

Elämää suurempi harrastukseni

Eija Nilsson

*Minulla oli unelma,
salainen unelma
vaeltaa kauas ja valloittaa vuori,
sisäinen vuoreniko?*

Miten kaikki alkoi?

Näin jälkikäteen ajatellen ilmeisesti kaikki alkoi kauan sitten kuuntelemalla tarinoita, tarinoita korkeista vuorista, niiden valloittamisesta, siintävistä meristä, sinertävistä jäätiköistä. Eräänä mieleenpainuvimmista oli Kester Brownin, australialaiskolleegamme kertomukset Kilimanjaron

kiipeämisestä ja hänen herkäät vesivärimaalauksensa vuoresta vuosia sitten. Ulkoisten olosuhteiden onnellisella myötävaikutuksella varsinainen "vaellus ja vuorenvalloitus"-projekti alkoi -96 ohuen ilman harjoittelulla Argentiinan ja Bolivian raja-alueella nousemalla yhden päivän aikana Saltasta (1200m) San Antonio de los Cobresiin (3700m), kylläkin junalla ("Train to the Clouds"). Tuo oman fysiologian ensimmäinen vuoristotesti ja hypoksioireiden kestäminen jätti sekavat tunteet, mutta ilmeisesti se oli alkuna kaikelle ja sytytti pysyvän intohimon.



Kuva 1. Nyile La sola (4890 m) Bhutanissa.

Vaellusten tarkoitus?

Hyvin vaikeata vastata. Ne harrastukset jotka vievät harrastajan täysin mennessään, ovat usein vaikeita määritellä muille niin perusteellisesti, että jokainen ymmärtäisi sen ihanan pakottavan tunteen, mikä on vallannut itse kunkin harrastelijan. Miksi on lähdettävä? Uteliaisuus uusiin kulttuureihin luonnossa vaeltaen, samalla haastaen itsensä uuteen fyysiseen kokeiluun. Rinkkaselässä vaeltaminen, niin pyhiinvaeltajien seurassa Pyreneillä mudassa ja liejussa tai polttavassa auringossa kuin virkistävä aamu-uinti El Tation Geissiireissä (4300m) Atacamassa, Chilessä tai viime metrien ponnistus Kilimanjaron nousussa hypoksian koetellessa fyysistä ja henkistä kestävyyttä, ovat kaikki kokemuksia, joita etsii intohimoisesti yhä uudelleen ja uudelleen, sillä niin sykähdyttäviä, syviä ja jännittäviä ne ovat olleet.

Materiaali ja menetelmät

Materiaalin hankinta, kuten kerroin edellä, sujuu jatkuvana alitajuntaisena monitorointina: tarinoiden muistiin keräilynä ilman että sitä edes itse huomaa. Mieleessä on aina kaksi tai kolme paikkaa minne "täytyy" joskus päästä. (Nyt täytyy päästä uudelleen Himalajalle ja Andit odottavat myös) Toinen vaihe alkaa, kun on kolunnut alan kirjakaupat (Lontoo-mikä matkakirjojen mekka!) ja marssii pino uusia kirjoja kainalossa lukukammioonsa. On ilmeistä, että oma mielikuvitus on herkistettävä niin kunnolla, että sitten on enää jäljellä todellisen tiedon hankinta kohteesta joko netistä tai matkatoimistoista.



Kuva 2. Laucan luonnonpuisto Chilessä (4000m).

Lähteäkö yksin vai joukossa vaeltamaan?

Jos haluaa valloittaa jotain täysin uutta ja tuntematonta, on paras lähteä yksin ja ostaa meno-palulippu ja varata muutamaksi yöksi hotelli alkajaisiksi ja sitten vain menoksi tuntemattomaan, tosin Lonely Planet mukanaan. Tämän tapaiseen matkaan tarvitsee paljon aikaa, kärsivällisyyttä, mielikuvitusta ja kielitaitoa, sillä paikan päällä on järjestettävä koko loppumatka ja kultturellit erot asioiden järjestämisessä ovat todella huomattavat niin Etelä-Amerikassa kuin Aasiassakin, mutta jännitystä ja yllätyksiä saa kyllä oikein kunnan lisäannoksen tällä menetelmällä.

