

Salam



3/2012

Elokuu/2012
Hintä 4,20€

Uusien tilojen AVAJAISSET

sivut 19-21

Itämaan tietäjät

s. 30

Kulttuurien kirjo:

Suomi ja islam

s. 26

Despina Namwembe:

Uskontodialogia koko sydämellä

s. 6



سالم

Salam

TOIMITUS

Vastaava päätoimittaja
Madjid Bahmanpour

TOIMITUS

Paula Kemell
Laura Al-Hello
Jenni Issukka
Arttu Puukko
Haider Al-Hello
Kirsi Kokoi
Fahim Hassan



salam@resalat.fi

Resalat Islamilainen Yhdyskunta
(Suomen Ähl-e Beit)
puh. (09) 671 881
gsm 040 504 2581

Kaunispääntie 5
00970 Helsinki

Toimitus ottaa sitoumuksetta vastaan
artikkeleita ja kirjoituksia.

www.resalat.fi
www.salam.fi
myös Facebookissa
ISSN 1797-2159

Kansikuvassa:
Rukoilija nöyränä Jumalan edessä.

Sisältö

Pääkirjoitus	3
Resalatin Imaami: ”Pitäkää uskonne, älkää syrjäytykö”	4
Ja jatka kehoituksiasi	5
Despina Namwembe: uskontodialogia koko sydämellä	6
Paasto: Henkinen skarppaus	8
Salamin viisaudet	9
Aamiainen kesäyössä	10
Minttu	13
Uni	14
Suomalaisen muslimin haasteet ja ennakkoluulot hoitotyössä	16
Pyhän Profeetan rakastaminen	18
Avajaiset	19
Lapsen tarve rakkauteen	22
Kulta	24
Kulttuurien kirjo: Suomi ja islam	26
Jalkapallo yhdistää	29
Itämaan tietäjät	30
Muurahaisten valtakunta	32
Jumalan köysi	34
Egyptin nuori aktivisti: Abdoullah Hendawy	36
Rukousajat Helsingissä	38





Jumalan, Armeliaan, Armahtavaisen, nimeen

Koraanin kuukausi, Ramadhan, on jälleen käsillä. Pyhän Kirjan jakeiden kaunis resitointi täyttää kotimme ja moskeijamme täydellisellä ja mystillisellä soinnullaan. Perinteen mukaisesti Koraanista luetaan joka päivä yksi kolmestakymmenestä osasta niin, että kun Ramadhan loppuu, Koraani on luettu kanteesta kanteen. Useimmat lukevat Koraania aamurukouksen jälkeen tai illalla päivän paaston päättävää aterialla, iftaria, odotellessa. Myös oman yhdyskuntamme tiloissa Fatemeh Zahra islamilaisessa kulttuurikeskuksessa vaalimme tätä perinnettä. Illalla keräännymme moskeijalle ja istumme rinkiin asettaen Koraanit eteemme omille telineilleen. Miehet lukevat vuorollaan pätkän Pyhää Kirjaa kunnes yksi sen osista on kokonaan luettu. Imaami tai joku toinen Koraanin resitoinnin mestari korjaa mahdolliset virheet. Myös lapset osallistuvat resitointiin ja vuorollaan hekin lukevat kykyjensä mukaan. Onkin ilahduttavaa huomata kuinka monet heistä ovat edistyneet kuluneen vuoden aikana resitoinnissa.

Islamilaisten perinteiden ylläpitäminen on hyvin tärkeää yhteisöllemme. Päinvastoin kuin yleisesti luullaan, islam ei levinnyt maailmalle miekan vaan muslimien välityksellä. Nämä henkilöt ovat omalla hyvällä käytöksellään ja korkealla moraalillaan tehneet vaikutuksen moniin yhteisöihin ja kansakuntiin. Muslimien tulisi edelleenkin olla esimerkkinä hyvästä moraalista, missä päin maailmaa sitten asuvatkin.

Yksi tärkeimmistä Profeetta Muhammedin (rauha hänelle ja hänen jälkeläisilleen) jättämistä islamilaisista perinteistä on avioliitto. Profeetta julisti, että 'Al Nekaah al Sunnat' eli 'avioliitto on minun perinteeni'. Tämän mukaisesti musliminuorten ei tulisi siirtää avioitumista, mikäli heillä vain on mahdollisuus mennä naimisiin. Heidän tulisi näin vaalia moraalisesti ja materiaalisesti hyvää elämäntapaa nauttimalla tasapainoisesta, rauhallisesta, iloisesta ja mukavasta perhe-elämästä.

Islamilaisista maista tullut muuttoliike 1990-luvulla toi tullessaan monia haasteita Suomen islamilaiselle yhteisölle. Yksi suurimmista haasteista on ollut avioliitto. Perinteiseen islamilaiseen yhteiskuntaan verrattuna nuorisomme on kasvanut aivan erilaisessa ympäristössä, joka tarjoaa nuorille monia houkutuksia, jotka eroavat Profeetan perinteestä.

Monet vanhemmat ja nuoret itsekkin ajattelevat, että hyvän muslimipuoliso löytyy vain vanhasta kotimaasta. Kuitenkin erilaisessa ympäristössä kasvanut puoliso tuo avioliitolle monia uusia haasteita. Joskus täällä kasvanut nuori on omistautunut islamilaisille arvoille enemmän kuin muualta tullut puolisonsa, ja toisaalta tilanne voi olla myös päinvastoin. Suurin osa yhteisömme jäsenistä on nuoria, mutta valitettavasti he harvoin avioituvat keskenään, vaikka he jakavatkin samanlaisen kasvuympäristön, minkä luulisi auttavan heitä ymmärtämään toisiaan paremmin. Tämä suuntaus on hyvin surullista katsottavaa.

Monet avioliitot, joissa puoliset tulevat kovin erilaisista lähtökohdista, ovat tuhoon tuomittuja. Nopeat päätökset lomamatkoilla johtavat avioliittoihin serkkujen ja kaukaisten sukulaisten tai tuttavien tuttavien kanssa. On turha lähteä merta edemmäs kalaan: Yhteisömme sisällä on monia hyviä tyttöjä ja poikia, jotka ovat kasvaneet täällä ja kokeneet samoja haasteita saavutuksineen ja epäonnistumisineen. Luulisi, että samat kokemukset läpikäyneinä heidän olisi helpompi ymmärtää toisiaan ja onnistua onnellisen ja vahvan avioliiton perustamisessa.

Moskeijoiden imaamien tulisi paneutua näihin ongelmiin, ja niin vanhempien kuin nuorten itsensäkin tulisi miettiä tätä kysymystä perinpohjaisesti. Joskus naapurin leimaaminen huonoksi ja epäsovivaksi puolisoiksi on helppoa, ja unohtamme että meillä itsellämme on myös puutteita.

Suokoon Allah meille johdatusta ja yhteisömme nuorille onnellisia avioliittoja – tulkoot puoliset sitten täältä tai muualta. Siunatkoon Allah meitä tällä Profeetan perinteellä, jotta pääsisimme todistamaan tämän Ramadhanin päättyessä id-juhlaan monia onnellisia avioliittoja.

*Madjid
Bahmanpour*
Päätoimittaja



"Pitäkää uskonne, älkää syrjäytykö"

*Resalat islamilaisen yhdyskunnan imaami **Seyed Mostafa Motahari** istuu toimistonsa työpöydän ääressä oppineen päähineessään (ammame), jonka musta väri kertoo, että hän on "seyed" eli samaa sukujuurta muslimien rakastetun Profeetan (rauha hänelle ja hänen perheelleen) kanssa. Nuoren imaamin olemus on ystävällinen, ja hän puhuu rauhallisella äänellä ja miettii tovin vastaustaan kuhunkin kysymykseen.*



Kun ensin tiedustelen hänen oppiarvoaan tai tittelään, hän hymähtää vaatimattomasti ja muistuttaa: Ihmiset kutsuvat arvostamiaan oppineita eri nimillä, esimerkiksi ajatollah ei ole virallinen oppiarvo.

Sopiva titteli omalle imaamillemme on Hodjat-ol-Islam (eng. "Proof of Islam").

Olen suorittanut Iranissa kaksi ammattitutkintoa toisen hadith-tieteessä, joka tutkii Profeetan (rhhp) perimätietoa ja toisen islamilaisessa lakiopissa (fiqh). Tämän jälkeen opintoni jatkuivat maisterintutkinnoilla, joita minulla on kaksi: teologiassa ja islamilaisessa lakiopissa. Tällä hetkellä teen väitöskirjaani (PhD) hadith-tieteen alalta.

Siirtyminen harjoittamaan moskeijan imaamin ammattia Iranista Suomeen – saati pelkkä matka tänne, on varmasti suuri muutos, vaikka imaamimme onkin matkustellut aiemmin muun muassa Intiaan, Syyriaan, Saudi-Arabiaan ja Irakiin. Puoli vuotta kestäneen Suomessa oleskelunsa aikana hän on päässyt tarkkailemaan Suomen luontoa:

Suomen luonto ja sen monimuotoisuus on erityislaatuinen verrattuna vaikkapa Iraniin. Vaikka esimerkiksi Pohjois-Iranista löytyy

paljon järviä ja joistain osista Irania laajoja metsiä, on Suomen metsäjärvimaisema vertaansa vailla. Iranista ei tätä yhdistelmää löydy, vaikkakin merenrantaa kyllä on paljon. Toisaalta esimerkiksi Intiassa sataa runsaasti, mutta ilma on silti epäpuhdasta – Suomessa raikasta ja puhdasta. Itseasiassa juuri Suomen siisteys kiinnittää vierailijan huomion."

Imaamimme vaimo ja 3-vuotias poika ovat vielä Iranissa. Kysyn mikä oli se seikka, joka toi Motaharin perheensä luota tänne kauas tunte mattomaan Pohjolaan. Ensiksi imaami mainitsee, että shiiaoppineiden velvollisuus on edistää islaminuskoa kaikkialla:

Minuun otettiin yhteyttä, ja ymmärsin että Suomessa on tarve imaamille. Lähdin suorittamaan velvollisuuttani oppineena.

Kysyessäni mitä Motahari toisi Iranista Suomeen – paitsi tietysti perheensä imaami miettii hetken, nauhahtaa ja sanoo:

Qomistazohanin ja Esfahanista käzin!

Imaamimme laittaisi siis suomalaisen suut makealle, sillä Qomin kaupungissa valmistetaan maailman kuulua sahamilla maustettua pis-

taasimakeista zohania, joka leivotaan rapean toffeemaiseksi muun muassa jauhoista ja öljystä. Găz on toinen perinteinen iranilainen sitkeähkön marengin tyyppinen makeinen, joka sisältää mantelia ja ruusuvettä.

Keskustelu siirtyy jälleen takaisin Suomelle ominaisiin asioihin ja täällä asuviin muslimeihin. Imaami toteaa, että koska Suomi on ainakin islamilaisista maista katsottuna "maailman ääri" ja kaukana suurista islamilaisista maista, suomalaisilla islamin harjoittajilla on myös erityinen vastuu muslimina pitää kiinni uskostaan ja harjoittaa sitä.

Koska olemme kaukana, meidän on ponnisteltava pysyäksemme uskonnollisesti lähellä islamin ydintä. Toisaalta Suomen muslimien haasteena on olla aktiivinen osa suomalaista yhteiskuntaa. Meidän tulee käyttäytyä asiallisesti ja oikein sekä suomalaisessa yhteiskunnassa että kaikkia muita uskontoja ja islamilaisia ryhmiä kohtaan. Me emme saa toimia mitenkään Suomen lakien vastaisesti emmekä missään nimessä saa syrjäytyä tässä yhteiskunnassa.

Keinoina oikealla tiellä pysymiseen, imaamimme näkee erityisesti tiedon lisäämisen.

Muslimin pitää etsiä ja lisätä tietoa kaikilla elämän aloilla. Islamin tulee perustua nimenomaan tieteelliseen tietoon. Tällä en tarkoita yliopistopintoja, vaan sitä että uskomme perustuu tietoon luulon sijasta.

Kirsi Kokoi

Resalat Islamilaisen
Yhdyskunnan imaami
Seyed Mostafa Motahari
on tavattavissa
moskeijalla päivittäin
klo 9 – 15.

Toimistoajan ulkopuolella imaami on tavattavissa
moskeijalla viikottaisen
ohjelman ja
juhlapäivien aikana.

Puhelin: 09 671 881

Ja jatka kehoituksiasi

Ramadhan on ovellamme. Olen pitkään seurannut muslimiyyhteisöä ja huomannut, että ennen ramadhanin tuloa ruokaostokset lisääntyvät. Ei välttämättä uskoisi, mutta ramadhanin jälkeen joillekin ihmisille on tullut lisää kiloja. Kaikilla arabialaisilla kanavilla TV-ohjelmien tarjonta rikastuu viihdellä: esimerkiksi piilokameraohjelmia on runsaasti iltaisin paaston rikkomisen jälkeen. Erilaiset kansan suosimat viihdeohjelmat kuten esimerkiksi pelit ja kilpailut lähetetään nimenomaan Ramadhanina. Ajattelen, että jotenkin tässä ollaan menossa väärään suuntaan. Media vie paastoajien huomion pois ramadhanin tarkoituksesta.

Ramadhaniin pitää valmistautua. Kehomme on kuin valtio, jossa on erilaisia voimia, joita nyt kutsun ministeriöiksi. Näiden ministeriöiden tehtävänä on seurata kehon portteja (aistit). Vuoden aikana ministeriöt korruptoituvat ja huomattavasti sortuvat saatanaa esittelemään nautintoihin eli "laittomien haluihin". Nämä halut ovat kehon ministeriöiden heikko kohta. Allah tietää palvelijoidensa heikkoudet ja siksi Hän on asettanut meille vuoden varrelle tarkistuspisteitä, joissa pysähdymme ajattelemaan, mitä olemme tehneet esimerkiksi kuluneen neljännesvuoden aikana. Valmistautuminen ramadhaniin on tehtävä jo ennen sen alkua, eikä kuten jotkut ajattelevat, vasta sitten, kun ramadhan alkaa, jolloin pitäisi luopua kaikesta pahasta eikä saisi sortua kiusauksiin. Jos paastoaja haluaa oikein onnistuneen



ramadhanin, hänen on ryhdistäydettävä ja ohjattava itsensä oikealle tielle jo ennen ramadhanin alkua. Paaston aikana uskova vielä vahvistaa "ministeriöitä" ja poistaa niiden heikkoudet kokonaan. Päiväsaikaan, jolloin nautintojen tarjonta on ylimmillään, keho nojautuu älyllisiin päätöksiin. Paastoaja huomaa ja erottaa parhaiten, mikä on oikein ja mikä väärin, kun hänellä on riittävästi aikaa pohtia näitä asioita. On myös muistettava, että islamissa teot ovat tärkeämpiä kuin teoria. Ramadhanina päiväsaikaan, jolloin kaikki kanssakäyminen tapahtuu, on paastottava kaikin tavoin.

Miten ihminen voi onnistua paastossaan ramadhanin sääntöjen puitteissa? Ongelmatilanteista pitää selvittää rikkomatta paastoa. Ihminen pelastautuu vain ja ainoastaan nojautumalla päätöksissään aina älyyn, mutta näin on erityisesti paaston aikana. Paaston tarkoituksena on korjata ihminen kokonaisuudessaan niin henkisesti kuin fyysisesti, jolloin ihminen myös näkee sen hyveellisen mallin käyttäytymiselle, jota hänen tulisi seurata koko vuoden ajan.

Valitettavasti tänä päivänä arabiankielinen media, ja miksei muslimimaailman media yleensä, toimii niin, että paastoajien huomio käännetään paaston yleistä tarkoituksista pois. Oletko sinä, hyvä paastoaja, miettinyt omaa valmistautumistasi ramadhaniksi?

H. Al-Hello

Despina Namwembe: Uskontodialogia koko

URI (United Religions Initiative) on maailmanlaajuinen ruohonjuuritason uskonto-dialogia edistävä järjestö. Perustamisestaan lähtien se on toiminut myös Afrikassa, jossa sillä on 95 piiriä 25 maassa. Afrikan mantereeseen korruptoinuneet hallitukset, vakavat ihmisoikeusrikkomukset, köyhyys sekä HIV:n ja AIDS:n laaja levinneisyys luovat omat haasteensa myös uskontojen väliselle vuoropuhelulle.

URI:n piirit pyrkivät löytämään ratkaisuja sisällissotien ja heimojen välisten ristiriitojen repimän alueen ongelmiin ruohonjuuritasolla järjestämällä työharjoittelupaikkoja, tukemalla mikroyrityksiä ja terveyspalveluja sekä rakentamalla rauhaa ja selvittämällä konflikteja. Piirit auttavat myös suoraan AIDS:ia sairastavia orpoja sekä edesauttavat sodan uhrien kotiuttamista.

Despina Namwembe on ugandalainen kolmen lapsen äiti ja rauhan-



aktivisti. Hän on opiskellut sosiaaliajaa ja tehnyt maisterintutkintoa rauhantutkimuksesta. Despina käynnisti ortodoksikirkossaan naisten parissa tehtävän voimaannuttamistyön.

Voitko kertoa mikä on United Religions Initiative ja mitä teet siellä?

