

IQRA

اقراء

EESTI MOSLEMITE KUUKIRI

NR 37

OKTOOBER 2012 /
DHU-L-QADA – DHU-L-HIŽŽA 1433

**JUUKSED KORAANIS JA
SUNNAS**

**HENNA JA MUUDE TAIMEDEGA
JUUSTE VÄRVIMISEST**

JUUSTE TERVISE HEAKS

JUUSTE VÄRVIMISEST

MIS AINETEST MUL PUUDU

JUUKSED JA PALVERÄNNAK

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Sel kuul on meil taas kord kaks peateemat – juuksed ja palverännak. Palverännakust eriti pikalt seekord juttu küll ei tule. Kirjutame veidi üldist infot, mida kodustel moslemitel seoses pühadega tuleks silmas pidada ja oleme palverännakule pühendanud ka *hadiithinurga*, *fatwanurga* ja *duaanurga*. Palverännakust on juba mitmel järjestikkusel aastal meie ajakirjas palju juttu olnud ja selle kohta saate päris põhjalikult lugeda ka meie kodulehelt.

Suuremaks peateemaks on eriti just naisi puudutav „juuksed“. Läheneme küsimusele nii islami, looduslike toodete, tavajuuksuri kui ka tervise seisukohast. Teemaga on lisaks seotud rubriigid „Mina olen moslem“, „Lisateavet lapsest“ ja „Looduslik ravi“. Lugejaküsimuse rubriigi jaoks kogusime seekord lugejatelt hulgem juustega seonduvaid küsimusi ja lasime neile vastata juuksuri, henna eksperdi ja islami seisukohast.

Lisaks võite meie ajakirjast loomulikult leida veel paljugi huvitavat *inšaAllah*.

Meeldivat lugemist!

Fi amani llah!

Kuukirja koostajad

SISKUKORD:

Tere tulemast, <i>eid ul-adha</i> 2012!!! (Aisha)	4
Juuksed Koraanis ja sunnas (Aisha)	7
Juuste tervise heaks (juuksur Aile)	11
Henna ja muude taimedega juuste värvimisest (henna ekspert Katrin Alekand)	18
Juuste värvimisest (juuksur Aile)	25
Mis ainetest mul puudu on? (Annely Soots)	29
Islamiuudised (Kauthar)	36
Moslemipäevikud: Minu Ghana (2. osa) (Eileen).....	42
Mina olen moslem: Välimus (Nele Siplane)	45
Maroko – kuu aega põhjamaist Aafrikat (Peeter Raudsik)	48
Reis ümber islamimaailma: Moslemid USAs, St Louises (Hawa)	52
Al-Ahwaz – ühe rahva kannatusterada ja Iraani üks mistemaid saladusi (Amina Bahreinist) ..	54
20 nõuannet õdedele enne abiellumist : nr 1 (Hawa).....	57
Eriline laps: Lasteaialaps ja alakõne (Rubaba)	60
Lisateavet lapsest: Kuidas hooldada beebi juukseid (Annely).....	65
Meestemaailm: Sobitatud abielu vs „tüüpiline“ abielu (Aivar).....	68
Looduslik ravi : Mida tegid meie vanaemad kaunite juuste nimel? (Khadija)	72
Toidunurk: <i>Halal</i> toidust (Zeynep).....	74
Elu eesmärk - Paradiis : Kannatlikkus on pool usust (6. osa) (Amina Irimaalt).....	78
Lugeja küsib, professionaal vastab!	80
Pudrupotike, keeda! Kala eri! (Karima, Zeynep, Sarah)	83
Koraaninurk Koraaninurk: Suurat ul-Kahf (Aisha).....	87
<i>Hadiithinurk</i> : Palverännak (Aisha)	88
<i>Fatwanurk</i> : Palverännak (Aisha)	96
<i>Duaanurk</i> : <i>Dhu-l-hižža</i> 10 esimese päeva ja <i>eid</i> i palvele mineku duaa (Aisha)	100
Ma käin islamiülikoolis: <i>Tawhiid al-asma' was-sifaat</i> (Eileen)	101
Õpime Egiptuse dialekti: Pangas (Nele).....	105
Lastele (Khadija)	106

TERE TULEMAST, EID UL-ADHA 2012!!!

Peagi on käes palverännaku aeg, seega võime juba oodata ka eid ul-adhat. Olenevalt sellest, mis kuupäeval hakkab dhu-l-hižža, on eid ul-adha esimene kolmest päevast kas 25. või 26. oktoober. Eidi palve toimub islami kultuurikeskuses Turath Tallinnas (Keevise 9) kell 9.00.

Samal ajal, kui palverändurid Mekas ohvrilooma tapavad, teevad seda moslemid ka oma kodudes üle kogu maailma. Seda ohverdamispuha nimetatakse *eid ul-adha* või ka *eid ul-käbiir* (türgi keeles – *kurban bairam*) – ohverduspüha või suur püha, mis eristub teisest moslemite pühast, ramadaanipaastu lõppu tähistavast *eid ul-ftrist* ehk *eid us-saghiirist* (väikesest pühast).

Eid ul-adha algab *dhu l-hižža* (palverännakukuu) **10. päeval** (täpselt 70 päeva peale ramadaani) ning **kestab kokku kolm päeva**. Seda püha peetakse meenutamaks prohvet Aabrahami (as) kuulekust, kui ta oli nõus oma poja Ismaeli (as) Jumalale ohverdama. Jumal aga saatis Aabrahamile (as) viimasel hetkel poja asemel ohverdamiseks oina. Selle mälestuseks ohverdavadki moslemid üle kogu maailma just sel päeval lamba, kitse, kaameli vmt ning jagavad ohvriliha kolmeks, jättes ühe osa endale piduroaks, kinkides teise osa lähedastele ning annetades kolmanda osa vaestele.

Sel aastal toimub Eesti Islami Koguduse organiseeritav ohverdamine Lätis. Need, kellel on selleks majanduslikud võimalused, kuid kes ise tappa ei saa/oska/taha, võivad endale osta osa lehmast (sel aastal ohverdatakse lehmasid, mitte lambaid) ja seeläbi oma kohust täita. Lehma puhul on määraks ühele perele 1/7 lehma, mille maksumuseks 150 eurot.

Kes soovivad ohverdusest hasanasid teenida, palun saatke 150 eurot Eesti Islami Koguduse arveldusarvele (221027395302) hiljemalt 10. oktoobril. Palun märkige kindlasti juurde „udhiya (ohverdus) – oma nimi“. Nime on kindlasti vaja, kuna ohverdamise hetkel tuleb öelda, kelle nimel see loom ohverdatakse. Mida varem tehingu tehtud saate, seda parem, kuna nii saab kogudus juba ette planeerida, mitu looma on vaja tellida.

Neil, kellel pole majanduslikku võimalust ohverdust teha, on võimalik saada teiste ohverdusest liha, kuna islami seadus näeb ette, et 1/3 ohvrust jääb perele, 2/3 aga antakse ära.

Seega, kes soovib sel aastal veise ohvriliha saada ja pole veel oma andmeid saatnud, siis palun saatke:

Nimi:

Aadress:

Telefon:

Email:

info@islam.pri.ee peale.



EIDI PALVE

Eid ul-adha hommikul lähivad moslemid kohalikku mošeesse **eidipalvusele**. *Eid ul-adha* õigeks palveajaks peetakse Prohveti (saws) *hadithi* kohaselt aega, kui päike oli umbes üks meeter horisondist kõrgemal. Tänapäeval pannakse piirkonniti moslemite jaoks paika, mis kell kohalikus mošees pühade-palvet peetakse.

Prohvet (saws) on öelnud: „Laske vabadel naistel, neitsitel ja menstrueerivatel naistel tulla eidi palvele ning olla tunnistajateks kõigele heale ja usklike palvetele. Mis puutub aga menstrueerivatesse naistesse, siis nemad ärgu sisenege palvepaika.” (Sahih Al-Bukhari) See tähendab, et menstrueerivad naised võivad küll minna mošeesse, kuid palvest osa võtta nad ei saa, nagu ei või nad ka minna palveks ette nähtud ruumi.

Eid ul-adha palvele minnes sööma ei pea (nagu *eid ul-fitri* palvele minnes, et väljendada paastu lõppemist), *sunnaks* on

süüa peale ohverdamist ohvri-loomu liha.

Väga soovitatav (*mustahab*) on teha enne eidi palvele minekut *ghusl* ehk suured ablutsioonid (suur puhastumine), kuna on teada, et Prohveti (saws) kaaslased tegid nii.

Meestel soovitatakse panna eidi palveks selga oma kõige ilusamad riided. Naised aga peaksid Prohveti (saws) õpetuse järgi jääma tagasihoidlikuks. Kindlasti ei tohiks naised end ka eidi päeva puhul lõhnastada ega meikida (va kodus).

Eidi palvele minnes korratakse (mehed võivad valjusti): *allaahu akbar, allaahu akbar, lā ilāaha illallaah, allaahu akbar, allaahu akbar wa lillāähil hämd* (Jumal on Suurim, Jumal on Suurim, ei ole jumalust peale Jumala, Jumal on Suurim, Jumal on Suurim, Jumalale olgu kiitus). *Eid ul-adha* ajal tuleb

seda öelda veel ka peale mošeesest tulekut.

Eidi palve koosneb kahest rakast. Omar (raa) ütles: „*Reisija palve on kaks rakat, adha palve on kaks rakat, žumu a (reedene kogukonnapalve) on kaks rakat – selline on nende täispikkus, edasi antud Jumala Sõnumitooja (saws) poolt.*” (Musnad Ahmad, Nasai jt)

Eidi palve ette ei käi ei *adhaani* (palveaja alguse kutset) ega *iqaamat* (palve alguse kutset). Jabir ibn Samura (raa) ütles: „*Olen eidi palvet koos Jumala Sõnumitoojaga (saws) palvetanud mitmeid kordi, alati ilma adhaani või iqaamata.*” (Sahih Muslim)

Eidi palve ette ega ta ei palvetata vabatahtlikke palveid, välja arvatud juhul, kui palvet peetakse mošees ja palvetaja jõuab kohale tükk aega enne palve algust. Ibn Abbas (raa) ütles: „*Prohvet (saws) väljus oma majast fitri päeval, palvetas kaks rakat ja ei palvetanud ei*





enne ega pärast seda (vabatahtlikke palveid)." (Zaad al-Maad 2/443)

Eidi palve on üldjoontes nagu iga teine kaherakaline palve, välja arvatud, et sunnaks on esimese raka alguses tava-pärase ühe täkbiiri („allaahu ak-bar") asemel 7 ja teises rakas 5 täkbiiri. Selle tõestuseks on ka hadith, milles Aisha (rah) ütles: „Jumala Sõnumitooja (saws) ütles nii fitri kui adha palves täkbiiri: seitse esimeses (rakas) ja viis teises (rakas), kui välja arvata täkbiirid, mis öeldakse enne rukut (poolkummardust)." (Abu Dawud). Kõigi täkbiiride ajal tõstetakse käsi kõrvade kohale nagu tavalise täkbiiri puhul.

Vastupidiselt reedesele palvusele, peetakse eidi palve khutbat (jutlust) peale palvet. Ibn Abbas (raa) ütles: „Olen eidi ajal palvetanud nii Sõnumitooja (saws), Abu Bakri, Omari kui Othmani taga ja kõik nad palvetasid enne khutbat." (Sahih Al-Bukha-

ri) Palve lõppedes on soovitatav (sunna) jääda jutlusele, kuid see ei ole kohustuslik, kuna Prohvet (saws) ütles peale eidi palvet: „Nüüd tuleb meil khutba, nii et kes soovib khutbat kuulata, jäägu siia, ja kes mitte, võib lahkuda." (Abu Dawud)

Paljudele moslemitele on saanud tavaks käia eidi päeval surnuaial, nõ kadunukesi tervitamas. See ei ole islami traditsioon, kuna ei ole mingisugust märget, et Prohvet (saws) oleks eidi päeval süstemaatiliselt surnuaeda külastanud. Ühe Muslemi hadithi kohaselt ütles Aisha (rah), et Prohvet (saws) olevat käinud surnuaial õhtuti, kusagil ei ole märget eidi päeval või reedel või ükskõik mis muul täpselt määratud päeval surnuaial käimisest. Prohvet (saws) on vaid öelnud: „Külastage hau-du, kuna see toetab teile meelde teispoolsust." (Sahih Muslim)

Tihti võtavad moslemid eidi päeva kohustust teisi mosle-

meid õnnitleda liiga otseselt ning võib juhtuda, et mehed käivad läbi kõik majad, mis neile tee peale ette jäävad, õnnitledes seal lausa kättpidi naisi, kes on (kuna nad on ju kodus) reeglite kohaselt katmata ja kellel mahramit juures ei ole. Teatud riikides kiputakse isegi omavahel põsesuudlusi vahetama, mis on täielikult islami seaduse vastane. Mehed võivad omavahel tervitada, nagu ka naised omavahel. Meesterahvas võib laubale või pähe suudelda oma ema, tütart, tädid ja muid naisi, kes on tema mahramid (st kellega tal on veresuguluse tõttu keelatud abielluda).

Eid on aeg, mis pühendatakse perele ning kus pööratakse erilist tähelepanu vaestele, lapsed saavad aga kingitusi. Pühade ajal peab isegi kõige vaesema mehe laud olema kaetud ning ka kõige vaesematel lastel seljas mõni uus rõivaese.



JUUKSED KORAAANIS JA SUNNAS

Autor: Aisha

Allikad: Koraan, <http://muttaqun.com/hair.html>

Koraanis ei ole midagi eraldi kirjutatud juuste katmise või nende eest hoolitsemise kohta. See, et me peame oma juuste eest hoolt kandma, lähtub üldisest käsust hoolitseda selle keha eest, mille Jumal on meile siinpoolseks eluks laenuks andnud, sest isegi üksainus juuksekarv meie peas ei kuulu meile, vaid Jumalale ja me peame selle eest Viimsel Kohtupäeval aru andma, mida me oma keha-ga oleme teinud.

