärin vastuulla. Lääkärit suhtautuvat mahdollisiin ongelmiin melko huolettomasti, koska lääkkeet ylipäänsä ovat erittäin turvallisia.

Miten tavallinen ihminen voi vaikuttaa omaan lääketurvallisuuteensa? Aina kannattaa suhtautua lääkkeisiin kriittisesti. Ei pidä pieniin vaikeisiin suinpäin ottaa lääkettä. Potilaalla on oikeus kysyä lääkäriltä lääkelyn perusteluja ja tietoja yhteisvaikutuksista. Potilaalla on oikeus tietoon, koska hän niitä lääkkeitä käyttää eikä lääkäri.

Mitä suppeampi on potilaan lääkevalikoima, sitä pienempi riski kärsiä ei-toivotuista yhteisvaikutuksista.

## Janne Valkeeniemi Lääkäri, ihminen Merkillisen lääkärin ainutlaatuinen tarina. 680 sivua.

### Psykyen oppikirja?

Ei. Sellaiseksi sopii.

### Oikea elämäkerta?

Ei edes autofiktio.

### Saloja sairaaloista?

Totta, ja tarinoita.

### Love story?

Kolmekin.

### Johtajien kritiikki?

Kyllä.

### Huumorijuttu?

Naurat takuulla!

### Veijaritarina?

Lopussa, juu.

### Myynnissä?

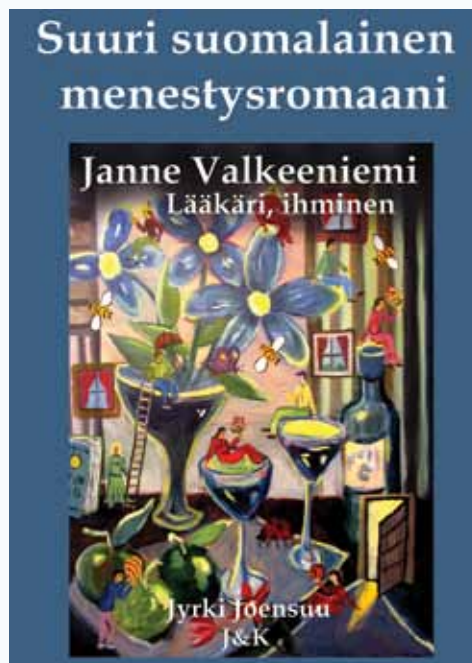
Alex Grafex Galleria,  
Rosebud, Koskikartano

Nettimyynti

Toimituskuluineen

**35 euroa.**

<https://www.jannevalkeeniemi.fi/tilaukset>



Uudessa Testamentissa kerrotaan Tuhlaajapojan tarina.

Päähenkilö on hyvätaustainen mies, joka kelvottomasti elettyään päätyy rutiköyhänä sikolättiin. Janne Valkeeniemi on kahden alan erikoislääkäri, joka kirjan alun takaumassa retkahtaa mutakuoppaan.

Tuhlaajapoika saa anteeksi isältään. Poika on ihmisenä yhtä arvokas kuin hyvämainen veli. Jannen ottaa hoteisiinsa mökin mummo, anteeksi antava kasvatusta.

Fiksuin ja pätevin ihminen on hallitseman ja tyhmä.

Äkkiväärä rämäpää osaa harkita ja olla viisas.

Ihminen on ristiriitainen olento.

Teoksessa on monia teemoja ja tasoja. Vakituinen tyylliseikka on huumori.

Kaikki, jotka ovat romaanin lukeneet, tunnustivat nauraneensa niin että meinasi tuoilta pudota.

Jotkut ovat pistäneet pahakseen. Suomen Lääkärelehti ei julkaissut arvostelua.

Tunnollisen lääkärin ei tarvitse tätä kirjaa pelätä.



**Aleksin Kuvakulma** Tällä palstalla julkaistaan Alekski Joensuun taideaiheisia juttuja.

## Taidegraafikko Antti Salokannel jatkaa mezzotintojen parissa

Antti Salokannel on lahtelaisten tuntema pitkän linjan taiteilija. Parakkaassa hahmossa, silmälasien takaa näkyy pilke silmäkulmassa katseleva taiteen tekijä. Hänen taiteensa juuret ovat Lahdessa ja sen taidekoulutuksessa, mutta ulottuvat opetustehtävien myötä Kuvataideakatemiaan Helsinkiin.

