

MIA SUMELL
SANNA WIKSTRÖM

Hyvän mielen
villa-
sukat

#HYVÄNMIELENVILLASUKAT



Helsingissä Kustannusosakeyhtiö Otava





Sisällys

ALKUSANAT 7 KUN NEULOT 12 NÄIN KÄYTÄT KIRJAA 13

RAKKAUS



TSEMPPI



UNELMA



HUOLETTOMUUS



ROHKEUS



UUSI ALKU



LUOVUUS



ILO



LEPO



KÄRSIVÄLLISYYS




LEMPEYS



KIITOLLISUUS



KIRJAILIJOISTA 236 KIITOS 238 HIDASTA ELÄMÄÄ 240




*Neulomalla pystyn
keskeyttämään
ajatusvyöryn, joka muuttuisi
lopulta kaoottiseksi, kun
ajatuksia alkaa olla liikaa.*



Mia

NEULESUUNNITTELIJA



*Värikkäät sukat jalassa
minusta tuntuu, että olen
kotona itsessäni.*



Sanna

HYVÄN MIELEN AJATUSTEN
KIRJOITTAJA

Mia

ALKUSANAT

OLEN AINA OSANNUT neuloa, mutta nuoruusvuosina ei neulomisen kiinnostanut pätkääkään. Lapsuudessani äitini neuloi paljon koneella sekä käsin ja myi näitä luomuksiaan lama-aikana. Neuleet olivat tosi värikkäitä, erityisesti mieleeni ovat jääneet 90-luvun trendikkäät neonvärit. Myös edesmennyt isäni piirsi, maalasi ja teki taidetta. Isä kannusti aina luomaan omia juttuja.

Muutamia vuosia sitten minusta tuntui siltä, että pitäisi löytää jokin itselle sopiva rauhoittumiskeino. Minulla oli rauhaton olo ja ajatuksia pyöri niin paljon päässä, että olin niistä välillä ihan puhki. Sitten löysin netistä värikkään ja iloisen villasukkaohjeen, ja aloin neuloa innolla. Aika pian huomasin, että kun neuloin hetken, oli yhtäkkiä helpompi hengittää. Neuloessani minusta alkoi tuntua, että asiat järjestyvät ja kaikki on ihan hyvin.

Neulomalla pystyn keskeyttämään ajatusvyöryn, joka muuten muuttuisi lopulta kaoottiseksi, kun ajatuksia alkaa olla liikaa. Stressaantuneena ajatukset ovat epätoivon värittämiä, mutta neuloessa asiat ikään kuin ratkeavat ja järjestyvät itsestään. Kun mieli tyyntyy, alkaa yhtäkkiä löytää ratkaisuja eivätkä ongelmat tunnu enää niin isoilta tai kamalilta.

Lopulta taiteilija minussa halusi alkaa luomaan omia sukka-malleja. Aluksi neuloin villasukkia muille, mutta aika pian ohjei-

ta alettiin kysellä niin paljon, että huomasin pääosin suunnittelevani uusia kuoseja. Aloin vetää netissä yhteisneulontoja, joissa ihmiset pääsevät neulomaan samassa tahdissa villasukkia.

Yhteisneulonnat ovat kasvaneet isoiksi virtuaalitapahtumiksi. Olen huomannut monen ajattelevan aluksi: ”en minä osaa, koska en osannut koulussakaan”. Mutta aikuisena tilanne on hyvin erilainen kuin kouluaikana. Koulussa tehtiin muita varten, aikuisena voi neuloa itseään varten. Neuloessa voi istua alas, keskittyä yhteen asiaan kerrallaan ja uppoutua sen tekemiseen. Näin sotkut, huutavat laitteet ja arjen sirkus sulkeutuvat hetkeksi huomion ulkopuolelle. On valtavan hieno taito oppia priorisoimaan omia hengähdyshetkiä kaiken keskeneräisen ja epätäydellisyiden keskellä. Näen, että neulominen on ennen kaikkea hellittämistä.

Minusta on tärkeää, että neuloessa on riittävästi vaihtelua ja sopivasti haastetta. Olen halunnut suunnitella tämän kirjan mallit niin, että neulojan mielenkiinto ja innostus pysyvät yllä koko villasukkien neulomisen ajan, jolloin keskittyminen säilyy paremmin eikä ajatus lähde harhailemaan muihin asioihin.