Kuna Koraanis puudub sõnasõnaline käsk „*Muslima*, kata oma juuksed!“, siis paljud mosleminaised tänapäeval arvavad, et seda ei peagi tegema või et see on kõrvalise tähtsusega küsimus. Kes aga tunneb araabia keelt ja Prohveti (saws) aegseid traditsioone, selle jaoks on muude kehaosade hulgas ka juuste katmise käsk vägagi ilmne. Jumal ütleb Koraanis:

„Ütle usklিকেle meestele, et nad langetaksid oma pilgud (ja ei vaataks keelatud asju) ja hoiaksid oma privaatseid kehaosi (nt *suguakt väljaspool abielu*). Nii on nendele puhtam. Tõepoolest, Jumal on Kõiketeadja selles, mida nad teevad. Ja ütle usklিকেle naistele, et nad langetaksid oma pilgud ja hoiaksid oma privaatseid kehaosi, et nad ei näitaks oma ilu (nii loomulikku ilu kui ka ehteid), välja arvatud, mis sellest on ilmne (mis on vajalik – nt silmad, et näha teed) ning et nad tõmbaksid oma *khi-maarid* üle oma kaelaava (dekoltee) ja ei näitaks oma ilu, välja arvatud oma abikaasadele või oma isadele või oma abikaasade isadele või oma poegadele või oma mehe poegadele või oma vendadele või oma vennapoegadele või oma õepoegadele või (*moslemi*)naistele või orjataridele või teenritele, kes on seksuaalihast vabad (*vanad, haiged, varem ka kastreeritud*) või väikestele lastele, kel pole veel naiste seksuaalsusest aimu ja et nad ei hargitaks oma jalgu, et mitte tõmmata tähelepänu oma varjatud ilule. Oo usklikud, pöörduge kõik koos patukahetsuses Jumala poole, et teid võiks saata edu.“ (24:30-31)

Võiks ju väita, et nendes värssides pole kusagil kirjas, et mosleminaine peab katma oma juukseid. Samas on teada, et juba islamieelsel ajal kanti araabia naiste seas pearätte – mida nimetati *khimaarideks* – kuid need seoti reeglina kinni kukla tagant, nagu veel tänapäevalgi paljudes islamiriikides, eriti maapiirkondades tehakse (näitkes Marokos). See värss annab seega mosleminaistele käsu kinnitada oma rätikud eest, et sellega saaks kaetud ka paljas kael ja rind. (Ibn Kathir) *Khimaar* on seega riideese (rätik), mis katab naise keha peast rinnani või isegi vöökohani. Selles osas islami õpetlaste hulgas mingeid lahkarvamusi pole – naine peab Koraani seaduse kohaselt katma oma juuksed, kaela ja rinnaesise. Kus õpetlaste arvamused aga lahknevad, on see, kas naised peaksid oma *khimaarid* tõmbama üle oma kaelaava näo kõrvalt läbi või üle näo; st kas kaetud peaks saama ka nägu või võib see avatuks jääda. Seda küsimust me siinkohal pikemalt ei aruta, aga oleme kindlaks teinud, et mosleminaise juuksed peavad Koraani seaduse kohaselt kindlasti kaetud olema.

Nii palju siis juuksetest ja Koraa-nist.

Nüüd aga teeksime väikese ülevaate sellest, mida sunnal on juuste kohta öelda. Kõiki aspekte me loomulikult siin välja tuua ei saa, aga mõned olulisemad vast siiski.

VÖLTSJUUKSED



Humaid ibn Abdur-Rahman (raa) jutustas, et ta kuulis Muawiya ibn Abi Sufyani¹ oma hadži sooritamise aastal *min-barilt* rääkimas. Ta (st Muawiya) võttis ühe vanakese käest juuksetuti ja ütles: „Oo Mediina rahvas, kus on teie õppinud mehed? Ma kuulsin, kuidas Prohvet (saws) sellise asja (st võltsjuuksed) keelustas ja tal oli kombeks öelda: „lisraellased hävitati, kui nende naised praktiseerisid seda kommet (st võltsjuuste kandmist).“ (Al-Bukhari 4:674; vaata ka Al-Bukhari 4:694, 7:816)

Aisha (rah) jutustas: „Üks Ansaari naine pani oma tütre mehele ja viimase juuksed hakkasid välja langema. Ansaari naine tuli Prohveti (saws) juurde ja mainis seda talle,

öeldes: „Ta abikaasa pakkus välja, et ma võiksin lasta tal võltsjuukseid kanda.“ Prohvet (saws) vastas: „Ei, kuna Jumal saadab needuse nende naiste peale, kes oma juukseid tehiskult pikendavad.“ (Al-Bukhari 7:133; vaata ka Al-Bukhari 7:818)

Jabir ibn Abdullah (raa) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (saws) manitses, et naine ei tohiks omale pähe midagi lisada (st juukseid juurde panna).“ (Muslim)

KEELATUD SOENGUD

Ubaidullah ibn Hafs on edastanud, et Umar ibn Nafi ütles talle, et Maula Abdullah kuulis, kui Umar (raa) ütles: „Ma kuulsin, kui Jumala Sõnumitooja keelustas *al-qaza*.“ Ubaidullah küsis: „Mis on *al-qaza*?“ Ubaidullah osutas (oma pea suunas), et meile näidata ja lisas: „Nafi ütles: „See on, kui poisil pea paljaks aetakse nii, et jäetakse juuksetutt siia ja juuksetutt sinna.“ Ubaidullah osutas oma lauba ja pea külgedele
s u n a s .



¹ Islami kaliif peale Alit (raa);Umajaadide dünastia rajaja.

Ubaidullahilt küsiti: „Kas see käib nii poiste kui ka tüdrukute kohta?“ Ta vastas: „Ma ei tea, aga Nafi ütles „poiss““. Ubaidullah lisas: „Ma küsisin uuesti Nafilt ja ta ütles: „Mis puutub aga juuste alles jätmisesse poisi pea meelegahtadesse ja taha, siis sellest pole midagi hullu, aga *al-qaza* on siis, kui ta lauba juurest jäetakse tutt ajamata, samal ajal kui muu pea on paljas ja ka siis, kui kummaltki küljelt jäetakse tutt ajamata.“ (Al-Bukhari 7:803)

PÕIMITUD JUUKSED

Umm Salama (rah) jutustas: „Ma küsisin: „Jumala Sõnumitooja, ma olen naine, kellel on peadligi põimitud juukseid. Kas peaksin need peale seksuaalvahekorda pesemiseks lahti põimima?“ Ta (saws) vastas: „Ei, täiesti piisab, kui sa viskad kolm peotäit vett oma pea peale ja seejärel valad end veega üle; nii oledki pestud.“ (Muslim)

Abdullah ibn Abbas (raa) jutustas, et ta nägi Abdullah ibn Al-Harithit palvetamas, samal ajal kui tolle juukseid olid taha põimitud. Ibn Abbas tõusis püsti ja põimis need lahti. Paltelt tagasi minnes küsis Abdullah ibn Al-Harith ibn Abbasilt: „Miks sa mu pead puudutasid?“ Ibn Abbas vastas: „(Mees, kes palvetab põimitud juustega) on nagu see, kes palvetab käed seljataha seotult.“ (Muslim)

JUUSTE VÄRVIMINE

Abu Huraira (raa) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (saws) ütles: „Juudid ja kristlased ei



värvi oma (halle) juukseid, seega tehte teie vastupidi (st värvige oma halle juukseid ja habemeid).“ (Al-Bukhari 4:668; vaata ka Al-Bukhari 7:786)

Jabir ibn Abdullah (raa) jutustas: „Kui Abu Quhafa (Abu Bakri isa) tuli võidu aastal või võidu päeval (prohveti juurde, et talle oma šahaada öelda), olid tal pea ja habe valged nagu iisop. Ta (saws) andis käsu või käskis naisi, et need ta juuksed ja habeme ära värviksid. Ta (saws) ütles: „Muutke seda värvi, kuid hoiduge mustast!““ (Muslim)

Ubaid ibn Juraij (raa) jutustas: „... Ja hennaga värvimise kohta, siis tõesti, ma nägin, kui Jumala Sõnumitooja sellega oma juukseid värvis ja sellepärast meeldib mulle endale sellega (oma juukseid) värvida ...“ (Muslim)

HALLID JUUKSED

Abdullah ibn Amr ibn Al-As (raa) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (saws) ütles: „Ärge tõmmake halle karvu välja. Kui usklikul kasvavad hallid juuksed, siis saab ta Ülestõusmispäeval valguse.“ (See on Sufyani versioon.) (Yahya

versiooni kohaselt:) „Jumal paneb talle selle eest kirja hea teo ja kustutab patu.“ (Abu Dawud)

Abu Dharr (raa) jutustas: „Prohvet (saws) ütles: „Parimad asjad, millega halle juukseid muuta on henna ja katam.“ (Abu Dawud)

KAMMIMINE

Aisha (rah) jutustas: „Prohvetil (saws) oli kombeks paremast poolest alustada kingade jalga panekul, juuste kammimisel, enda puhastamisel ja pesemisel ja ükskõik mille muu tegemisel.“ (Al-Bukhari; vaata ka Al-Bukhari 7:745)

Aisha (rah) jutustas: „Mul oli kombeks Jumala Sõnumitooja juukseid kammida ka menstruaatsiooni ajal.“ (Al-Bukhari 1:294; vaata ka Al-Bukhari 1:295, 3:362)

PEA PALJAKS AJAMINE

Abdullah ibn Umar (rama) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (saws) ütles: „Oo Jumal, ole armuline nende vastu, kes oma pead paljaks ajavad.“ Inimesed ütlesid: „Oo Jumala Sõnumitooja, (palu ka nende eest,) kes oma juuksed lühikeseks lõikavad.“ Prohvet (saws) ütles: „Oo Jumal, ole armuline nende vastu, kes oma pead paljaks ajavad.“ Inimesed ütlesid: „Oo Jumala Sõnumitooja, ja need,



kes oma juuksed lühikeseks lõikavad." Prohvet (saws) ütles: „Ja need, kes oma juuksed lühikeseks lõikavad.“ (Al-Bukhari 2:785)

Abdullah (raa) jutustas: „Prohvet (saws) ja mõned tema kaaslased lasid oma pea paljaks ajada ja mõned teised lasid oma juuksed lühikeseks lõigata.“ Muawiya jutustas: „Ma lõikasin Jumala Sõnumitooja (saws) juuksed pika teraiga lühikeseks.“ (Al-Bukhari 2:787)

Kaab ibn Ujra (raa) jutustas: „Me olime Jumala Sõnumitooja (saws) seltsis Al-Hudaiibiyas ihraami seisundis ja uskmatud ei lasknud meid edasi (Kaaba juurde). Mul olid paksud juuksed ja täid hakkasid mu näole kukkuma. Prohvet (saws) möödus minust ja ütles: „Kas täid tülitavad sind?“ Ma vastasin: „Jah.“ Alajutustaja lisas: „Seejärel ilmus järgnev jumalik värss: „...Ja see, kes teie hulgast on haige või tal on pea peal terviserike, siis lunastagu ta paastuga (3 päeva), almusega (6 vaese toitmine) või ohvriga (lammas või kits) ...“ (2:196). (Al-Bukhari 5:504)

GHUSL

Shurayb ibn Ubayd ütles: „Jubayr ibn Nufayr andis mulle arvamuse peale seksuaalvahetuse kohta, et Thawban (raa) oli neile edastanud, et nad küsisid Prohvetilt (saws) selle kohta. Prohvet (saws) vastas: „Mis puutub mehesse, siis ta peaks oma juuksed lahti tegema ja pead seni pesema, kuni vesi jõuab juuksejuurteni, kuid sel-

les pole midagi halba, kui naine oma juukseid lahti ei tee ja omale lihtsalt kolm peotäit vett pähe valab.“ (Abu Dawud)

JUUKSEHOOLDUS

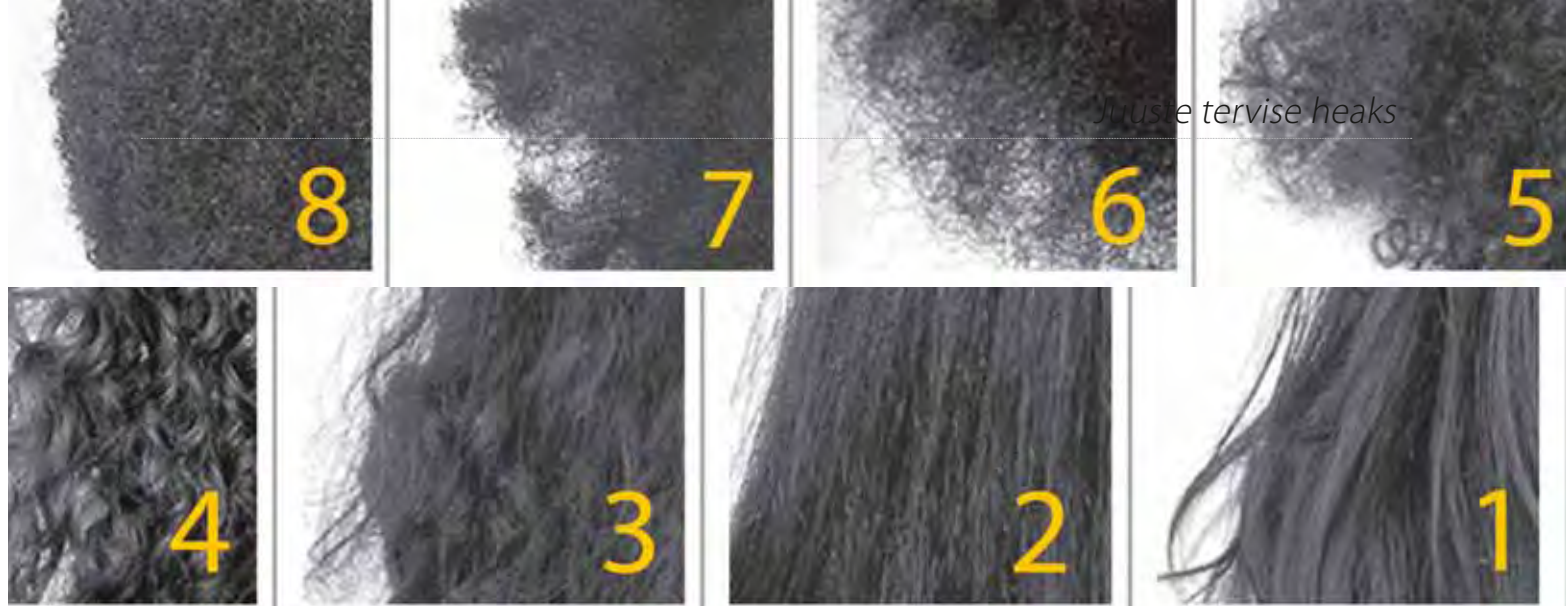
Imaam Malik on edastanud: „Yahya edastas mulle Malikilt, kes omakorda edastas Zayd ibn Aslamilt, et Ata ibn Yasar ütles talle, et Jumala Sõnumitooja (saws) oli mošees, kui üks sassis juuste ja habemega mees sisse tuli. Jumala Sõnumitooja (saws) andis käega märku, et ta saadetakse välja oma juukseid ja habet korda seadma. Mees tegigi nii ja seejärel naases. Jumala Sõnumitooja (saws) ütles: „Kas pole nii parem, kui et keegi teist tuleb sassis peaga, nagu oleks ta saatan?“ (Muwatta 51.7)