”Miten päädyin kuvataiteilijaksi? Se kiinnosti minua eniten, ja sen myötä toteutui myös opettajuus, joka oli varmasti myös välttämätön lisä toimeentulolle.”

Viime vuosina taiteilijan tutki-  
muskohteena on ollut Viipuri, ja siellä vielä autenttiset ajan jäljet. Ne näkyvät kaupungin vanhassa, jopa keskiaikaan ulottuvassa arkkitehtuurissa. Kiinnostusta lisää se, että Viipuri oli ennen sotia hänen äitinsä kotikaupunki. Evakkovuosien vaelluksen jälkeen hän päätyi perheineen Lahteen.

Salokanteleen käynnit Viipurissa ovat innostaneet uusiin töihin. Historia ja ajan kulku kiinnostavat häntä, ja ne ovat aina liittyneet hänen teoksiinsa.

### Mezzotinto vaatii aikaa

Antin erikoisala on mezzotinto, työläs ja aikaa vievä tekniikka. Siinä painolaatta karhennetaan työkalulla täyteen pienempiä koloja. Niihin jää väriä. Jos karhennuksen jälkeen laatalle levitetään mustaa painoväriä ja paperille painetaan vedos, tulee kuvasta pikimusta. Kuvaan saadaan vaaleampia kohtia, kun tasoitetaan, silotetaan laatan pintaa. Silloin sileämpiin kohtiin jää vähemmän väriä. Ne näkyvät valmiissa kuvassa vaaleampina. Mezzotintoa voi verrata kamera obscuraan, ”pimeään huoneeseen”. Rouhittu laatta edustaa vertauksessa pimeää huonetta, karheuden tasoittaminen ja kiillottaminen ovat kuin valon tuomista sinne. Vähitellen prosessin aikana alkaa erottua tapahtumia. Siinä on jotain samaa kuin silmiemme totutellaessa näkemään asioita yön pimeydessä.

Mezzotintoa tehdessä läsnä on aika: teoksen tekemiseen kuluu aikaa. Antti pitää hitaasta prosessista. Onko mezzotinton tekeminen

meditointia? Antille se ei ole meditointia, vaan laatan hidas karhennus antaa aikaa ajatella. Tekemisessä on oma rytminsä, kuin keinutuo-  
lissa istuisi.

### Aika elää mezzotintossa

Teokset ovat kuin merkkejä aikajanel-  
nalla. Aiheena on esimerkiksi tuoli. Siinä ei istu kukaan. Aika esiintyy kuvassa niin, että katsoja odottaa jonkun tulevan tuoliin tai arvelee lähteneen siitä. Joku on tulossa tai menossa. Tuolilla on myös symbolista merkitystä.

1970-80-luvulla Antti teki paljon tuoli-aiheisia teoksia. Kansituoli-  
teoksessa kesän valo tekee varjoja kankaan pintaan.

Se tuo mieleen lapsuuden kesän; tuolissa ei ole ketään, mutta tulee istumaan. Ja tuoliin liittyvät aurinko, lepo ja loma. Tuoli voidaan tulkita myös syyliksi tai turvapaikaksi.

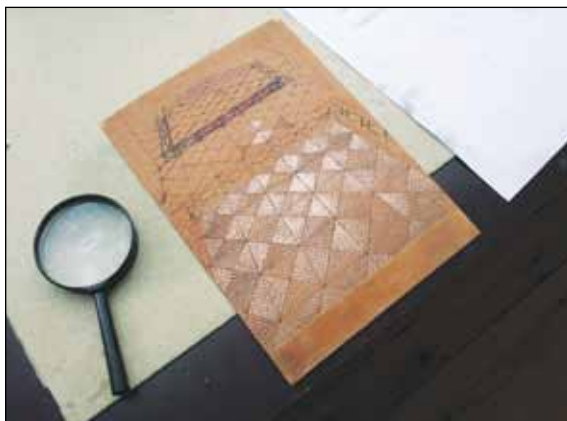
### Aiheissa kulkemista

Kuva-aiheen kiinnostavuus vaihtelee. Vuosina 1978-82 Antti teki kuvasarjan sienistä. Koska on kivaa poimia sieniä ja syödä niitä, mielellään niistä tekee kuvia. On sienilläkin hatut, ja Antti on tehnyt teossarjan hatuista. Niihin kuuluvat Fellinin hattu, kalastajan hattu ja monia muita. Taiteilija on tutkimusmatkailija, joka löytää uusia alueita. Silloin hän ei fiksoidu yhteen kaavamaiseen tekotapaan. Antti on myös piirtänyt ja tehnyt maalauksellisia monotypioita, koska ne syntyvät nopeasti ja ovat siten vastakohtia mezzotintolle. Viimeisin teos valmistui Lahden Taidemuseoon videoinstallaationa. Teoksen nimi oli ”evakkoarkku”, ja sen keskeisenä sisältönä olivat katkelmat kirjeistä, joita oli hänen äidilleen lähetetty vuosina 1935 – 1945.