URI on maailmanlaajuinen, ruohonjuuritason järjestö, jonka tarkoitus on saada uskontoon perustuva viha loppumaan sekä luoda rauhan ja oikeudenmukaisuuden kulttuuria, joka parantaisi maailman ja kaikki sen asukkaat. Toimintamme tarkoitus on

luoda siltoja uskontojen ja kulttuuriin välille ja työskennellä rintarinnan yhteisen edun saavuttamiseksi. Olen URI:n alueellinen koordinaattori Afrikan järvalueen maissa.

Mikä sai sinut lähtemään tälle alalle? Mistä saat motivaatiota työhösi?

Olin harjoittelijana Ugandan kristillisessä neuvostossa (Uganda Joint Christian Council), jossa jo nuorena opin kunnioittamaan uskontojen moninaisuutta. Vuoropuhelua kohtaan tuntemani ymmärrys ja kunnioitus ovat syventyneet URI:n myötä. Oma uskonnollisuuteni ja halu auttaa muita ovat tärkeimpiä motivaationi lähteitä.

Miksi uskontojen välinen vuoropuhelu on tärkeää ihmisen kehittymisen kannalta? Miten te onnistutte siellä missä muut epäonnistuvat?

Vuoropuhelu vaatii oman uskon ja arvojen syvempää tuntemusta. Tämä pohja auttaa arvostamaan, sitä mitä itsellä on ja harjoittamaan omaa uskontoa tietoisemmin. Se saa varovaiseksi, ettei tekisi mitään väärin yhteisön silmissä ja jotta tämä saisi hengellisyydestä paremman kuvan. Käytännössä eri uskontoja edustavat ihmiset elävät parempaa rinnakkaiseloa.

Mitkä ovat olleet uskontojen väli-



sydämellä



sen vuoropuhelun suurimmat haasteet ja miten olet kohdannut ne?

Uskontojen välisen yhteistyön pahimpana uhkana näen kilpailun seuraajista, itsekkyyden ja ennakkoluulon. Nämä ilmenevät siinä, kuinka jotkut uskonnolliset johtajat puhuvat, tarjoavat valikoituja mahdollisuuksia ja kieltäytyvät vuoropuhelusta. Jotkut ihmiset edelleen pelkäävät, että uskontojen välinen vuoropuhelu tarkoittaa käännättämistä tai liberaalia suhtautumista omaan uskontoon.

Mitkä ovat mielestäsi uskontojen välisen yhteistyön mahdollisuudet ja mihinkä haluaisit ensin tarttua?

Vuoropuhelulla on monia mahdollisuuksia, sillä se pystyy kuomaan umpeen niin yksilöiden kuin yhteisöjenkin väliset välit. Usko on henkilökohtaista omistautumista, eikä siihen voi ketään pakottaa. Se lähtee

yksilöstä ja kasvaa yhteiskunnalliseksi ilmiöksi, niin me kaikki voimme elää vapaassa ja rauhallisessa maailmassa. Vuoropuhelu vaatii meiltä heittäytymistä tuntemattomaan, jotta oppisimme ymmärtämään muita uskontoja ja tämä auttaa meitä seuraamaan omaa uskoamme. Kaikki uskonnot kehottavat meitä rakastamaan toinen toisiamme, ja rakastaminen on helpompaa kun tunnemme toisemme.

Mitkä asiat ovat lähimpänä sydäntäsi? Miten kohtaat ne?

Uskontojen välisen vuoropuhelun pyrkimykset rauhaan ja oikeudenmukaisuuteen ja naisten aseman parantamiseen ovat minulle keskeisiä asioita työssäni. Naisilla on moninaisia ongelmia, joista jotkut ovat näkyvämpiä kuin toiset. Etenkin kehitysmaissa naiset kohtaavat paljon väkivaltaa. Sen lisäksi näen

uskontojen välisen toiminnan henkisten maailmojen risteyksenä, joka on jumalallinen ja rauhallinen ja vie ihmiskuntaa sosiaaliseen harmoniaan. Vaikka asummekin tänä päivänä konfliktierhessä yhteisöissä niin paikallisesti kuin kansainvälisestikin, meidän oikeutemme on asua maailmassa, jossa ei tarvitse pelätä tulevaisuutta. Tämän päivän maailma saa meidät huolestumaan siitä, mitä huominen tuo tullessaan eikä tämä ole sitä mitä Jumala tarkoitti sanoessaan, että meidän tulisi nauttia elämästä. Yhdelläkään ihmisellä ei tulisi olla avaimia toisen ihmisen elämään, sillä niiden tulisi olla vain Luojan käsissä.

Paula Kemell



UNITED RELIGIONS
INITIATIVE

URI
perustettu vuonna 2000
538 piiriä 79 maassa
Suomessa neljä piiriä
www.uri.org



Imam Ali

(rauha hänelle):
*Allah rakastaa
 enemmän teke-
 määsi syntiä, jota
 kadut kuin hyvää
 tekoa, joka saa si-
 nut ylimieliseksi.
 Elä ihmisten kes-
 kuudessa niin, että
 kun kuolet, he itke-
 vät poismenoasi ja
 kun elät he janoa-
 vat seuraasi.
 Kun paastoat anna
 myös korviesi, sil-
 miesi, hiuksesi, ihosi
 ja koko ruumiisi
 paastota. Älä anna
 paastopäiviesi ku-
 lua kuin tavallisten
 päivien.*

Paasto:

Henkinen skarppaus

'Teidän, jotka uskotte, tulee paastota niin kuin niiden, jotka olivat ennen teitä, jotka karttaisitte pahaa' (Pyhä Koraani 2:183)

Paaston fyysistä eduista huolimatta sen tärkein päämäärä on sittenkin henkinen parantuminen ja kohentu- minen. Sielun suursiivoukseen osal- listuu vuosittain miljoonia muslimoja ympäri maailmaa. He sanovat "ei" ruoalle, juomalle aina auringon nou- susta auringon laskuun kuukauden ajan. Jos mikään niin juuri tällainen- vapaaehtoinen kieltäytyminen se- kä välttämättömistä että autuaaksi teke- vistä aistillisista nautinnoista ko- hentaa luonteen lujuutta ja vahvis- taa sydämen päättäväisyyttä. Suun sulkeminen fyysiltä nautinnoilta saa sielun riemuitsemaan elämän henki- sistä helmistä.

Mutta riittääkö pelkkä suun sulke-

minen sielun autuuden saavuttami- seksi? Toki se on askel oikeaan suun- taan, sillä pelkästään se, että noudat- taan Allahin antamaa määräystä, on saavutus sinänsä ja siitä saa varmasti hyötyä niin tässä kuin tulevassakin elämässä. Tuskin kukaan haluaa luo- pua elämän iloista pelkän kurnivan vatsan tähden. Täyden hyödyn paas- tosta saa, jos illan aterialla odotellessa ruokkii sieluaan. Mietiskely ja oman itsensä tutkiskelu auttavat elämän saattamisessa niille raiteille, jotka johdattavat yleviin päämääriin. Sie- lun saneeraukseen tarvitaan reilusti itsekriittisyyttä ja aitoa katumusta, joita käytetään vanhan minän mitä- tömiseen. Nollauksen jälkeen tarvi- taan lujaa päättäväisyyttä ja ravintoa uuden, paremman, minän rakenta- miseen. Parhaan suojan sielulle voi ammentaa Koraanista ja rukouksista.

Teot ovat myös avainasemassa, sillä paasto ei merkitse paljoakaan, jos omasta luonteesta ei pysty kit- kemään tai edes harventamaan sen

ikäviä puolia. Aivan varmasti musli- mien paasto jää pelkäksi vatsan ku- rinaksi, jos samaan aikaa valehtelee, puhuu pahaa selän takana, loukkaa muita, laiminlyö velvollisuuksiaan ja jatkaa itsestä elämää. Parhaimman hyödyn paastosta saakin, kun katu- u ilkeitä puheitaan, loukkaavia sano- jaan ja tekoja, joista ei mielellään edes puhuisi. Hyviä tekoja ei tee kos- kaan liikaa. Omasta jakaminen on taito sekin tänä egoismia suosivana aikana. Antaminen tuottaa suurta iloa niin antajalle kuin saajallekin. Iloi- nen tervehdys, kaunis kiitos, kohteli- as ele ja huomaavaisuus eivät maksa mitään, mutta saavat kovimmankin sydämen sulamaan ja kylvävät hyvää mieltä itselle ja muille.

Samalla kun sulkee suunsa ruo- alta, juomalta ja juoruilta, sen voisi antaa totutella Allahin muistamiseen ja kiittämiseen.

Paula Kemell

Salamin viisaudet:

Uskovaisten ruhtinas imaami Ali (rh) sanoi: 'Oi Allahin palvelija. Älä kiirehdi moittimaan toista hänen tekemistään synneistä.

Mutta ehkä hänelle annetaan anteeksi. Äläkä ajattele olevasi turvassa, kun teet synnin, olipa synty pieni taikka iso, sillä voi olla että koetuksesi tulee juuri siitä synnistä. Jokaisen tulee salata muiden tekemät virheet ja riittääköön jokaiselle itselleen tarkkailtavaksi omat virheensä. Ja olkoon pääasiallinen tehtäväne olla kiitollisia silloin, kun näette toisten koetukset, siitä että ne eivät olleet omianne.'

Imaami Ali Al-Ridha (rh) sanoi: Tuomiopäivänä Allah pysäyttää uskovaisten eteensä ja näkee tämän teot. Allah katsoo uskovaisten tekoja ja lukee ensin tämän tekemät synnit. Silloin uskovaisten väri muuttuu ja hän alkaa tärähtää. Sen jälkeen Allah lukee uskovaisten tekemät hyveet, jolloin uskovaisten tuntee olonsa iloiseksi ja turvalliseksi. Sitten Allah antaa käskyn, että uskovaisten synnit muuttuvat hyveiksi ja pyytää näyttämään ne ihmisille, jotka sanovat ihmeissään: 'Eikö näillä ihmisillä ole mitään syntiä?' Tämä on Allahin sanomaa Koraanissa (25:70): (Allah muuttaa heidän syntinsä hyveiksi).'

Uskovaisten ruhtinas imaami Ali (rh) sanoi: 'Allah on määrännyt köyhien ruoan tulevaisuuden uskovaisten rahoista. Köyhä näkee nälkää, koska

rikas ei anna. Allah tulee kysymään rikkailta, miksi he näin tekivät.'

Käännös: H. Al-Hello



Aamiainen kesäyössä

'...joka teistä on kotonaan sinä kuukautena, paastokoon, mutta joka on sairas tai matkalla, paastokoon muina päivinä. Jumala tahtoo, että teillä olisi helppoa, ei vaikeaa.'

Muslimien paasto, Ramadhan, on itselleni ollut aina koettelemuksen aikaa. Ei siksi että itse paastoamiseen liittyvät säännöt ja sen pakollisuus muslimille olisi jotenkin kohtuutonta, vaan siksi että henkilökohtaisesti minulle janon kesäminen on erityisen vaikeaa jostain

syystä. Syömättä voin olla vaikka viikon, mutta vettä pitäisi saada kerran tunnissa. Toisaalta paastokuukauden jälkeen riemu siitä, kuinka on voittanut itsensä ja omat halunsa onkin silloin kaksin verroin suurempi. Valitettavasti ihmismieli on heikko ja unohtavainen: se, miten ihanalta kylmä vesilasillinen maistuu 18 tunnin juomattomuuden jälkeen, unohtuu äkkiä paaston loputtua ja arjen palattua.

Muslimeille jokavuotinen paasto on pakollinen. Vain sairaiden ja lasten sekä vanhusten ei ole pakko paastota. Paastoamattomat päivät on korvattava myöhemmin, ja jos ei tähänkään kykene voi pyytää jonkun toisen paastoamaan ne puolestaan. Mikäli tahallisesti rikkoo paaston

(syö, juo tai tekee muuta paastopäivän aikana kiellettyä), korvaus on kova: yhden tahallaan paastoamatta jätetyn tai tietoisesti ilman hyväksyttävää syytä riktun paastopäivän korvauksena, on paastottava peräti 60 päivää. Toisaalta sairaana ei pidä paastota, ja jokainen vetää itse omalla kohdallaan johtopäätöksensä siitä, milloin on niin sairas, että paaston voi jättää tai rikkoa. Jumala näkee kuitenkin mitä meidän mielissämme liikkuu.

Kesäisen aurinko vaikuttaa paastoon

Paljon kuitenkin kuulee nurinaa ja itsesääliä, kuinka meidän täällä Poh-



jolassa ja Suomessa on vaikeaa ja miltei mahdotonta paastota, kun aamuhämärän ja iltapimeyden välillä voi olla parikymmentä tuntia. Jumala on kuitenkin luonut vuodenaikojen vaihtelun, käskenyt auringon nousta ja laskea antamiensa lakien mukaan ja Jumalan maailma on laaja! Itse jaksan aina varsinkin paaston aikaan ihmetellä sitä, miten päivän pituus ja vuoden ajat ovat niin erilaiset eri puolilla maailmaa. Me täällä Suomessa saamme puolestamme syksyllä nauttia lyhyemmistä päivistä ja paastosta ja sydäntalvella paastopäivän pituus on lyhimmillään mitättömät seitsemän tuntia! Suomessa myös elämä yleensä on kovin paljon helpompaa kuin monessa muussa maassa. Hyvinvointivaltiossa paastaminenkin on varmasti helpompaa kuin monelle muualla asuvalle muslimille.

Joitain tuntuu kovasti kiusaavan myös se, että paasto alkaa eri islamin koulukunnilla ja oppineiden mukaan eri päivänä, jolloin paaston jälkeinen suuri lid-juhlakaan ei ole koko maailman muslimilla samana päivänä. Itseäni tämä ei ole ikinä häirinnyt. Islamin sisällä joistain asioista voi olla oppineilla eri tulkintoja, joita me tavalliset oppimattomat seuraamme. Tosiasiassa paaston alkamisen vaihtelu ei varmasti ole muinaisinaan aikoina sattunut juuri samaksi päiväksi – ensinnäkin tiedonkulun hitaudesta johtuen ja varsin silloin, jos kuuta on ollut vaikea havaita pilvien takia. Itse en kertaakaan onnistunut itse näkemään kuuta, niin että olisin voinut omin silmin todeta paaston alkaneen tai päättyneen. Sen sijaan joka vuosi saan useita tekstiviestejä ja onnitteluja paaston alkamisesta ja netistä voi nykyään jokainen tarkistaa tilanteen sen oppineen sivuilta, jota itse seuraa.

Mistä perinteet suomalaisen paastoon?

Meille islamiin kääntyneille eli palanneille, jotka olemme koko muslimielämämmekin asuneet Suomessa, paastoon liittyvät perinteet ja tavat ovat osin vain sadunhohtoisia ker-

tomuksia Ramadhanin iltaelämästä ja vierailuista ystävien ja sukulaisten luona ja herkkuja notkuvista pöydistä illoin ja aamuin. Siellä ehkä paastoonkin voisi paneutua syvemmin, kun esimerkiksi työpäivän pituutta ainakin toimistoissa ja kaupoissa lyhennetään paaston ajaksi. Toki siellä on myös kuumempaa ja raskaampaa työskennellä. Ja kyllä muslimimaissa-kin osa väestössä joutuu raatamaan ihan samalla tavalla oli paasto tai ei. Suomeenkin maahanmuuttajat ovat tuoneet mukanaan islamilaista kulttuuria, myös paastoaikaan liittyen. Ne suomalaiset islamiin palanneet, jotka ovat avioituneet Suomeen muuttaneen muslimin kanssa, saavat tutustua lähemmin ja noudattavatkin osin näiden maiden paastonajan tapoja ja varsinkin ruokakulttuuria. Itse koen, että suomalaisena muslimina myös paastoni on hyvin suomalainen eikä sen tarvitse muuta ollakaan. Ehkä on hyväkin, että erityisen Ramadhanin erityisaterioiden ja ”juhlinnan” puutteessa joudun keskittymään niihin asioihin, joihin Islam paaston suhteen opettaa ja käskkee: omien mielitekojen ja ajatusten hallintaan, ylimääräisiin rukouksiin, Koraanin lukemiseen ja moskeijalla käyntiin.

Itselleni paastossa tärkeä puoli on aina ollut köyhien ja nälkäänäkevien muistaminen. Se on myös asia, jota ajattelema jaksan taistella paaston nälän ja janon tunteen kanssa. Suurin osa tämän maailman ihmisistä, naisista, lapsista ja vanhuksista, kärsii nälästä koko elämänsä, jopa nälkäkuolemaan asti! Kun me täällä Suomessa paastoamme, olemme kuitenkin ahtaneet aamiaisella itsemme niin täyteen ruokaa ja juomaa kuin vain pystymme paastopäivän kestämiseksi. Päivän aikana koemme halua juoda ja syödä, mutta mielestäni sitä ei voi edes kutsua näläksi ja janoksi. Luulen, että me täällä emme osaa edes kuvitella mitä on todella nähdä nälkää tai kärsiä puhtaan veden puutteesta. Täällä paastoessamme meitä helpottaa tieto siitä, milloin sekunnilleen saamme taas nauttia paaston rikkovan aterian. Nuo ihmiset köyhissä maissa eivät ehkä

koko elämänsä aikana saa yhtä ainoaa kunnon ateriala, saati tietäisivät milloin ja mistä seuraava ruoka-annos saadaan. Siltikin useimmat heistä tekevät myös raskainta työtä ja raskaimmissa olosuhteissa, kuumissa maissa. Tähän kaikkeen suhteutettuna oma valitus siitä, että paastopäivä on pitkä ja juomattomuus ja syömättömyys ovat kärsimystä, tuntuu naurettavalta, pikkusieluiselta ja ennen kaikkea niin itsekkäältä, että se on suorastaan häpeällistä! Shiia-muslimina myös vedenpuutteeseen liittyy tunteita nostattavia ajatuksia, jotka liittyvät Ashuraan ja meidän rakkaiden Imaamien ja heidän perheidensä kärsimyksiin, joista vähin ei ollut tuskallinen jano piirityksen aikana.

