

Krist



iiina Komulainen

Ärsyttävät ihmiset kasvattavat eniten

Tuottaja, endurokuski, juontaja, äiti, toimittaja, skeittaaja, käsikirjoittaja, avantouimari, pomo, korkkarikaunotar, kotileipuri. **Kristiina Komulaisella on sen sata puolta ja hän myös käyttää niitä kaikkia.**

Toissa kesänä Kristiina lounasti enduroajojen välissä tunturin laella Vihdin kunnanjohtaja Sami Minkkisen kanssa. Sami kehotti luottamaan aina pitkään juoksuun. – Kun minulla on selkeä visio ja toimin oman moraalini mukaan, niin painan pitkäjärteisesti eteenpäin tiukoissakin tilanteissa. Silloinkin, kun muut eivät usko minuun tai arvostelevat muutosta.



K

uorosodan ja Miss Suomi –kisojen juontajana tutuksi tullut tv- ja radiopersoona Kristiina Komulainen työskentelee (36) Radio Loopin ohjelmapäällikkönä. Pomon roolissa Kristiina joh-

taa kolmea ihmistä. Esimiestaitoja hän on opetellut kantapään kautta.

– Näitä Y-sukupolven nuoria ammattilaisia johdetaan eri tavalla kuin edellisiä. Hierarkisen käsittämisen voi unohtaa, huomauttaa Kristiina.

Tiukka pomo

– Taidan olla aika kryptinen, arvoituksellinen tyyppi, naurahtaa Kristiina, joka tietää, että ihmisillä on hänestä iloinen mielikuva. Se ei kerro kaikkea.

Pomona Kristiina on vaativa, mutta oikeudenmukainen. Kiitosta hän jakaa, kun siihen on aihetta. Nuoret alaiset tarvitsevat erityisen paljon luottamusta ja itsenäisyyttä. Ilman haasteita, selkeitä puitteita työlle ja palautetta lopputuloksesta homma ei toimi.

– Näiden fiksujen ihmisten ideat muuttavat koko työelämää, jos heitä kuunnellaan, arvelee Kristiina.

Johtamisessa Komulaista mentoroi Muovix Oy:n toimitusjohtaja Mika Surakka. Heitä yhdistää enduro-harrastus. Insinöörien kanssa työskentelevä Mika auttaa Kristiinaa tarkastelemaan viihdemaailmaa sen ulkopuolelta käsin.

– Mika muistuttaa siitäkin, että tiimille pitää avata omaa johtamistyyliä, kertoa omasta tavasta alusta asti.

Ajattelun auttajat

Mentoreitaan Kristiina kiittää paljosta. Vaikka omat ongelmat pitää itse ratkoa, ajattelussa auttavat toisten ihmisten näkökulmat. Yksin ei tarvitse pärjätä. Korusuunnittelija ja astrologi Paula Nummelan rohkeista, mullistavista elämänmuutoksista Kristiina on oivaltanut paljon.

– Kun poikani syntyi, Paula muistutti siitä, etten koskaan puhuisi lapsen puolesta. Se on ollut tärkeä neuvo.

Cosmopolitanin päätoimittajan Miina Langen kanssa Kristiina jakaa samankaltaisia kokemuksia. Innostavat pohdinnat ovat poikineet Radio Loopiin ohjelmasarjan, jossa Miina ja Kristiina keskustelevat rajojen rikkomisesta, menestyksestä, työssä jaksamisesta, ystävyydestä.

Juristin työt jättänyttä elämäntaidon valmentajaa Anja Toivasta Kristiina kuvaa taitavaksi sparraajaksi.

– Anja on auttanut minua näkemään itsessäni sellaisia voimavaroja, joille olin sokea.

Kristiina muistuttaa siitä, että aivan kaikista kohtaamisista voi hoksata uutta. Ärsyttävät ihmiset opettavat paljon omista reaktioista. Joskus 15-vuotias nuori lävyyttää eteen suuren totuuden.

” Vietän aikaa eri-ikäisten ja eri tavoin ajattelevien ihmisten kanssa, etten alkaisi ajatella ahtaasti. ”

– Vietän aikaa eri-ikäisten ja eri tavoin ajattelevien ihmisten kanssa, etten alkaisi itse ajatella ahtaasti, summaa Kristiina.

Kosken kumu kuuluu

Kristiina uskoo, että elämän hyvät tapahtumat herättävät aina vastavoiman. Se kirkastaa ajattelua ja pakottaa muutokseen.

– Tyynessä vedessä on liian helppo lillua, hän tokaisee.

Kukaan ei kaipaa elämäänsä syöpää tai muranutta jalkaa.