Koska tykkään itse aina miettiä villasukkien saajaa ja sitä mistä hän tykkää ja mitä hän kaipaa, halusin, että tämän kirjan villasukilla on aina myös käyttäjälleen henkilökohtainen voimaantumisviesti.

Sanna


ALKUSANAT

VILLASUKAT OVAT MINULLE nykyään paljon enemmän kuin jalkojen lämmike tai asuste. Kotona ja mökillä minulla on miltei aina villasukat jalassa: aamulla, päivällä ja välillä yölläkin. Villasukkiin ja niiden käyttöön kietoutuu minulla paljon turvallista ja lämmintä tunnelmaa – sellaista kotoisaa fiilistä, joka saa minut kokemaan, että nyt ei tarvitse hötkyillä, jännittää tai pinnistellä.

Edesmennyt mummuni on neulonut minulle useita villasukkia. Niissä on erityistä lämpöä ja mummuni rempseää ja iloista asennetta. Kun pelkästään ajattelen mummuani, on helppo kekeä, että kaikki on hyvin – saati, kun vedän villasukat jalkaani. Osa villasukistani on edelleen peräisin lapsuudestani: myöhemmin mummuni neuloi vanhoihin varsiin vain ehjät sukkaosat, kun edelliset olivat menneet rikki.

Kun vuosia sitten aloin luennoida enemmän, minua jännitti aivan valtavasti. Minusta tuntui, etten kykene esiintymään, koska lavalla puhuminen isolle yleisölle sai oloni epävarmaksi ja kehoni pois tolaltaan. Sitten eräänä koti-iltana keksin sen: villasukat jalassa minulla on aina turvallinen olo. Niihin on ikään kuin ankkuroitunut kotoisaa tunnelmaa. Entä jos esiintyisinkin villasukissa?





Villasukat todella toimivat! Ne rauhoittivat minut, saivat oloni kotoisaksi ja turvalliseksi. Minusta tuntui, että ei ollut mitään hätää. Oli helpompi ajatella, että yleisö on minun puolellani samalla tavalla kuin perheeni on minun puolellani kotona – tai kuten mummu-ni oli. Ehkä villasukat mursivat myös jonkinlaista kulissikäsitystä yleisössä ja tekivät kohtaamisesta kotoisamman myös yleisölle.

Kun lapsuudenystäväni ja tämän kirjan neulesunnittelija Mia neuloi minulle villasukat muutama vuosi sitten, niistä tuli yh-det lempivillasukistani. Mia oli neulonut villasukkiin muistutusta kaikesta siitä, mitä halusin kokea ja välittää myös muille: rentoutta, iloa, voimaantumista ja kotoisuutta. Värikkäät sukat jalassa minusta tuntui, että olen kotona itsessäni. Tärkeitä ihmisiltä saadut villasukat ovat auttaneet minua tekemään jotain, mitä en olisi ehkä muuten uskaltanut.

Toivon, että tämän kirjan myötä muutkin voisivat saada läheisiltään, rakkailtaan tai itseltään tärkeitä muistutuksia ja voimavaroja villasukkien muodossa. Toivoisin, että juuri oikealla fiiliksellä neulotut villasukat ja niiden mukana saadut pienet viestit voivat olla villasukkien käyttäjälle se perusta, jolle elämässään as-tuu. Villasukat maata vasten ja pää pilvissä!

Kun neulot

Tarkista neuletiheys. Vaihda tarvittaessa puikkokokoa.

Muokkaa kokoa. Näissä sukissa voit helposti neuloa pitemmän/lyhyemmän kärjen. Joissain ohjeissa on myös kerrottu, miten varren leveyttä voi muuttaa.

Huomaa, että puikot on numeroitu ja puikkojen vaihtumiskohta eli sauma on

yleensä sukan takana I ja IV puikon välissä. Jos sauma jää sukan sisäsyrylle, siitä on mainittu ohjeessa.

Muista sitoa pitkät lankajuoksut kirjoneuleessa.

Tee vielä viimeinen silaus ja viimeistele sukat höyryttämällä.