Jos aikaa on rajoitetusti ja haluja on "nousta hyvin korkealle" niin kunnan etukäteissuunnittelu on aivan välttämätöntä. Ensinnäkin on tärkeää löytää mahdollisimman hyvä ja kokenut matkanjärjestäjä, jolla on sama ekovihreä ajatusmaailma kuin itsellä. Esimerkiksi vaeltaminen Himalajan rinteillä Bhutanin vanhoja kauppareittejä hyvin säilyneen luonnon suojassa vaatii ympäristön ja kulttuuriin kunnioitusta niin vaeltajilta kuin vaelluksen järjestäjältä. Siellä Layassa (4500m), kylässä vuorien varjossa, jossa ohikulkijoita ei ole kuin maaliskuu- ja lokakuulla, jolloin tiet ovat "kuljettavimmillaan" ja sittenkin joka suuntaan on vähintään seitsemän päivän kävely- tai jakilla ratsastus-matka, oli kyläläisten kohtaaminen ja heidän kanssaan kommunikointi hyvin buddhalaisen kohteliasta ja toistaan kunnioittavaa. Se on syytä tietää etukäteen.

Jos nousee korkealle tai valetaan kaksi viikkoa tai enemmän, prevaelluksellinen fyysisen kunnan kohotus on must!! Fyysinen ja henkinen rasitus (=vaellus) 6-9 tuntia päivässä vaatii oman osuutensa kunnosta ja kärsivällisyydestä ja eikä ole missään nimessä viiden tähden lepoloma. Mutta mikä onkaan upeampaa kuin tällaisen päivän jälkeen kömpiä rättiväsyneenä kuumavesipulloon lämmittämään makuupussiinsa virtaavan veden äänen soidessa ja lumihiihtaleiden rapistessa teltan kattoa vasten.

Varusteiden on oltava ensiluokkaisia ja niitä on oltava riittävästi, sillä subtrooppiselta seudulta vuoristoon nouseminen (2400m-5000m) lämpötilan vaihdellessa plus 30 ja miinus kuuden celsius-asteen välillä, vaatii todellisen kerrospukeutumisen tuntemista. Onneksi talvemme on hyvin treenannut meidät! Pyykinpesuun voi vielä

löytyä aikaa ja mahdollisuus, mutta aamulla pyy-ki voi olla täysin jäässä, joten ei niitä sukkaa jal-kaan voi panna.

Kahden viikon vaellus jossain “ei-missään”-Bhutanissa, Himalajan rinteillä, tuo mukanaan henkistä vaikeuserrointa matkakumppanien jat-kuvan fyysisen läheisyyden ja itse kunkin huu-morin ymmärtämisen merkeissä. Brittihuumori on aivan omaa luokkaansa verrattuna jenkkihuu-moriin. Näin ainakin vaellus 10 englantilaisen ja kahden jenkin kanssa todisti. Samalla tuli käytyä pikajatkokurssin nykyenglannin kielessä sekä eng-lannin ja amerikan välisissä kielinyansseissa.

Vaellusten tulokset

Kuvia (slideja ja paperikuvia) on joka lähtöön, niin että voi helposti kyllästyttää ystävänsä ylipitkällä slideshow’lla. Lisäksi omat muistot ovat se ku-delma, jota kantaa jatkuvasti mukanaan ja on tarpeentullessa aktivoitavissa varsinkin stressin iskiessä. Monia uskomattomia ystävyysuhteita kertyy matkan varrella ja on itsekustakin kiinni miten aktiiveina niitä pitää. Uusien kulttuurien



Kuva 3. Camino de Santiagolla nykyaikaisen pyhiinvaeltajapatsaan vieressä Pepe Miralesin ja Erkki Haurun kanssa.

ja luonnon kohtaaminen silmästä silmään vael-luspolulla tai sen omissa elinympäristössä on to-dellinen kokemus. Lisäksi fyysinen kunto nousee huomattavasti ohuessa ilmassa vaeltaessa, todel-linen korkean paikan leiri!