KUKLASSE KUHJATUD JUUKSED

Abu Huraira (raa) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (saws) ütles: „On kahte sorti põrgulanikke, keda ma veel näinud pole. Ühtedel on piitsad nagu härja saba ja nad piitsutavad nendega inimesi. (Teised on) naised, kes on alasti, olgugi et nad on riides; keda võrgutatakse ja kes võrgutavad teisi oma juustega, mis on kõrged nagu kaameliküürid. Need naised ei pääse Paradiisi ega tunne Paradiisi lõhna, olgugi et selle lõhna võib tunda juba väga kaugel.“ (Muslim 6840)

KOKKUVÕTTEKS

- Ära tõmba välja halle karvu!
- Ära kanna parukat ega juuksepidendusi!
- Ära kuhja oma juukseid suureks krunniks kuklasse! See tõmbab isegi hidžaabi all tähelepanu.
- Palve ajal ei tohi mehe juuksed olla taha sõlmitud.
- Alusta juuste kammimist paremalt poolt!
- Peale juuste ja küünte lõikamist hävita jäägid! See pole küll kohustuslik, kuid on eelistatav.
- Naine ei tohiks kanda meeste soengut ega imiteerida moslemite soengustiile ja värve.



JUUSTE TERVISE HEAKS

Autor: juuksur Aile

Allikad: www.bioneer.ee;
www.juusteakadeemia.ee;
sinusiluett.ee

Teär, M. (2010). Juuksehooldus. Käsikirjaline loengukonsept. Kuressaare Ametikool, majutus- ja iluteeninduse õppesuund.

ERINEVAD JUUKSETÜÜBID



Inimeste juuksed erinevad üksteisest vastavalt sellele, millisesse rassi inimene kuulub. Juuksed võib üldiselt jagada kolmeks: põhjamaiseks, aasia ja afroameerika juuksetüübiks.

Põhjamaine juuksetüüp on värvilt hele, juuksestruktuur on sirge ja õrn või loomulikult lokkis ja kare.

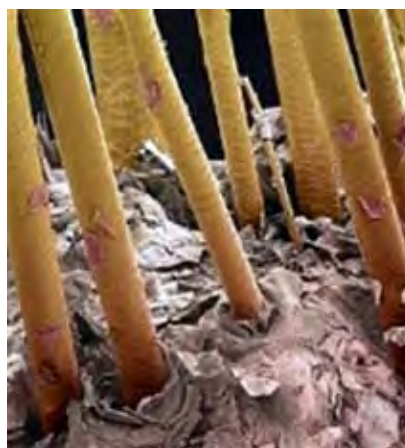
Aasia juuksetüüp on värvilt must ja juuksestruktuur on

paks, sirge ja hobusejõhvi meenutav. Aasia juus sisaldab erakordselt palju rasva. Tänu millele on sellel juuksetüübil väga hea läige.

Afroameerika juuksetüüp on oma struktuurilt kuiv ja krussis.

Kuigi põhimõtteliselt on kõik juuksed sarnased, sõltumata nende tüübist, vajavad erinevad juuksetüübid erinevat hooldust.

Kui inimesele on loodud õrnad ja peene struktuuriga juuksed, siis mingit imevahendit neid tugevaks muuta ei ole. Küll aga saab tõhusa hooldusega tagada, et juus oleks terve.



ve. Igasugune juus on ilus, kui ta on puhas ja hooldatud.

JUUKSED JA TERVISLIK TOIT

Toit on juuste heaolus üks tähtsamaid faktoreid. Sellele lisanduvad veel liikumine ja puhkus. Põhjamaine juuksetüüp peegeldab siinsete inimeste erinevaid probleeme. Kannatame D-vitamiini puuduse käes ja siinses pinnases leidub liiga vähe magneesiumi. Meie toidulaul on liialt palju jahu- ja lihatooteid ning me ei söö piisavalt marju, puu- ja köögivilju. Meid vaevab ka ülemäärane stress. Juba menüü ülevaatamise ja muutmisega saame panna aluse juuste ravile.

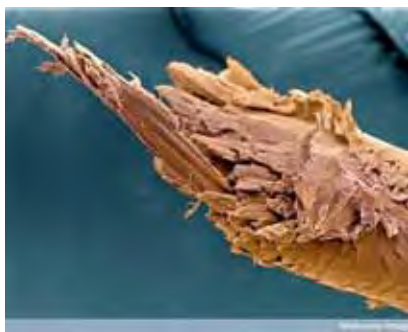
Juuksed on nagu keha peegel, rääkides väga palju inimese tervislikust seisundist. Rasused juuksed on tihtipeale märk D-vitamiini puudusest. Kuivad ja katkevad juuksed näitavad, et puudu on rasvast. (Kuigi juuste liigne kuivus võib teinekord olla tingitud ka juuste liigest keemilisest töötlemisest.)

Aeglustunud juuksekasv võib olla tingitud tsingi puudusest. Kui juuksed välja langevad, võib see olla märgiks, et puudu on kõigist elementaarsest toitaineist.

Põhjamaine juuksetüüp vajab kaitset nii kuuma päikese kui talvepakase eest. Kaitsmata juus hakkab kuivama ja selle tagajärjel hakkavad juukseotsad lõhenema. Samal põhjusel on parem hoiduda juuste föönitamisest.

KUIDAS JUUKSEID PESTA

Juuksed määrduvad nii väli- ja õhust, nagu tolmu ja õhusaaste, kui ka peanahast eritava higi ja rasu mõjul. Pesta võib juukseid nii tihti kui vajalik, aga nii harva kui võimalik. Üldiselt soovitatakse pesta 3-4 päeva tagant.



Enne pesemist harja juukseid kergelt. See kiirendab peanaha pindmist verevarustust ja eemaldab surnud naharakud.

Enne šampooni pealekandmist kasta juuksed sooja veega märjaks. Pesuvesi olgu pehme ja parajalt soe. Juba meie vaaremad teadsid, et juukseid pehme veega pestes saab parema tulemuse ning kasutasid juuste pesemiseks vihma- või lumevett. Tavaline kraanivesi

on 5-6 korda karedam kui vihmavesi. Karenda vee pehendamiseks võib kausitäiele pesuveele lisada teelusikatäie jagu soodat, sortsukese äädikat või 0,5 tl booraksit. Ka vee keetmine muudab selle pehmemaks.

Pese juukseid pea allapoole. See kiirendab peanaha vere ringet. Šampooni tarvita mõõdukalt. Kasuta alati sellist šampooni, mis on mõeldud just sinu juuksetüübile. Kanna toode esmalt kätele ja seejärel ühtlaselt sõrmeotstega juustesse ja peanahale ning aja vahule. Masseeri peanahka sõrmeotstega, tehes ringjaid liigutusi. Massaaž aitab hoida peanaha terve, see toob kudedesse verd juurde, mis omakorda ergutab toitainete ja hapniku liikumist juuksesibulasse, vabastab surnud naharakke ja vähendab rasu ületootmist. Ka vähendab massaaž peanaha pingeid, millel võib olla oma osa juuste väljalangemises.

Loputa juuksed hoolikalt rohke sooja veega, vajadusel korda pesemist. Väldi kuuma vett.

Palsam kannab kogu juukse- pikkusele, kuni peanahani välja. Palsam kannab alati rätiku- kuivadest juustest. Nii ei segune see asjatult veega ega voola maha. Palsam sulgeb peale pesu juuksekarva pinna ja juus ei kaota loomulikku niiskust. Palsamit hoia peas mõni minut, seejärel loputa

hoolikalt välja. Juukseid loputa alati jaheda veega.

On ka palsameid, mida ei lo- putata välja. Sellised palsamid kantakse samuti rätikukuiva- desse juustesse. Nad niisuta- vad juust, vähendavad staati- list elektrit, lisavad läiget, parandavad kammitavust. Kasutada võib iga päev.

Peale pesemist vajuta algul kätega liigne vesi juustest välja ja seejärel vajuta juuksed rätikuga kuivaks. Mingil juhul ära väana juukseid ja ära hõõru neid rätikuga!

Juuste tervise seisukohast on oluline lasta neil lihtsalt õhu käes kuivada, sest fööni- kuumus kuivatab juukseid. Kui aga föönitada, siis kindlas- ti kanda juustele kuumakait- set, et vähendada juukseka- justusi.

Kui vähegi võimalik, ära kammi märga juust, eriti kui on tegu pikkade juustega. Kui see siiski on vajalik, kasuta hõ- redate piidega kammi ja alus- ta juukseotstest liikudes aeg-



laselt ülespoole. See väldib juuste sikutamist ja venitamist.

KODUSED ŠAMPOONID – LIHTSAD JA KASULIKUD

Piimašampoon

Piimatooted mõjuvad juustele hästi. Juuste pesemiseks võib kasutada keefiri või hapupiima. Kasutamine on lihtne. Niisuta juuksed keefiriga ning kata pea kile ja rätikuga. Poole tunni möödudes pese hoolikalt sooja veega maha. Seejärel lisa veele natuke sidrunimahla ja loputa selle seguga juukseid.

Šampoon munast, sidrunist ja õlist

Sega 3 spl lõhnatud šampooni, 1 muna ja 1 spl sidrunimahla. Lisa saadud segusse 3 tilka eeterlikku õli. Selline šampoon muudab juuksed läikivaks ja volüümikamaks.

Sinepilahus

Lahusta 1 spl sinepit 2 l soojas vees. Loputa saadud seguga juukseid. Sinepivesi sobib paremini rasvastele juustele.

Munakollasega pesemine toidab peanahka. Tasub meelles pidada, et munaga pead pestes ei tohi kasutada kuuma vett.¹

Kõõma korral saab abi kummeli-, naistepuna-, raudrohu-, paiselehe-, kõrvenõgese-, nõmm-liivatee või takjatõmmise kasutamisest.

Kuivadele ja kahjustatud juustele sobib hästi kaselehe-

tõmmis. Seda on hea teha saunas, sest enne vihtlemist tuleb nagunii vihta kuumas vees leotada. Tõmmist saab teha ka varakevadel korjatud kaselehtedest ja -pungadest, kui neile enne kasutamist kuum vesi peale valada.

Kaselehetõmmis muudab juuksed pehmeks ja kohevaks.

JUUSTE TUGEVDAMINE MASKIDEGA

Juuksed väsivad ja vajavad aeg-ajalt puhastuskuure ja vitamiiniturgutust nagu kogu meie keha. Niiskuse kaotamise, rabedaks muutumise ja lõhenemise vältimiseks on olemas mõningad lihtsad kodused nipid.

Juuksejuuri toidab taime- ja rukkileivasegu, kus on võrdsetes osades teelehti, kummeliõisi, salveid, nõgest ja harilikku punet.

1 spl taimeseigule valatakse peale klaasitäis keevat vett ja lastakse 15-20 minutit seista. Seejärel vedelik kurnatakse ja lisatakse just nii palju rukkileiba, et tekiks pudrutaoline mass. Soe segu määratakse peanahale ja juustele ning lastakse rätiku all 2 tundi mõjuda.



Seejärel pestakse pea sooja

veega (ilma šampooni kasutamata) puhtaks. Juustel lastakse õhu käes kuivada.

Juuste tugevdamise eesmärgil võib maski teha ka pajukoorest ja takjajuurtest.

4 spl segu keedetakse 1 liitris vees 10 minutit. Seejärel lastakse segul jahtuda. Pead pestakse selle seguga 3 korda nädalas.

Hapratele juustele võib korra nädalas teha mähist munakollastest ja lusikatäiest kastoorest. Segu määratakse pähe, kaetakse sooja rätikuga ning hoitakse peas 3 tundi. Siis pestakse pea puhtaks.

Avokaado maskist saavad juuksed piisavalt niisutavaid proteiine, et püsida lopsakad. Koori üks küps avokaado, purusta ühtlaseks massiks, lisa üks teelusikatäis nisuiduõli ja teine teelusikatäis jojobaõli. Kanna mask juustesse pärast pesemist, masseerides juuksejuurtest kuni otsteni välja. Pane vannimüts pähe ja lase 10-15 minutit mõjuda. Loputa. Korda protseduuri kord nädalas.

Või mask – suurepäraseid tulemusi annab mageda või juustesse määrimine. Niisuta kõigepealt juukseid kergelt sooja veega ja sulata või veidi pehmeks, et seda oleks lihtsam peale kanda. Kanna või juustesse juurtest kuni otsteni ja pane sooja veega niisutatud rätik pooleks tunniks pähe. Seejärel pese juukseid nagu tavaliselt. Või eemaldub juustest hõlpsasti juba kerge

¹ Ainult munarebuga pestes ei teki valgeid kilme (kujundaja märkus)

pesu järel. Protseduuri võib korrata paar korda nädalas.