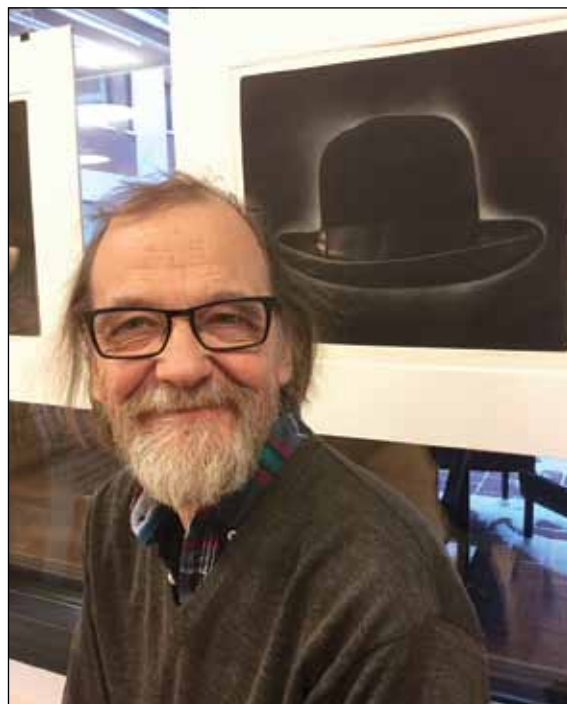
Taide on ihmisen keino ilmaista itseään. Tekniikka vaikuttaa teoksen muotoon, sitä rajoittavasti tai avartavasti. Mitä tarkoittaa kuvan tekemisen taito? Siihen kysymykseen jokaisella taiteilijalla on oma vastauksensa.



Lahden Taideinstituutissa Antti Salokannel oli Aleksin opettaja.



Mezzotinton tekeminen vaatii huolellisuutta.



Kaikki hatut eivät synny kuin hatusta vetäisten.

# Vaaran paikkana portaat

Tilastojen mukaan koti ja sen lähiympäristö ovat vaarallista seutua. Siellä sattuu kolhuja, haavoja ja vaikeampia tapaturmia, joista jotkut johtavat jopa kuolemaan. Tästä ei pidä päätellä, että turvallisuutensa vaalimiseksi ihmisten pitää mahdollisimman vähän oleskella kodissaan. Viivi ja Wagner-sarjakuvassa sikamainen Wagner ei ole sentään ole perustellut kaljakapakkaan hinkuamistaan turvallisuusnäkökohdilla.

## Portaissa kompastuu

Tapaturmien torjunnan periaatteena on, että yritetään keksiä tekninen ratkaisu. Pelkkä varominen ei riitä.

Eikä ole oikein, että vain äärimmäisen tarkasti toimimalla tapaturman voi välttää!

Vaikka portaat ovat kohtalaisen isoja rakenteita, niiden näkeminen ei ole aina helppoa. Puuportaiden lautojen väliraidat vilistävät silmissä. Askelmat näyttävät ikään kuin sulautuvan toisiinsa.

Hämärässä tai pimeydessä askelmat voi erottaa varmasti vain käsikopelolla. Ei ole tyylikästä kontata yöllä oman kotitalon portailla. Naapuri kertoisi kylillä, miten talonväki säällittävästi ponnistelee turvallisen liikkumisensa hyväksi.

Portaisiin maalattiin turvaraidat kolme vuotta sitten. Askelmien vaaleat reunat

erottuvat edelleen ja raidat voi tietenkin maalata tarvittaessa uudelleen. Mainittakoon, että musta-keltainen turvaraitateippi repsotti ja irtosi kahdessa vuodessa.

## Märkä on liukasta

Vesi vanhin voitehista. Vesi pahin voitehista - kaikilla pinnoilla, joiden päällä ihminen liikkuu. Metsässä sammaleiset puunrangat ja kalliit ovat sateen jälkeen liukkaita kuin jääkalvon peittämät.