Näitä ajatuksia vasten minun on myöskin ollut vaikea ymmärtää muslimilmaiden kulttuuria, joissa paastopäivä käytetään erikoisten herkkujen valmistukseen ilta-ateriaa varten ja aamiaispöytäkin notkuu mitä ihannampia ruokia. Makeaa syödään paljon, käydään vierailuilla ja muutenkin juhlietaan oikein olan takaa. Tokihan muslimimaissa myös joillain köyhillä on Ramadhanin aikaan juhlat, kun varakkaammat huolehtivat siitä, että katujen varsilla ja pihoilla on ilmaiset ruokatarjoilut jokaisena paastopäivän iltana. Eihän meidän tulisi iloita paaston rikkomisesta pimeyden saavuttua, jos naapurillamme ei ole mitään millä rikkoa oma paastonsa. Mielestäni naistenkin olisi kuitenkin hyvä käyttää herkkujen taikomiseen menevä aika vaikkapa ylimääräisten ruokosten suorittamiseen tai Koraanin lukemiseen tai kuunteluun, vaikka aterian valmistamisesta paastoajille saakin runsaasti ansioita.

Yksinäinen paastoaja

Koska itse olen yleensä kokopäivätoissa ainakin osan paastokuukaudesta, juhlinta ja herkuttelu jäävät Ramadanina jopa vähemmälle kuin normaaliaikana. Tämä ei ole itsehilintäni ansiota vaan ihan laiskuutta ja ajanpuutetta. Työpäivän jälkeen ei jää aikaa – eikä ole voimia – rehtiä lieden ääressä. Varsinkin, jos töistä

on mennyt suoraan moskeijalle, kotiin tultua söisi vaikka pieniä kiviä, jos muuta ei ole valmiina. Omasa iftar-pöydässäni (paaston rikkova ateria) on hyvin kevyttä ja kasvispi-toista einestä. Yksi ruokalaji ja juotavaa. Tämä riittää hyvin ja syödään kiitollisuudella ja enempää en itse pystyisikään syömään. Kahvi ruuan jälkeen kruunaa aterian. Sitten onkin vuorossa rukoukset ja mahdollinen Koraanin lukeminen ja nukkumaan meno, jotta jaksaa herätä aamuyöstä aamiaiselle. Ainoa paaston "perin-neruoka" meillä taitavat olla taatelit, joilla rikon päivän paaston vesilasillisen kera sekä jugurtti-minttujuoma, joka tehdään turkkilaisesta jugurtista, vedestä, mintusta ja suolasta sekoittamalla. Tämä on hyväksi koettu virkistävä juoma, joka aamulla nautittuna pitää myös janon hyvin pois koko päivän – varsinkin jos suolan jättää minimiin. Aamulla pöydässä on ilta-aterian tähteet ja viime vuosina aivan erinomaiseksi paastoateriaksi huomattu banaani-kiivi-avocado-smoothie, jonka valmistus teho-sekoittimessa ja johon lisään vain vettä ja lisäksi esimerkiksi pinaattia ja salaattia. Makeaa, maukasta ja ravitsevaa ja hyvin sulavaa. Kesällä ilta-



ateriasta on niin vähän aikaa, että lämmin ruoka ei kovin maistu, vaikka yritän vähän sitäkin syödä. Korvikkeena menee esimerkiksi rahka tai jugurtti, jotta vatsa ei ihan tyhjä olisi päivän alettua.

Vaikka Suomessa yksin, ilman perhettä paastoaminen toki toteuttaa paaston askeettisuutta, on toisaalta joskus hieman orpo olo, kun pöydän ääressä on vain kaksi paastojaa – aamuin ja illoin. Olisihan hienoa jatkaa paaston kokemus ja ilo perheen

ja suvun kanssa. Kun he eivät ole muslimeja, lähinnä paasto herättää heissä vain joko sääliä tai ihmetystä. Perheen puutetta paastoaterialta korvaa kuitenkin ajatus siitä, kuinka monta miljoona muslimia eri maissa paastoo kanssani samaan aikaan ja peläten samaa Jumalaa ja toivoen niitä samoja siunauksia, joita minäkin paastonaikana Jumalalta pyydän. Ja Jumala näkee meidät kaikki.

Kirsi Kokoi

Jugurtti-minttujuoma

3 osaa paksua rasvaista luonnonju-gurtia (esim. turkkilainen jugurtti)
7 osaa vettä tai vichyä
tuoretta silputtua tai kuivattua
minttua maun mukaan
suolaa
(jäämurskaa tai jääkuu-
tioita)

Sekoita ainekset vispilällä tai sähk-
kövatkaimella.
Tarjoile juoma jääkylmänä.

Kiivi-avocado -banaanismoothie

1 kiivi
½ avocado
½ banaani

kourallinen pinaattia,
salaattia tai muita
lehtivihan-
neksia.
vettä



Sekoita hedelmät ja kasvikset te-
hosekoittimessa vesitilkan kanssa.
Lisää vettä, niin että juoma jää
melko paksuksi. Nautitaan kylmä-
nä. Smoothie maistuu makealle ja
kiivi sekä avocado peittävät täysin
pinaatin tai mietojen lehtivihan-
nesten maun. Tämä on hyvä keino
piilottaa terveellistä vihreää juoman
joukkoon, jos ne eivät muuten
maistu.

Minttu

Minttu on monivuotinen kukkiva yrttikasvi, joka kasvaa miltei-pä kaikissa maailman kolkissa. Se kuuluu minttukasvien sukuun (lat. *Mentha*) ja minttulajeja on parikymmentä, mutta maailmasta löytyy jopa 1200 erilaista minttua, joista osa on eri lajien risteytyksiä. Yleisimmin käytettyjä ovat viherminttu (*Mentha spicata*, englanniksi spearmint) ja piparminttu (*Mentha x piperita*, engl. Peppermint). Minttuja voidaan kasvattaa siemenistä, maavarsista tai -rönsyistä. Esimerkisi kaupan hyllystä ostettu ruukkuminttu kasvaa parvekkeellakin kesän aikana helposti suureksi pehkoksi.

Ruokalaitossa mintusta käytetään tuoreet tai kuivatut lehdet. Mintun maku on makea ja aromaattinen, sen jälkimaku on raikas. Yleisimmin mintulla maustetaan tee ja muita juomia, hyytelöt, siirapit, makeiset ja jäätelö. Erityisen tunnettu minttu on lampaanlihan mausteena ja Lähi-idässä jugurtin seuralaisena. Vaikka mintussa on useita aromaattisia ainesosia, olennaiset niistä ovat mentoli ja minttuöljy, jota voidaan valmistaa myös kemiallisesti. Mentolia käytetään makuaineena virvoitusjuomissa, hengityksen raikastajissa, antiseptisissä suuvesissä, purukumeissa ja minttumakeisissa. Metyylisalisy-laattia taas käytetään teollisuudessa mausteena mintun maun saavuttamiseksi.

Mytologia kertoo, että Zeuksen tytär Persefone oli mustasukkainen Ares-nimiselle nuorukaiselle erään Minthe-nimisen nymfin vuoksi. Persefone muutti tämän nymfin yrtiksi. Tämän legendan perusteella on aja-

teltu, että minttu herättää helposti lemmenhukan ja siksi kreikkalaisilta sotilailta kiellettiin mintun käyttö kokonaan. Nykyaikana ainakin kissat huumautuvat kissanmintun aromeista (Aitokissanminttu lat. *Nepeta cataria*), vaikka se ei ole minttulajike lainkaan. Vain sen tuoksu muistuttaa minttua.

Minttu on jo muinaisista ajoista tunnettu lääkeyrttinä ja sitä on käytetty erityisesti vatsavaivojen ja ripujen hoitoon. Keskiajalla mintunlehtijauheella valkaistiin hampaat ja minttua käytettiin nesteidenpoistajana ja ruuansulatuksen edistäjänä. Nykyäänkin minttua käytetään lääketieteellisyydessä ja erityisesti aromaterapiassa se on suosittu. Mentoli on usean kosmeettisen aineen kuten hajuvien ainesosien kanssa kamferin kanssa mentolia käytetään varsinkin hyönteisten puremiin vastalääkkeenä. Useat uskovat, että minttua voi käyttää nenän tukkoisuuden estäjänä ja flunssan hoidossa. Retkeilijät käyttävät mintun lehtiä

hyönteisten karkottamiseen ja varsinkin mintunlehtiuutteella on jopa moskiittoja tuhoava vaikutus. Minttuöljyä käytetään myös ekologisenä tuholaismyrkkinä. Rooman valtakunnan nuoria opiskelijoita kehoitettiin käyttämään minttuseppelettä, koska se "innostaisi heidän mieliään". Jopa jotkut nykytutkimukset yhtyvät tähän käsitykseen.

Kirsi Kokoi

Minttu

ruotsiksi: mint, mynta
englanniksi: mint
viroksi: münite
italiaksi: menta
ranskaksi: menthe,
pouliot
saksaksi: minze
arabiaksi: na'na'
persiaksi: nana



UNI

“Eivätkö he huomanneet, että olimme säätäneet heille yön lepoa varten ja päivän valaisemaan? Totisesti, nämä ovat merkkejä niille, jotka uskovat.(27:86)”

Kesäaikaan siirryttäessä valon määrää iltaisin lisäännytty. Tämä häiritsee ihmisen biologisen kellon säätelyä, sisäsyntyistä vuorokausirytmää. Sisäinen kello ei pysty sopeutumaan näihin muutoksiin välittömästi, vaan vuorokausirytmien häiriintyminen saattaa aiheuttaa unihäiriöitä ja stressiä, jotka puolestaan alentavat työtehoa ja lisäävät liikenneonnettomuuksien sekä kotitapaturmien määrää. Vuorokausirytmien häiriintymisen tiedetään laukaisevan mielen terveyden häiriöitä, joten kesäaikaan siirtymisellä saattaa olla laajoja ja kauaskantoisia vaikutuksia kansanterveyteen. Unettomuuden voidaankin katsoa olevan yksi suurimmista yksilöllä, yhteiskuntaa ja kansanterveyttä häiritsevästä tekijöistä. Unettomuudesta kärsii Suomessa tutkimusten mukaan noin 20 % väestöstä, osa tilapäisestä ja osa kroonisesta pitkäaikaisesta unettomuudesta.

Uni ja sen merkitys

Uni on henkilökohtainen tapahtuma, joka koetaan nukkumisen aikana. Se on ihmisen aivotoinnin tila, jossa tietoinen yhteys olemassaoloon on poikki. Unen aikana elimistö elpyy ja lepää päivän toiminnoista. Tällöin ainoastaan aivot työskentelevät, ne käsittelevät koettuja tapahtumia ja lataavat energia-

varastojaan. Unessa esiintyy erilaisia ajatuksia, mielikuvia, ääniä ja muita aistimuksia. Myös tunteiden purku tapahtuu unen aikana. Unen sisältö saattaa muistuttaa kertomusta, joka ei etene loogisesti eivätkä tapahtumat ole mitenkään liitettävissä heillä elettyyn elämään. Arkielämän ilmiöt näyttäytyvätkin vääristyneinä ilman minkäänlaisia rajoja tai estoja.

Ihmisen unessa on havaittu olevan selvästi erilaisia tiloja, joiden on huomattu vaihtelevan 90–100 minuutin välein. Kevyen unen ja valvetilan välillä ei tutkimusten mukaan ole paljoakaan eroa. Syvä uni (deltauni) sen sijaan on fyysisen levon kannalta erittäin tärkeää. Tällöin täytetään solujen energiavarastoja ja korjataan valveen aikaisen rasituksen vaurioita. Ihminen vaipuu nukahtaessaan ensin kevyeen uneen, josta hän siirtyy noin puolen tunnin päästä syvään uneen. Syvä uni muut-

tuu jossain vaiheessa REM-uneeksi eli uneksi, jonka aikana pulssi kiihtyy ja autonominen hermosto aktivoituu. Aivosähkökäyrä muistuttaa paljon hereillä olevan sähkökäyrää ja silmät liikkuvat unen aikana paljon; tästä tuleekin nimitys ”Rapid Eye Movement” -uni eli vilkeuni. Lopulta REM-uni muuttuu taas syväksi uneksi. Tämä sykli toistuu yleensä monta kertaa yössä. Pääsääntönä voidaan pitää, että alkuyöstä nukutaan enimmäkseen syvää unta ja loppuyöstä REM-unta sekä kevyttä unta.

Unettomuus

Univelka, univaje ja unenpuute ovat nimiä tilalle, jossa unen saanti ja tarve eivät kohtaa. Univajetta kertyy, kun ihminen ei saa unta, vaikka hän sitä tarvitsisi. Ihminen valvoo taroituksenmukaisesti tai epätarkoituksenmukaisesti (unettomuus). Ta-



Eräs Hänen merkeistään on se, että te nukutte yöllä ja tavoittelette päivällä Hänen suomaansa vaurautta. Tässä on merkkejä niille, jotka kuulevat. (30:23)



vallisesti univelka huomataan vasta silloin, kun sitä on kertynyt pidemmän aikaa. Riittävä uni on sellainen määrä unta, joka takaa optimaalisen toimintakyvyn seuraavana päivänä. Univaje siis määritelmänsäkin mukaan haittaa ihmisen toimintakykyä. Se myös vaikuttaa yksilön elämään hyvin kokonaisvaltaisesti. Fyysisten ja psyykkisten vaikutusten lisäksi unettomuus aiheuttaa monille sosiaalisia haittoja. Pelkkä nukkuminen ei kuitenkaan ole riittävä keino väsymyksen ja univajeen korjaamiseksi, vaan unen on oltava laadultaan hyvää. Syvän unen aikana aivot lepäävät, minkä seurauksena ihminen tuntee olonsa virkeäksi. Syvä uni auttaa eli-

mistön puolustusjärjestelmää pysymään kunnossa ja vaikuttaa siten ruumiilliseen ja henkiseen hyvinvointiin.

Huonosti nukkutut yöt laskevat kehen tahansa mielialaa. Pidempään jatkuneena unettomuus saattaa aiheuttaa ärtyneisyyttä ja mielialan vaihteluita. Pahimmillaan se myös altistaa masennukselle ja päihteiden käytölle. Unettomuus heikentää keskittymiskykyä ja muistia sekä vaikeuttaa uuden oppimista. Unettomuuden seurauksena pienetkin vastoinkäymiset voivat tuntua ylittämättömiltä.

Unenpuute vaikuttaa myös yksilön fyysiseen terveyteen. Lukuisat

tutkimukset ovat osoittaneet, että univaje altistaa diabetekselle, sepelvaltimotaudille, kohonneelle verenpaineelle, ylipainolle sekä sydän- ja verisuonisairauksille. Sairastumisriskin suurenemisen lisäksi unettomuus lisää merkittäväällä tavalla onnettomuus- ja tapaturmariskiä ja on siten myötävaikuttamassa moniin fyysisiin haittoihin. Unettomuus vaikuttaa negatiivisesti aineenvaihduntaan ja paranemiseen. Myös unettomuuden aiheuttama heikko stressinsietokyky altistaa monille fyysisille vaikeuksille.

Laura Al-Hello

Kuinka voit saavuttaa hyvän unen?

- Rauhoita kodin ilmapiiri ennen nukkumaan menoa.
- Ota lämmin kylpy, valmista pieni iltapala, käy läpi rentoutusharjoituksia.
- Käy nukkumaan vasta, kun olet väsynyt.
- Vältä nukahtamista television ääreen.
- Jos et ole nukahtanut 20 minuutin kuluessa vuoteeseen menostasi, poistu makuuhuoneesta palaa takaisin vasta, kun olet oikeasti väsynyt. Toista tämä niin usein kuin on tarpeen illan ja yön aikana. Älä nukahda muualle kuin makuuhuoneeseen.
- Käytä makuuhuonettasi vain nukkumiseen
- Vältä liian pitkiä päiväunia. Nuku 20–80 minuuttia.
- Pyri ottamaan päiväunet mieluummin ennen klo 15.
- Vältä kirkasta valoa iltaisin, aloita aamu valolla.
- Liiku säännöllisesti. Raju liikunta tulisi lopettaa 3-4 tuntia ennen nukkumaan menoa. Kevyt liikunta, kuten iltakävely, saattaa auttaa nukahtamisessa.
- Säännöllinen liikunta ja terveellinen ruokavalio auttavat myös hyvään uneen.
- Säännöllinen päivärytmi pitää sisäisen kellon ajassa.
- Vältä raskaita aterioita ennen nukkumaan menoa.
- Älä nauti kofeiinipitoisia tuotteita tai virvoitusjuomia kuuteen tuntiin ennen nukkumaan menoa.
- Herää säännöllisesti samaan aikaan arkisin ja vapaapäivisin.

Suomalaisen muslimin haasteet ja ennakkoluulot hoitotyössä

Kaksi hoitoalan ammattilaista kertoo siitä, millaisia haasteita ja ennakkoluuloja he ovat kokeneet suomalaisina muslimina opiskeluaikana ja työelämässä.

