VIIKONVAIHDE

Metsät yllättivät. Liettuasta Suomeen ratsastaen vaeltanut Vaidotas Digaitis ei osannut kuvitella, kuinka paljon Pohjolassa on metsää. Sivu 16

Kylän kasvo. Iskelmälaulaja Kake Randelin ei muuttanut musiikkibisneksen perässä kivikyliin. Sivu 17

Makeita kaunokaisia. Leivontakirja kätkee sisälleen monia kotikeittiöön sopivia reseptejä. Sivu 19

En ole sunnuntairatsastelija. Joko olen mukana tai en.

KARI SALONEN

Katja Karjalainen ratsastaa pelkän vasemman puolensa varassa, koska oikealta puuttuu syvätunto.

Vammautuminen vei nuoruudenrakkauden pariin

Kouluratsastaja Katja Karjalainen ratsastaa uransa suurimmalle areenalle Lontoon paralympialaisissa.

MÄNTSÄLÄ (MT)
Kirkuvat pääskyset suhahtelevat ratsastuskentän yllä. Puiden lehdet havisevat, ruohonleikkuri pörisee. Aurinko paistaa niin, että silmiin sattuu.

Kenttää kiertää valtava, 176-senttinen hollantilainen puoliverinen selässään koulupukuinen ratsastaja. Pehmeä hiekka pysyy vaiti kavioiden alla. Intensiivistä ravausta säestää vain satulan vaimea kahina.

Läheisissä aitauksissa muut hevoset seuraavat ratsukkoa ja hörähtelevät itsekseen.

”Hui!”, kuuluu kentältä äkkiä. Maassa oleva puomi on yllättänyt kouluratsastaja **Katja Karjalaisen**.

Näkö- ja liikuntavammainen Karjalainen edustaa Suomea Lontoon paralympialaisissa ensi viikolla. Nyt menossa on puolen tunnin tehotreeni saksalaisen **Christoph Hessin** valmennuksessa.

Mäntsälästä kotoisin oleva Karjalainen on ennen kilpauraansa opiskellut anestesiatehohoitajaksi. Hänen tarkoituksenaan oli hakea lääketieteelliseen, mutta juuri ennen pääsykoekirjoihin tarttumista harvinainen sairaus heitti elämän ylösalaisin.

Salaperäinen sairaus yllätti

Karjalainen sairastui 80-luvun lopulla. Ensin neliraajahalvaus vei liikuntakyvyn jaloista ja oikeasta kädestä. 90-luvulla oikealta puolelta hävisi asento- ja syvätunto kokonaan. 2000-luvun alussa mukaan tulivat vapina ja koordinaatiovaikeudet. Oireet aaltoilivat, pitkään ei tiedetty, mistä on kyse.

”Välillä oli parempiakin päiviä, jolloin ajatteli, että nyt se meni ohi. Oli mikä oli, niin nyt se meni.”

Lopulta Karjalaisella diagnosoitiin Behçetin oireyhtymä. Taudissa verisuonten tulehdukset johtavat kudosten hapenpuutteeseen, joka esimerkiksi hermostossa aiheuttaa pysyviä vaurioita.

Karjalaisen ennuste oli huono. Pelosta huolimatta hän päätti tarttua hetkeen.

”Pelkäsin, että elämä jää elämättä, koska siitä tuli erilainen kuin odotti. Oli tartuttava siihen elämään, mikä oli. Ja siitähän tuli hyvä elämä.”

Ratsastuksesta uusi suunta

Lääkehoitojen takia Karjalainen ei voinut enää saada lapsia. Hänen näkönsä heikkeni, joten lääketieteelliseen pyrkiminen jäi sikseen. Oli keksittävä uutta sisältöä elämään.

Nuorempana Karjalainen oli harrastanut ratsastusta 12 vuotta ennen kuin opinnot ja muut kiireet olivat tempaisseet mukaansa.

”Ratsastus oli nuoruuden rakkauteni.”

Karjalainen päätti aloittaa harrastuksen uudelleen. Kun hän kuuli, että ratsastuksessa on mahdollista myös kilpailla, hän innostui kaksin verroin.

”Harrastin nuorena myös yleisurheilua, mutta siinä en olisi koskaan päässyt kilpailemaan olympiatasolle.”

Hevonen opettaa koko ajan

Karjalaisen tavoitteena on saada joka kilpailussa parempi prosenttitulos kuin edellisessä. Lontoon-tavoitteena oli 75 prosenttia, kunnes Rosie-hevonen joutui toukokuussa ravi- ja laukkakieltoon jalkavaivan takia. Kahdeksan viikon kävelytreeni pudotti tavoitteita, mutta palo lajiin vie Karjalaista eteenpäin.

”Tässä pitää etsiä osaamisen rajoja. Koskaan ei ole valmis, hevonen opettaa joka päivä.”

Ratsastus on liikuntaa rakastavalle Karjalaiselle myös tapa pitää toimintakykyä yllä. Opaskoiran kanssa tehdyt lenkit eivät riitä kunnon ylläpitämiseen.