Laiturin lautaportaat ovat mukavammat nousta ja laskeutua kuin kapea metallinen ripa. Mutta ne ovat aina märät ja liukkaat. Portaiden puupinnoille asettuu luonnostaan

levää, jonka limaisuus tekee ne vielä liukkaammiksi.

Kunnon kaiteet antavat tukea. Portaiden liukkautta voi torjua yksinkertaisella menetelmällä. Yli 10 vuotta sitten leikkasin muovisesta, niin sanotusta ruohomatosta askelmien kokoiset kappaleet. Metallisella listalla kiinnitin ne visusti paikalleen.

Kukaan ei ole koskaan näillä portailla liukastunut. Portaita peittävä karhea ruohomatto on kulunut käytössä kesien ja talvien vaihtuessa, mutta se toimii.

Oma uintikauteni jatkuu vapusta marraskuuhun. Olen hoksannut, että uiminen on aivan mahdotonta silloin kun järvi on jäässä.







## Yhden euron kokki -halvalla hyvää

Tällä palstalla Yhden euron kokki esittelee ruokareseptejä, joita noudatettaessa aterian hinnaksi tulee yksi euro. Reseptit on suunniteltu neljälle hengelle valmistettaville aterioille.



Ihmisellä on erinomaisesti toimiva mielikuvitus silloin kun hän on keksimässä esiteitä jollekin tekemiselle. Se tekeminen ei välttämättä ole ikävää. Jotenkin vaan tuntuu, että tuohon en voi/en osaa ryhtyä.

Minulla oli pitkään estoja leipomista kohtaan. Ruokia olen valmistanut yli 50 vuotta niin kotona kuin ravintolassa 1990-luvulla. Mutta leipomisen kuvittelin olevan kohtuuttoman vaikeaa. Asiaan vaikuttivat ehkä traumat, tulipalo, räjähdys ja kauhea kiinni juuttuminen.

### Räjähdys ja tulipalo

Olipa kerran leipäkoneiden aikakausi. Minäkin hommasin ensin yhden, joka ulkoisesti muistutti science fiction-elokuvan pikkuista robottiapulaista. Se oli pyöreäkupuinen minitynnyri. Se toimi kivasti, tosin hitaasti, kunnes rupesin kokeilemaan ihan omia reseptejä. Vauhtiin päästyäni ja aluksi onnistuttuani luovassa leivänteossa lisäsin aineksiin... melkein mitä vaan. Parempi

on että en muistele reseptiä, joka sen räjäytti. Kansi lensi auki ja roiskeita seinille. Toinen leipäkone teki neljässä tunnissa kovan, neliskanttisen pötkylän. Sovelsin ohjetta hiukan, ja eräänä päivänä leipä ja kone syttyivät palamaan. Onneksi oltiin kotosalla ja sammutettiin savua syöksevä vehje ilman VPK:n hälytysryhmän apua.

Kun ensimmäisen kerran tein omin käsin leipätaikinaa, siitä tuli hirveää liisteriä. Se tarttui kädestä käteen ja joka paikkaan. Huusin apua. Onneksi oli vaimo kotona ja tuli kaatamaan jauhoa käsilleni. Taikina lakkasi tarttumasta ja kiinteytyi. Muutama vuoteen en leiväntekoon ryhtynyt. Nyt varmaan arvaatte, miksi tässä ohje on sellainen, että taikinaan ei kosketa käsin ollenkaan.

### Vettä, hiivaa ja suolaa

Eräässä vanhassa leivontaohjeessa hiiva heitettiin uuniin perästä päin. Unohtakaa se menetelmä. Nykyään kattiin kaadetaan haaleaa vettä ja suolaa. Sitten liotetaan

hiiva, jota saa kaupasta valmiina mötiköinä. Hiivaa on mukava plutrata käsillä, ja pian se veteen liukenee.

### Jauhoja on monenmonenmoista

Vehnäjauho on helpoin perusjauho. Sitä varistellaan pussista hiivaliemeen. Mutta tässä tulee hankkeen luvouden osuus: sinne voi panna mitä tahansa muutakin, mikä ei voi räjähtää. Salpietaria täytyy välttää! Muita jauhoja, leseitä, kauraryynejä, mysliä, yrttejä, nokkosta, valkosipulia, horsmanlehtiä...