Positiivinen palaute vahvisti ammatinvalintani oikeaksi

Palasin Islamiin opiskellessani sairaanhoitajaksi. Islamiin palaamisesta mietitytti esimerkiksi se, miten vanhempani, sukulaiseni, lapsuudenystäväni, ystäväni ja opiskelijakaverini suhtautuisivat asiaan. Alhamdulillah, Jumalan kiitos, pelkoni osoittautuivat turhiksi. Päätös Islamiin palaamisesta ei syntynyt hetkessä ja kun se sitten tapahtui, minulla oli tukenani monia ihmisiä, muun mu-

assa jo aiemmin Islamiin palanneita siskoja, joista ajan saatossa on tullut minulle erittäin tärkeitä ja rakkaita ystäviä. Muistan kuin eilisen, kun kävelin kouluni ovesta sisälle hijab (islamilainen vaatetus) ylläni. Sydämeni hakkasi, kädet tärisivät ja tuntui kuin pyörtyisin. Onneksi siinä vaiheessa hyvät ystäväni koulussa olivat tietoisia asiasta ja sain heiltä paljon rohkaisua. Opettajatkin ottivat asian hyvin, aluksi tosin hieman ihmetellen.

Monia haasteita on tullut koulun ja työn puitteissa koettua Islamiin palaamisen jälkeen. Ensimmäinen haaste tuli vastaan, kun kesän jälkeen menin kauan odottamaani työharjoittelupaikkaan. Mennessäni ensimmäisenä aamuna paikalle tullessani ja esitellessäni itseni, lokahtivat muulla henkilökunnalla melkein kaikki suut auki. Ainoa joka toivotti minut tervetulleeksi osastolle, oli apulaisosastonhoitaja. Vaikka kuinka yritin parhaani harjoittelun aikana, koimme opettajani kanssa parhaaksi keskeyttää harjoittelu. Vaikka minusta tuntuikin pahalta, niin jotain positiivista asiasta kuitenkin löytyi: ohjaava opettajani puolusti minua kuin tiikeriemo poikasiaan, mistä olen hänelle kiitollinen. Muutamassa muussakin harjoittelussa on tullut ongelmia hijabin käytön takia. Harjoittelupaikkojen ohjaajani ovat miettineet lähinnä aseptiikan toteutumista. (Aseptiikka tarkoittaa toimintatapoja, joilla ehkäistään infektioita). Selitin heille asiaa perinpohjaisesti, ja keskustelujen tuloksena lopulta löysimme ongelmille ratkaisut eikä hijabin käyttö enää tuonut minkäänlaisia ongelmia, alhamdulillah.

Minä olen saanut monenlaista palautetta henkilökunnalta ja potilailta uskonnostani, huivin käytöstä ja ammatillisuudesta niin harjoittelussa kuin työpaikoillakin. Useimmiten negatiivista palautetta kuten ”ota

huivi pois niin olet heti paljon luottavamman näköinen” ja ”mikään muslimihan ei minua hoida”, ovat antaneet iäkkäämmät naishenkilöt. En ole saanut henkilökunnalta suoraa negatiivista palautetta, mutta olen kokenut syrjintää. Se on ilmennyt esimerkiksi siten, että olen viettänyt ruokatauot lukemattomat kerrat yksin, minulle ei ole työvuoron aikana puhuttu muutamaa sanaa enempää ja niin edelleen. Välillä on tuntunut hyvinkin raskaalta. Onneksi olen löytänyt elämäni kumppanin, joka on jaksanut näinä vuosina kannustaa minua ja piristää aina rankkoina hetkinä, suuri kiitos hänelle siitä. Kiitos myös niille siskoille, jotka ovat väsymättä jaksaneet kuunnella huoliani.

Toisaalta myös positiivista palautetta on tullut runsaasti. Muistan eräänkin potilaan, joka sanoi kauniisti, että ”sinä olet ammattitaitoisin ja empaattisin hoitaja, kenet olen elämäni aikana tavannut ja käsitykseni muslimista on muuttunut sinun myötäsi täysin. Sinunlaisiasi hoitajia saisi olla enemmän” Aina vaikeina hetkinä muistan tuon potilaan sanat ja ne antavat minulle niin kovasti voimaa ja varmuutta siitä, että tiedän olevani oikealla alalla. Oli vaikeaa kyllä kuunnella tuon ihmisen sanat kuivin silmin.

Kaiken kokemani ja näkemäni perusteella voin sanoa, että vaikka vaikeita hetkiä on ollut, en vaihtaisi päivääkään pois. Juuri nämä kokemukset ovat muovanneet minusta sellaisen sairaanhoitajan, mikä nykyisin olen, kun opinnäytetyönikin on valmis.

Ennakkoluulojen murtamista hoitotyön ohella

Kun aloitin lähihoitajaopinnot kaksi vuotta sitten, en vielä käyttänyt huivia. Mutta jo neljän kuukauden





jälkeen aloitettuani opintoni, laitoin huivin päähän ja siitä lähtien se on päässäni pysynyt. Kyllähän minua hieman jännitti, miten luokkakaverit, opettajat ja muut ihmiset suhtautuisivat. Kun astuin luokkaan, tunsin hämmästelevien katseiden piinaavan minua. Joku tokaisi "Joko Fatima on menossa naamiaisiin tai sitten vaihtanut uskontoa". Se lähinnä huvitti, sillä minusta tuntui, että moni luokkalainen uskalsi kysellä vasta hetken ihmettelyn jälkeen kaikenlaista, ehkäpä jännitykseltään. Pian tämän jälkeen alkoi ensimmäinen harjoittelujakso, ja jännitin hieman miten työpiirissä suhtaudutaan huivin käyttöön. Yllätykseni ketään se ei tuntunut haittaavan - päinvastoin. Tunsin koko ajan, että asiaan suhtaututtiin yhä positiivisemmin.

Kyllähän joitakin ikäviä kommentteja välillä kuulee, mutta se menee periaatteella "toisesta korvasta sisään

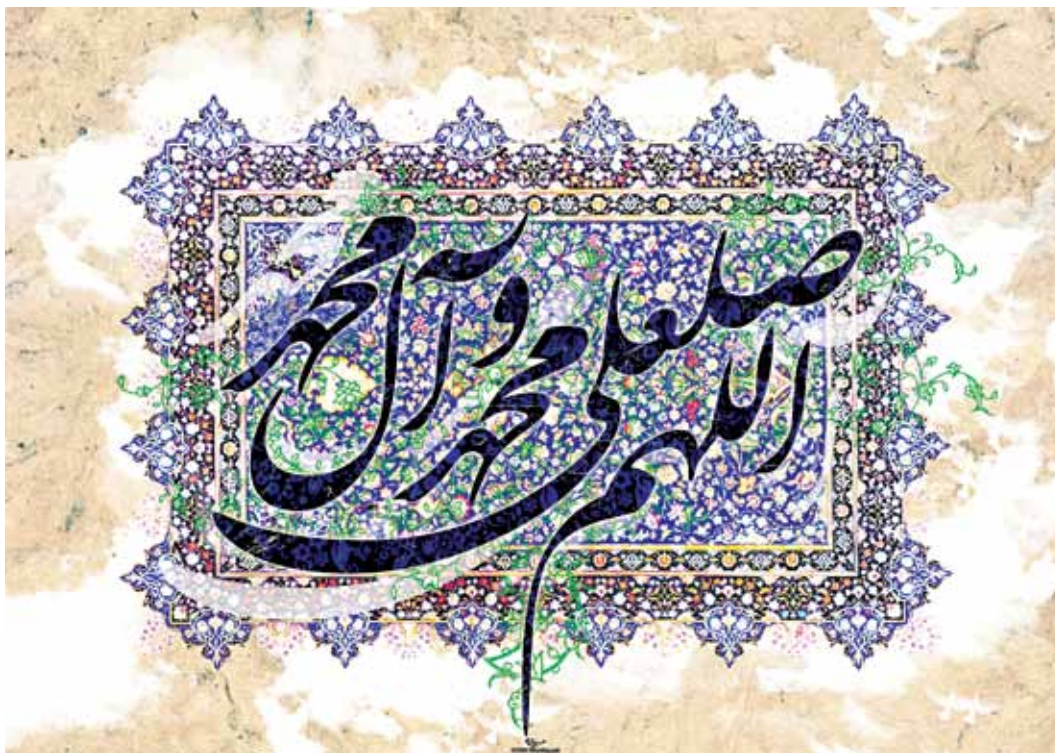
ja toisesta ulos". Inhottavinta on kuitenkin se, kun joku tulee kertomaan, miten asiat meillä muslimilla on - vaikka väitteet useimmiten eivät edes pidä paikkaansa. Mutta näinhän niitä ennakkoluuloja murretaan. Suomalaisena muslimina minun on helppo ymmärtää millaista on kuulla islamista ensimmäistä kertaa. Elämme median varassa, mutta se ei välttämättä anna järkevää luotettavaa kuvaa siitä, millaista islam oikeasti on. Hassuimpia kysymyksiä, mihin törmää on varmaankin; "Pidätkö kotonakin huivia?" Näihin vastataan vaan hymyillen, että en. Ammattiin liittyviä kysymyksiä on ollut esimerkiksi, saanko hoitaa miespotilasta. Vastaan useimmiten tämän tyyppisiin kysymyksiin että tottakai, se on työtäni. En ole törmännyt mihinkään sellaiseen, mitä en hoitotyössä voisi tehdä samalla tavalla kuin kollegani.

Tuntuu, että mitä enemmän ih-

miset kyselevät islamista, sitä enemmän he alkavat avautumaan islamin helppoudelle ja loogisuudelle. Yleensä ihmiset tuomitsevat ja pelkäävät asioita, mistä eivät tiedä mitään. On vain ihanaa, jos joku uskaltaa kysyä asioista, niin että asiat eivät jää epäselviksi. Toivoisikin, että ihmiset mieluummin kyselisivät asioista, sen sijaan että vain olettaisivat jotain.

Insha Allah, jos Jumala suo, potilaiden ja hoitohenkilökunnan ennakkoluulot suomalaisia muslimihoitajia kohtaan ajan myötä vähenevät ja he huomaavat, ettei huivin käyttö tai uskonnollinen vakakumuksemme tee meistä yhtään vähemmän ammattitaitoisia.

Teksti: F.R ja F.H



Allah sanoo Koraanissa: ‘Oi Profeetta, sano ihmisille, että jos todella rakastatte Allahia, seuratkaa minua. Allah tulee rakastamaan teitä ja antamaan teille teidän syntinne anteeksi (3:31).

Pyhän Profeetan rakastaminen

Tässä Koraanin jakeessa rakkaus Allahiin on tehty suoraan riippuvaiseksi Profeetan käskyjen noudattamisesta. Käskyyn sisältyvät rakkauden molemmat puolet: Jos rakastat Allahia, tulee sinun seurata Profeettaa ja jos seuraat Profeettaa, Allah rakastaa sinua.

Sinun täytyy seurata Profeetta Muhammedia, jos rakastat Allahia ja jos haluat, että Allah rakastaa sinua.

Allahin rakkauden ehtona on Profeetta Muhammedin seuraaminen.

Profeetta Muhammed on sanonut: ‘Kukaan teistä ei ole uskovainen, ellen minä ole hänelle rakkaampi kuin hänen vanhempansa, lapsensa ja muut ihmiset.’

Jos seuraat Profeetta Muhammedia, tulee sinun noudattaa hänen perimätietoaan (sunnah) ja rakastaa häntä Allahin lisäksi enempää kuin mitään muuta tässä maailmassa.

Rakkaus on laaja käsite ja sillä on useita puolia. Rakastetun ystävän rakastaminen ja hänen vihollisensa vihaaminen ovat rakastetun rakastamista.

Uskovien Komentaja, Imaami Ali sanoi, että ystäviä on kolmenlaisia: ‘Sinun ystäväsi, sinun ystäväsi ystävät ja sinun vihollistesi viholliset. Myös vihollisia on kolmenlaisia: sinun vihollisesi, sinun ystäväsi viholliset ja sinun vihollisesi ystävät.’



HALLITUKSEN JÄSENET OTTIVAT VASTAAN TERVEHDYKSEN IRAKIN SUURLÄHETTILÄÄLTÄ.

Avajaiset

Resalat islamilaiselle yhdyskunnalle avajaiset olivat historiallinen päivä myös, koska kutsuvieraiden joukossa oli useita suomalaisen yhteiskunnan vaikuttajia, viranomaisia ja kirkon jäseniä.

Avajaiset olivat osoitus siitä, että elämme Suomessa monikulttuurisessa, mutta yhteistyöhön kykenevässä yhteiskunnassa.

Uusissa n. 700 m²:n tiloissa on suuri sali, toimistoja, luokkahuoneita, varastotiloja, suurkeittiö sekä saniteettitiloja. Tilat ovat suunniteltu sopiviksi myös liikuntarajoittelisille.

Yhteiset tilat mahdollistavat sen, että voimme tavata toisiamme ja harjoittaa uskoamme.

Yhdyskunta kiitti kaikkia niitä ammattilaisia ja talkootyöntekijöitä, jotka autoivat tilojen saneerauksessa ja

käyttöönnotossa.

Resalat islamilainen yhdyskunta on perustettu vuonna 2001. Tänä tiedämme mitä osaamme ja mihin pystymme.

Resalat islamilainen yhdyskunta haluaa edelleen toimia aktiivisesti erilaisten ääriyhmien syntymisen ja leviämisen ehkäisemiseksi.



VARAPUHEENJOHTAJA HAIDER AL-HELLO TOIVOTTI Tervetulleeksi arvovieraita.



OKAN DAHER SUOMEN TATAARIYHTEISÖSTÄ MAISTELI PÖYDÄN ANTIMIA.



BOSNIALAISTEN ISLAMILAISEN YHDYSKUNNAN IMAAMI SABIC AZIZ VAIHTOI KUULUMISIA SEY-
ED MOSTAFA MOTAHARIN KANSSA.

Ava



POHJOISMAIDEN IMAAMIT SAIVAT TILAISUUDEN TAVATA. VASEMMALLA
HASSAN KHATAMI TANSKASTA, SHEIKH MOHSEN HAKIM-ELAHI RU



IHMISOIKEUSIITEERI HELI JÄÄSKELÄI-
NEN KIRKKOHALLLITUKSESTA.



ABBAS BAHMANPOUR
SAAN HUOLISSAAN ISLA
LISEN TULKINNAN VAAP



ISLAMILAISTEN MAIDEN SUURLÄHETILÄÄT ANTOIVAT OMAN TERVEHE
SEMMALLA IRANIN SUURLÄHETILÄS SEYED RASOUL MOUSAVI JA O
SUURLÄHETILÄS ABDUL KARIM KAAB.



iaiset



LA SEYED MOSTAFA MOTAHARI SUOMESTA, SEYED MOHAMMAD MUJIBSISTA JA SEYED SHAMSHAD HOSSEIN AL-RADHAVI NORJASTA.



PÖI PUHEES-
AMIN KIRJAIMEL-
ROISTA.



HYVÄN TUULINEN LÄHIPOLISI OSALLISTUI AVA-
JAIISIIN.



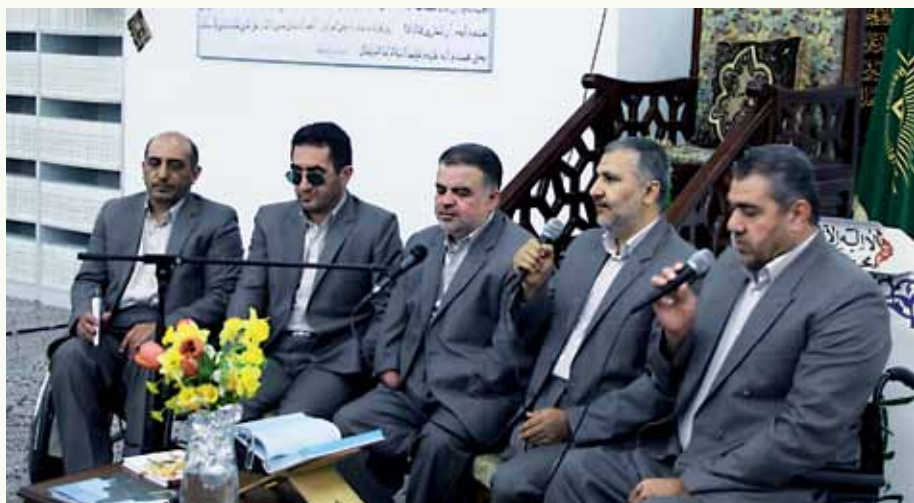
DYKSENSÄ. VA-
DIKEALLA IRAKIN



KÖÖPENHAMINASSA SIAITSEVAN IMAM ALI
ISLAMILAISEN KESKUKSEN JOHTAJA JA IMAAMI
SEYED MUHAMMAD HASSAN KHADAMI LAUSUI
OMAN TERVEHDYKSENSÄ.



SUOMEN ISLAM SEURAKUNNAN IMAAMI ILHAM ALLYAMOV SEKÄ SABIC AZIZIN JA RASHID
ZAITRI.



AVAJAISISSA ESIINTYI IRANILAINEN TAITEILIJARYHMÄ QAMARE BANI HASHEM. KAIKKI RYHMÄN
JÄSENET OVAT SOTAVETERAANEJA 1980-LUVULLA KÄYDYSTÄ IRANIN JA IRAKIN VÄLISESTÄ
SODASTA.



