

HENRIIKKA RÖNKKÖNEN

RAKKAUS-  
SHOKKI-  
HOITO

JA MUITA  
EX-SINKUN  
OIVALLUKSIA

ATENA

Kirjailija kiittää Otavan Kirjasäätiötä  
kirjan kirjoittamista varten annetusta tuesta.

© 2022 Henriikka Rönkkönen ja Atena / Kustannusosakeyhtiö Otava

Atena  
Jyväskylä  
atena.fi

ISBN 978-951-1-42308-9

**OTAVA**  
**KIRJAPAINO**  
Keuruu 2022



Tästä ei tullut perinteistä rakkaustarinaa, jossa se oikea pelastaa ja sitten kaikki on hyvin. Mikään ei mennyt niin kuin piti. Se on ollut salaisuus, josta edes lähimmät ystäväni eivät tiedä – ennen kuin nyt.



## SISÄLLYS

Esi(leikki)puhe, osa IV . . . . .	9
Uusi alku, vanhat tavat . . . . .	11
Hanifestointi . . . . .	15
Taianomaiset alut . . . . .	21
Epävarmuustekijöitä . . . . .	33
Uskallatko liikaa vai liian vähän? . . . . .	47
Intohimoinen eka kerta. . . . .	51
Seksijännitysnäytelmä. . . . .	59
Miten testata, onko treffikumppani... . . . .	65
Rakkaudenkipinät lentelevät . . . . .	73
Tärkein ihmissuhde . . . . .	83
10 tapaa päästä yli rakkaudesta . . . . .	89
Suuri riskikerroin . . . . .	93
Välipalaseksi. . . . .	99
Onnellinen vuosipäivä. . . . .	107
Pelottavat riidat . . . . .	117
Miten ratkaista riidat? . . . . .	125
Pelkopäivät . . . . .	131
Seitsemän askelta onneen. . . . .	139

Kivaa, kun on hauskaa . . . . .	145
Lapsiasia . . . . .	153
Kun teette lapsen, sä tiedät . . . . .	159
Voimالاuseet. . . . .	165
Kun rakkaus alkaa hiipua . . . . .	175
Miten meni omasta mielestä? . . . . .	179
Mitä mies haluaa? . . . . .	187
Lupalappu . . . . .	191
Kiitos . . . . .	199

## ESI(LEIKKI)PUHE, OSA IV

Nainen on katsonut koko viikonlopun erilaisia eroottisia hierontaa, jotka päättyvät naisen saamaan suu- ja sormiseksiin. Vittu miten kuumaa, nainen miettii runkatessaan. Tätä haluan itsekin, hän päättää ja kysyy mieheltään viestissä, milloin nähdään. ”Huomenna”, mies vastaa. Jes!

Ilta saapuu ja niin mieskin. Naisen silmäluomet ovat jo lurpallaan niin kuin seksisilmillä on tapana. On talvi ja valmiiksi seksipimeää koko ajan. Suihkun jälkeen nainen jää sängylle alastomana makaamaan ja kutsuu miestä luokseen. Hämmäntynyt mies kapuaa sängylle naisen viereen. ”Hieroa mua”, nainen kuiskaa, ja mies alkaa painella naisen selkää vahvoilla sormillaan. Nainen sulkee silmänsä, kaivaa mieleensä syövereistä lempipornokohtauksensa ja yrittää rentoutua, mutta saatana, kun mies painaa lihasjumeja auki niin kovaa, että kylmä tuskanhiki alkaa puskea lakanoille.

”Ota sitä hierontaöljyä ja hiero kaikkialta”, nainen korisee lihasjumikivuissaan ja odottaa häpyhuulet törröllään, milloin hänen oman elämänsä pornokohtaus

alkaa. Mies ymmärtää vihdoinkin, mistä on kysymys, ja tarttuu tehtävänsä tosissaan. Hän lorottaa naisen päälle kylmää öljyä ja ryhtyy erotiikka-Erkiksi.

Nainen ei ole ottanut fantasioissaan huomioon, että talven jäädyttämässä asunnossa saattaa alastomana tulla kylmä, jolloin sekä vulva että vagina alkavat täristä kuin koira eläinlääkärissä. Nainen ei myöskään ole ottanut huomioon, että kenties mies elää oman elämänsä pornoelokuvaa, jossa on hyvin erilainen juonenkulku kuin hänen leffassaan.