Näin syntyvää mössöä - taikinaa! - sekoitellaan lujalla teräskauhalla. Muovikauhat tuppaavat katkeilemaan. Älä laita sinne käsiä! Se voi tarttua sinuun kiinni!

Seurataan miten taikina käyttäytyy. Tässä menee vähän aikaa. Sitten lisätään vähitellen jauhoja, jos sössö meinaa jäädä litkuksi.

### Pellille paistumaan

Leipä paistuu paremmin, jos uuniin säätää kuumennuksen päälle. Noin 220 astetta.

Taikinaa ei kaadeta uuniin sellaisenaan, vaan käytetään uunipeltiä. Se pysyy siistinä, jos laittaa pellille leivinpaperin. Sille ripotellaan jauhoa. Eikä sitten muuta kuin käsin koskematta taikina valutetaan pellille.

Antaa sen nousta aikansa (kokemus opettaa) ja sitten pelti uuniin.

Leivän kypsymisen näkee väristä kuin suomalaisen etelänmatkaajan ihon ruskeistuvan soman ruskeaksi. Äkkiväärä hätäilijä polttaa pintansa. Kärsivällinen ruskettaa nästisti. Myös leipoessa oppii menettelyn kokemuksen kautta.

### Leipä ateriana

Ennen vanhaan ihmiset elivät leivällä. Sitä syötiin niin että pysyi hengissä. Itse leivottua leipää voi kehittää ateriaksi lisukkeilla. Yksi kiva konsti on paistaa leipäviipaleita kasviöljyssä, johon on murskattu valkosipulia. Perhe pistelee pellillisen sellaista leipää kerralla.

Hinta? Leivän aineiden osuus ½ euroa/ruokailija.





# Portit kirjojen maailmaan ovat avoinna

Meistä useimmat joskus harrastavat tyhmiä vitsejä, kunnes typeryytensä tajuaa. Minulla oli tapana lausahtaa: Enpä ole tavannut ihmistä, joka on lukenut Volter Kilven Alastalon salissa. Teoksen maine oli mieleeni iskostunut mahdottomana kirjana. Hankin kirjan antikvariaatista, kun olin tavannut lukioaikojen parhaan kaverini, Pekan, diplomi-insinöörin, joka oli rakennuttanut jättimäisiä voimalaitoksia ympäri maailmaa.

Alastalon saliin Kustavin miehet kokoontuvat päät-

tämään ison laivan, parkin rakentamisesta. Varsinaiseen asiaan päästään muistaakseni sivulla 270. Nykyään peiliin katsoessa kohtaan yhden Alastalon salin lukeneen henkilön. Kirja kuuluu parhaimpien joukkoon. Nykyään sitä eivät kustantamot julkaisisi.

Volter Kilpi oli Turun yliopiston ylikirjastonhoitaja. Kuuroudesta huolimatta hän oli äärimmäisen tehokas havaintojen tekijä ja nerokas verbaalinen esille laittaja. Taitelijana hän viis veisasi tykätäkö tekstistä. Loi taidettaan omilla ehdoillaan.



Kilpi oli humoristi ja oivaltava psykologi. Ihailtavasti venytti kohtauksia, esimerkiksi talon tyttären kahvinkaatokierros vieraille. Sitä jatkui monta sivua ja kaikki

oli täyttä asiaa.

Paikoitellen harppailin tekstien yli, kun Kilpi pisti sinne itsekeksinteisiä sanoja niin että sitä ei yrittämälläkään ymmärtänyt.



## Alex Grafix Gallerian syksy ja talvi

Alexi Joensuun syysnäyttely

”Miten nämä on tehty?”

Alexi Joensuu on kehittänyt uusia menetelmiä puupiirrosten vedostamiseksi.

Alexi esitteli näitä syksyllä 2018 AGG:ssa.

Näyttelyvieras huudahti:  
- Miten nämä on tehty!

**Miten nämä on tehty?**

Näyttely 23.9. – 17.10.2019

AGG avoinna ti – pe klo 12-18

## Jyrki Joensuun luennot

10.10. Aleksis Kiven diagnoosit  
Elämä V Tarkiaisen mukaan

31.10. Unihäiriöiden muodot ja hoidot

14.11. Masennuksen ehkäisy ja hoito

28.11. Opi iloisesti vanhentumaan

Mariankatu 15, Lahti,  
300 metriä torilta  
Gallerian monipuolisuutta  
ei kannata hämmästyä.  
AGG edustaa aktiivisia  
kivijalkaliikkeitä.

