

”Minusta tuntuu, että olen palannut kotiin”



Kun elämä vaati päätöksiä, Helena Prepula toteutti pitkäaikaisen haaveensa ja muutti Lohjalta Kolille.

Koen että olen saanut lisää levollisuutta olemiseeni ja tekemiseeni. Uskallan antaa asioille tilaa ja aikaa kehkeytyä. Ja luotan nyt ihmeisiin – näen niitä joka päivä ympärilläni.

KUN HELENA Prepula muutti loppuvuodesta 2018 Lohjalta perheensä vanhalle mökille Kolille, hänestä tuntui, että hän oli tullut kotiin. Tunne oli intensiivinen ja kokonaisvaltainen, vahva yhteyden kokemus, jota sanat eivät oikein tahdo tavoittaa.

Mökki on ollut käytössämme jo kolmekymmentä vuotta ja koin hyvin vahvasti jo nuorena aikuisena, että tämä on minun sielunmaisemani. Yhteyden kokemus on kehollinen, konkreettinen ja vahva. Se tuntuu levollisena, rentona ja lämpimänä, kirkkaana olotilana. Kaikki on kohdallaan, olen osa isompaa kokonaisuutta ja kaikki on niin kuin pitää.

Nyt Helena asuu vaarojen välissä pienen mökkitien päässä. Ympärillä on metsää, vieressä majavalampi. Tontilla on paljon puita, lähinaapurina metsäneläimet. Takapihalta nousee vaara.

Metsä on kotini, ystäväni ja minulle myös pyhä paikka. Kun opiskelin aikuisena jooganopettajaksi, ymmärsin, että olin oikeastaan jooganut jo lapsesta asti: menin vaistonvaraisesti metsään tyhjentämään mieleni, tasapainottamaan olotilaani ja nauttimaan luonnon ihmeistä.

Hän joogaa, samoilee metsissä ja pyörittää eläin- ja luontoavusteiseen hyvinvointityöhön keskittyvää yritystään, järjestää koira-avusteisten menetelmien täydennyskoulutuksia, ohjaa joogaa ja metsäkävelyitä, organisoii hyvinvointikursseja ja tekee omaa taide- ja kirjaprojektia.

Luonnonläheisyys on saanut keskittymään oleelliseen ja elämään harmoniassa ympäristön kanssa. Haluan antaa luonnolle takaisin sitä rikkautta ja huolenpitoa, mitä se on antanut minulle. Haluan myös kertoa omista kokemuksistani, jotta ne voivat rohkaista toisia ihmisiä astumaan omalle voimaantumisen tielle.



Kolille muuttamisesta Helena oli haaveillut jo pitkään. Tarvittiin kuitenkin useita vuosia, erilaisia työhaasteita ja lopulta ratkaisua vaativa hetki ennen kuin haaveista tuli totta.

Ensin Helenan isä kertoi luopuvansa mökistä. Sitten tuli toinen isku, yllättävän kova sairausdiagnoosi.

Olin vatvonut muuttoa ja elämänmuutosta liian pitkään, mutta en ollut uskaltanut ottaa ratkaisevaa askelta. Siihen tuli kuitenkin vauhtia. Isäni kertoi päättäneensä luopua mökistä, ja samana vuonna sain syöpädiagnoosin. Se sai minut pysähtymään, tarkastelemaan ja priorisoimaan elämäni.

Helena päätti lähteä suuntaan, josta oli saanut aiemminkin lohtua ja voimaa. Kolille, metsän keskelle, paikkaan, josta pois lähtiessään hän oli jo nuorena itkenyt.

Olin muutamaan otteeseen käynyt katselemassa myytäviä mökkejä täällä, mutta asia oli kuitenkin aina ennen jäänyt puolitiehen. Nyt oli aika.



Ihan pienestä ei ollut kyse. Taakse jäivät talo Lohjalla, vuodet ulkomailla, parinkymmenen vuoden ura kaupallisella alalla ja laaja ystävä- ja yhteistyöverkosto.

Helena uskoo, että kaikki on sen arvoista. Kaikki on täällä: luonto, inspiraatio, pyhyiden tunne, yhteys korkeimpaan.

Oikeastaan läheiset ja ystävät vierailevat Kolilla säännöllisesti. Vaikka maantieteellisesti olemme nyt kauempana toisistamme, koen että henkisesti olemme lähentyneet. Olen myös saanut uusia ystäviä näiltä nurkilta.