Mandliõlimask – sega omavahel veidi piima ja 1 muna ning lisa mõned mandliõli tilgad. Kanna juustesse, kata 20 minutiks rätikuga ja loputa.

Riitsinusõli küüslauguga – sega 8 supilusikatäit sooja riitsinusõli 8 suure purustatud küüslauguküünegaga. Jäta 36 tunniks seisma ja kurna küüslaugud õlist välja. Masseeri saadud õli juustesse ja määssi juuksed rätikusse. Jäta vähemalt üheks tunniks mõjuma, siis pese šampooniga ja loputa nagu tavaliselt.

Kuivi juukseotsi aitab parandada oliivõli. Kanna seda juustele igaks kolmandaks ööks ning lase mõjuda öö läbi.

Kui oliiviõli käepärast pole, aitab tavaline või. Kanna või juustele, lase veerand tundi mõjuda ning pese see maha seguga, millesse segad pool klaasi äädikat, pool klaasi sidrunimahla ja pool liitrit sooja vett.

JUUSTELE LÄIKE ANDMINE

Ilusad, siidised ja läikivad juuksed on iga naise unistus. Allpool mõned võimalused selle saavutamiseks.

Heledatele juustele

1 tass kanget sooja kummelitõmmist. Loputa tõmmisega juukseid, kata juuksed kilega ja lase mõjuda pool tundi. Seejärel pese šampooniga.

Heledatele juustele annab kauni läike ka sidruni-

mahla lisamine loputusveele.

Tumedatele juustele

Kanna puhastele niisketele juustele naturaalne kohv (2 spl kohvi, 1 kl keeva vett, kurnata). Kata kilega, lase mõjuda 25-35 minutit. Pese juukseid õrna šampooniga.

Punastele juustele

Sega 1/2 kl peedimahla, 1/2 kl porgandimahla, kanna segu juustele. Kata kilega ning jäta nii 15 minutiks, loputa sooja veega.

Ja viimase läike andmiseks on soovitatav niisutada juukseid seepidiseltselt – võta iga päev koos toiduga ka üks teelusikatäis **linaseemneõli!**

KASULIK TEADA

Kui õlimaskid jäetavad juuksed liiga rasvaseks, siis saab abi sidrunimahla ja äädikalahuse segust. Selleks võetakse 1 osa sidrunimahla ja 2 osa lahjendatud äädikat ja kantakse segu tund aega enne juuste pesemist pähe.

Kui lokid ei taha sõna kuulata, saab abi jogurit- või kohupiimamaskist. Hoidke maitsestamata jogurtit või kohupiima peas 3 minutit.

Pingul hobusesaba kandmine võib põhjustada juuste väljalangemist, mis võib olla lausa pöördumatu. Pingul juuksekuum võib juuksejuure välja kiskuda ja sellele kohale

enam uut juuksekarva ei kasva.

Laste juukseid ei tohiks mingil juhul värvida enne murdeiga. Lapse juuste rasunäärmed aktiveeruvad murdeas, et kaitsta peanahka. Enne seda võib kokkupuude juuksevärvi kemikaalidega põhjustada lapsele eluaegse allergia või ülitundlikkuse.

Lühikesed juuksed tunduvad kohevamad, sest peas on palju noori juukseid. Pikjade juuste puhul on otsad õhemad, sest erinevas vanuses juuksed on alles kasvufaasis. Sõltuvalt pärilikkusest tekib meil iga päev 50-100 uut juuksekarva.



KUI JUUKSED KASVAVAD LIIGA AEGLASELT

Õige toitumine, vajalik kogus vitamiine ja mineraalaineid on tervete juuste üheks eeltingimuseks. Süües rohelisi ja kollaseid köögivilju, samuti soja, kaunviljalisi, kreeka pähkleid – võib juuksekasvu tunduvalt kiirendada.

Juuksekasvule mõjuvad soodsalt ka juuksuri regulaarne külastamine (kord 1,5 kuu

jooksul), stressi vältimine ning piisav puhkus.

Vedelik avaldab juustele suurt mõju. Kuna juuksed koosnevad suurest hulgast veest, siis on väga tähtis, et organism saaks päevas 6-7 klaasi vett.

Väga kasulikud on õlid, mis toidavad juuksejuuri ja taastavad nende struktuuri. Näiteks takjajuureõli. Tuntud juuksekasvu kiirendaja on rosmariin: sega võrdsetes kogustes vesi ja rosmariini ning lisa šampoonile (proportsioonis 2:1).

Abi saab ka järgmisest maskist: sega võrdsetes kogustes oliiviõli, kookosõli ja kastoorõli. Soojenda saadud segu ning kanna juustele. Masseeri peanaha umbes 5 minutit, seejärel pese maha.

Juuste kasvule mõjub väga hästi tšillipipar. Sega omavalgusel järgmised ained: 1 spl jahvatatud tšillipipart, 1 spl taimõli, 3 spl sidrunimahla, 2 spl mett, 1 munakollane. Saadud mask kanna juustele, määsi juuksed kilesse ja sooja rätikusse. Hoi a 30 minutit. Loputa veega ning kasuta tavalist šampooni. Seda protseduuri võiks parimate tulemuste saavutamiseks teha 2 korda nädalas.

JUUSTE VÄLJALANGEMINE

Tihti arvatakse, et juuste väljalangemine on tõsiste haigustega võrreldes tähtsusetu kosmeetiline probleem. Tegelikult viitab juuste väljalangemine organismis tekkinud haiguslikele protsessidele veel enne, kui organism tegelikult

haigestub. Miks siis oodata halvimat, kui võiks reageerida juba varem?

Juuste väljalangemine ei ole ühe kahjuliku teguri põhjustatud probleem, vaid mitme teguri koosmõju tagajärg. Kui inimene loobub negatiivsetest teguritest, mis tema organismile mõju avaldavad, on juuste väljalangemist praktiliselt alati võimalik ravida. On võimalik taastada ka juuste varasem tugevus ja hulk. Täiesti universaalset ravimeetodit, mis peataks mis tahes põhjusel tekkinud juuste väljalangemise, on võimatu leida.

Juuksekarva eluiga (kasvutsükkel) on lühike, kestab olenevalt genotüübist 2-6 aastat. Alles pärast kasvutsükli lõppu tekib uus juuksekarv. Juuste väljalangemise kestvusel ei ole tähtsust, oluline on hoopis see, kui suur on kiilanevad piirkond. Täiesti läikivale kiilaspäele ei tasu uute juuste kasvu oodata.

Juuste väljalangemine tähendab alati, olenemata põhjusest, et juuksekarva pesas olevate juuksejuurte rakkude areng on häiritud ja juuksekarva kasv katkeb. Juuksekarv sureb enne oma kasvutsükli lõp-

pu. Uus juuksekarv tekib aga alles siis, kui eelmine kasvutsükkel on läbi. Seega on osa juuksekarva pesasid enne uute juuksekarvade teket tühjad, mille tulemusena jääb pealagi juustest hõredamaks. Täielik kiilaspäisus võib tekkida juuste kasvu tagavate juuksekarva pesade ummistumise tagajärjel ning siis ei teki uusi juukseid kogu peanahal. Tegelikuses juhtub aga harva, et kõik karvanääpsud on lakanud toimimast.

Meeste kiilaspäisuse peamised põhjused on meditsiinist teada, kuid täielik tõde ja üksmeel selles küsimuses pole veel selgunud. Naistel esinevat juuste väljalangemist peetakse samuti meestüüpi kiilaspäisuse tekkeks. Mõnedel juhtudel võibki see nii olla, kuid tavaliselt esineb naistel meestüüpi kiilaspäisust alles peale menopausi. Enamasti on naiste juuste väljalangemise põhjus hoopis milleski muus, nagu sageli ka meeste puhul.

Enesest mõistetavalt ei ole juuste taastumine paari kuu küsimus. Olenevalt probleemist võib juuksekasvu taastamisele kuluda erinev aeg. Ravi



on pikaajaline, aastast mitme aastani, aga tulemuslik.

Sagedasemad juuste väljalangemise põhjused:

- peanaha põletik
- hormonaalsed tegurid
- erinevad kõõmatüübid
- liiga ühekülgne toitumine, dieet
- stress
- vagellest
- seeninfektsioonid
- allergiad
- ülemäärane vitamiinide ja mikroelementide tarbimine või nende puudus
- kilpnäärme talitushäired
- rasva ja/või vedeliku vähesus või puudus organismis
- aneemia jm haigused
- soolestikuprobleemid
- ülitundlikkus teatud toiduainete suhtes

Juuste väljalangemise korral sega 1 tl mett, 1 tl oliiviõli, 1 tl šampooni. 1 väikese sibulamaahl ning kanna juuksejuurtele, jäta nii 20-30 minutiks. Seejärel pese juukseid šampooniga. Lisa keedetud vette 2 spl äädikat ning loputa sellega juukseid.

Seda võib teha kord kuus. Muudab õhukesed ja nõrgad

juuksed elujõulisemaks ja annab neile tervisliku läike.

Sega omavahel 10 ml D2 vitamiini, 1 väike pudel kastoorõli, 1 spl sidrunimahla, 1 spl mett, 1,5 spl sibulamahla, 1 munakollane. Soojenda saadud segu veevannil. Saadud segu kanna peanahale, kata kile ja rätikuga ning hoia peas vähemalt 2 tundi. Juuste väljalangemise korral jäta mask pähe võimalikult kauaks, soovitatavalt kuni 12 tunniks.

SUVISE JUUKSEHOOLDUSE PÕHITÕED

Parim kaitse juustele on peakate: müts, rätik, kübar vms. Need kaitsevad juukseid UV-kiirguse eest ning näevad ka ilusad välja.

Lõhenevad juukseotsad on suvel eriti aktuaalne probleem. Seega on soovitatav kasutada taastavat juuksemaski vähemalt kord nädalas. Suvel võis iga 1,5 kuu järel juukseotsi lõigata.

Rannas võiks juustesse pihustada veidi UV- kaitsega juuksehooldustoodet. Suvel võiks pöörata tähelepanu UV-kaitsesega šampoonidele, maskidele, palsamitele.

Püüa vältida juuste värvimist ja muid keemilisi protseduure.

Ära kasuta fööni, vaid lase juustel loomulikult kui-

vada. Nii väldid lõhenevaid juukseotsi ning aidad säilitada juuste niiskusbilanssi.

Ka suvel on oluline täisväärtuslik toitumine. Palavatel suvepäevadel vajavad juuksed vitamiine.

Kui tihti suvel juukseid pesta? See sõltub muidugi juuksetüübist ja selle iseärasustest, kuid üldiselt ei soovitata kasutada šampooni iga päev, isegi õrna šampooni. Veega või tõmmistega võib juukseid iga-päevaselt loputada.

Merevesi muudab juuksed tuhniks ja kuivaks. Ujumismüts on lihtsaim viis seda vältida. Kui aga ujumismüts ei meeldi, siis pärast merevees suplemist peaks kindlasti juukseid puhta veega loputama ning kasutama taastavat palsamit.

Kui päikesepaisteline suvi on siiski oma jälje jätnud, tuleb asuda juukseid ravima. Abi saab apteegist või professionaalsetes salongides müüdavatest kahjustatud juustele mõeldud raviva-

henditest. Kuid ka koduste va-

henditega on võimalik juukseid taastada.

Juuste pesemiseks kasuta vee asemel erinevaid tõmmi-



seid: näiteks pärnaõite, paiselehe, kaselehtede, piparmündi, nõgese ja takjajuure tõmmised. Vala 500 g peenestatud lehti või õisi 0,5 l keeva veega üle ning lase tõmmata umbes 30 minutit. Kurna ning lahjenda veega proportsioonis 1:10.

Väsinud juuste loputamiseks kasuta salvei tõmmist – 4 spl salvei lehti ja 2 kl keeva vett, lase tõmmata 10-15 minutit, kurna ja jahuta.

Juukseid aitab taastada järgmine toitev mask: sega 1 spl majoneesi, 1 munakollane, 1 tl mett ning kanna juustele 2 tunniks. Seejärel pese juuksed sooja vee ja šampooniga.

Niisutava ja tugevadava toimega on järgmine juukse-mask: 2 munakollast, 1/2 sidruni mahl, 6-9 tilka õli. Kanna juustele ning loputa 30 minuti möödudes veega. Õlidest võid kasutada oliivi-, takjajuure-, mandli-, kastoor- või teepuuõli.

Katkiste juukseotste puhul aitab järgmistest koostisainetest koosnev mask:

200g taimeõli + 75g peenestatud takjajuurt. Lisa peenestatud takjajuurtele taimeõli ning lase seista soojas kohas 24 tundi. Seejärel keeda segu nõrgal kuumusel umbes 15 minutit. Jahuta ja kurna. Kasuta maski 1-2 tundi enne juuste pesemist. Maski toimeaeg on 20 minutit.

TALVINE JUUKSEHOOLDUS

Nii nagu liigne kuumus ei ole juustele hea, ei ole seda ka liigne külm. Viis miinuskraadi on viimane piir, mil võib palja peaga juukseid kahjustamata käia.

Peakatted on asendamatud juuste kaitsjad pakase eest. Vali õhku läbilaskev müts vms, mis säilitab juuste kohevuse ja ei suru hommikul tehtud soengut peadligi. Kaitsma peab juukseid kogu pikkuses.

Kindlasti ei tohi õue minna niiskete juustega, sest nii nagu jäätub vesi, jäätuvad ka juuksed. Hoiduda tuleks liiga niisutavatest juustesse jäetavatest palsamitest ja *wet look* viimistlusvahenditest. Suvel on need tooted asendamatud, kuid talveks tuleks valida tugevama toimega intensiivpalsamid, kord nädalas kasutatavad ravimaskid ja viimistlustooted. Kuna talvel on suureks probleemiks juustesse kogunev staatiline elekter, siis peaks hooldustoodete komplekti kindlasti kuuluma juustesse jäetav proteiinirikas *spray*, mis vähendab juuste elektrili-

sust ja mida võib iga päev kasutada.