– Silti sitä tapahtuu, sanoo Kristiina ja huomauttaa, että keskellä pyörremyrskyä, tilanteen ollessa pahimmillaan pitää saada itkeä ja huutaa.

Sen jälkeen on myönteisyyden vuoro. Vain se vie eteenpäin. ▶

▼ Syksyllä Kristiina juontaa Ylen uutta We Want More -livekonserttia. Hänet muistetaan NRJ:n aamushowsta sekä Radio Aallon ja The Voicen juontajan pesteistä. Radio Loopin ohjelmapäällikön työstä Kristiina palkittiin huhtikuuisessa RadioGaalassa.





- ▶ Vaikeuksia Kristiina ei pelkää.
 - Menneisyys ja kokemukset tekevät meistä sen, keitä me olemme, hän kiteyttää.
- Vaikka oman historian ikävistä tapahtumista ei pääse eroon, suhdetta niihin voi tietoisesti muuttaa. Sitä Kristiina opettelee jatkuvasti.
 - Helppohan minun nyt on puhua, kun elämässä on tyyni suvantovaihe. Jossain kohtaa se lähestyvän kosken kumu alkaa kumminkin kuulua, hymyilee Kristiina.

Kovissa paikoissa auttavat luottoystävät

– Pitää olla muutama tyyppi, joiden kanssa voi puhua suoraan, Kristiina sanoo ja huomauttaa, että joskus se satuttaa, vaikka ei olisi tarkoituksaan. Loukkaantumisen takaa löytyy yleensä isoja oivalluksia.

Muutaman lähi-ihmisen kanssa Kristiinalla on säännöt. Niiden mukaan kumpikaan ei lähde pois, vaikka keskustelu veisi mihin. Siitä tulee turvallinen olo.

Ystävien lisäksi Kristiinaa tsemppaa Gotlanissa asuva suoranuottinen henkinen valmentaja Suvi Savolainen.

– Olen pyytänyt Suvilta, ettei hän hymistele minulle. Hän on auttanut käymään kiinni vaikeisiin asioihin. Suvun avulla olen selittänyt monta tekosyytä.

Kristiina on monessa mukana. Perheelliseltä ihmiseltä se vaatii järjestelyjä.

–Ympärillä on loistavia tyyppejä. Sukulaisten, ystävien, kummien ja tarhakaverien vanhempien verkosto auttaa arjen organisoinnissa, kertoo Kristiina ja huomauttaa: – Vaatii myös uskallusta kysyä ja toisaalta tarjota vas-

tavuoroisesti itse apua.

The kesä

Kristiina kannustaa rikkomaan koti-työ-lähi-kahvila – kolminaisuutta, astumaan ulos tutusta arjesta. Hän tekee sitä itsekin. Kolmen vuoden takaista kesää Kristiina kutsuu muutoksen kesäksi. Päätös lähteä vaeltamaan Santiago de Compostelaan vauhditti uusien asioiden tuloa elämään.

– Päätin tänään ja olin jo ylihuomenna patikoimassa, Kristiina kuvaa ja jatkaa: – Klikkasin liput saman tien. Jos olisin odottanut iltaan, olisin keksinyt sata syytä, miksi ei kannata lähteä. Jajaamisen sijaan pakkasin repun.

Viis siitä, että Kristiina taittoi matkaa kehnoissa kampeissa ja huonosti valmistautuneena. Tärkeintä oli lähteminen. Kristiina kehottaakin toimimaan heti, kun idea syttyy. Asiat pitää laittaa liikkeelle innostuneena, suuntaa voi vaihtaa myöhemmin. Unelmien toteuttamiseksi pitää ryhtyä toimeen.

Matkan jälkeen elämässä alkoi tapahtua. Ensin löytyi enduro. Sen jälkeen Kristiina on laukannut tukka hulmuten muiden ratsastajien kanssa Kapkaupungissa Atlantin laidalla valkoista hiekkarantaa pitkin. Hän on ohjannut, käsikirjoittanut ja toiminut kertojanääninä julkiskokki Stefan Richterin sarjassa Richterin asteikko. Iso, oma projekti on ollut radiokanavan perustaminen nollasta.

– Se on viimeisen vuoden suurin, eniten kasvatannut juttu!

Kartingista korkkareihin

Kristiina Komulainen kuulostaa sarjaharrastajalta. Musiikki on ollut matkassa pienestä asti. Nuorena hän soitti pianoa, viulua ja bassoa. Rummuista Kristiina innostui muutama vuosi sitten uudelleen. Liikuntalajien määrä ja treenitahti huimaa: laskuvarjohyppy, roller derby, seinäkiipeily, moottorikelkkailu, lumilautailu, surffaus, suojuoksu, haikkaaminen, sukeltaminen, hot jooga, spinning. Nuorena päälaji oli ringette. Lapsena alkanut ratsastusharrastus jatkuu edelleen. Kartingia Kristiina on ajanut kilpaa. Lapsena aloittamaansa skeittausta hän treenaa nykyään kuusivuotiaan poikansa kanssa. Ikänsä juossut nainen osallistui kesäkuun alussa puolimaratonille.