Eläimiä ja luontoa Helena oli rakastanut jo lapsena. Silloin hän teki pitkiä kävelylenkkejä naapuruston hoitokoirien kanssa, kiipeili puis- sa, hyppeli lutakoissa ja pyöräili kymmeniä kilometrejä päästäkseen heppatallille.

Irtiottojakin hän oli tehnyt jo aiemmin. Ensin hän lähti kirjoitusten jälkeen Edinburghiin, teki au pairin töitä, opiskeli englantia ja vähän lakiakin.

Sitten hän palasi Suomeen, opiskeli kauppakorkeassa, eli opiskeli- jaelämää. Seuraava suunta oli Passau, Etelä-Saksa. Sinne hän suuntasi opiskelijavaihtoon.

Sielläkin menin joka päivä "viheralueille" ja muutaman kerran pääsin myös oikeisiin saksalaisiin virkistysmetsiin. Sinne nuorilla aikuisilla oli tapana sunnuntaisin ajella suurin joukoin virallisten ja hoidettujen luontopolkujen ääreen. Näimme kauniita metsämaisemia. Vanhoja, jyhkeitä lehtipuita kaartui tien päälle, tie kiemurteli maisemassa.

Saksasta Helena oli palannut Suomeen ja Helsinkiin. Kun hän muutamman vuoden jälkeen muutti Amsterdamiin Levi Straussin Euroopan ja Lähi-Idän tutkimuspäälliköksi, iski totaalinen väsymys, kaipuu luontoon.

Hollannissa luonto oli vähissä ja elämä tuntui raskaalta.

Suurimman osan ajasta matkustelin Lontoon ja Milanon väliä. Lentokentät, hotellit ja erittäin pitkät työpäivät tulivat tutuiksi. Työ oli kuluttavaa, kävelyille ehdimme puolisoni kanssa vain viikonloppuisin. Kaikki luontoon liittyvä tuntui olevan jotenkin keinotekoista tai ainakin ihmisen vahvasti muokkaamaa, aito ja villi luontoelämys jäi puuttumaan. Vointini huononi, sekä henkisesti että fyysisesti ja lopulta teimme päätöksen paluusta Suomeen.

Suomessa Helena aloitti uuden työn Suomen Gallupin tutkimusjohtajana ja asettui melkein maalle. Perheeseen tuli myös koira.

Ajatus Kolistä, sielunmaisemassa asumisesta, ei kuitenkaan jättänyt rauhaan.



Nyt sairaus on takana ja arki hyvää. Helena kulkee metsissä, tekee töitä ja käy joka ilta ennen nukkumaanmenoa koirien kanssa ulkona hengittämässä yöilmaa.

Luonto on Kolilla läsnä. Riittää, kun avaa oven ja lähtee ihmettelemään. Yhteyden kokemuksista, jotka ennen olivat yksittäisiä hetkiä, on tullut jotain pysyvää.

Haluan ja osaan nykyisin vaalia tätä olotilaa. Se on kirkkautta, selkeyttä, ymmärrystä, syvää varauksetonta rakkautta, myötätuntoa ja halua tehdä hyvää, kantaa vastuuta. Se on asettumista elämän työrukkaseksi täydellä antaumuksella ja riemulla.

Ennen olin todella ahkera kuvaaja. Nyt saan olla metsän ja luonnon lähellä jatkuvasti, minun ei tarvitse säilöä kokemuksia varmuuden varalta talteen. Voin ikään kuin uida metsän siimeksissä ja sulautua sen syvyykseen säännöllisesti. Tuota tunnetta voi kuvata yhtymiseksi metsän kanssa. Siinä ei ole kuitenkaan mitään seksuaalista, vaan kyse on hyvin herkästä meditatiivisesta tilasta, jossa unohtaa itsensä, harha erillisyydestä häviää ja olen osa metsää, ympäröivää kaikkeutta.

Helena pohtii, että joskus asiat vaativat kypsymistä, joskus elämä patistaa eteenpäin. Häntä se patisti, kun oli aika muuttaa ja muuttua. Nyt hän sanoo elävänsä erilaisella asenteella.

Olen päässyt eroon selviytyjämentaaliteetista, jatkuvasta suorittamisesta, henkisten tulipalojen sammuttelusta ja loputtomassa oravanpyörässä juoksemisesta. Tärkein mentorini on ollut luonto ja sen käsittämättömän luovat menetelmät saada ihminen pysähtymään ja ymmärtämään olennainen: emme ole erillisiä, vaan olemme yhtä. Oma vahva luontosuhteeni pitää minut oikealla tiellä ja oikeassa tiilassa. Silloin mahdollistuu ihmeitä.