Iloitse omin käsin syntyvästä työstä!

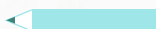
Kirjoneulekaaviossa silmukka neulotaan sillä värillä, mikä ruudussa on pohjavärinä. Selvyden vuoksi osa merkeistä on joissakin yksivärisissä kaavioissa kuitenkin sijoitettu värilliselle pohjalle.

Usein kantapäässä ja kavennusten yhteydessä kaavioissa esiintyy värillisiä, ilman ruudukkoa olevia kohtia. Nämä kohdat luetaan ”ei silmukkaa”.

Ainoastaan ruudukon sisällä olevat silmukat neulotaan.

Näin

KÄYTÄT TÄTÄ KIRJAA



HYVÄN MIELEN VILLASUKAT

on kirja, jossa neuloja voi kietoa villasukkiin hyvän mielen ajatuksia sukkiin vastaanottajalle. Näin sukat eivät ole käyttäjälleen pelkät jalkojen vaan myös mielen lämmikkeet.

Valitse sopiva teema, virittäydy tunnelmaan lukemalla teksti ja ryhdy neulomaan.

Kun villasukat ovat valmiit luovutettavaksi, kirjoita sopivat saatesanat kirjasta korttiin tai kauniille paperille. Voit myös itse kirjoittaa saajalle ne sanat, joiden tiedät koskettavan häntä.

Ihania hetkiä villasukkien neulomisen ja käyttämisen parissa!

MIA JA SANNA













Rakkaus

#RAKKAUSSUKAT

Hänelle,
jonka sisässä on paljon
rakkautta jaettavaksi.



Rakkaus on sitä, että haluaa kohdata toisen ihmisen kokonaisena, sellaisena kuin hän on.

SAMA PÄTEE ITSEEN: itsensä rakastaminen on sitä, että haluaa kohdata itsensä sellaisena kuin on. Ei sellaisena kuin haluaisi olla tai mitä muu maailma odottaa, vaan juuri sellaisena kuin on. Rehellisessä kohtaamisessa on paljon lempeyttä, hyväksyntää ja tiliä.

Rakkaussukkia voi tehdä moneen eri tarkoitukseen, sillä rakkautta on kaikkialla:

1) Itselleen voi antaa rakkautta kuuntelemalla, mitä itselle oikeasti kuuluu. Kun pysähtyy villasukissa – tai ilman – kysymään ja kuuntelemaan yhä uudelleen, on lähempänä itseään. On suurta rakkautta itseä kohtaan antaa oman kokemuksen jokaisen kolkan tulla näkyväksi ja kuuluvaksi itselle.

2) Moni etsii rakkautta, joka saisi oman sisäisen rakkauden yhtymään ja kasvamaan summaansa suuremmaksi. Rakkaussukat voi neuloa hänelle, joka vielä odottaa rakkautta. Hänelle sukat

ovat muistutus siitä, että rakkautta on koko ajan ilmassa, ja tulee vielä hetki, kun se leimahtaa näkyväksi. Silloin pitää vain varmistaa, etteivät sukat pyöri jaloissa!

3) Jotkut ovat kohdanneet niin monta pettymystä rakkaudessa, että ovat menettäneet uskonsa kunnioittavaan kohtaamiseen. Rakkaussukat voi neuloa hänelle, joka haluaa hetken istua katkerien kallioilla, mutta on sen jälkeen valmis laittamaan villasukat jalkaansa ja huutamaan elämälle: ”Tässä olen, anna tulla vielä kerran. En välttämättä ole valmis, mutta haluan rakastaa!”

4) Rakkauden juhlapäiviin voi neuloa rakkaussukat lahjaksi tai muistutukseksi päivistä, jolloin isolla joukolla puhallettiin rakkaudelle myötätuulia. Villasukat jalassa voi muistaa, kuinka tärkeää on antaa aikaa kohtaamiselle. Joka päivä.

Rakkaussukissa tallustellessa voi myös muistaa, että olemme rakkaus, ja rakkaus virtaa kaikkien ihmisten välillä. Maailma on tehty rakkaudesta ja rakkaudelle. Sukat jalkaan ja rakastamaan siitä!



Sinä olet rakkaus.

KAWAI