Soodustamaks terveid juukseid, vähendage tee ja kohvi joomist – need on tugevad ergutid, mis mõjutavad närvi- ja hingamissüsteeme ning vereringet, suurendades vee ja tähtsate toitainete eemaldamist kehast. Ka takistavad nad juuste tervisele elutähtsate mineraalide omastamist.

Jooge vett või mineraalvett (6-8 klaasi päevas), taimeteesid ja magustamata puuviljamahlu.

Regulaarsed kehalised harjutused tugevdavad vereringesüsteemi, varustades kõiki rakke tervistava verega ning toites neid, aidates rakkudel taastuda ja terveneda.

Mõned rasestumisvastased pillid kahandavad B-kompleksvitamiinide ja tsingi hulka kehas. Kui te märkate juustega toimuvaid muutusi pärast pillide sissevõtmise alustamist, siis konsulteerige arsti või toitumisspetsialistiga.

Süües 2-3 puuvilja päevas varustate oma juukseid vajalike vitamiinide ja mineraalidega.





HENNA JA MUUDE TAIMEDEGA JUUSTE VÄRVIMISEST

Autor: henna ekspert Katrin Alekand

Selle kirjatüki mõte on aidata inimestel otsustada, kas hakata oma juukseid henna ja muude taimsete toonijatega värvima või mitte. Meil siiani leviva väga mitmekesise ja värvika info valguses on raske otsustada. Eriti keeruline on see internetiajastul, mil paari inimese kogemus mõnes foorumis segatakse kokku kusagilt kuulnud info, kellegi "sõbranna tädipoja naise juustega juhtunud kohutava loo", väga usaldusväärse ja professio-

naalse salongijuuksuri arvamus, ebaadekvaatselt tõlgitud või vahendatud tooteinfo ja muu raskesti kontrollitava teabega. Tulemus on, et mõne konkreetse üksikjuhtumi põhjal tekkinud segasevõitu info aetakse veel segasemaks, see üldistatakse kogu teemale ning lõpuks hakkab see elama iseseisvat elu.

Henna on põõsastaim, mis looduslikult kasvab peamiselt Aasias, Lähis-Idas ning Põhja-Aafrikas. Nüüdseks on see taim tänu inimtegevusele levinud soojematel aladel aga üle terve maailma, nii heki- kui ilu- taimena, kuid põllumajanduslikult kasvatatakse ja toodetakse hennat ikka nendes samades traditsioonilistes piirkondades. Henna õied on väikesed, nelja õielehega ning kollased, punased või roosad ning hennaõite õli, mida too-

detakse peamiselt Indias, on väga hinnatud ning luksuslik parfüüm. Värviandev pulber saadakse ainult henna lehtedest, mis korjatakse, kuivatatakse ning jahvatatakse pulbriks. Lehti hakatakse üldjuhul korjama 3-aastastelt taime- delt, nooremate taimede lehtedes hennatanniinhapet veel moodustunud ei ole. Henna vajab ja talub väga tugevat kuumust ja kuiva kliimat. Mida kuivem ja kuumem on kasvuaeg, seda rohkem on henna- lehtedes värvi ning seda vähem on taim vastuvõtlik haigustele ja kahjuritele. Lehtedest jahvatatud pulbrit kasutatakse juuste- ja nahahool- duseks, juuste värvimiseks ning kehamaalinguteks.

Henna värvuse annab lehtedes peituv parkaine hennatanniinhape ehk lavsoon, mis seob end nahas ning küüntes-



juustes keratiinimolekulidega. Nahalt kaob henna koos värvunud naharakkude irdumisega, juustest ja küüntelt henna praktiliselt maha ei kulu vaid kasvab välja. Puhta hennaga saadud toon on alati punakas-pruunikas-ruske - ehk nagu rahvasuu maakeeli nimetab - hennapunane ning see on väga tugev ja püsiv värvipigment.

Rahvasuus räägitakse ka mitmesugustest hennadest ning sageli on need pulbrid ka selliste nimetuste all müügil. Kui hennapulbrit poest osta ja ei ole päris kindel, mis pakis on, siis tuleks alati vaadata koostist. Kõik vähegi Lääne turule orienteeritud müüjad on selle üldjuhul kirja pannud, eriti segude puhul, kuigi alati mitte täielikult, alati ka mitte tõeselt, aga mingi pildi see annab. Kahtluse korral otsige pakilt alati ladinakeelset taimenime. Kõik juuste värvimiseks mõeldud taimsed pulbrid on vägagi valguse-, sooja- ja niiskusetundlikud, sestap võiks neid hoida jahedas, valguseest kaitstuna ning hermeetiliselt suletuna - vala lahtisest pakist pulber klaaspurki, keera

kõvasti kinni ja hoia külmkapis.

Naturaalne ehk punane henna. *Lawsonia Inermis*. SEE on on see PÄRIS henna. Rohekas-ruskjas või khakikarva pulber, mis vedelikuga segades lõhnab nagu värskelt lõigatud hein või spinat. Kui pulber on väga mitte-taimselt roheline, siis on sinna lisatud rohelist värvipulbrit, reeglina kas roheliseks värvitud peenikest liiva või sünteetilisi värvaineid. Eriti sageli juhtub seda India hennaga, sest sealmaal peetakse rohelist hennapulbrit millegipärast eriti ostma-ahvatlevaks ja nii tehakse pulber silmale 'isuäratavamaks'. Sellise henna ostja saab vähem värvivat hennapulbrit ja palju rämpsu, mida ei anna ka välja sõeluda. Tundliku peanahaga inimestele on see roheline värv põhjustanud ebameeldivat sügelust. Henna tahab segamiseks alati happelist toasooja vedelikku ning värvi vallandumiseks aega.

Värvitu henna ei ole tegelikult ei värvitu ega ka henna. Ajalooliselt on selle nime all müüdud taim *Cassia Obovata* lehtede pulbrit, mida inglise keeles müüaksegi Cassia nime all, maakeeli võiks seda sennaks nimetada. Pulber on khaki-karva rohekas ning veega segatud pasta lõhnab nagu värskelt niidetud rohi või muru. Senna annab juustele lopsakust ja sära, kuid veega segatult ei värvi neid. Happelise vedelikuga segatult annab senna juustele ilusa kuldse läike. Viimasel ajal on värvitu hennana müügil ka üks teine

pulber - sidr ehk *Zyzyphus Spina Christi*, mis on meie türnpuu sugulane ja eesti keeles oleks see jujuubipuu. See on Aafrika aladelt pärit üks vanimatest taimsetest šampoonidest. Taimlehed sisaldavad saponiine ning selle pastaga pestud juuksed on pehmed siidised ja säravad.

Must henna on ilmselt kõige eksitavam termin üldse ja



on levinud peamiselt henna-maalingute kontekstis. Sellisel juhul on tegemist väga ohtliku ja mürgise sünteetilise ainega para-phenüleendiamiin ehk pPD. Kui pakis olev pulber on kohvikarva pruunikas või must, veega segatult on pasta kas lõhnatu või haiseb keemia järgi ning muutub u 10 minuti jooksul mustaks, siis see ei ole henna. Selle reaktsioon nahal võib olla täiesti ettearvamatu, PPD on kantserogeenne, ülitugev allergeen, selle toksilised reaktsioonid võivad tugevasti kahjustada nii maksa- kui neerude talitust.

Ajalooliselt on juuste värvimise jaoks musta hennana müüdud indigot, endise NSVL aladel oli ja on see pulber tuntud ka kui basma. Tegemist on värvindigopöõsa (*indigoferia*



tinctori) osaliselt fermenteeritud lehtedest saadud pulbriga, mis on indigoliikidest kõige kõrgema värvisisaldusega.

Basma puhul on tegemist teist liiki indigoga. Indigo tahab segamiseks alati leiget keedetud vett, pasta segatakse valmis vahetult enne värvimist ning see lõhnab nagu külmutatud hernerid. Kui pasta pealispind tõmbub u 20 minuti jooksul siniseks, siis on see



indigo. Henna ja indigo koos annavad erinevaid pruune toone, kui värvida juukseid alguses henna ja siis indigoga saab tulemuseks süsimustad juuksed. Ka indigo on väga püsiv taimne pigment. Puhast indigo annab blondidele juustele ebamäärase heleda sinakashalli tooni, mis kulub aja jooksul vähemaks.

Ja siis on veel olemas nn seguhennad - kõik poes müüdivad hennasarjad, mis lubavad erinevaid toone, nisublondist kuni süsimustani, on seguhennad. Need on taimepulbrite segud, mis sageli sisaldavad ka hennat ja mida reeglina soovatakse segada kuuma veega ning siis juustesse kanda. Aga need sisaldavad väga paljusid muid pulbreid ja vahel ka sünteetilisi lisandeid,

mille toimed võivad olla ootamatud. Kindlasti ei tasu seguhennadega värvitud juukseid sünteetiliselt heledamaks värvida, siis on tulemus täiesti prognoosimatu.

Henna kohta on liikvel ka palju eelarvamusi, müütilise päritoluga arvamusi ja tava-teadvusesse kinnistunud valekasutamist. Erinevate hennade osas sai asi klaariks - on ainult üks henna, mis annab punakaspruuni värvi. Kõik muud pulbrid, mis lubavad erinevaid toone, ei ole hennad. Need on kas segud või hoopis teiste taimede pulbrid.

Palestiina ja Egiptuse aladelt olen viimasel ajal kuulnud huvitavat juttu, et ongi olemas kahte sorti hennat - punast hennat korjavad naised põõsast ja see on selline imelik kraam, aga head ja musta hennat müüvad mehed apteekides, see on hea ja õige asi.

Tegelikult on kõik vastupidi - naised korjavad põõsast hennalehti, päris hennat. Ja see ei saagi olla muud värvi kui punane. Apteekides müüakse aga tuubis valmispastasid, mis sisaldavad hennat kas väga vähe või üldse mitte ning kus värvivaks aineks on sageli parafenüleendiamiin.

Kuna väga paljudel on halb kogemusi musta karva maalingutega, siis üldistatakse see hennale ja räägitakse, et henna tekitab allergiat. Henna on kogu kosmeetikaajaloos ses mõttes unikaalne, et henna ise on väga väheallergeenne taim. **Henna tekitab allergiaid inimestele, kellel on**

allergia naftokinoonide (teatud parkainete) suhtes ning henna kasutamine on tõesti keelatud neile, kellel on teatud kaasasündinud ensüümpuudulikkus. Lühendina on see G6PDD ehk siis glükoos-6-fosfaat dehüdrogenaasi defitsiit. See on geneetiline ja pärilik haigus, mis enamustel juhtudel esineb meestel, kuna geenmutatsioon, mis selle haiguse tekitab, asub X-kromosoomis. Aga kuna see haigus on levinud just hennakasvupiirkondades, siis on praegusel multi-kulti ja rahvaste rändamise aegadel võib olla hea sellest teadlik olla.

Ärritus- ja ülitundlikkusreaktsioone võivad tekitada muud komponendid, mida hennapasta kokku segamisel on kasutatud või mis on näiteks seguhennade pulbrites.

Hennaga värvimine

Mõned asjad, mida peab teadma, enne kui henna või muude taimsete toonijatega värvima hakata:

Mitte ükski taimne toonija või taimsetest toonijatest kokku segatud värv ei tee juukseid oma toonist heledamaks. Blondeerivat hennat ei ole olemas.

Kõik see, mida eelnevalt juustel on kasutatud, võib mõjutada lõpptulemust. Kui juuksed on keemiliselt värvitud, väga rikutud, siis on erinevus rikkumata omajuukse ja eelnevalt töödeldud juuste vahel mõnda aega näha. Silikooni sisaldavate toodete (palsamid,

maskid) kasutamine võib mõjutada henna kinnitumist.

Kui vähegi kahtled toonis, tee alati värviproov, enne kui värvid ära terve pea. Selleks sobib katsetada oma juustega - korja harjalt kokku oma lahtised juuksekarvad, sega soovitud tooni võimaldav värv ning hoia oma juukseid värviseigus nii kaua kui vaja. Nii näed ära selle, milline jääb värv Su oma juustel. See ei ole kallid, ei võta väga palju lisaaega ega kuluta värvi ning aitab lõpptulemusena vältida suuri pettumusi.

Kui Sa ei taha drastilist toonimuutust või pelgad punast, alusta vähehaaval. Senna suurem osakaal segus vähendab punast ja mahendab vaske. Lühemalt peas hoitud henna jääb õrnem ja mahedam, oma toon kumab enam läbi. Henna ja indigo segamine (henndigo) annab pruunid toonid. Amla lisamine henndigole muudab pruunid toonid külmemaks.

Henna ja taimsed toonijad ei ole sellised nagu sünteetilised värvid. Esiteks ei muuda need Su oma juuksetooni. Taimsed värvid kombineeruvad juuste oma pigmentiga ja katavad selle, oma toon, eriti tumedam jääb alati läbi paistma. Ainult pigmentidel - hallil või vesivalgel - juuksel on näha puhas henna toon. Põhjus, miks üsna sama tooni juustega inimesed saavad sünteetiliste värvidega värvides üsna sama tulemuse, on selles, et juukse oma pigment eemaldatakse enne sünteetilise värvi juuksekarva kinnitu-

mist. Sarnase juuksetooniga inimesed saavad ühe ja sama hennaseguga täiesti erinevad tulemused.

Henna ja taimsed toonijad tahavad täiesti teistsugust ettevalmistust kui sünteetilised värvid. See on ka üks põhjus, miks on neid tooteid keeruline salongis kasutada.

Kvaliteetsetest baasainetest ja ise kokkusegatud toon ja taimset päritolu valmissegatud karbivärvid ei ole võrreldavad. Erinevad taimsed tanniinid tahavad erinevat värvusreaktsiooni vallandumise aega.

Hennat ja ka indigot ei saa juustest välja pleegitamise või keemilise värvieemaldusega. Keemia uhub juuksest välja omapigmenti, aga hennatanniinhape lahkub keratiinist viimasena. Samas on see ka henna võlu - henna on ilmselt ainukene punane juuksevärv, mille toon, läige ja sära on üsna samad ka näiteks 4-5 nädalat peale värvimist.