Pian nainen onkin yltä päältä öljyssä, samoin juuri vaihdetut lakanat, saatana soikoon. Naisen lihakset yrittävät tuottaa lämpöä nykivillä liikkeillä samalla, kun mies hieroo kananlihalle noussutta karvaista ihoa pornokeisarin elkein. Pian mies kaivaa lasisen dildon yöpöydän laatikosta ja juuri ennen kuin sen viileä kärki koskettaa häpyhuulia, nainen kuiskaa: ”Kiitos rakas, voidaanko nyt kattoa Areenasta sitä *Kyllä isä osaa* -sarjaa?”



## UUSI ALKU, VANHAT TAVAT

Lakkasin uskomasta rakkauteen jo lapsena. Seurasin kymmenen vuotta vanhempieni riitaisaa avioliittoa ja päätin, että tätä minä en halua. Luulin silloin, että se oli rakkautta, koska he olivat kaikesta huolimatta yhdessä ja me olimme perhe ja kaikilla muillakin heinolalaisilla oli samanlaista. Luulin, että rakkaudessa on kyse huutamisesta, raivoamisesta, katkeroitumisesta, uhriutumisesta, pakenemisestä, valittamisesta, painostamisesta, manipuloinnista, alkoholismista, vittuilusta, uhkailusta, kiristämisestä, väkivallasta. Pelosta.

Opin pelkäämään, ettei mitään muuta ole olemassa, mutta osasin etsiä vain sitä, mitä olin nähnyt. Se oli minulle normaalia, ja ajattelin, että hyvä on tarkoitettu muille, paremmille ihmisille – niille harvoille, joita naistenlehdet metsästävät vuositolkulla haastateltaviksi.

Aikuistuttuani kaipasin hellyyttä ja huomiota valtavasti, ja kun joku mies sattui sitä minulle hetken antamaan, rakastuin päätä pahkaa, koska en osannut

katsoa koko kuvaa. Enkä osannut rakastaa itseäni. Minulla ei ollut minkäänlaista ymmärrystä, miten pitää huolta itsestäni. Kuvittelin, että suurinta rakkautta itseäni kohtaan on vetäytyminen, pelkääminen, syyttäminen ja häpeäminen. Kunhan en vain missään nimessä paljasta kipujani muille, kaikki on hyvin.

Vaikka tein listoja piirteistä, joita toivoisin miehellä olevan, ja vaikka yritin järjellä ajatella, millaisen parisuhteen haluan, sisimmässäni elin epäuskossa ja epätoivossa. Syytin tyhjyyden tunteesta ja epävarmuudestani vanhempieni avioliittoa ja kaikkia niitä säätöjä ja kummituksia, joita sinkkuaikana tapailin. ”Minun kuuluu kärsiä, elämä on kärsimystä”, sanoin itselleni. ”Kun minä kärsin, saavat muut voida paremmin. Pienennän itseni, jotta kukaan ei voi kadehtia kurjaa elämääni.” Ajattelin siis olevani parempi ihminen, kun uhraudun muiden puolesta. Jos vielä rakastun ihmiseen, jonka kanssa olen onneton, olen saavuttanut maksimaalisen pyhyiden.

Näistä lähtökohdista olen alkanut rakentaa ihmisuhteita.

Opin seitsemänvuotiaana kirjoittamaan, ja haparoin tikkukirjaimin merkitsin murtovarkailta suojatun lukollisen päiväkirjani ensimmäiselle sivulle: ”Teemu on kiva, Antti ei oo kiva, Ville on tosi tyhmä.”

Lähes 30 vuotta myöhemmin huomasin, että mikään ei ollut muuttunut.

Istuin jälleen läppärini äärellä ja yritin ymmärtää teemuja, antteja ja villejä.

Kesti pitkään ymmärtää, että itsevarmuus rakentuu niin hitaasti, että siinä ehtii sössiä monta ihmishuuhdetta, satuttaa itseään ja nukahtaa sen jälkeen vielä ikiuneen, jossa ei tunnu tapahtuvan yhtään mitään.

Minun piti uskaltaa odottaa ei-mitään.

Vasta silloin alkoi tapahtua.



## HANIFESTOINTI

Kun on ollut tarpeeksi kauan sinkkuna, usko rakkautteen ja romanttisen parisuhteen löytymiseen hiipuu hiljalleen kuin Tinder-tsättäily random-tyypin kanssa, joka lopulta katoaa kokonaan. Kunnes jonakin kauniina päivänä se kävelee vastaan, käsi kädessä jonkun toisen kanssa. Vittusaatana, sanot itsellesi ja astut koiranpaskaan vastarakastuneen parin katsellessa sinua säälien ja puristaen toisiaan vielä kovemmin. ”Onneksi minä en ole tuo, sinkku”, he kiittävät universumia, suutelevat ja hedelmöittävät pelkästä kieli-moukusta. Samaan aikaan Instagram julkaisee aivan itsekseen heistä romanttisia kuvia hästägillä ”parasytävä”.