VALTIOSIHTEERI OLLI-PEKKA HEINONEN VALTIONEUVOSTON KANSLIASTA JA TAINA TIKKA NAUTTI-
VAT ILLAN OHJELMASTA.

Lapsen tarve rakkauteen

Tarve olla rakastettu on poikkeuksellisen vahva tarve kaikissa ihmisissä. Lapsuudesta vanhuuteen ihmiset haluavat elää rakastettuna.

Rakkaus yhdistääkin ihmisiä erikoisella tavalla. Se edellyttää vastavuoroista huolenpitoa, mutta tekee elämän vaikeuksista siedettävämpiä ja helpottaa kamppailuja elämän ongelmissa. Rakkaus on lapselle tärkeämpää kuin mikään aineellisten hyödykkeiden tarjoaminen.

Elämää ei siis saa elää vain kylmiä ja kovia sääntöjä noudattaen. Rakkau-

den lämpö on välttämättömyys, joka valaa positiivista henkeä ja iloa elämään. Koti, joka omaa huikeat puitteet, mutta on ilman rakkautta, ei ole täyttänyt sen todellista tarkoitusta. Perhe ei ole vain mikro-organisaatio, jossa jäsenten perustarpeet täyttyvät. Näin voisi toimia esimerkiksi valtiojohtoinen laitos, mutta perheen erinomainen ominaisuus on se, että jäsenet rakastavat toisiaan ja tämä tunne sitoo perheenjäsenet yhteen.

On sanomattakin selvää, että useimmat vanhemmat rakastavat lapsiaan syvästi. Se on luonnollinen vaisto, jonka Kaikkivaltias on sydämiimme asettanut. Monet vanhemmat ajattelevat, lapsen tietävän ilman kertomista, että vanhemmat

rakastavat häntä. Vanhemmat vaan eivät ymmärrä, että lasta täytyy vakuuttaa rakkaudesta jatkuvasti. Rakkaus lapseen tulee näkyä niin puheessa kuin vanhempien käyttäytymisessäkin. Lapsella ei ole aikuisen viisautta ja näkemystä käsittää, että rangaistukset ja syytökset ovat merkkejä rakkaudesta. He kokevat nämä toimet merkinä vanhempien rakkauden puutteesta. Siksi onkin hyvin tärkeää näyttää rakkautta lapselle myös silloin, kun lapsi on tehnyt väärin.

Rakkaudella tai sen puutteella on merkittävä vaikutus lapsen elämään. Siksi islam korostaa perhekeskeisyyttä ja perheenjäsenten välistä rakkautta. Pyhä Profeetta (rauha olkoon



hänelle ja hänen jälkeläisilleen) rakasti mm. lapsenlastaan syvästi ja usein osoitti suurta hellyyttä heitä kohtaan myös julkisesti.

Rakkauden vaikutukset

Jos lapsi tuntee olevansa rakastettu, hän...

- on onnellisempi ja rauhallisempi. Hän pystyy kantamaan pettymyksiä paremmin. Ilman rakkautta maailma tuntuu synkältä, ja lapsi turvautuu usein kurittomuuteen saadakseen huomiota.
- on varma itsestään. Hän tietää, että ansaitsee tulla rakastetuksi, mikä puolestaan kohentaa hänen itsetuntoaan.
- pystyy muodostamaan parempia

ihmissuhteita. Rakastava suhde vanhempiin tekee lapsesta ystävällisemmän ihmisen. Rakkauden puute kovettaa sydämen eikä hän pysty helposti osoittamaan rakkautta muille.

- omaa positiivisen elämänasenteen. Rakastettu lapsi tarkastelee maailmaa innostuneesti, hän on innokas kokeilemaan ja kokemaan uusia asioita. Rakkaudeton koti tuottaa negatiivisia tunteita, jolloin luonnollinen uteliaisuus ja kiinnostus elämään häviää.
- tottelee paremmin vanhempiaan

Kuinka osoittaa rakkautta lapselle?

Rakkauden osoittamistapa vaihtelee

lapsen iän ja kehitystason mukaisesti. Pienet lapset tarvitsevat hällailua. Vauvoille fyysinen läheisyys on elintärkeää ja rakkautta tarvitaan tukemaan myönteistä kasvua ja kehitystä. Kun lapsi kasvaa, satunnainen fyysinen kosketus on edelleen tarpeen, mutta ei ole tärkein tapa osoittaa rakkautta. Lapselle kehittyy erilaisia tarpeita ja toiveita. Kun hänen toiveensa huomioidaan, hänen kanssaan keskustellaan, autetaan läksyissä tai vaikka luetaan yhdessä, hän kokee olevansa vanhemmilleen tärkeä ja rakastettu.

Suomentanut: Laura Al-Hello

Kulta

Kun Mooses meni vuorelle puhumaan Jumalan kanssa, hänen seuraajansa sulattivat kultaesineensä tulella ja valmistivat siitä vasikan, jota he alkoivat palvoa Jumalan sijasta. Tämä keltainen raaka-aine on vuosisatojen saatossa tehnyt ihmisistä ahneita saaden heidät jopa surmaamaan veljiään ja sukulaisiaan.

Mitä kulta sitten on ja mihin sitä käytetään? Mitä Islam sanoo kullasta? Sana 'kulta' esiintyy Koraanissa 13 kertaa eri muodossa ja merkityksissä. Kullan nimi juontuu latinan kielisestä sanasta aurum, mikä on suomeksi "hohtava sarastus", ja sen kemiallinen merkki on Au. Kulta on yksi puhtaimmista metalleista, joita löytyy luonnosta. Se on pehmeää ja helposti muokattavissa ja johtaa hyvin sähköä. Tämä luonnon alkuaine ei reagoi useimpien kemiallisten yhdisteiden kanssa ja ainstaan kuningasvesi (suolahapon ja typpihapon sekoitus) ja kloori pystyvät syövyttämään kullan.

Kullan käyttö

Kultaa käytetään yleisesti koruihin, hammaspaikkoihin ja rakennusten koristelemiseen. Myös elektroniikkateollisuudessa kulta on kysyttyä tavaraa sen hyvän sähkönjohtavuuden takia. Kultakoruja ei yleisesti valmisteta puhtaasta kullasta, vaan niihin käytetään erilaisia kultaseoksia. Tavalisimpia seoksia ovat hopea ja kupari. Suomessa yleisimmin käytetyissä kultaseoksissa kuparia ja hopeaa on yhtä paljon. Metalliseoksia käytetään kullan lujittamiseen, mutta se myös laskee tuotteen hintaa.

Useimmat ihmiset puhuvat kultakorujen karaateista. Kullasta puhuttaessa karaateilla tarkoitetaan kultaseoksen kultapitoisuutta. Se ilmoitetaan karaatteina eli 24:osina, mutta toisin kuin jalokivistä puhuttaessa karaatti ei tarkoita kullassa sen massaa vaan seoksen kultapitoisuuden yksikköä. Näin ollen puhtain kulta ja arvoikkain kulta on 24 karaatin kulta ja esimerkiksi 22 karaatin kultakoru sisältää kultaa 22/24 eli 91,6 %. Mutta ennen kuin lähdet etsimään kultaesineitä leimasta kultapitoisuutta, niin ota huomioon, että sitä ei ilmoiteta korusissa karaatteina vaan promillei-





IMAAMI ALI AL-HADIN JA IMAAMI HASAN AL-ASKARIN PYHÄTÖ, SAMARRA, IRAK.

na. Suomessa leimoihin merkittävät kullan pitoisuudet ovat 375, 585, 750, 916 ja 999, mitkä vastaavat 9, 14, 18, 22 ja 24 karaattia. Esineen kultapitoisuuden on oltava vähintään niin monta promillea kuin leima osoittaa; poikkeamat alaspäin eivät ole sallittuja.

Islamilaisissa maissa ja myös ortodoksikirkkoissa käytetään kultaa, erityisesti lehtikultaa, moskeijoiden minareeteissa ja kupoleissa sekä moskeijoiden sisällä Koraanin säkeiden maalauksessa. Yksi mahtavimmista ja vaikuttavimmista moskeijassa on Irakissa, Samarassa. Se on Al-Askarin kultainen moskeija. Tämä moskeija on yksi tärkeimmistä shiimoskeijoista maailmassa ja se on rakennettu vuonna 944. Niissä lepää myös kaksi 800-luvulla elänyttä shiiamuslimien Imaamia: 10. imaami Ali- al Hadi ja 11. imaami Hasan al-Askari. Moskeijan nimi juontuu sen yli 70 000 kultapalasesta rakennetusta kupolista ja kultaisista minareeteista. Moskeijassa tapahtui tuhoisa pommi-isku vuo-

sina 2006 ja 2007, jolloin niin kupoli kuin minareetitkin tuhoituivat räjähdyksissä. Tällä hetkellä Irakin hallitus ja UNESCO rakentavat yhdessä Al-Askarin moskeijaa uuteen loistoonsa.

Kulta koruina muslimilla

Islam kieltää kullan pitämisen miehiltä niin rukoillessa kuin muutenkin. Naiset voivat pitää kultaesineitä ja -koruja. Toisaalta on suotavaa, että mies ostaa vaimolleen kultakoruja lahjaksi. Profeetta Muhammed (rauha hänelle) on sanonut seuraavaa miehistä, jotka pitävät kultaa: "Kulta ja silkki ovat luvallisia yhteisöni (ummani) naisille ja kiellettyjä ummani miehiltä. "Useampi uskonoppinut sanookin, että vaikka tuote näyttäisi kullalle, mutta ei ole kultaa, on parempi olla käyttämättä sitä suojelakseen itseänsä syytöksiltä, että menettelee vastoin Profeetan sanomaa.

Abdullah ibn 'Amr ibn al'Aas on kertonut Allahin Profeetan sanoneen: "Kuka tahansa ummastani pi-

tää kultaa yllänsä kuoleksaan, Allah hylkää häneltä Paratiisin kullan. Kuka tahansa ummastani pitää silkkiä kuoleksaan, Allah kieltää häneltä Paratiisin silkin.

Miksi kulta ja silkki on kielletty miehiltä?

Naisille kulta on sallittua, koska naiset ovat herkkiä ja luonteeltaan lempeitä ja heillä on tarvetta koristaa ja ehostaa itseään myöskin aviomiehensä edessä heidän ollessaan kahden. Miehille taas kullan pitäminen on merkki epävakaudesta ja ei-masculiiniudesta. Islam haluaa, että erot miehen ja naisen välillä ovat selvät. Myös miehen ja naisen kehot ja kehon toiminnot ovat erilaisia ja tämän takia myös kulta vaikuttaa kumpakin sukupuoleen eri tavalla. Miehille kulta on haitallista kun taas naisiin kulta ei vaikuta.

Arttu Puukko

Suomi ja islam

Kutsu heitä Herrasi tielle viisaudella ja sopivilla kehoituksilla (16:125)

Muslimien historia Suomessa

Ensimmäiset Suomen muslimit olivat tataareja, jotka tulivat tänne 1800-luvun puolivälissä venäläisten sotilaiden mukana. Suomi oli silloin Venäjän suuriruhtinaskunta, ja tataarit saivat luvan asettautua tänne. Tataareja on Suomessa vielä tänäkin päivänä noin 700 ja heillä on seurakuntia Helsingissä, Järvenpäässä, Turussa ja Tampereella. Heillä on Järvenpäässä myös Suomen ainoa oikea moskeija eli rakennus, joka on rakennettu alunperinkin moskeijaksi.

Suomessa on ollut myös jonkin verran avioliiton kautta tulleita muslimeita ja opiskelijoita. 1990-luvulla muslimien määrä lisääntyi kertaheittolla, kun Suomeen tulvi pakolaisia sisällissodan riivaamasta Somaliasta. Persianlahden sodan aikana saapui myös irakilaisia ja myöhemmin afganistanilaisia. Muslimien määrä on lisääntynyt parissakymmenessä vuodessa huomattavasti. Kun muslimeja oli 1990-luvun alussa vajaat 10 000, niin nyt heitä on noin 60 000. Muslimien määrän on arvioitu tuplaantuvan noin 10 vuodessa. Islam onkin Suomen toiseksi suurin uskonto heti kristinuskon jälkeen.

Resalat Islamilaisen Yhdyskunnan puheenjohtajan **Paula Kemellin** arvion mukaan shiiamuslimeja on noin kolmasosa koko Suomen muslimeista. Irakista ja Afganistanista on tullut hänen mukaansa paljon pakolaisia. Monet Suomessa jo olevat shiiamuslimit löytävät usein puoli-



son kotimaastaan, nämä muuttavat Suomeen täällä jo olevan puolison perässä ja tavallisesti heillä on useita lapsia. Yhä useammat myös avioituvat suomalaisten kanssa, jotka ovat kääntyneet tai kääntyvät avioliiton myötä islamin uskoon. Suomen muslimiväestö on melko nuorta.

Muslimien järjestäytyminen ja toiminnan kehittyminen

Muslimien määrän kasvettua heille on tullut tarve järjestäytyä. Aluksi muslimilla ei ollut erityisiä kokoontumipaikkoja, vaan he kokoontuivat toistensa kodeissa. Kun muslimien määrä kasvoi, se ei enää riittänyt. Järjestäytynyttä moskeijatoimintaa kaivattiin etenkin islamilaisten juhlapyhien, paaston ja muistopäivien viettoon. Erityisesti huoli lasten uskonnonopetuksesta ja aikuisten uskonnonharjoittamisen tarpeesta on saanut muslimit perustamaan islamilaisia kulttuurikeskuksia ja moskeijoita.

Tällä hetkellä shiialaisia yhdistyksiä on esimerkiksi Turussa, Lempäälässä, Tampereella, Kuopiossa ja Helsingissä. Shiiamuslimeilla on pääkaupun-

kisudulla useampikin islamilainen keskus, jossa he kokoontuvat. Resalat Islamilainen Yhdyskunta on näistä suurin. Se on rekisteröitynyt yhdyskunnaksi jo vuonna 2001. Yhdyskunnan ensimmäiset tilat sijaitsivat Helsingin Laajasalossa, jossa keskuksen avajaisia vietettiin vuoden 2004 alussa. Keskuksen avaamisen myötä yhdyskunnalle tuli enemmän tehtäviä ja ihmisiä liittyi lisää mukaan toimintaan. Yhdyskunta on muun muassa pyrkinyt auttamaan jäseniään kotoutumisessa ja ratkomaan islamilaisen yhteisön kohtaamia ongelmia.

Aivan alkuvaiheessa moskeijoiden toiminta on ollut enemmän maahanmuuttajalähtöistä, koska suurin osa muslimeista on maahanmuuttajataustaisia. Suomessa syntyneiden ja kasvaneiden, toisen polven maahanmuuttajien, tilanne on hieman toisenlainen. Heidän kohdallaan joudutaan miettimään muun muassa kielikysymystä. Ensimmäisen maahanmuuttajapolven muslimeilla ei ole välttämättä yhteistä kieltä, jolla toimintaa järjestettäisiin. Esimerkiksi Resalat Islamilainen Yhdyskunta on pyrkinyt järjestämään ohjelmaa kah-

della kielellä: arabiaksi ja persiaksi. Tarpeen mukaan ohjelmaa ja puheita on pidetty tai käännetty suomeksi.

Myös toisen polven maahanmuuttajilla – nuorilla, jotka ovat syntyneet ja kasvaneet täällä – on tarve uskonnon opetukseen omalla äidinkielellään, vaikka he osaavatkin suomen kieltä. Monet toisen sukupolven maahanmuuttajat eivät osaa lukea tai kirjoittaa omalla äidinkielellään, ja vanhemmilta on tullut toiveita, että moskeijat järjestäisivät myös kielikursseja. Tällä vahvistetaan toisen sukupolven maahanmuuttajien itsetuntoa, omaa kulttuuria, identiteettiä ja elämäntapaa. Resalat Islamilaisessa Yhdyskunnassa on järjestetty arabian, persian ja suomen kielen oppituntien järjestämistä uskonnollisten luentojen lisäksi.

Muslimien rekisteröityminen yhdyskuntien jäseniksi

Usein Suomen viranomaiset vaativat ja kehottavat muslimeita järjestä-

Vie oman aikansa ennen kuin suomalaiset muslimit oppivat, että täällä voi rekisteröityä uskonnollisen yhdyskunnan jäseneksi ilman että siitä seuraa mitään ongelmia, ja että se mielletään ennemminkin oikeudeksi. Islam onkin Suomen toiseksi suurin uskonto heti kristinuskon jälkeen

tymään ja rekisteröitymään islamilaisien yhdyskuntien jäseniksi. Paula Kemellin mukaan tämä on ollut hieman hidas prosessi. Esimerkiksi shiiamuslimeja, jotka tulevat Afganistanista tai Irakista, on vainottu kotimaissaan juuri uskonnon vuoksi. He eivät ole uskaltaneet paljastaa, että he ovat shiiamuslimeja, jos siitä on aiemmin seurannut heille ongelmia.