Henndigo/indigo eemaldamisega võib õnneks minna, ja peale värvieemaldust saab juuksed heleda värviga kenasti üle värvida. Aga tõenäolisem on, et peale innukat värvieemaldust või blondeerimist vaatab peeglist vastu väga räsitud juustega proua Lehtsalat. Indigo (sinine) kombinatsioonis pleegitavate värvide või blondeerijatega, mis sisaldavad kollast, annab täiesti reeg-

lite kohaselt tulemuseks rohelise.

Arvesta sellega, et peale hennatamist võib igasugune keemiline värvimine olla pisut prognoosimatu. Seepärast hoiata oma juuksurit alati, et sa värvisid/värvid hennaga. Siis ta teab natukene arvestada. Igasugune heledamaks tegemine ja blondeerimine läheb oma riisikol.

Värvimine

Pulbrikogused: umbes õlgadeni juuksed - 100g; abaluudeni - 300g, vööni - 500g. Aga väga palju oleneb ka juuste paksusest.

Juuksed võiksid olla puhtad ja kuivad, see on taimede ja sünteetika kasutamise üks erinevus. Mida puhtamad juuksed, seda paremini need värvi sisse võtavad. Kui kasutate palju viimistlusvahendeid, siis soovitan enne hennatamist pesta sügavpuhastava šampooniga.

Vaja läheb: värvipulber, happelist vedelikku, eeterlike õlidsid. Juustesse kandmiseks kindaid, võib-olla ka pintslit. Hennapastaga juuste katmiseks toidukilet, suuremat rätti, mille puhul ei ole kahju, kui see hennaplekiliseks saab.

100g hennat

250-300ml happelist vedelikku

20-30 tilka eeterlikku õli

Sega henna leige happelise vedelikuga kartulipüree paksuseks massiks. Kata nõu ja

jätta toasooja seisma. Pasta on valmis kui selle pealne kiht on pruunikam. Tavaliselt on henna hommikuks valmis. Kui soovid, siis lisa hennale eeterlik õli hommikul ning lase sel veel paar tundi seista.

Kui soovitakse saada pruuni tulemust, siis indigo segatakse kokku vahetult enne värvimist leige keedetud veega. Seejärel lisatakse indigo hennale ning kogu pasta tuleb siis väga-väga korralikult läbi segada, et tulemus ei jääks laiuline.

Henna pealekandmisel tuleb kindlasti kasutada kummikindad.

Juuksepiiri, kõrvalestad ja tagused võib teha kokku rasvasema kreemiga - see väldib henna kinnitumist nahale.

Pasta võib juustele kanda kas pintsliga või kätega, kuidas mugavam on. Kandke henna juustesse salkhaaval ning lõpuks masseerige kogu juuksemass kergelt läbi. Kui henna satub peanahale, siis on see väga hea. Nii peabki olema.

Kui pasta on pähe kantud, siis võiks juuksed pealaele üles panna, nii et kaelale midagi ei jääks, ja katta kogu juukseosa toidukilega. Kui seda ei ole, sobib tavaline kilekott ka, aga toidukile on parem - liibub tihedamalt vastu nahka ja kui henna peaks hakkama nõjooksma, siis ei jookse nii palju mööda kaela ja nägu laiali. Kogu selle asja otsa keerata froteerätt turbaniks - hea, kui on selline vana, millest ei ole

kahju, kui hennaplekiliseks saab. Või nt mõni vana soe paks müts (minul on üks vana talvemüts hennamütsiks saanud). Kui hennaga siis näiteks saunalavale minna, ei lase müts või turban pastal üle kuumeneda, samas hoiab see oma kehatemperatuuriga tek-

hennat võib kasutada keemiliselt värvitud või töödeldud juustel. Selle henna peale võib teha keemilist värvimist, kuid hennapunane sööb ennast heledatest värvidest pikalt läbi ning henna täielik väljasaamine juustest ei ole väga lihtne.



kinud soojust pastas kinni. Ja kui henna peaks jooksema hakkama, siis on vana rätt hea, hoiab osa vedelikust kinni.

Henna tooni sügavus oleneb pealhoidmise ajast - mida kauem hoida, seda sügavam ja tugevam tulemus tuleb.

Peale henna, hennidigo, sena või indigo välja loputamist võib juukseid šampooniga pesta ja kui selleks on vajadust, siis tuleb kasutada palsamit ja olla pärast loputamist hoolikas, nagu ikka.

Kõige parem on BAQ (body art quality) henna - see on puhas, ei sisalda lisaineid, pulber on peeneks sõelutud ja keskmisest palju kõrgema värvisisaldusega. Kõige kindlam ja mugavam valik. Sedada

Meil väga kaua levinud henna kokkusegamise juhend ütles: kallake hennapulbrile peale keeva vett, laske jahtuda ja kandke pähe, nii kuumalt kui võimalik. Tegelikult tuleb henna segada toasooja vedelikuga. Kui hennast värv kuuma või tulise vedelikuga nõ lahti ehmatada, siis saab sellega küll kiiresti toimetama hakata, kuid toon tuleb kehvem, kipub luituma ja kiiremini kulumata.

Henna vajab värvusreaktsiooni käivitumiseks happelist keskkonda - vedelik, millega hennat segada peab olema hapu. Seetõttu tavaline vesi ei sobi. Soovitatav on vesi, millega haput vedelikku lahjendada, enne ka läbi keeta. Juuste jaoks sobib igasugune happe-

line vedelik, sellise kangusega et ise juua saaks. See ei pea olema sidrunimahla, isegi tsitruseliste oma mitte - inimesed, kes on tsitruselistele allergilised võivad kasutada ükskõik millist muud mahla - õun, jõhvikas, sõstrad. Paljud inimesed keedavad endale ise mingi segu, mille komponendid varieeruvad, vastavalt isiklikele eelistustele - must, salvei või aedliivatee, tamarind, kaneel, nelk, roosiõielehed. See on tõeline loominguiline kokkamine ja pakub palju võimalusi.

Henna paremaks oksüdeerumiseks lisatakse pastale vahel ka eeterlike õlisid, aga mitte igasuguseid. Need on eeterlikud õlid, mis sisaldavad monoterpeenseid alkohole. Eeterlikud õlid võivad olla ärritajad ja allergeenid, seetõttu peab nende kasutamisega ettevaatlik olema. Teepuu on väga hea - kuigi tugeva lõhnaga, ei jää see nahale ega juustele püsima. Teepuu on põletikuvastane. Kuid teepuu võib olla allergeen ning inimesed, kes on allergilised teepuule, peavad vältima ka cajeputi ja niaouli õlidega kokku puutumist. Lavendel on hea terpeen ja ilmselt üks ohutumaid eeterlike õlisid. Nelgipungaõli on hea, samuti kardemon, aga mõlemad on väga tugevad ärritajad ning nende kasutamisega peab olema väga ettevaatlik. Salvei, rosmariin ja tüümian (aedliivatee) on samuti head, kuid tugevad õlid. Vahel pannakse mõnda õli ka

lõhna pärast - roos-geranium ja roosiõli on levinumad.

Kui kedagi häirib hennalõhn üldse, siis lisage pastasegule 100g henna kohta 1 väikese kuhjaga teelusikatäis ingveripulbrit, see võtab lõhna väheemaks. Mõnedel inimestel võtab see hennalõhna juustest üldse ära. Või siis teha tee kas rosmariinist või lavendlist ja loputada sellega.

See, mis puutub hennatamise järgsesse pesemisse, on minu meelest üks kummalisemaid aspekte meil levinud või levitatavas hennakasutamises. Vanast ajast teada ja siiani Venemaal pakitud Iraani hennapakidel leiduv info ütleb, et mitte mingil juhul ei tohi hennatatud juukseid 24-48 tundi peale henna väljaloputamist pesta. Kui hennatanniinhape on juba juuksekarva sees, siis see seal ka on ja selle täielikuks eemaldamiseks on vaja kääre. Kvaliteetne ja õigesti kokku segatud henna talub väga hästi ka kloorivett ja päikest. Füüsikalise päikesekaitsekaatorina kaitseb henna nii juukseid kui ka nahka UV-kiirguse eest.

Puhta hennapasta ülejäägid võib panna sügavkülma. Sügavkülmas seisab henna ilusti pea aasta. Taaskasutamiseks tuleb see lihtsalt aeglaselt üles sulatada. Indigo tuleb ära kasutada kohe, see pasta sügavkülmas ei seisa.

Kui esmane toon ei ole päris see, mida ootasite, siis peab meeles pidama, et henna päris toon tuleb välja 24-48 tundi hiljem. Henna ja ka indigo ok-

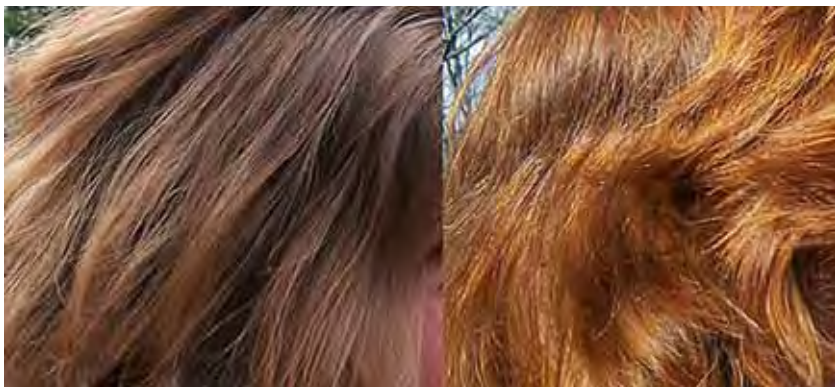
südeeruvad tumedamaks. Kui kasutasite indigot ja juustel on pisut rohekas helk - ka see kaob 2-3 päevaga, indigo nimelt ka oksüdeerub juustes edasi.

Süntheetilise värvi väljakasvurant võib teatud valguses jääda õrnalt näha, aga mida väiksem on vahe oma juukse ja sünteetika tumeduse osas, seda vähem see näha jääb. Ka võib juhtuda, et keemiaga töödeldud juukseosa võtab alguses hennat kehvemini peale st henna kulub sealt rutem välja. See on alati nii blondidega, tumedate juuste puhul ei ole ma sellist asja märganud.

Ja ei midagi keerulist või hirmsat, eks ole?

Läikehenna

Läikehenna ehk gloss kujutab endast henna, hendigo, henna/senna pulbrite või pastade segamist jogurti, juukse-palsami või õlidega. See on variant, kus taimsete tanniinide värvivad omadused seotakse juuksemaski niisutavate ja toitvate omadustega ning saadakse ühest kasutamisest mitmekordne kasu. Läikehenna kasutamise mõte ongi saada kergem toonimuutus, korralik juuksemask ning intensiivistada läiget. Ka hõlbustab õlisegudega läike kasutamine pasta väljapesemist ning üldjuhul kulub pulbreid vähem. Seega sobib läikehenna neile, kes väga värvi muuta ei taha, kuid ei pelga mõningast toonimuutust ja soovivad saada korralikku juukseturgust. Ning ilmselt peab läike-



hennatajal olema väike kalduvus nn "frisuur-kokkamiseks" - kui juuksemaskide segamine ja uued katsetamisvõimalused panevad Su silmad särama, siis on see just Sinu jaoks.

Hennapunane muutub õlide ja rasvade toimel pruunikamaks ja kuldsemaks, omandab pigem messingjad toonid ning vase intensiivsus väheneb. Õlibaasil hennasegu annab reeglina pehmed, murtud toonid ja kui kasutada linaseemne- või riitsinuseõli, siis on läige tõesti tappev. Muidugi sobib läikehenna nii värvitud, hennatatud kui loomulikele punapeadele ning annab kena kuldse nüansiga läige meie nn 'kartulikoorele'.



Indigo kinnitub rasvade mõjul kehvemalt keratiini külge, kuid ometi saab sel moel üsna edukalt oma tumedat juuksevärvi turgutada. Läikehendigo sobib neile pruunika-

te ja tumedamate juustega inimestele, kes tegelikult ei taha väga muuta juuste tooni, küll aga saada intensiivset niisutust ja head läiget.

Blondid, kes tahavad hoida oma heledat tooni, peaksid kasutama ainult sennat.

Kõige levinumad ained läikehenna segamiseks on sili-koonivaba palsam või täispiimajogurt. Aga tegelikult sobivad väga hästi ka hapuks läinud täispiim, hapukoor, õlid (oliivi, linaseemne - vapustavalt hea läige, riitsinus - karv jääb kinni, stimuleerib juuksekasvu).

Hapendatud piimatoodete puhul võib henna pulbri segada otse jogurti, hapupiima või -koore sisse. See näeb kaunisti naljakalt roheline välja ning meenutab kergelt dipikastet. (Maitse on üsna jäle.) Neile, kes soovivad siiski tugevamat tooni, sobiks just see variant. Mass võiks jääda u 20% hapukoore paksuseks, siis ei hakka see väga voolama.

Ka õlide puhul peaks pasta olema paksem ning see lisatakse hiljem valmis hennapasta sisse. Palsami puhul võib henna segada otse palsamisse

pulbrina või valmispastana. Piisab paarist teelusikatäiest.

Läike võib teha ka rohkem maskipõhise - vana hea muna-kollase-õli-mee mask ning lisada sellele hennat, hendigot või sennat.

Mida vähem hennat ja väiksem pealhoidmisaeg, seda nõrgem punakas toon. Pealhoidmisaeg võib varieeruda 10 minutist paari tunnini.

Henna heledamaks saamiseks on mõningaid mooduseid. Kõik need annavad aga siiski väga kergelt heledama tulemuse. Looduslikest vahenditest annab kõige vingema tulemuse sidrunimahl ja päike, aga see on juustee pea-aegu sama karm nagu blondeerimine. Päris mitu tooni heledamaks saamiseks tuleb siiski kasutada sünteetikat või vesinikku ning selle lõpptulemus tuleb igal juuksel isemoodi välja.