Silloin on syytä kiirehtiä kotiin pesemättömältä anustapilta haisevien kenkien kanssa ja mennä viltin alle piiloon. Siellä voi muistella, miten on joskus lukenut jostain manifestoinnista. Nähnyt Instagram-kuvia, joissa lauseet lupaavat kaikkea, mistä on voinut haaveilla, kun vain vähän rentoutuu. Että kun oikein valahtaa lötköksi, antaa kuolan tippua poskelle, aivo-

jen valua pari senttiä korvista ulos ja ajatusten sukeltaa romantiikan hedelmällihalliseen maailmaan, alkavat koiranpaskatkin väistää kenkiä.

Päätät sillä sekunnilla, että kaikkea on kokeiltava ja lähdet kiireesti hakemaan lähi-Alepasta kynttilöitä ja eteerisiä tuoksuja rakkaudellista hanifestointi-kokeiluasi varten. Kaiken on pakko olla täydellistä, huudat mielessäsi kurkku suorana kuin äidillesi teini-ikäisenä. Ei kannata epäonnistua nyt, koska ties mihin kohtaan kehoasi se koiranpaska vielä hyppää katu-kivitykseltä, jos tämän mokaat.

Kotona sytytät hautakynttilän ja suihkutat vessan-raikastajaa ympäriinsä, koska Alepasta ei löytynyt muutakaan. Haistat raikastajasta lähtevän teko-omenan kummallisen tuoksun, joka muistuttaa ikävästi edellisen työpaikkasi vessasta. Tuuletat hieman hankalia muistoja pois. Ristit jalat lootusasennon tapaiseen, suljet silmät hetkeksi ja tajuat, ettei kynttilästä ole mitään iloa, koska et näe sitä. Ja entä jos se sytyttää hanifestointisi aikana koko asunnon ilmiliekkieihin? Toisaalta, silloinhan se toimisi kuin unelma, koska ovesta pamahtaisi lihaksikasta palokuntaa ihan peremmälle asti.

Laitat kännykän internetistä jonkun kivan mediotointivideon, painat silmäluomet lukkoon ja ei muuta kuin menoksi.

Istua rötkötät sohvalla ja annat ajatustesi mennä sinne, minne videon ääni ohjeistaa. Olet kauniissa kesäisessä puistossa. Pystyt oikeasti aistimaan kai-

ken, onhan tämä sinulle tuttu puisto. Kävelet siellä ympäriinsä ja huomaat, miten helppoa meditointi on. Olet mestari jo aloittelijana. Miksi ihmiset valittavat, ettei tämä muka onnistu, pyh, ajattelet ja palaat äkkiä ylemmydentunteesta takaisin puistoon. Puistossa on vihreää ja siellä on raikas ilma. Ah. Lomapäivä puistossa. Mistä muistuu mieleen, että pitää vastata siihen sähköpostiin. Puistosähköpostiin, korjaat äkkiä. Ihania puita joka puolella ja sininen taivas ja onkohan muuten tullut mätsi sen yhden tyypin kanssa. Mitä jos hän on tulevaisuuden rakkauteni? Ehkä voin aloittaa tästä ajatuksesta hanifestoinnin, keksit. Vai kuinka kauan täällä puistossa pitää olla? Paljonko kello on? Olenko tehnyt tätä jo vartin? Olisinpa, huokaat ja raotat silmiä niin vähän, ettei kukaan huomaisi, jos olisi katsomassa.

Suljet silmät uudestaan pettyneenä siihen, että on kulunut vasta kaksi minuuttia. Ääni jaarittelee korvanapeissa siitä, miten kehosi jokainen solu on rentoutunut ja rauhallinen, tyytyväinen ja luottavainen. Sinä sen sijaan järjestät intopiukeana toivomallesi Tindermätsille häitä. Toki teet sen puistossa, koska olet ovela ja viisas meditoinnin supersankari. Kun kutsuvieraat ovat saapuneet ja olet astumassa umpirakastuneena alttarille, tajuat, että ei saatana – olet sössinyt kaiken jo valmiiksi ennen kuin yhtäkään mätsiä on tullut, puhumattakaan meditaatiosta.

On pakko räjäyttää alttari, mies ja koko suku, jotta voit aloittaa kaiken alusta. Puhallat ilmat ulos keuh-