Diskussio

“Jokaisella on oma vuorensa valloittaa” todisteli vuoristokiipeilijämme Veikko Gustafsson viime ylläääririkokouksessa (8/00 Oulu), ja kun häneltä yritettiin saada vastausta kysymykseen: “Miksi hän kiipeää yhä uudelleen korkeille huipuille lä-hes epäinhimillisissä olosuhteissa?”, niin yksise-litteistä vastausta ei ollut eikä tullut. Lienee niin, että vain ne, jotka ovat vuorensa valloituksen koke-neet, ymmärtävät sisäisesti miksi sinne on men-tävä yhä uudelleen. Samanlaisia tunteita yhä uu-det vaellukset, joskin vaatimattomissa korkeuk-sissa, ovat minussa herättäneet. Aina on vielä jo-kin valloitus/vaellus tekemättä ja jokin paikka näkemättä. Medisiinisesti voisi väittää, että tilanne on kroonistunut ja ainoana kuraationa on uusi matka.

Camino de Santiagoa, Pohjois Espanjassa kul-kevaa 600 km pituista pyhiinvaellusreittiä astel-lessa, tuli usein miettineeksi, mikä vaeltamisen perimmäinen henkinen ydin on. Tuo useita vuo-sisatoja vanha reitti (aina v.1100 lähtien) on katolisen maailman tärkeimpiä pyhiinvaellusreitte-jä, jonka läpivaeltamisen jälkeen tapahtuu peri-mätiedon mukaan ihmeitä, niin vaikeista sairauksista parantumista kuin syntien anteeksi saa-mista. Lienee kuitenkin ilmeistä, että esim. kes-kiajan varustuksella niinkin pitkän matkan läpi-käveleminen vaati sekä huikeaa henkistä että fyy-sistä kuntoa ja oli todellinen ihme, kun sen sel-vitti elävänä. Mutta kyllä näin nykyaikaisilla va-rustuksillakin jokapäiväinen 30 km:n kävelemi-nen vaatii vaeltajalta ainakin hyväkuntoisia jalko-ja ja paljon kärsivällisyyttä. Kuuden-kahdeksan viikon jatkuvan kävelemisen jälkeen sitä tulee Compostella de Santiagoon hyvin erilaisena ih-misenä kuin mitä on lähtiessään ollut. On siinä oma elämä tullut mietittyä moneen otteeseen. Vaikka en ole Caminoa vaeltanut kuin kaksi viik-koa, niin uskon, että jokaisen vaelluksen jälkeen olen jälleen vähän lähempänä omaa itseäni ihmisenä. Niin todellista omien ajatustensa ja mur-heittensa “vaellusevaluaatio” on, että sitä tuntee tietynlaisen “henkisen puhdistautumisen”. Sa-maa, mutta toisin sanoin, sanoi myös Peter, eräs

joukkomme britti-insinööri, Bhutaanivaelluksemme 10. päivän kohdalla: “You know, I have a real problem now , I have nothing to think about any more”. Lienee niinkin, että toiset ihmiset joutuvat kiertämään muutaman kerran maapallon ympäri ennen kuin oppivat tuntemaan itsensä, toiset taas pääsevät samaan tulokseen helpommalla, lyhyempää matkaa tallustellessa.

“Ohuessa ilmassa” vaeltaminen ja vuoristotaudin oireisiin tutustuminen omakohtaisesti on kokemus sinänsä ja samalla ymmärtää hypoksian ja elimistön käyttäytymistä fyysisessä rasituksessa huomattavasti paremmin kuin kirjasta lukien. Joskin rakkaitten kolleegojeni mielestä hypoksiatestin voi itselleen tehdä muuallakin kuin matkustamalla Himalajalle.