Heledamaks tegemise meetodid toimivad kõige paremini puhta henna puhul. Kindlasti EI TOHI sünteetika või vesinikuga pleegitada hennidigo või indigoga värvitud juukseid. On väga suur tõenäosus saada rohelised juuksed - blondeeriv kollane+indigosinine= roheline (kirkast lehtsalatist sügava samblani). Kui roheliste juuste saamine on eesmärk omaette, siis on muidugi teine lugu... Ja sama kindlasti ning samadel põhjustel EI TOHI vesinikuga eksperimenteerida seguhennadega värvitud juustel.

JUUSTE VÄRVI- MISEST

Autor: juuksur Aile

Allikas: House, H., Sunnydale, H. *Ilu ja tervis loodusest*. Kirjastus Varrak Tallinn, 2008

JUUSTE VÄRVIST ÜLDISELT

Juuste värv on tihedalt seotud nahavärviga, mida valitseb sama tüüpi pigment – melaniin. Melaniini graanulite arv ja nende kuju juuksekarva koorkihis määrab inimese juuste sünnipärase värvi. Enamikul juhul on melaniini graanulid pikliku kujuga. Inimestel, kellel on koorkihis suur hulk piklikke melaniini graanuleid, on mustad juuksed; kellel on mõnevõrra vähem piklikke graanuleid, neil on pruunid juuksed ja kellel neid on veelgi vähem, on blondid. On inimesi, kelle melaniini graanulid on rohkem kerakujulised või ovaalsed kui piklikud ja nende juuksed tunduvad punased.

Mõnikord esinevad ovaalsed graanulid koos mõõduka hulga piklikega ning siis on inimesel jõulise punakaspruuni varjundiga juuksed. Kui aga ümarad graanulid esinevad koos suure hulga piklike graanulitega, siis peidab juuste must värv punasuse peaaegu ära, ent annab juustele ometi teistlaadse õrna varjundi, mis eristab selliseid juukseid puhtalt mustadest.

Vananedes lähevad juuksed tumedamaks, kuid umbes eluea kestel hakkab pigmendi moodustumine aeglustuma ja ilmuvad hõbehallid juuksed. Aegamööda melaniini tootmine üha väheneb ning

kõik juuksekarvad muutuvad värvituks – ehk halliks.

Kui melaniini graanuleid pole sündimisest saadik olemas nagu albiinodel, siis on juuksed ilma värvita ja lihtsalt valged.

JUUSTE VÄRVIMISEST

Tänapäeval on väga lihtne anda juustele ajutine toon ja sära või teha püsivamaid muudatusi. Lisaks on olemas lai valik tooteid koduseks värvimiseks.

Toonivas šampoonis on koos välja pestav värv ja šampoon. Nad sarnanevad kergvärvidega, kodus on neid lihtne kasutada ning nad sobivad suurepäraselt hallidele, valgetele või pleegitatud juustele lisatooni andmiseks.

Kergvärvid annavad pikemaajalise efekti, mis peab vastu kuus kuni kaheksa šampoonipesu. Nad võivad juustele värvi lisada, seda rikastada või teha juuksed tumedamaks. Kergvärv läbib juuksekarva pindmise kihi ja katab koorkihi välispinna. Värv kahvatub aegamööda ning on ideaalne valik neile, kes soovivad küll värviga eksperimenteerida, ent ei soovi püsivat muutust. Ettevaatust hallide juuste puhul, kergvärv ei pruugi halli juust piisavalt katta ja hall värv jääb värvist läbi kumama. On olemas ka vesialuselisi kergvärve, mis kantakse eelnevalt šampooniga pestud märgadele juustele. Nad katavad juuksekarva pindmise kihi.



Järgmine kord šampooniga pestes kaob ka värv.

Kestvamad kergvärvid jäävad juustesse 12-20 pesukorraks ning sobivad ka esimeste hallide karvade ühtlustamiseks. Värv imbub veelgi sügavemale koorkihti. See värvitüüp sobib kestvamaks muutuseks.

Püsivärvid abil on võimalik juukseid värvida nii heledamaks kui tumedamaks. Katab ka 100% halli juust. Värv siseneb koorkihti umbes 30 min jooksul, seejärel paisutab mõjutaja värvaine pigmendid ja hoiab neid kinni. Edaspidi on vaja värvida väljakasvu osa vastavalt vajadusele. Väljakasvu värvides vältida juba värvitud juuste uuesti värvimist, kui selleks puudub otsene vajadus, et ei tekiks värvi kuhjumist, mis muudab juukseotsad poorseks.



Looduslikud värvid – henna, kummel vms on kahtlemata juuste tervise seisukohast kõige paremad.

Värvi valides oleks mõistlik esmalt valida oma algtoonist ühe-kahe tooni võrra heledam või tumedam värv. Mõttekas oleks esmalt proovida kergvärvi; kui tulemus ei meeldi või ei sobi, on seda lihtne mõne aja pärast muuta. Meeles tuleks pidada kahte olulist asja. Esiteks: hakake juuste värvi

muutma ainult siis, kui juuksed on terved. Teiseks: ka jumestus vajab uue värvi puhul muutmist, et sobida uue juuksevärviga. Soovitan kindlasti leida endale hea salong ja juuksur, keda usaldate. Koduste „keemiakatsete“ tulemused võivad teinekord olla ettearvamatud.

Juuksuritel on olemas terve rida värvimismeetodeid, et saavutada erinevaid efekte. Näiteks:

Triibutamine: Õhukesed juuksesalgud blondeeritakse või värvitakse kas heledamaks või tumedamaks. Salke võib teha vaheldumisi ka mitme värviga, saades veelgi huvitavama tulemuse.

Laiad triibud: Selles tehnikas kantakse valitud värvid juustele kihiti, rõhutamaks lõiget ja näitamaks liikuvust.

Mitme värviga värvimine: Kasutades erksaid toone võib luua tulemus olla vägagi omanäoline.

VÄRVITUD JUUSTE HOOLDAMINE

Kloorivesi, merevesi, higistamine ja ilmastik võivad muuta värvitud juuste tooni kiiresti luitunuks ja väsinuks. Eriti kiiresti kaotavad oma värvi punased juuksed. Sellepärast on oluline kasutada spetsiaalseid värvitud juustele mõeldud tooteid – šampoone, palsameid, maske.





VÄRVIFAKTE

Värvimine paisutab karvatüvikut, lastes õhukestel juustel paista paksemad.

Kuna värvimine muudab juukse poorsust, on sellest abi rasu vastu.

Sügavad toonid peegeldavad rohkem valgust ja jätavad juustest paksema mulje.

Triibutamine annab õhukestele juustele tekstuuri ja lisaks lõhub visuaalselt väga paksude juuste massi.

Liiga hele juuksevärv võib lasta juustel paista õhemad.



...ja mul on alati kaunid

JUUKSED

Juuste harjamiseks vajame kaht tugevat harja. Iga harjatõmme algab survega, mis masseerib peanahka. Harjamine puhastab juuksed sinna kogunenud tolmust ja muudab nad puhtaks ning laikivaks. Arge unustage igapäevast massaaži ja harjamist, kui peate lugu kaunistest juustest.



1 Massaaž toimub väliste ringikujuliste liigutustega.



2 Kammitage juuksed kuklalt ottepoole kahe harjaga.



3 Kammitage juuksed vasakult paremale ja ümberpöörduit.



4 „Krossiga“ juukseid kahe harja vahel juurtest otsteni.



5 Harjake juukseid üksikute salkudena juurtest otsteni.



MIS AINETEST MUL PUUDU ON?

Teieni toonud: toitumisterapeut Annelly Soots

1. JUUSTE AINEPUUDUSE SÜMPTOMID:

Sümpptom	Puudus / ravi / põhjus
Haprad juuksed	tsink
Kõõm	vitamiinid B2, B6, tsink, magneesium, biotiin
Kuivad juuksed	A vitamiin A, tsink
Hallinevad juuksed	foolhape, pantoteenhape, PABA, biotiin, mineraalid (nõrgad neerupealised). Hoiduda magusatest toitudest!
Narmendavad küüenenahad	C vitamiin, foolhape, valgud
Juustekadu	vase/tina mürgistus: tsink, B6 vitamiin, väävel (MSM), seleen, biotiin
Läbipaistmatud küüned, küüntel valged täpid/triibud	tsink, B6 vitamiin
Rasvased juuksed	vitamiin B ₂
Kihilised küüned	vitamiinid A, C, kaltsium
Küüned lainelised (pikkupidi)	A vitamiin, proteiin, kaltsium (aneemia, vilets vereringe, kilpnäärme/kõrvalkilpnäärme probleemid)
Küüned lainelised (põikupidi)	palavik, nakkus, põletik, menstruaalsed probleemid, valgupuuduse periood
Küünte või huulte kuivusest tingitud narmendamine	biotiin

- Hallinevate juuste või juustekao puhul parandada pea verevarustust igapäevaste harjutustega (seistes pea peal, tehes "küünalt", rippudes pea alaspidi või lamades kaldlual pea allapoole). Samuti on soovitatav energiliselt hõõruda pähe toitvaid või õrnalt ärritavaid aineid nt värsket rohu või köögiviljamahla, MSM koos vasksalitsülaati, ingveri mahla.

2. NAHA AINEPUUDUSE SÜMPTOMID:

Sümptom	Puudus / ravi / põhjus
Akne	vitamiinid A, E, B ₂ , B ₆ , C, niatsiin, biotiin, tsink, EFA*, letsitiin, MSM, retinoolhape lokaalselt. Minimeerida magusa toidu ja rasva tarbimist!
Addisoni haigus - adrenaalne kurnatus: suurenenud parkumine, eriti nahavoltides, armides, küünarnukkidel, põlvedel; mustad tedretähed	Kõik B vitamiinid, eriti pantoteenhape; vitamiin C; kõik mineraalid, seede-ensüümid, allergia testid. Hoiduda magusatest toitudest!
Veresooneleiendid (õrnad kapillaaride võrgustikud näol, kaelal, rinnal)	antioksidandid, bioflavonoidid, glükosamiin, haikõhr, kaltsium
Lamatised	vitamiinid C, E
Vesivillid	E vitamiin
Pruunid laigud väiksemate liigeste ümber	vitamiin B ₁₂
Pruunid täpid nahal	antioksidandid (nõrk maks)
Kuiv nahk	vitamiinid A, C, EFA
Ekseem, nahahaavandid	vitamiinid C, B ₂ , B ₆ , tsink, magneesium, EFA, allergia testid, puhastumine
Infantiilne ekseem	EFA, tsink, vitamiin B ₆
Tursed	vitamiin B6, tsink, samuti C vitamiin, magneesium. Hoiduda soolast!
Valged, tundetud, kanged sõrmed, paistetud (Raynaud sündroom)	vitamiinid B ₆ , B ₁ , antioksidandid, niatsiin, magneesium/ kaltsium, EFA
Seeninfektsioon (jalaseen)	B vitamiinid, (välispidiselt teepuuõli, soolestiku puhastus)
Gangreen	vitamiinid C, E, B ₁ , magneesium kloriid, (uriini kompressid)
Rasune dermatiit silmade, nina ümber	vitamiin B6, tsink
Rasune nahaekseem, rasuvoolus (seborröa)	vitamiin B ₂
Sarvestunud punane nahk toetuskohtadel (nt põlvedel, küünarnukkidel)	tsink, (vitamiin B ₆)
Kuumahood	E vitamiin, boor, magneesium, kaltsium (metsiku jamsi kreem)
Ihtüoos (soomustõbi)	A vitamiin, retinoolhape paiksel, MSM
Sümptom	Puudus/ravi/põhjus

Sümptom	Puudus / ravi / põhjus
Infantiilne dermatiit keha-avauste ümber paiknevate põletikuliste mädavillidega	vitamiin B ₆ , tsink
Nahapõletikud (paised, külmavillid, impetiigo (mädavillidega lööve)	vitamiinid C, A, B ₆ , tsink, magneesiumkloriid (kuumad Epsomi soola kompressid, määrimine teepuuõli või taruvaiguga)
Sügelemine	vitamiinid B, C, EFA, leelistaja, bikarbonaadiga masseerimine, (allergia testid)
Kollatõbi	vitamiinid C, E, A, B ₁₂ , B ₆ , letsitiin, magneesium, tsink (sinise valguse teraapia, sapipõie ja maksa ravi)
Keratoos, sarvestunud või kananaha sarnane nahk	A vitamiin sees- ja välispidiselt
Sidrunkollane nahk	vitamiin B ₁₂
Rasune nahk, vistrikud	vitamiin B ₂
Ülitundlikkus päikesevalgusele	B6 vitamiin, tsink, PABA, beetakaroteen, antioksidandid, bioflavonoidid, leelistajad
Kahvatu nahk	biotiin, foolhape, B ₆ vitamiin, raud (aneemia)
Higivilliklööve, kipitav kuumalööve (miliaria rubra)	C vitamiin
Psoriaas	sinine valgus, päike. Hoiduda gluteenist!
Lillakad või sinakasmustad naha piirkonnad	vitamiinid C ja B ₂ , bioflavonoidid
Lööve	allergia testid, leelistajad, C vitamiin, kaltsium
Naha (päikesest tingitud) sümmeetriline punakaspruuniks värvumine, hilisem haavandumine	niatsiin või nikotiinamiid, (foohape)
Punakaspruunid või tumepunased täpid	mangaan
Rosaatsea (näo osaline punetamine)	vitamiin B ₂
Soomuseline dermatiit	biotiin
Soomuseline ekseem nina, kõrvade, skrootumi ja häbeme ümber	vitamiin B ₂
Armkude	E vitamiin, MSM välis- ja seespidiselt, kampriõliga määrimine
Skleroderma (kövanahksus, naha kõvenemine ja paistetused)	vitamiinid E, C, A, PABA, MSM, magneesium kloriid, (zapper, pulser ja parasiitdevastane ravi, teepuuõli kompressid)
Tundlikkus putukahammustustele	vitamiinid C ja B1, kaltsium, leelistajad, bikarbonaatidega masseerimine/vann
Sümptom	Puudus/ravi/põhjus

Sümptom	Puudus / ravi / põhjus
Vöötohatis	vitamiinid B ₁₂ , C, A, B, E, tsink, lüsiin, tsinkoksiidi kreem, zapper
Nahavähk	vitamiinid A, B ₆ , PABA, antioksidandid, bioflavonoidid, karoteenid, klorofüll, propolis (taruvaik), tsink, (sinine valgus)
Punased, põletikulised nahavoldid	niatsiin
Venitusarmid	vitamiinid E ja B ₆ , tsink
Nahaalune veritsemine (punased või lillakad täpid naha all, kergelt tekkivad verevalumid)	C vitamiin, bioflavonoidid and rutiin, greibiseemne ekstrakt, glükosamiin, leelistaja
Tursed (nt näos)	tsink, magneesium, vitamiinid B ₆ , B ₁₂
Vaginaalne sügelus	vitamiinid B ₂ , E, C, (Candida ravi). Hoiduda sünteetilisest aluspesust!
Tüükad, sünnimärgid	vitamiinid C, A, E
Nõgestõbi (urtikaaria)	vitamiin B ₆ , tsink, C vitamiin, (leelistaja, allergia testid)
Valged nahalaigud, naha laikpigmentidus (vitiliigo)	PABA, pantoteenhape, vitamiin B ₆ , tsink
Kortsud või vananev nahk	vitamiinid C, E, A, EFA, bioflavonoidid, (liiga palju päikest)
Sümptom	Puudus/ravi/põhjus

- Enamik nahaprobleeme võivad eelnimetatud toitainete nii välis- kui seespidisest kasutamisest. Retinoolhape on A vitamiini happeline vorm. EFA tähendab asendamatu rasvhappeid, põhiliselt linool- ja alfa-linoleenhapet, soovitatavad on linaseemneõli, kalaõli ja kuningakepi/kurgirohuõli.



