

Hikiloikka



Uudessa dynaamisessa kohkaamistaloudessa tulee tehdä digiloikka. Poliitikkojen ja virkamieseliitin mukaan tämä tekninen hyppely pelastaa kansantalouden. Digiloikka koskee myös kouluja. Kokkaamisen ohella aletaan koodata ja paperin sijaan räplätään klähmäisiä näyttöjä. Mikä tämä digiloikka oikeastaan on? Havaintojeni mukaan se näyttää kehollistuvan levenevinä takapuolina, niska-hartiajännityksinä sekä huonoryhtisyytenä.

Digiloikka toteutuu pään sisällä ja palvelupilvissä, joiden utu peittää kaiken alleen. Loikka aktivoi pään ja sormet muun kehon jäädessä passiiviseksi. Voi tietenkin olla, että tulevaisuuden yhteiskunnassa hartialinjan alaiset kehonosat ovat merkityksettömiä. Merkityksellinen kohkaaminen kun on kognitiivista päämajatoimintaa.

Enää ei tarvita kehoa majan rakentamiseen. Joskus aiemmin vielä tarvittiin, kuten muotisuunnittelija Katri Niskanen taannoin radiohaastattelussa kertoi. Katri, tuo livon ja Kertun sisko, kuvasi kuinka luovuus rakentui Vieremän metsissä. Toimittaja oli ihmetelleyt, kuinka jostain perähikiältä voidaan nousta muodin huipulle. Tuskin on ollut sähköjä talossa valokaapelista puhumattakaan. Katri kertoi, että kerran viikossa käytiin kirkolla taidekerhossa. Lisäksi heillä oli tapana sisarusten kanssa rakennella majoja metsään ja tehdä talvisin suksilla eväsretkiä. Siellä loikkivat metsässä hiki hatussa lapsiparat. Riistettiin oikeus hyvään varhaiskasvatukseen, kun eivät tablettia jo imeväisinä voineet suuhunsa työntää.

Kuuntelin muotisuunnittelijan haastattelua hiihtolenkillä jossain Harrin mäen tietämissä. Legendan mukaan Jyväskylän kaupunki linjasi takavuosisikymmeninä Keljonkankaan kuntoradalle aiottua

jyrkemmän ja pidemmän nousun erään liikunnan opiskelijan toivomuksesta. Hyvä nousu siitä tulikin, vaikka vähän meni pilalle voimalan myötä. Lyheni muutamia satoja metrejä alle kilometriin. Keljonkankaalla hiihdellessä tulee väistämättä mieleen tuore tutkimustulos, jonka mukaan pitkäkestoinen aerobinen harjoittelu lisää [aivojen neurogeneesiä](#). Hippokampukseen syntyy uusia soluja. Se parantaa oppimiskykyä. En tiedä huomasiko Harri sitä, joskaan huonosti ei hänelle käynyt. Muutama mitali tuli ja nyt on tirehtöörinä suksifirmassa.

Siksi on hyvä rakennella majoja ja hiihtää. Oppii paremmin. Pysyy kunnossa. Kevättalvella, kun kunto ja kelit ovat kohdillaan, pääsee hiihtoelämyksen ytimeen. Harrin nousu taittuu niin ripeästi, että tekee mieli kiristää ruuvi äärimilleen. Minuutti, kaksi, kolme, kohta neljä: mäntymetsän laki näkyy ja jäinen Päijänne jää alas vasemmalle. Siihen ei kuitenkaan kiinnitä huomiota. Ei pysty, koska horisontti hämärtyy. Reidet ritisevät hapoista, haukset huutavat huilia ja suolen sisältö pyrkii poistumaan kehon aukoista. Järkevä ihminen antaisi jo periksi, mutta nyt ei ole sen aika. Ei vielä, sillä juuri nyt on aika iskeä viimeiseen seinäjyrkkään. Asetut kivun ulkopuolelle, naurat tuolle ruojalle, suorastaan ilkut sitä. Kuokka vaihtuu loikalle ja pyrähdät viimeiset kirpeän kivuliaat metrit helpottavalle tasanteelle. Siinä on todellinen loikka, hikiloikka.

En kehota kaikkia räikkäämään itseään Keljonkankaan kuntoradalla. Oma, itselle sopiva kuntorata olisi silti hyvä löytää. Se voi löytyä lähimetsästä tai järven jäältä. Arjessa voi vältellä hissiä ja kauppareissulla auton voi jättää parkkipaikan kaukaiseen päähän. Sen lisäksi että liikunta edistää oppimista, se on huvittoman hauskaa. [Tämä on todettu Kuopiossa Pihkainmäen koulussa](#). Siellä on koulun oma Hikipolku. Koulun toiminta on rakennettu siten, että lapsilla on paljon mahdollisuuksia liikkua ja hikoilla koulussa. Koulun rehtori Sami Varis on rohkea pedagogi ja henkilöstöjohtaja. Hänen mukaansa opettajat meinaavat repiä pelihousujaan, kun liikuntatapahtumat sotkevat opetuksen suunnittelua. Variksen mukaan se on kuitenkin pieni hinta verrattuna hyötyihin.

Tässä se taas nähdään. Oppi tulee idästä. On aina tullut. Mene siis hyvä immeinen hikiloikkimaan, sillä hiki hyväilee hipiää – sekä hippokampusta.

Sakari Saukkonen



Hikiloikan ottanut [Sakari Saukkonen](#) (kuvissa) työskentelee projektipäällikkönä [Koulutuksen tutkimuslaitoksella](#). Hikoilun ohella hänen keskeisenä tehtävänä on elinikäisen ohjauksen järjestelyjen tutkimus sekä opinto- ja uraohjauksen käytäntöjen kehittäminen.

Valokuvat: Matti Rautiainen