He pelkäävät, että jos he liittyvät yhdyskunnan jäseniksi Suomessa, heille tulee siitä ongelmia täälläkin. Käsitys uskonnonvapaudesta ei ole vielä täysin iskostunut maahanmuuttajiin. Toinen syy on kulttuurissa: islamilaisissa maissa ihmiset eivät liity moskeijoiden jäseniksi. Sielläjoku perustaa moskeijan, jonka jälkeen toimintaa ylläpidetään. Ihmiset vain tulevat ja käyvät moskeijoissa, mutta eivät liity niiden jäseniksi. Vie oman aikansa ennen kuin suomalaiset muslimit oppivat, että täällä voi rekisteröityä uskonnollisen yhdyskunnan jäseneksi ilman että siitä seuraa mitään ongelmia, ja että se mielletään ennemminkin oikeudeksi.

Suomalaisten käännynnäisten asema muslimiyhteisössä

Syntyperäisten suomalaisten muslimien määrä on lisääntynyt selvästi 1990-luvun alusta islamiin kääntymisen eli ”palaamisen” kautta. Osa on löytänyt islamin saatuaan tietoa



avioiduttuaan muslimin kanssa. Jotkut ovat löytäneet islamin ystävien kautta tai kun muslimit ovat alkaneet kertoa islamista avoimemmin siitä kiinnostuneille. Suomessa on tällä hetkellä noin 1000 islamiin palannutta henkilöä – sekä miehiä että naisia. Suurin osa suomalaisista muslimikäännynnäisistä on sunnejia.

Myös shiikäännynnäisten määrä on lisääntynyt erityisesti viimeisen kymmenen vuoden aikana shiialaisuudesta kertovan julkaisutoiminnan kautta. Shiiamuslimit ovat muun muassa perustaneet suomenkielisiä kotisivuja ja keskusteluryhmiä, jotka ovat monille islamista kiinnostuneille tietolähde heidän etsiessään tietoa islamista. Shiiamuslimit kokevat, että heidän täytyy alkaa tuottaa suomenkielisiä julkaisuja, jotta he voivat kertoa avoimesti islamista omasta näkökulmastaan. He ovat huomanneet, että suomenkielisille shiialaisuudesta kertoville julkaisuille on kysyntää. Aikaisemmin oikeaa tietoa shiialaisuudesta on ollut huomattavasti vaikeampi saada, koska shiiamuslimit itse eivät ole olleet aktiivisesti kertomassa siitä.

Moskeijoiden toiminta on ollut hyvin pitkälle maahanmuuttajalähtöistä ja luentoja on pidetty enimmäkseen maahanmuuttajien omilla kielillä. Suomalaisten muslimikäännynnäisten määrän kasvaessa moskeijat ovat pyrkineet järjestämään ohjelmaa myös suomen kielellä. Moskeijoiden yleisiä ohjelmia myös tulkitaan tarvittaessa suomen kielelle. Erityisesti kesäisin Resalat Islami-



Yhdyskunta on järjestänyt islamilaisia luentosarjoja myös suomen kielellä. Myös suurten juhlapyhien, kuten ramadan- ja muharram-kukausien aikana, ohjelmaa on järjestetty suomen kielellä.

Suomenkielinen julkaisutoiminta

Paula Kemellin mukaan suomenkielisten julkaisujen tuottaminen on erittäin tärkeää, koska niillä rikotaan ennakkoluuloja ja rakennetaan siltoja. Resalat Islamilainen Yhdyskunta julkaisee Salam-lehteä, joka on suomenkielinen islamilainen lehti. Salam-lehti perustettiin vuonna 2007 ja se ilmestyy neljä kertaa vuodessa. Lehti saa Opetusministeriöltä kulttuurilehtitukea. Resalat Islamilaisella Yhdyskunnalla on myös muita julkaisuja. Julkaisut painottuvat yksinkertaisiin perusasioihin islamista ja shiialaisuudesta. Tärkeintä on kertoa islamin peruspilareista ja uskonkappaleista ennen syvällisemmän filosofisen kirjallisuuden kääntämistä.

Kovin filosofiselle kirjallisuudelle olisi vähemmän lukijakuntaa. Islamin perusasiat kiinnostavat samalla tavalla suomalaisia ei-muslimia, islamiinpalanneita sekä sellaisia musliminuoria, jotka ovat käyneet koulut Suomessa, mutta eivät osaa lukea persiaa tai arabiaa. Resalat Islamilainen Yhdyskunta on julkaissut jo joitain pieniä kirjoja muun muassa paastosta, rukouksesta ja Tuomiopäivästä.

Monia muita kirjoja on parhailaan työn alla. Ongelmana on lähinnä julkaisujen rahoittaminen. Julkaisutyö on kuitenkin yksi Resalat Islamilaisen Yhdyskunnan prioriteeteista, johon se haluaa panostaa.

Jenni Issukka

Tietoa islamista ja Resalatista netissä

www.resalat.fi
www.salam.fi
www.shiiaislam.info

facebook:
 Resalat: <http://www.facebook.com/groups/181090995288037/>
 Suomen Shialaiset:
<http://www.facebook.com/groups/156463491071423/>

Tiedustelut:
 09-671881
info@resalat.fi

Jalkapallo yhdistää



Kesällä jalkapallon ystävät saivat nauttia jalkapalloilun huippuhetkestä, kun eurooppalaiset joukkueet mittelivät taidoistaan ja Euroopan mestaruudesta. Harva laji tai tapahtuma yhdistää kansoja ja kulttuureja yhtä tiiviisti kuin jalkapallo.

Pallon potkiminen on ollut muodossa tai toisessa ihmisten huvia jo vuosituhanten ajan. Nykymuotoisen jalkapallon juuret löytyvät Englannista, missä vuonna 1863 rugby ja jalkapallon tiet erkanivat ja Englannin jalkapalloliitto perustettiin. Olympialaisissa jalkapalloa on pelattu vuoden 1908 Lontoon kisoista lähtien. Kansainvälinen jalkapalloliitto perustettiin

vuonna 1904 ja lajin maailmanmestaruuskisoja on järjestetty siitä lähtien.

Jalkapallon ilmiöt

Jalkapallosta tuli maailmanlaajuisen ilmiö kauan ennen kuin globalisaatio-sana nousi muotiin. Lajin merkitystä yhteiskuntapoliittisena vaikuttajana ja talouskasvun tekijänä sekä sen roolia köyhien maiden kehityksessä ovat pohdiskelleet niin tutkijat, yhteiskuntatieteilijät kuin journalistitkin. Ei ole epäilystäkään siitä, että päinvastoin kuin politiikka tai uskonto, jalkapallo yhdistää yli etnisten ja ideologisten rajojen, mutta pystyykö se ehkäisemään rasismia ja väkivaltaa? Viimeiset jalkapallon maailman mestaruuskisat järjestettiin vuonna 2010 Etelä-Afrikassa, joka luopui rotuerottelusta vasta vuonna 1994. Kisoissa kampanjoitiin näyttävästi rasismia vastaan.

Jalkapallo yhdistää

Tänä vuonna Euroopan mestaruuden vieneen Espanjan joukkueen kiihkomielisimmätkin baskit ja katalaanit unohtavat erimielisyytensä pallokentällä, vaikka kannattajat käyvätkin niin kuumina, ettei joukkue voi pelata sen kummemmin Baskimaalla kuin Kataloniassakaan. Joukkue on oiva esimerkki erilaisista taustoista tulevien pelaajien loistavasta tiimityöskentelystä. Epäilemättä jalkapallomenestys pönkittää kansallista identiteettiä ja yhdistää erilaisista etnisistä taustoista tulevia niin kentällä kuin katsomossakin, mutta on vain ajan kysymys milloin etnis-rasistiset ristiriidat nousevat taas pintaan pelin päätyttyä. Jalkapallo saattaa yhdistää ihmisiä ja vahvistaa heidän ryhmäidentiteettiään, mutta se ei välttämättä pysty poistamaan ihmisten ennakkoluuloja. Huippujalkapalloilijat ovat oivallisessa asemassa kannustaessaan nuoria torjumaan rasismia ja syrjintää sekä edistämään suvaitsevaisuutta urheilun keinoin.

Paula Kemell



Ensimmäinen virallinen naisjoukkueiden välinen jalkapallo-ottelu pelattiin vuonna 1895 Englannissa. Vuonna 1921 Englannin jalkapalloliitto FA kuitenkin kielsi jalkapallon naisilta, sillä liiton mielestä laji ei sopinut heille. Naiset perustivat oman liittonsa vuonna 1969. Maailmanmestaruuskisoissa naiset ovat kilpailleet vuodesta 1991 alkaen. Suomalaiset naisjalkapalloilijat pelasivat Suomen mestaruudesta ensimmäisen kerran vuonna 1971.



VASEMMALTA RESALATIN MOSKEIJAN IMAAMI HOJJATUL-ISLAM MOSTAFA MOTAHARI, TOHTORI HOJJATUL-ISLAM MOVAHHEDNEJAD JA HOJJATUL-ISLAM REZAI.

Itämaan tietäjät

Islamissa paastoaminen on yksi uskovien tärkeimmistä velvollisuuksista. Paastoaminen tapahtuu Ramadhan kuukauden aikana ja silloin paastoajat pidättäytyvät ruuasta ja juomasta auringon noususta auringon laskuun asti.

Päiväntasaajan läheisyydessä auringon nousu ja lasku on helposti havaittavissa, mutta Suomen kaltaisilla alueilla se on vaikeampaa. Oikean ajan löytämiseksi tarvitaankin sharia-lakiopin uskonoppineita ja astronomian asiantuntijoita.

Ramadhan kuukausi on lähes-

tymässä ja se osuu aikaan, jolloin auringon nousu ja lasku ovat erityäin vaikeasti havaittavissa. Resalat islamilainen yhdyskunta on varautunut tähän ja kutsunut maailman tunnetuimmat alan tiedemiehet tutkimaan asiaa. Tohtori Hojjatul-Islam Movahhednejad on maailman arvostetuimpia astronomian asiantuntijoita. Hojjatul-Islam Rezai on sharia-lakiopin asiantuntija. Nämä tiedemiehet ovat Ajatollah Khomeinin toimiston palveluksessa ja he julistavat Ramadanin alun joka vuosi Iranissa.

Nämä kunnianarvoiset vieraat saapuivat Suomeen lauantaina 7.7.2012 ja viipyivät tiistaihin 10.7.2012 asti. Ennen Suomen matkaa he olivat tarkkailemassa aurinkoa eri puolilla Norjaa, Ruotsia, Saksaa ja Tanskaa.



TOHTORI HOJJATUL-ISLAM MOVAHHEDNEJAD KUUNTELEE FAHIM HASANIN JA YAHYA MOKHTARIN ESITTÄMIÄ KYSYMYKSIÄ JA VASTAA NIIHIIN.



VIIDEN MINUUTIN VÄLEIN KUVATTIIN HORISONTTI JA MITATTIIN VALON LISÄÄNTYVYYTTÄ POHJOISESSA.

Suomessa he tarkkailivat aurinkoa tieteellisin menetelmin. Tarkkailuun kuului tieteellisten välineiden avuin ja silmällä tarkkaillen auringon nousu ja laskun selvittäminen Helsingin

kaupungin korkeimmassa pisteessä Malminkartanon Täyttömäellä. Tieteellisten tarkkailujen aikana tiedemiehet samalla opettivat Resalatin vapaaehtoisille jäsenille, kuinka käy-

tännössä tämä tehtävä toteutuu. Näinollen Resalat voi itse jatkaa auringon tarkkailua Helsingissä.

Fahim Hasan



VIERAAT SELITTIVÄT TARKKAILUMENETELMIÄ RESALATIN JÄSENILLÄ. RESALATIN MOSKEIJAN IMAAMI HOJJATUL-ISLAM MOSTAFA MOTAHARI JA TOHTORI HOJJATUL-ISLAM MOVAHHEDNEJAD KESKITTYIVÄT TUTKIMUSLAITTEIDEN ANTAMIIN TULOKSIIN, KUN TAAS HOJJATUL-ISLAM REZAI SELITTI RESALATIN JÄSENILLE LAINOPIN PERUSTEITA TEHTYIHIN HAVAINTOIHIN. RESALATISTA OLI LÄSNÄ: FAHIM HASAN, MASIH MOKHTAR, YAHYA MOKHTAR, HOSSEIN BAHMANPOUR JA HAIDER AL-HELLO.



Tutustumme tällä kertaa muurahaisten tarinaan. Muurahaisia on olemassa eri lajeja. Ne ovat eri kokoisia ja väriltään joko valkoisia, keltaisia, punaisia tai mustia. Jokainen laji elää erilaisissa asunnoissa ja valtakunnissa. Tämä Jumalan luoma pieni eläin, joka luotiin elämään, liikumaan ja rakentamaan kekoaan sekä ansaitsemaan elantonsa totisesti ja ahkerasti, kerää ravintonsa, josta se syö osan ja varastoi toisen kylmiä, sateisia talvipäiviä varten.

Muurahaisten valtakunta

Muurahaiset jäävät koko talveksi valtakuntaansa, joka koostuu huoneen muotoisista asunnoista. Nämä asunnot ovat jakautuneet niin, että toisissa asutaan ja toisiin varastoidaan ravintoa. Näihin varastohuoneisiin muurahaiset rakentavat ilmastointijärjestelmän, jotta kiertävä ilma pääsee jäähtytämään varastossa olevaa ruokaa. Muurahaiset rakentavat asuntonsa pienien kerrostalojen muotoisiksi maan alle. Ne pilkkovat riisi-, ruis- ja ohrajyvät kahteen osaan, jotteivät ne pääse kasvamaan mullan ja kosteuden avulla. Muihin varastossa oleviin ruokiin, kuten hedelmiin ja leivänmuruihin muurahaiset eivät pilkkomistarkoituksella koske. Muurahainen ei elä yksin, vaan se elää joko isossa tai pienessä ryhmässä. Nämä

ryhmät auttavat toisiaan ja jokainen ryhmän muurahainen tietää tehtävänsä ja tekee valtakunnan kukoistamisen eteen sen, mikä hänelle on määrätty. Laiskuudelle ei ole paikkaa muurahaisten valtakunnassa.

Allah on maininnut muurahaisen kolme kertaa Koraanissa ja sieltä löytyy jopa kokonainen suura nimeltään Muurahaisen suura. Koraani on myös kertonut meille ihanan kertomuksen muurahaisesta ja Profeetta Salomonista (rauha hänelle). Tutustumme tässä tähän tarinaan ja sen päätahteen, joka on muurahainen.

Jumala antoi profeetta Salomonille paljon vaurautta ja hän hallitsi maataan oikeudenmukaisuudella ja harjoitti hyväntekeväisyyttä. Tämä kunnioitettu profeetta kutsui ihmisiä uskoon ja pyysi heitä palvomaan Allahia ja tunnustamaan Allahin ykseyden. Jumala antoi Salomonille ison

armeijan erilaisista Jumalan luomista, kuten ihmisistä, eläimistä, linnuista ja tuulesta, joista tuli apujoukkoja profeetan palvelukseen. Tämän lisäksi Allah opetti Salomonille eläinten, hyönteisten ja lintujen kielet. Näin hän pystyi keskustelemaan niiden kanssa ja ne ymmärsivät häntä.

Eräänä päivänä profeetta Salomon oli liikkeellä armeijansa kanssa. Armeija koostui ihmisistä, jotka johtivat armeijan osastoja ja ryhmiä, jotka koostuivat eläimistä, linnuista ja kaikista muista Allahin luomista. Profeetta oli tuolloin menossa levittämään sanaa Jumalan ykseydestä ja kehottamaan ihmisiä jättämään patsaat sekä luopumaan niiden ja kaikkien muiden Allahin luoman, kuten auringon palvomisesta.

Niinpä pieni muurahainen näki profeetta Salomon johtaman ison ja mahtavan armeijan pelottavine ase-

neen ja varusteineen. Muurahainen pelästyi oman henkensä ja muiden muurahaisten hengen puolesta, sillä ne olivat juuri keräämässä ravintoa laaksossa, johon Salomonin joukot tulivat. Niinpä urhea muurahainen alkoi huutaa kovalla äänellä: Oi muurahaiset, menkää takaisin kekoihinne, jottei pääse Salomon ja hänen armeijansa huomaamatta tallomaan teitä. Muurahaiset kuulivat huudon, jättivät työnsä kesken ja palasivat nopeasti kekoonsa. Tuulet kantoivat tämän samaisen huudon profeetta Salomonin korvaan, jolloin profeetta hymyili kuullessaan, kuinka tämä muurahainen huusi valtakunnassaan oleville asukkaille ja kuinka tämä muurahainen oli uskollinen näitä asukkaita kohtaan. Hurskas profeetta kiitti Jumalaa tästä isosta lahjasta, joka hänelle oli annettu ja jonka avulla hän saattoi kuulla tämän pienen pienen eläimen huudon, ja pystyi näin olemaan satuttamatta Jumalan luomia olentoja, olivat he miten pieniä tai isoja tahansa.