Uimistakin Karjalainen harrastaa, mutta hänen huikea kolmen kilometrin tuntivauhtinsa asettaa korkeat vaatimukset avustajalle.

Ei mikään riviratsastaja

Karjalaisen oikea silmä on poistettu, ja vasemmassa on hyvin rajallinen näkö. Kentällä hän tarvitsee avustajan huutamaan kouluradan kirjaimia. Avustajan on osattava laskea ratsukon etäisyys kirjaimesta hevosen askelten perusteella. Oikea ajoitus on ratkaisevan tärkeää.

”Toisia äärimmäisesti häiritsee, jos joku ulkopuolinen tulee ratsastaessa siihen ääntelemään. Minun pitää kuunnella, mitä minulle sanotaan, koska tieto siitä, missä menen, tulee ulkopuolelta.”

Karjalaisella ei ole oikealla puolella asento- ja syvätuntoa lainkaan, joten hän ratsastaa kokonaan vasemman puolen varassa. Oikea käsi on ratsastuksen aikana kiinni satulan kahvassa. Hänellä on erikoisohjat, joiden pituutta hän säätelee vaihtamalla sormiväliä ohjien stopparista toiseen.

Jalka-apujen antaminenkaan ei suju normaalisti. ”Raippa viuhuu, koska en saa annettua pohkeita.”

Ei koskaan laukkaa

Hevosta ei ole koulutettu uudelleen erilaiseen ratsastustyyliin. Kukaan muu ei olisi voinutkaan kouluttaa sitä, koska edes Karjalainen itse ei tiedä, millä tavalla ratsastaa oikealla puoliskollaan. Hevonen on oppinut itse.

”Se antaa minulle anteeksi asioita. Se tietää, mitä tarkoitan, vaikken anna käskyjä samalla tavalla kuin terve ratsastaja.”

Valmentaja **Tuija Tuominen** täydentää Karjalaisen ratsastusta. Hän hoitaa muun muassa laukkaamisen. Karjalainen ei koskaan laukkaa Rosiella, jottei hevonen kilpailutilanteessa tulkitsisi mitään signaalia laukka-avuksi.

Hevosen hoitoon Karjalainen osallistuu niin paljon kuin pystyy. Hän harjaa hevosen ja laittaa sille nivelsuitset. Kankisuitsien ja satulan laittoon hänen tasapainonsa ei riitä, joten avustaja hoitaa ne. Avustaja myös harjaa hevosen polvien alapuolelta.

Rosie rakastaa esiintymistä

Kun Karjalaisen edellinen kilparatsu Callan lopetettiin jalkavamman takia, hän harkitsi kilpailemisen lopettamista. Intohimo lajia kohtaan kuitenkin voitti. Kun vastaan vielä tuli täydellinen hevonen, jatko oli selvää.

”Elli oli nappilöytö. Se oli ollut minulla vasta alle vuoden, kun voitimme jo MM-pronssia.”

Karjalaisen mukaan Rosie, lempinimeltään siis Elli, rakastaa esiintymistä.

”Se kuumenee radalla. Sitä ei tarvitse ajaa eteenpäin, vaan melkein saa toppuutella.”

Rosien miellyttämishalu on niin vahva, että toisinaan se ylitulkitsee ratsastajan liikkeitä. ”Jos korjaan vaikka ohjan asentoa, se saattaa tulkita sen joksikin merkiksi. Maailmanmestaruuskilpailuissa näin kävi.”

Liikkeestä tuli ala-arvoinen, mutta Karjalainen oppi olemaan selässä varovaisempi. ”Tarvittaessa minun pitää olla vaikka hengittämättä, ettei hevonen saa mistään signaalia.”

Kilpailu-uran jatko auki

Tammikuussa Karjalaisen työ Rinnekotisäätiöllä loppui. Kilpailu-uran jatko on vaakalaudalla, jos uutta työtä ei löydy. Pelkästään hevosen ylläpito ja valmennus maksavat yli tuhat euroa kuussa. Kansainväliset kilpailumatkat kasvattavat laskua useilla tuhansilla euroilla.

Jos ratkaisua rahoitusongelmiin ei löydy, Karjalainen lopettaa ja myy hevosensa.

”En ole sunnuntairatsastelija. Joko olen mukana tai en.”

KATJA SAHLSTEDT

Karjalaisen avustaja Helena Päivinen harjaa Rosieta treenien jälkeen.

Saksalainen Christoph Hess valmentaa Katja Karjalaista paralympialaisiin.

Koskaan ei ole valmis, hevonen opettaa joka päivä.

KATJA KARJALAINEN
Ranking-listan kakkonen

Asuu Mäntsälässä miehen ja opaskoira Rallin kanssa.
Aloittanut kilpailemisen kansainvälisellä tasolla vuonna 2006.
Voittanut viisi PM-hopeaa, MM-pronssia vuonna 2010 ja EM-pronssia vuonna 2011.
Sijoitus maailman paralympia-ranking-listalla 2./225.
Kuuntelee äänikirjoja. Koukussa pohjoismaiseen jännityskirjallisuuteen.
Harrastaa uimista ja moottoripyöräilyä miehensä kyydissä.