– Minusta olisi voinut tulla huippu-urheilija, jos olisin malttanut keskittyä yhteen lajiin. Halusin kumminkin harrastaa monia, nainen nauraa.

Vauhtilajien vastapainoksi Kristiina käy ilmajoogassa ja yinjoogassa. Uusi tuttavuus on SUP-eli surffijooga, jota tehdään vedessä laudan päällä. Meditaatiossa ja mielikuvaharjoituksissa häntä sparraa Intiassa asuva entinen musiikki- ja mainostoimistoalan uratykki, omaa vaate-merkkiä johtava Nanna Mikkonen.

– Nannan ohjeilla olen juurruttanut ne aa-

▼ Elämän kivikot ovat tehneet hyvä Kristiinan ilobarometrille. Niin kliseeltä kuin se kuulostaakin, vaikeudet ovat opettaneet nauttimaan käsillä olevista iloista.



murutiineiksi.

Enduroharrastuksen juuret ovat maalaisnuoruudessa, johon kuului mopolla päristely. Enduroa hän ajaa sekä eteläisessä Suomessa että kesälomalla Lapissa, Saariselällä, jonne hän lähetti pyörän jo ennen heinäkuisen loman alkua. Vaikka Kristiina kilpailee endurossa, laji on hänelle ennen kaikkea keskittymistreeniä: pyörän päällä mieli uppoutuu ainoastaan ajamiseen.

“Minusta olisi voinut tulla huippu-urheilija, jos olisin malttanut keskittyä yhteen lajiin. Halusin kumminkin harrastaa monia.”

Patikkareissulla pipon reunan alta kurkistivat iloiset, ripsivärillä viimeistellyt silmät.

– Minä meikkaan jopa enduroradalle, Kristiina nauraa ja kuittaa epäilyt äijälajista.

Enduroasun alta Kristiinan naisellinen puoli kuoriutuu esiin sujuvasti. Ferrarinpunaiset piikkikorot tai kultakoristeiset, violetit Versacen korkkarit ovat yhtä luontevat jalkineet kuin ajosaappaat. Kun urheiluhieroja teippasi vanhan vamman juoksijan polvessa, teipin väri valittiin Kristiinan kynsilakan sävyyn sopivaksi.

Vaaleanpunainen suo

Kristiinan Instagram-tililtä löytyy pari kuvaa, joissa hän huhkii sauvojen kanssa reisiä myöten nevaan uponneena. Ilme on keskittynyt ja puoliksi hymyilevä.

– Treenaan suolla sitkeyttä, uppoan ja nousen ja uppoan taas, hän kertoo.

Suojuoksusessiot ovat muutakin kuin ponnisteltua ja silmiin valuvaa hikeä. Kristiina kuvailee turpeen ja kielon tuoksua, vaaleanpunaisen ja vihreän värittämää maisemaa ja suon toiseen laitaan pakenevaa, maantiekittäjiä muistuttavaa kurkiparia. On vaikea uskoa, että pikkutarkkoja havaintoja tarinoiva nainen ei nuorena kuullut lintujen laulua.

– En, vaikka asuin maalla, järven rannassa, hän hymähtää.

Vasta elämän tiukat paikat ovat opettaneet aistimaan ohi kiitävien hetkien yksityiskohtia.

Yksi juoksusuo löytyy Kristiinan lapsuuskodin läheltä Kuopion kupeesta. Sen pihapiiri on hänelle edelleen taianomainen, tuoksuva Narnia, jossa omenapuut ja kirsikat kukkivat. Sieltä, isän puoleiselta suvulta on kotoisin ruisleipäjuuri, jonka hevonen kertaalleen yritti syödä. Juuresta Kristiina leipoo lahjaksi ja lapselleen rouheita, suurieleisiä ruisleipiä ja jatkaa samalla yhdessä tekemisen perinnettä. Jo pienenä hän oppi tekemään asioita porukalla, yhdessä neljän muun sisaruksen kanssa. □

▼ Kristiina muistuttaa siitä, että kaikkien, myös jokaisen julkisuuden ihmisen elämä on välillä kurjaa. Toisen arkeen ei koskaan pääse täysin sisälle. Lottovoittoa saattaa seurata vakava sairaus tai avioero, jotka eivät näy päällepäin.