Osoittaakseen olevansa rakkauten, rauhan ja turvallisuuden profeetta, Salomon lähetti yhden sotilaistaan hakemaan muurahaisten luokseen. Sotilas lähti ilmoittamaan muurahaiselle, että Allahin profeetta kääntää häntä saapumaan luokseen. Muurahainen saapui profeetan luokse ja tervehti häntä. Rauha sinulle Jumalan lähettiläs. Profeetta vastasi hänelle: Rauha sinulle ja Jumalan siunausta. Etkö sinä muurahainen tiedä, että koska olen Jumalan lähettiläs, minun tulee levittää Jumalan sanaa sekä hyvää ja rakkautta maan päällä. En tee yhdellekään Jumalan luomalle vääryyttä. Muurahainen vastasi: Kyllä minä tiedän, Jumalan lähettiläs. Jolloin profeetta kysyi uudelleen: Miksi sinä sitten huusit kansakunnalle ja pyysit heitä jättämään työt ja palaamaan kekoonsa peläten minua ja armeijaani. Muurahainen vastasi itseluottamusta täynnä: Oi Jumalan lähettiläs, nämä muurahaiset, joiden kanssa minä elän valtakunnassasi tekevät töitä ansaitakseen ravintonsa. He työskentelevät aamusta iltaan ja rukoilevat samalla Jumalaa. Pelkäsin, että armeijasi tal-

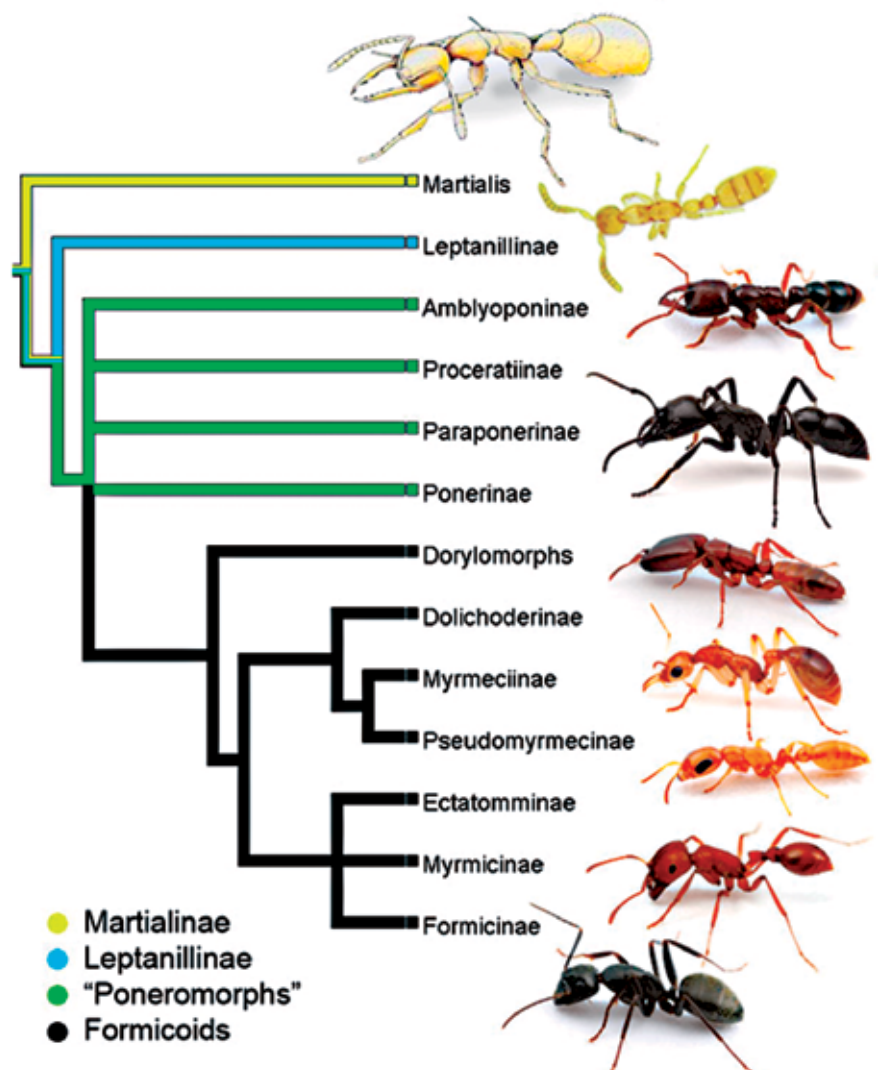
lasi pienet muurahaiset. Jos olisimme säästyneet tallaukselta ohi menessämme, nämä muurahaiset olisivat jääneet ihmetelmään armeijanne mahtavuutta ja näin ollen ne olisivat jättäneet rukouksensa. Profeetta Salomon vastasi: Jumalan siunausta sinulle ja kansakunnallesi. Teette töitä ahkerasti ja palvotte Allahia, joka on Maailmankaikkeuden hallitsija.

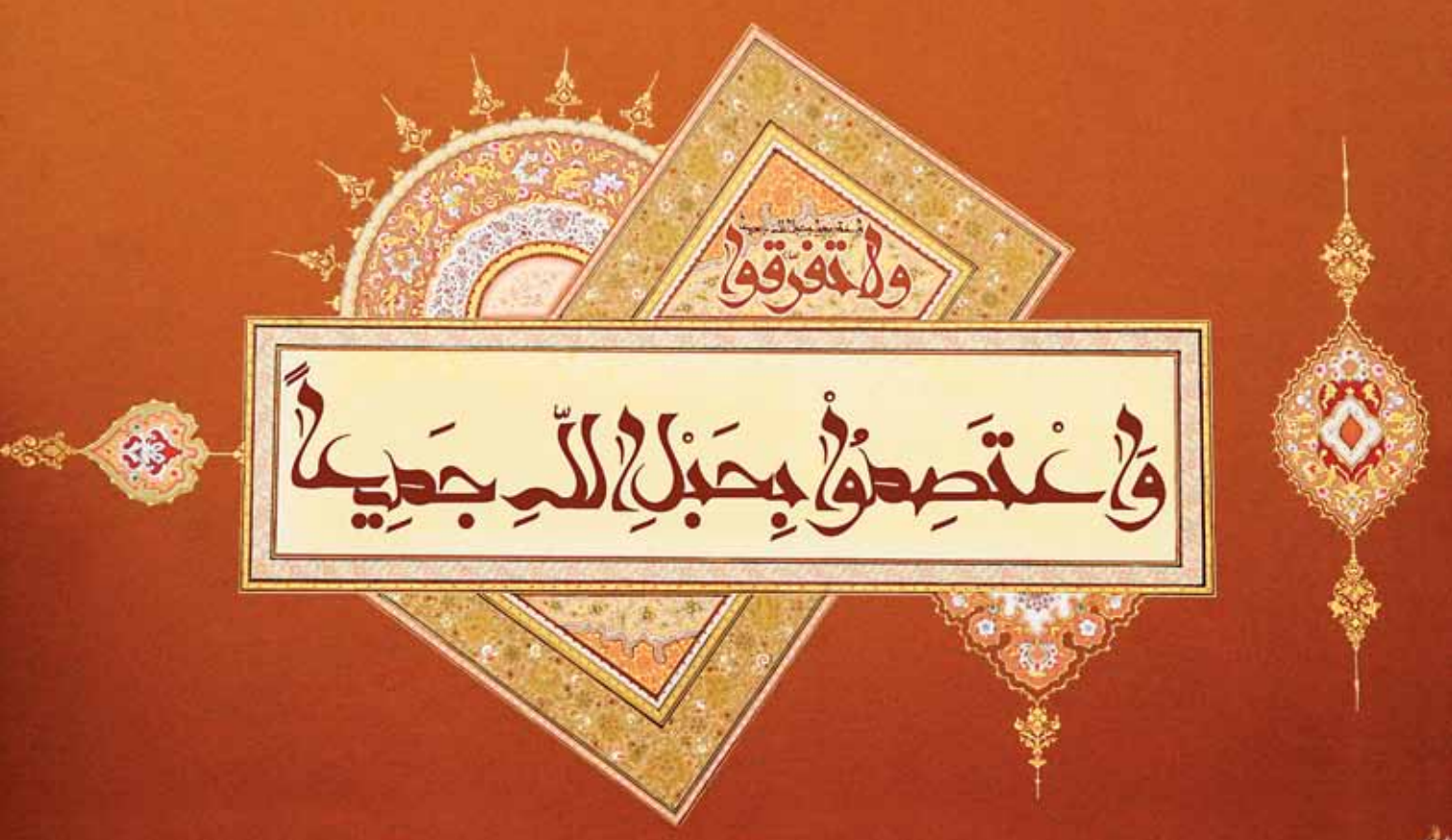
Ennen kuin tämä viisas muurahainen jätti jäähyväiset profeetalle, se sanoi: Oi Allahin profeetta, Luoja sallii sinun käyttää näitä eläimiä ja kaikkea muuta luomaansa, jotta pääsisit levittämään Hänen sanaansa. Jumala antoi sinulle kyvyn hallita maan päällä voimalla, rahalla ja täsmällisillä päätöksillä. Tämän kaiken Allah on antanut sinulle. Profeetta sanoi: Kyllä minä tämän tiedän muurahainen ja minä olen Allahille kiitollinen. Muurahainen jatkoi sanomalla: Oi Allahin lähettiläs, kaikki jonka omistat ja kaikki, mikä on sinun hallinnassa,

tulee katoamaan joku päivä. Mitään muuta ei jää jäljelle muu kuin hyvä teko, jonka Jumala hyväksyy ja jonka ihminen tulee jättämään tämän maan päälle ja maan päällä asuville. Vallan menettäminen on sama kuin tämä tuuli, joka tulee ja menee. Profeetta Salomon hymyili tämän pienen muurahaisten viisaudelle ja antoi sille ja hänen kansakunnalleen paljon lahjoja sekä käski armeijaansa kiertämään tuon laakson.

”Ja hänen sotajoukkonsa, jotka käsitteivät raakalaisia sekä sivistyneitä, myös lentävien parvia, koottiin Salomon eteen katselmusta varten, kunnes joukot saapuivat Namlin eli Muurahaisten laaksoon, jolloin eräs niistä sanoi: ”Oi Namlin heimo! Menkää asuntoihinne, etteivät Salomo ja hänen sotajoukkonsa teitä tietämättömyydessään murskaksi tallaisi.” (27:18-19)

Karrar Al-Hello





”Ja pitäkää kiinni Jumalan köydestä kaikki yhdessä, älkääkä jakaantuko...” (3:103)

Jumala korostaa Koraanissa jatkuvasti yhtenäisyyden ja veljeyden tärkeyttä. Jos ihmiskunta voisi asettaa erilaisuutensa sivuun, uskon, että pystyisimme ratkaisemaan melkein kaikki ongelmamme. Olen kuitenkin liian kyyninen uskoakseni, että koskaan pystyisimme täysin tähän. Toivon kuitenkin, että emme ainakaan toistaisi samoja virheitä jokaisessa yhteiskunnassa.

Se, että muslimit Lähi-Idässä eivät tule keskenään toimeen, ei tarkoita sitä, että meidän länsimaalaisten muslimien pitäisi sortua samaan virheeseen. Tai jos katsomme tämän jo tapahtuneen joissakin länsimaissa, ei se tarkoita sitä, että meidän täällä Suomessa tulisi toistaa samoja virheitä. Emmekö voisi yrittää näyttää maailmalle, että asiat voi tehdä myös eri tavalla?

Matkustin viikonloppuna Norjaan

ja katselin surulla, kuinka jakaantuneita muslimit siellä olivat - menestyksestään huolimatta. Muslimeilla Norjassa on suurimmaksi osaksi hyvät työpaikat, he elävät mukavaa elämää ja nuoret, joista pidin suuresti, olivat melkein kaikki erittäin korkeasti koulutettuja. Löytyi harva, joka ei ollut lääkäri, insinööri, lakimies tai vastaava. Tästä kaikesta huolimatta, olivat nämä uudessa yhteiskunnassaan menestyneet muslimit tuonneet mukanaan kaikki vanhat eripurat entisistä kotimaistaan ja jättäneet perinnöksi lapsilleen saman vihamielisyyden. Vierailin eräässä shiamoskeijassa, joka sijaitsi rakennuksen toisessa kerroksessa. Sen yläpuolella, kolmannessa kerroksessa oli toinen shiamoskeija. Oliko niin sietämätöntä yrittää harjoittaa uskontoa yhdessä?

Asiat olivat vielä pahemmin sunnien keskuudessa. Yhdessä korttelissa oli kolme vartavasten moskeijaksi

rakennettua tilaa. Voin kuvitella, että jokaisen rakentamiseen oli kulu-
nut miljoonia euroja. Eikä tässä edes kaikki, vaan lisäksi kaksi uutta moskeijaa oli jo rakenteilla. Eräs moskeijan hallituksen jäsenistä selitti minulle tilannetta tavatessamme. Kysyin, etteikö olisi ollut käytännöllisempää, jos he olisivat puhaltaneet yhteen hiileen ja rakentaneet isomman keskuksen, jota kaikki sitten käyttäisivät. Hän vain hymyili ja sanoi: ”niinpä.”

Saman tilanteen olen nähnyt myös Tanskassa, jossa vuosikausia siellä olleen shiakeskuksen vierestä - siis aivan vierestä, ei edes kadun toiselta puolelta - vuokrattiin toinen rakennus, johon perustettiin eri shiakeskus. Näen tämän saman kuvion alkavan esiintyä myös koti-Suomessa ja kyynisyydestäni huolimatta toivon, ettemme toistaisi tätä virhettä Suomessa. Uskon, ettei ole vielä liian myöhäistä. Jos vanhempi sukupol-

vi ei yhteistyöhön kykene, kehotan ainakin nuoria jättämään nämä erimielisyydet. Kehotan myös kaikkia muistamaan Jumalan viestiä, jossa hän käskää meitä pitämään kiinni Hänen köydestään yhdessä ja estämään pirun kylvämien riidansiementen itämisen.

Mitä Jumala tarkoittaa "köydellään".

Eri perimätiedot tunnistavat "Jumalan köyden" eri asioiksi: Esimerkiksi Ahmad ibn Hanbal on välittänyt Zaid b. Thabitilta seuraavan perimätiedon Profeetalta (rauha hänelle ja hänen jälkeläisilleen):

"Jätän teille jälkeeni kaksi sijaishalitsijaa (*khalifatain*): Jumalan Kirjan - Mahtava ja Ylistetty olkoon Hän - köyden, joka ylentyy taivaan ja maan välille, ja perheeni, talonväkeni. Totisesti ne eivät tule eroamaan toisistaan, ennen kuin tulevat Paratiisiin lähteelle."

Toisissa perimätiedoissa tämä sama asia on tunnistettu muslimiyhteiskunnaksi (*jama'ah*) tai kuuliaisuudeksi Jumalaa kohtaan (*ta'ah*) tai Hänen käskyjensä (*amr*) tottelemiseksi tai itse islamiksi tai pyhäksi Talonväeksi. Meidän ei kuitenkaan tarvitse nähdä näitä ristiriitaisina, vaan voimme tulkita ne kaikki yhteydeksi Jumalaan, kuten ensimmäinen perimätieto selittää. Jumalan köysi on se, mikä yhdistää taivaan ja maan, yhdistää luomakunnan Luojaan, ihmiset Jumalaan. Jumala kehottaa tässä jakeessa muistamaan sen asian, mikä yhdistää meitä kaikkia muslimeja: meidän yhteytemme Häneen, uskomme Häneen, Hänen Koraaniinsa ja islamiin sekä kunnioituksemme Profeetan Talonväkeä kohtaan. Sen sijaan, että annamme erimielisyytemme Koraanin tai islamin tulkinassa erottaa meidät, meidän tulisi antaa Koraanin ja islamin yhdistää meidät. Meidän tulisi muistaa, että kuljemme kaikki insha Allah (jos Jumala suo) polulla Häntä kohti ja olemme matkatovereita, miksi emme siis kulkisi käsi kädessä?

Abbas Bahmanpour

Resalat Islamilaisen Yhdyskunnan julkaisuja



YLÖSNOUSEMUS, TUOMIO JA TUONPUOLEINEN

Usko ylösousemukseen ja tuomiopäivään on yksi islamin peruspilareista. Sayyid Mujtaba Musavi Lari selittää kuolemanjälkeisen elämän ja ylösousemuksen todellisuuden vakuuttavin todistein, mutta silti yksinkertaisia esimerkkejä käyttäen.

RUKOUSOPAS

Kätevä rukousopas, jonka avulla on helppo oppia viisi päivittäistä rukousta. Sisältää ohjeet, arabiankielisen tekstin ja translitteroinnin, jonka avulla on helppo oppia ääntäminen sekä suomenkielisen käännöksen. Rukoukset on kirjoitettu alusta loppuun, joten kirjaa ei tarvitse selata. Mukana myös ohjeet rukouspesulle.

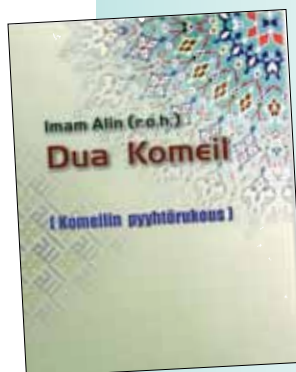
DUA KOMEIL

...Oi Jumalani, hyväksy siis anteeksipyyntöni, sääli minua ankarassa ahdistuksessa, ja vapauta minut pahojen tekojeni kahleista... Kaunis DUA KOMEIL pyyntörukous, jonka Imam Ali (rh) opetti meille, on käännetty suomeksi. Mukana myös arabiankielinen teksti.

RAMADAN - YLISTYKSEN KUUKAUSI

Tähän opaskirjaseen on koottu kauneimmat pyyntörukoukset sekä suositeltavia hyviä tekoja paastokuukauden jokaiselle päivälle. arabiankielinen teksti translitterointi suomenkieliset käännökset ja ohjeet

Tilaukset ja tiedustelut:
salam@resalat.fi





SALAM on Resalat Islamilaisen Yhdyskunnan julkaisema suomenkielinen lehti, joka kertoo islamista ja muslimista täällä Suomessa.