Kaikissa meissä uinuu tietynlainen kilpailuvietti, toisilla se on herkemässä kuin toisilla. Asettamalla itselleen fyysisen ja henkisen haasteen otamme mittaa itsestämme joka päivä, mutta asettamalla sama haaste vielä suuremmilla kertoimilla ja saavuttamalla se, se vasta tuntuu hyvältä. Sitä

uskomatonta hyvinolontunnetta päästyään Kilimanjaron huipulle tai kestettyään 16 päivän vaelluksen Himalajan rinteillä yhteenlasketun nousukorkeuden ollessa yli 9 km, on näin paperilla mahdotonta kuvata, se täytyy vain kokea ja tämän vuoksi minulla on yhä unelma vaeltaa kauas ja korkealle.

Kirjallisuutta

Bruce Chatwin: In Patagonia, 1977

Millan BravoLozano: A practical guide for pilgrims; the road to Santiago

Ernst Hemingway: Kilimandsaron lumet, 1958

Olli Mattila, Pekka Virtanen: Kilimanjarolta Serengetiin, 1998

Jamie Zeppa: Beyond the Sky and the Earth; a journey into Bhutan, 1999

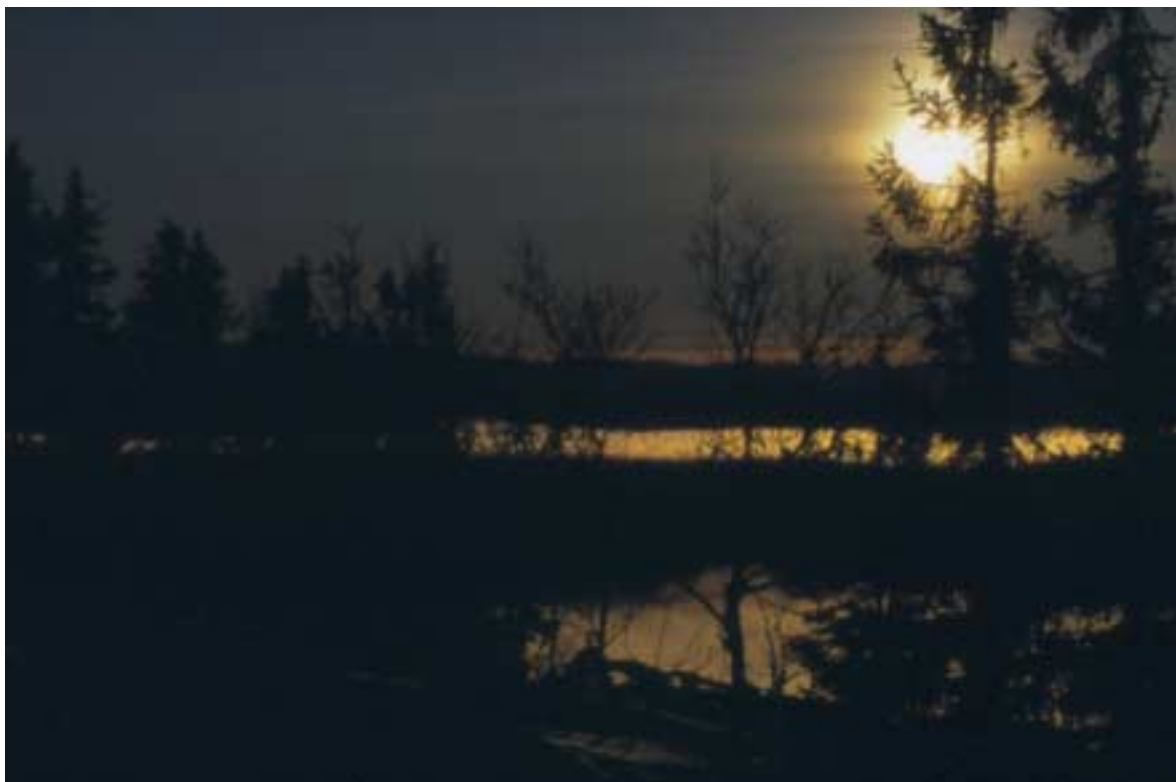
Lonely planet: Argentina& Paraguay&Uruguay / Chile&Easter Island / Bhutan

Eija Nilsson

LKT, anestesiaerikoislääkäri

HYKS, anestesiaklinikka

sähköposti: eija.nilsson.@hus.fi



Kuva: Bodo Wagner