

Jouko Kontulasta ihmettelee Suomen eloa ja maailmanmenoa itä-helsinkiläisen lähiön näkökulmasta. Minut keksi Lasse Lehtinen, joka kirjoitti Ilta-sanomissa 6.11.2017, että "sananvapauden ritari on kadun mies tai nainen, Jouko Kontulasta, jolta käydään kysymässä kaikkea maan ja taivaan väliltä".



Sairas kertomus

Sanotaan liikunnan olevan hyväksi, enkä epäile asiaa yhtään. Kuudenkymppin lähestyessä voi silmällä myös loukkaantumishistoriaansa, jota riittää. Taaperovuosien telomisia en muista, mutta kansakoulun ekaluokkalaisena kokeilin, miten lujaa polkupyörällä pääsee. Poljin kotitietämme myötämäkeen ja tarkoitus oli ylittää puro. Lankuista tehty silta oli vähän koholla tienpinnasta ja seurasi ilmalento.

"Ee puttoaminen mittää, vuan se äkkipyssääs" tapasi isä-vainajani sanoa. Maitohammas lähti. Toinen hammas irtosi, kun päästin otteen lastatuista maitokärryistä. Puusta tuli pudottua moniaita kertoja.

Yläasteella kovin kolhu tuli jalkapallossa liikuntatunnilla. Puskin pallon, mutta luokkakaveri tuli tilanteeseen jalalla. Kävelykenkä paukahti leukaan, kaikilla ei ollut 1970-luvulla vielä lenkkitossujakaan. Tähtiä näkyi, mutta pian jatkoin peliä.

Opiskeluvuosina tuli pelattua paljon sählyä. Vasemman polven nivelsiteet venähtivät pari kertaa, kun piti yrittää puolustaa oikein alhaalta. Toisen loukkaantumisen jälkeen taapersin kadulla niin vaivalloisesti, että hitaimmatkin kuljijat ohittivat minut helposti.

Maratonit tulivat ohjelmaani 1990-luvun lopulla. Juoksu kulki ja kunto koheni. Keväällä 2001 olin elämäni kunnossa. Selkä oireili hiukan ja välilevyn pullistuma varoitteli. Rik-koutunut polvikin muistutti vähän itsestään. Ehkä olisin silti päässyt Tukholman maratonille, ellei pikkutyttö olisi lenkillä ajanut päin. Jouduin väistämään rajusti ja silti törmäys tuli. Selkä naksautti ja Tukholmassa pystyin hät'hätäköpöttelemään huoltajana.

Hiihdin noina vuosina paljon. Itse ladulla tapaturmia ei ole sattunut, mutta kerran laskin kellarin portaat seläläni, kun mono osui pyöräluiskan sivuun. Ilmat pamahtivat pihalle ja keräilin minuutin, pari voimia nousta. Aikani puhallettuani lähdin ladulle.

Olen myös pyöräillyt paljon. Kaksipyöräisellä liikkua kaatumisia sattuu väkisin joskus. Juniorivuosina tuli ajettua jäisellä tiellä tavallisilla renkailla. Nastoja ei silloin ollut, jonkinlaisia ketjuja kokeilimme, mutta ne olivat äärimmäisen epäkäytännölliset. Mustelmilla selvisin. Toisin kävi 2000-luvun alussa, kun pyörä karkasi pehmeässä hiekassa alta Viikissä. Vasen polvi sai taas iskua. Verta vuosi ja ohikulkija antoi ensiavuksi pyyhkeensä.

Ulkomaillakin tuli kaatuiltua. Hauskin oli lukkopolkimien aiheuttama yllätys, kun kupsahdin Wienin lähistöllä pientareelle. Vammat olivat enemmän henkisiä. Grazissa sen

sijaan tuli naarmuja, kun etupyörä osui raitiovaunukiskoon. Liettuan Ignalinassa osasin kaatua oikeaoppisesti. Edellä ajanut kaverini varoitti kuopasta, mutta en ehtinyt väistämään sitä. Lensin komeasti yli ohjaustangon, mutta ehdin taittaa oikeaoppisesti käden ja kiepsahdin maahan kuperkeikan heittäen. Kaveri tuumi, että hienonnäköistä, tekisitkö uudestaan. En innostunut ajatuksesta.

Pahin tapaturmani sattui helmikuussa 2018 höntsäkiekossa. Ryhmä aikuisia ja junnuja pelaili luonnonjäällä. Innostuin ottamaan tavoitellessani läpisyöttöä kunnan vauhdin. Käänöksessä luistin osui halkeamaan ja sitten mentiin. Tömähdin jäähän vasen käsi edellä ja huomasi, että nyt sattui ranteeseen. Kaikki säikähtivät, mutta en tehnyt asiasta numeroa. Sinnittelin kotiin ja sitten päivystykseen Malmille.

Ranne kipsattiin. Röntgenkuvien tarkempi katselu ker-toi, että näin vähällä Jouko ei pääse. Värttinaluu oli pirstaleina. Osaavat kirurgit korjasivat vauriot. Kun vielä jaksoin noudattaa fysioterapeutin antamia ohjeita todella tunnollisesti, niin kädestä tuli melkein uudenveroinen.

Kuntoutukseen innosti se, että olin alkanut harrastamaan jalkapalloa maalivahtina. Ei ihan riskitöntä hommaa sekään. Kaksi sormeaa on mennyt sijoiltaan ja oikea käsi on murtunut. Muutaman kerran pallo on tullut lujaa päin näköä. Pahin tapaturma sattui kesällä 2021, kun olin poikani kanssa tree-naamassa. Hän veti sen kuuluisan viimeisen vedon, jonka päätin ottaa. Ja torjuinkin, mutta samalla kolautin vasemman polveni mojavasti kentän pintaan.

Tutkimuksissa ei löytynyt mitään kohtalokasta vammaa, merkkejä nivelrikosta kylläkin. Polvi piti kuitenkin nelisin kuukautta poissa kentiltä.

Ja mikä yhdistää pahimpia loukkaantumisia? Puutteellinen ja väärä varustus. Höntsälätkässä kädessä olivat tavalliset käsineet. Lätkähanskat olisivat todennäköisesti suojanneet rannetta. Ostin ne, mutta en ole kyllä montakaan kertaa jäällä käynyt viime vuosina. Futisturmassa osasyynä olivat uudet kengät, joiden nappulat olivat liian korkeat. Hankin tilalle turf-kengät. Pahempi virhe oli jättää pukematta maalivahtihousut. Toppaus olisi vaimentanut aika tavalla iskua. Ja ai niin. Kerran höntsäsin veskarina ilman hanskoja. Ei olisi pitänyt. Meni nivel pikkurillista.

Pitäisikö siis suosiolla siirtyä sauvakävelyyn? Vielä en ajatellut luovuttaa. Saatan sauvoillakin, mutta yksikseni. Liikunnan sosiaalinen ulottuvuus löytyy muualta. Ja kaipaan vielä vähän vauhdikkaampaa menoa. ♦

Jouko Kokkonen