SALAM pyrkii rakentamaan siltoja sekä poistamaan ennakkoluuloja ja väärinkäsityksiä. Lehden tarkoitus on avartaa näkökulmia islamilaiseen ajatteluun ja edistää ymmärrystä antamalla inhimilliset kasvot islamilaisesta yhteisöstämme ja elämäntavastamme.

SALAM ilmestyy neljä kertaa vuodessa. Voit tilata sen lähettämällä meille yhteystietonne ja maksamalla yhdyskuntamme tilille 12€/vuosi. Osuuspankki FI60 5780 4120 0328 23

Innostavia lukuhetkiä!

Resalat Islamilainen
Yhdyskunta/Tiedotus

**Tilaa
Salam-
lehti!**

salam@resalat.fi

Egyptin nuori aktivisti:

Abdoullah Hendawy

Egyptiläinen Abdoullah Hendawy, 24, on URL:n monikansallisen ryhmän koordinaattori. Hän asuu tällä hetkellä Wienissä, jossa hän viimeistelee opinnotaan. Hendawy poikkesi Suomessa Religions for Peace – Suomen naisjärjestön kutsumana luennoimassa uskontojen välisestä vuoropuhelusta demokratiassa.

URL:n monialueelliseen valtioiden rajat ylittävään ryhmään kuuluu 35 piiriä ja 3 yhdistettyä piiriä. Piirien jäsenet tulevat esimerkiksi Amerikasta, Intiasta, Sveitsistä, Meksikosta ja Suomesta.

Egypti

Egypti on islamilainen maa, jonka väestöstä noin 15% on muun uskoisia. Kristityt muodostavat suurimman vähemmistöuskonnon, mutta mukaan mahtuu myös juutalaisia ja bahaita. Egyptin perustuslaki ei salli uskontoon perustuvaa syrjintää, mutta käytännössä vähemmistöuskonnot saattavat kohdata ongelmia esimerkiksi rukoishuoneiden rakentamisessa. Vuoden 2007 jälkeen myös uskottomat ja muiden uskontojen kuin islamin ja kristinuskon edustajat ovat saaneet virallisesti rekisteröityä 'muun uskonnon' edustajina.

Tilanne ei ole huono, mutta vielä tarvitaan parannusta, Hendawy sanoo ja muistuttaa, että juuri ennen valankumousta tapahtunut pommi-isku kirkkoon on sittemmin voitu todistaa Mubarakin hallinnon järjestämäksi, mikä osoittaa silloisen halunneen luoda epäsovua muslimien ja kristittyjen välille.

Egyptiläiset ovat peräänkuuluttaneet demokratiaa ja kävivät vaaliuurnilla toukokuussa 2012 valitsemalla uuden presidentin. Vaalit olivat ensimmäiset, sen jälkeen kun 30 vuotta hallinnut Hosni Mubarak syrjäytettiin.

Tämä tekee hyvää itsetunnolle. Mahtava tunne ajatella, että minunkin ääneni ratkaisee, Hendawy iloitsee. Olemme matkalla kohti demokratiaa.

Egyptin perustuslain 2. artiklan mu-

kaan lainsäädäntö perustuu ensisijaisesti islamilaiseen sharia-lakiin. Käytännössä perhelait perustuvat sharia-lakiin, mutta esimerkiksi 'huduud'-sääntöjä ei panna käytäntöön lainkaan. 'Huduud' rikoksia ovat esimerkiksi aviorikos ja varkaus.

Demokratia ei ole yksi pakkaus. Demokratia ja islam istuvat hyvin keskenään, sillä demokratiahan lähtee siitä, että ihmiset päättävät säännöistä. Sekä islamin että demokratian päämääränä on voimaannuttaa ihmisiä ajattelevaan. Islamin ensimmäinen käsky oli 'lue' eikä 'rukoile'. Islam kehottaa ihmisiä tutkimaan, ajattelevaan ja tavoittelevaan.

Abdoullah Hendawy uhkuu nuoruuden intoa ja tuoretta näkemystä. Tiedonsaannin helppous ja ihmisten lisääntynyt liikkuminen on lähentänyt kansoja ja kulttuureja.

Maailma muuttuu ja me katsomme Koraania erilailla kuin ennen. Länsi ja islam ovat omaksuneet ja oppineet toisiltaan monia asioita. Tänä päivänä Helsingissä voi syödä kiinalaista ruokaa, ajaa japanilaisella autolla ja kuulla puhuttavan kaukaisia kieliä. Hendawy pohdiskelee.

Hendawy uskoo tiedon voimaan konfliktien välttämiseksi ja kannustaa meitä oppimaan toisiltamme. Hän kehottaa ottamaan oppia Profeetta Muhammedista, joka on sanonut, että jos oppii vieraan kielen, välttää pahan, joka tulee ymmärtämättömyydestä.

Meidän ei tule tuomita muita, vaan jättää tuomitseminen Jumalalle, Hendawy muistuttaa.

Paula Kemell

URL:n tehtävänä on panostaa yhteisen pohjan luomiseen eri osapuolten välille, jotta monilemmipuolinen muukalaispelko esimerkiksi muslimien ja kristittyjen sekä ja lännen ja idän välillä poistuisi.

ITÄKESKUKSEN

HALAL LIHA



Aina tuoretta, taattua laatua tarjoaa **HALAL LIHA -kauppa**
Kauppakeskus Itäkeskuksessa. Tervetuloa!

**Naudan-,
lampaan- ja
karitsanlihaa**



Avoinna/open: ma-pe
la

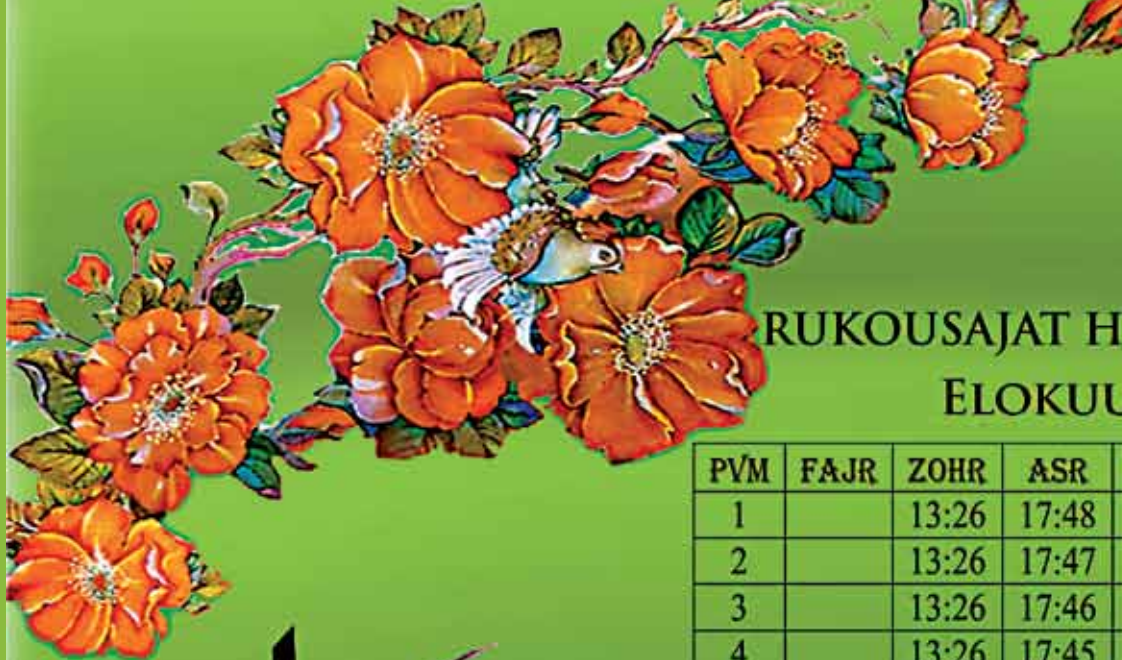
10-19 mon-fri
10-18 sat

Turunlinnantie 10, 00930 Helsinki
Puh. 759 2229

Salam



37



RUKOUSAJAT HELSINGISSÄ ELOKUU

PVM	FAJR	ZOHR	ASR	MAGREB	ISHA
1		13:26	17:48	22:29	
2		13:26	17:47	22:26	
3		13:26	17:46	22:23	
4		13:26	17:45	22:20	
5		13:26	17:55	22:17	
6		13:26	17:54	22:14	
7		13:26	17:43	22:11	
8		13:26	17:50	22:08	
9		13:26	17:39	22:05	
10		13:26	17:38	22:02	
11		13:25	17:37	21:59	
12		13:25	17:35	21:56	
13		13:25	17:34	21:52	
14		13:25	17:32	21:49	
15		13:25	17:31	21:46	
16	1:36	13:24	17:30	21:43	
17	2:00	13:24	17:28	21:50	
18	2:14	13:24	17:27	21:37	
19	2:24	13:24	17:25	21:34	
20	2:33	13:24	17:23	21:31	
21	2:41	13:23	17:22	21:28	
22	2:48	13:23	17:20	21:24	
23	2:55	13:23	17:19	21:21	
24	3:01	13:23	17:17	21:18	23:14
25	3:07	13:22	17:15	21:15	23:09
26	3:13	13:22	17:14	21:12	23:04
27	3:18	13:22	17:12	21:09	23:59
28	3:23	13:21	17:10	21:06	22:54
29	3:28	13:21	17:08	21:02	22:50
30	3:33	13:21	17:07	20:59	22:45
31	3:37	13:21	17:05	20:56	22:40

10 : IMAM ALIN MUISTOPÄIVÄ

19: EID FETR



فَرَفَرَتِ الْكَعْبَةُ



عید الفطر بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وآله الطيبين الطاهرين الطاهرين الرضا ابن موسى الهادي

SYYSKUU

PVM	FAJR	ZOHR	ASR	MAGREB	ISHA
1	3:42	13:20	17:03	20:53	22:36
2	3:46	13:20	17:01	20:50	22:32
3	3:50	13:20	16:59	20:47	22:27
4	3:54	13:19	16:57	20:46	22:23
5	3:58	13:19	16:55	20:40	22:19
6	4:02	13:19	16:53	20:37	22:15
7	4:06	13:18	16:51	20:34	22:11
8	4:08	13:18	16:50	20:31	22:37
9	4:13	13:18	16:48	20:28	22:03
10	4:17	13:17	16:46	20:24	21:59
11	4:20	13:17	16:44	20:21	21:55
12	4:24	13:16	16:41	20:18	21:51
13	4:27	13:16	16:39	20:15	21:47
14	4:30	13:16	16:37	20:12	21:43
15	4:34	13:15	16:35	20:09	21:39
16	4:37	13:15	16:33	20:06	21:36
17	4:40	13:15	16:31	20:02	21:32
18	4:43	13:14	16:29	19:59	21:28
19	4:46	13:14	16:27	19:56	21:25
20	4:49	13:14	16:25	19:53	21:21
21	4:52	13:13	16:23	19:50	21:18
22	4:55	13:13	16:20	19:47	21:14
23	4:58	13:13	16:18	19:44	21:11
24	5:01	13:12	16:16	19:41	21:07
25	5:04	13:12	16:14	19:38	21:04
26	5:07	13:12	16:12	19:35	21:00
27	5:09	13:11	16:09	19:31	20:57
28	5:12	13:11	16:07	19:28	20:54
29	5:15	13:11	16:05	19:25	20:50
30	5:18	13:10	16:03	19:22	20:47

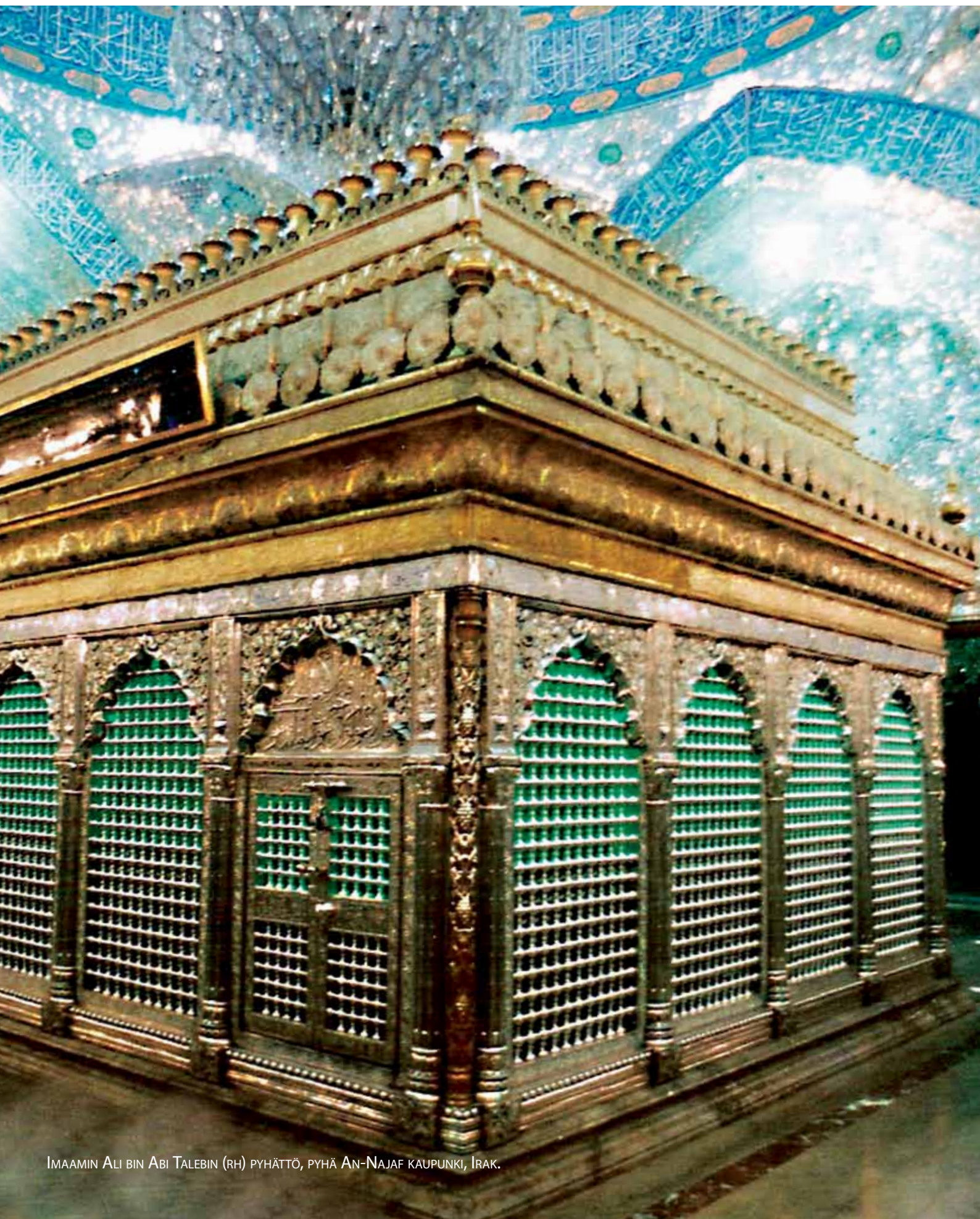
LOKAKUU

PVM	FAJR	ZOHR	ASR	MAGREB	ISHA
1	5:20	13:10	16:01	19:19	20:44
2	5:23	13:10	15:58	19:16	20:41
3	5:26	13:09	15:56	19:13	20:37
4	5:28	13:09	15:54	19:10	20:34
5	5:31	13:09	15:52	19:07	20:31
6	5:33	13:08	15:49	19:04	20:28
7	5:36	13:08	15:47	19:01	20:25
8	5:39	13:08	15:45	18:58	20:22
9	5:41	13:07	15:43	18:55	20:19
10	5:44	13:07	15:40	18:53	20:16
11	5:46	13:07	15:38	18:50	20:13
12	5:49	13:07	15:36	18:48	20:10
13	5:51	13:06	15:34	18:44	20:37
14	5:53	13:06	15:32	18:41	20:04
15	5:56	13:06	15:29	18:38	20:01
16	5:58	13:06	15:27	18:35	19:59
17	6:01	13:06	15:25	18:32	19:56
18	6:03	13:05	15:23	18:30	19:53
19	6:05	13:05	15:21	18:27	19:50
20	6:08	13:05	15:19	18:24	19:48
21	6:10	13:05	15:16	18:21	19:45
22	6:12	13:05	15:14	18:19	19:43
23	6:15	13:05	15:12	18:16	19:40
24	6:17	13:04	15:10	18:13	19:37
25	6:19	13:04	15:08	18:11	19:35
26	6:22	13:04	15:06	18:08	19:32
27	6:24	13:04	15:04	18:05	19:30
28	6:26	13:04	15:02	18:03	19:28
29	6:28	13:04	15:00	18:00	19:25
30	6:31	13:04	15:58	17:58	19:23
31	5:33	12:04	14:56	16:55	18:21

12 : IMAM SADEQIN MUISTOPÄIVÄ

28 : IMAM REZAN SYNTYMÄPÄIVÄ

26 : Eid Al - adha (Qorban)



IMAAMIN ALI BIN ABI TALEBIN (RH) PYHÄTÖ, PYHÄ AN-NAJAF KAUPUNKI, IRAK.