3. SILMA AINEPUUDUSE SÜMPTOMID:

Sümpptom	Puudus / ravi / põhjus
Bitot' laigud - vahused laigud silma sidekestal	A vitamiin
Verdunud (veresooni täis) silmad	boorhape seeninfektsiooni vastu, sinine valgus
Hägus ebaselge nägemine	vitamiinid B2, B ₆ , pantoteenhape B5
Punnis silmad	E vitamiin, nikotiinamiid, jood
Katarakt (lääts muutub läbipaistmatuks)	vitamiinid B ₂ , C, E, antioksüdandid. Hoiduda laktoosist!
Värvipimedus	A vitamiin
Konjunktiviit	vitamiinid A, B2, C (B6, tsink)
Kõõrdsilmsus	vitamiinid E, C, B1, (allergia testid)
Mustad täpid silmade ees	vitamiinid B ₆ , C, tsink (maksaprobleemid)
Laisa silma sündroom (amblüopia)	vitamiinid B1, B2, C, B12 (allergia testid)
Kuivad, kõvad silmamunad (kseroftalmia)	A vitamiin
Kaugnägelikkus (hüperopia)	magneesium, kaalium, MSM
Glaukoom	magneesium, vitamiin C (B ₂ , B ₁ , sool)
Silmapõhja verejooks, võrkkesta põletik (retiniit)	B ₆ vitamiin, tsink, bioflavonoidid (samuti magneesium, vitamiinid C, B ₂ , B ₁₂ , E, pantotenaat)
Keratomalaatsia (A vitamiini defitsiidist tingitud sarvkesta haavandid)	A vitamiin, (vitamiinid C, B2, B6, tsink, sinine valgus, boorhape)
Sügelevad, põletavad, vettjooksvad, "liivatera silmas" silmad	B ₂ vitamiin
Maakuli degeneratsioon (silma võrkkesta kollatähni kärbumine)	vitamiinid A, B ₂ , B ₆ , magneesium, tsink, antioksüdandid, bioflavonoidid, eriti luteiin & zeaksantiin, ginkgo biloba, mustikas, silmarohi (Euphrasia), MSM, EFA
Lühinägelikkus (müopia)	kroom, vitamiinid C, E, D, kaltsium, proteiinid. Hoiduda suhkrust!
Hämaruspimesus (nüktalopia)	vitamiinid A, (B ₂ , B ₆ , tsink)
Punased veresooned skleeras (silma kõvakestas)	vitamiin B ₂
Sümpptom	Puudus/ravi/põhjus

Sümptom	Puudus / ravi / põhjus
Võrkkesta irdumine	tsink, vitamiinid B ₆ , B ₂ , C, E, A
Tundlikud silmad, ereda valguse kartus (fotofoobia)	vitamiinid B ₂ , A
Silmalaua tõmbumine	magneesium, vitamiinid B ₂ , B ₆ , tsink
Sümptom	Puudus/ravi/põhjus

4. KEELE JA SUU AINEPUUDUSE SÜMPTOMID:

Suu probleemid on sageli põhjustatud amalgaamtäidiste, allergiate või Candida poolt.

Sümptom	Puudus / ravi / põhjus
Lihav, suurenenud keel	pantoteenhape
Põletav, valus keel	vitamiinid B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , niatsiin
Katkised huuled ja suunurgad	vitamiinid B ₂ , B ₆ , foolhape
Paisunud, lillakas-sinised veresooned keele all	vitamiin B ₂
Keel turses, hambajälgedega	niatsiin/nikotiinamiid
Karvane keel	vitamiin B ₇ , pantoteenhape
Igemete taandumine, veritsemine (gingiviit)	C vitamiin, bioflavonoidid, kaltsium, leelistajad
Halitoos (halb hingeõhk)	B6vitamiin, tsink, magneesium, taruvaik, klorofüll (detoksifikatsioon, soolestiku puhastus)
Suuhaavandid	foolhape, vitamiin B ₆ , tsink (leelistamine, allergia testid)
Sümptom	Puudus/ravi/põhjus



Sümptom	Puudus / ravi / põhjus
Keelenäsad prominentsemad või kadunud	niatsiin/nikotiinamiid
Lillakas või fuksiapunane keel või huuled, samuti veresooneid keele all	vitamiin B ₂
Keeletipp või küljed punased; tõsine ainepuudus: terve keel erepunane, valulik	niatsiin, (vitamiin B ₃)
Keel läikiv, sile, lihav; varane märk: maasikapunane ots/küljed	vitamiin B ₁₂ , foolhape
Keel liiga suur või liiga väike	niatsiin, pantoteenhape
Katune valge keel	roiskumine seedetraktis, soolestiku puhastus
Valged laigud keelel	B2 vitamiin ja teised B grupi vitamiinid (allergia)
Keelel kollakaspruun katt	maksa või sapipõie probleemid
Sümptom	Puudus/ravi/põhjus

Rohkem materjali: <http://www.ediblenature.com/store/pg/121-Vitamin-Deficiency-Symptoms.html#ixzz1d2XMc1KU>



ISLAMIUUDISED



USAS KARISTATI SURNUKEHASID RÜVETANUD JA KORAANE PÕLETANUD SÕDUREID

Allikas: <http://uudised.err.ee/index.php?06259999> (28.08.2012)

USA armee määras selle aasta alguses Afganistanis Koraane põletanud ja Talibani mässuliste laipadele urineerinud kuuele merejalaväelasele distsiplinaarkaristused.

Tänavu veebruaris konfiskeerisid USA sõjaväelased Afganistanis kinnipeetavatelt enam kui 100 Koraani ja muid

religioosseid materjale, kuna kahtlustasid salajaste sõnumite edastamist nende kaudu. Seejärel konfiskeeritud raamatud põletati, vahendas BBC.

2012. aasta jaanuaris pandi YouTube'i video, millel võis näha Talibani hukkunud mässuliste surnukehadele urineerivaid merejalaväelasi.

Ameeriklaste teguviis põhjustas Afganistanis ulatuslikke vägivallapuhanguid, milles hukkus kümneid inimesi.

Uurimisel leiti, et Koraanide põletamine ei olnud islami-vastane tegu. Merejalaväelasi karistatakse auastme alandamise, trahvide ning palga vähendamisega.

NORRA ARMEE LUBAB SÕDURITEL TURBANEID JA PEARÄTTE KANDA

Allikas: <http://uudised.err.ee/index.php?06260143> (29.08.2012)

Norra armees on alates juuli algusest lubatud kanda turbaneid, kipasid ja pearätte.

Armee esindajad põhjendasid muudatusi asjaoluga, et Norra sõjaväes teenib täna-

päeval eri religioonide esindajaid, vahendas Stavanger Aftenbladet.

Nii on sikhidel võimalik soovi korral kanda turbaneid ning juutidel kipasid. Mosleminaised võivad oma pea katta isla-

mimaades levinud pearäti hidžaabiga.

Muudatustest teavitati avalikkust seminaril, kus käsitleti religioone ja konflikte.

HAMBURG SÕLMIS MOSLEMITE LINNAELANIKEGA AJALOOLISE LEPPE

Allikas: <http://uudised.err.ee/index.php?06259210> (15.08.2012)

Hamburgi linnavõimud sõlmisid linna moslemite kogukonna organisatsioonidega leppe, mis tagab islami pühade tähistamise, usuõpetuse koolides ja õiguse järgida omi matmistavasid. See on esimene taoline leping Saksamaal.

11-leheküljeline leping, mille peab veel heaks kiitma linna parlament, reguleerib usu-vabaduse, koolitundide, matuserituaalide ja Saksamaa põhiseaduse järgimise küsimusi. Leppe allkirjastasid linna islamikogukondade nõukogu (šuura), Türgi-Islami Liit, Islami Kultuurikeskuste Assot-

siatsioon ja alaviitide kogukond, vahendas thelocal.de. Need Hamburgi 120 000 moslemite esindavad organisatsioonid kinnitasid, et tunnustavad "põhiseadusliku korra põhiväärtusi", loobuvad "vägivallast ja diskrimineerimisest päritolu, seksuaalse orientatsiooni ja usu" ning "poliitiliste seisukohtade" alusel ning tunnistavad "sugupoolte võrdsust".

Hamburgi linnavõimud omalt poolt deklareerisid, et Eid al-Adha (ohvripüha), Eid ul-Fitr (ramadaani lõpp) ja Ashura (leinapäev) saavad ametlikeks pühadeks. Moslemid ja alavii-

did võivad siis soovi korral töölt ja nende lapsed koolist puududa, samuti nagu seda võivad kirikupühadel, näiteks patukahetsuspäeval, kristlased. See tähendab, et nad võivad võtta kas üldse vaba päeva või töötada selle asemel mõnel teisel päeval.

Leping annab moslemikogukonnale ka suurema kaasärääkimisõiguse koolis usuõpetuse küsimustes.

Sarnased lepingud on Hamburgi võimud sõlminud ka linna protestandi ja katoliku kirikutega 2006. aastal ja juudi kogukonnaga 2007. aastal.

EESTI VEISED KATAVAD TÜRKLASTE TOIDULAUA

Allikas: <http://www.maaleht.ee/news/maamajandus/maamajandusuudised/eesti-veised-kataavad-turklaste-toidulauda.d?id=64957236> (13.09.2012)

Riikidevaheline koostöö kannab vilja: Rapla lähistelt Sikeldilt stardib juba mitmendat aastat Türgi poole tuhandeid lihaveseid.

Tuleval nädalal asuvad Rapla lähistelt Sikeldi külast Türgi poole teele järjekordsed veokitaid Eesti päritolu nuumpulle. Reis Türgi piirini läbi Euroopa kestab kuus päeva. Nendest kaks kulub seadusega ette nähtud puhkusele, kui masin peab seisma.

Ligi 20 aastat elusloomade

vahendamisega tegelnud veterinaariharidusega Mehmet Ali Kumru on kahe aasta jooksul eksportinud Türgi üle 6000 lihalooma. Kui kõik läheb plaanipäraselt, jätkub tapa- ja nuumpullide väljavedu samas tempos. Ta on siinsete loomapidajate silmis usaldusväärne mees.

Loomade Türgi viimise võimalust peab ta Eesti lihavese-kasvatavate seisukohast väga positiivseks, sest see annab võimaluse loomade eest paremat hinda saada. Türgi võib viia tema sõnul piiramatult, ja kuna

Mehmet Ali Kumru ettevõtte kogub loomi Eesti Tõulooma-kasvatavate Ühistu vahendusel, puudub ka hirm, et loomapidaja rahast ilma jääb.

"Ostjad tulevad kohapeale farmidesse loomi vaatama ja valivad sobivad välja," selgitab üle Eesti farmist farmi ja karjamaalt karjamaale reisiv Mehmet Ali Kumru, kes hindab Eesti loomi kõrgelt. "Eesti loomad on hea tervise juures ja tugevad, sest nad kasvavad loodusliku sööda peal," räägib türklastele. "Meie kliendid on Eesti veistega rahul, rahul on ka tar-

bijad, sest siinsed loomapida-
jad ei anna oma veistele palju
lisa sööta ja loomad pole rasva-
sed."

Lihaveised rändavad Türgi nii
kombinaati kui farmidesse
edasiseks nuumamiseks. Türgi
on suur maa, aga Mehmet Ali

Kumru klientideks on olnud
terve Eestis tegutsemise aja
üks lihakombinaat ja viis nuum-
pullide ostjat.

Nuumpullid on kuni 12 kuud
vanad ja 300 kg rasked. Meh-
met Ali Kumru selgitab, et kui
loomal on eluiga ja massi liiga

vähe, hoitakse teda farmis, kuni
ta saavutab ekspordiks vajali-
kud näitajad. Loomade kogu-
miseks ja ekspordiks etteval-
mistamiseks ostis ja renoveeris
Kumrule kuuluv KMR Livestock
Europe OÜ eelmisel aastal Ra-
pla lähistel Sikeldi farmi.

IRAAN VALMISTAB ETTE RIIGISISEST INTERNETI VERSIOONI

Allikas: <http://uudised.err.ee/index.php?06261805> (20.09.2012)

**Lääne mõju piiramiseks ja
enda kaitseks küberrünna-
kute eest on Iraani valitsus
ilmselt tehniliselt ette val-
mistanud riikliku võrgu loo-
mise, mis oleks eraldatud in-
ternetist ning võimaldaks
rangemat kontrolli infovoo-
gude üle.**

Sellise võrgu rajamisest on
Iraanis räägitud ligi kümme
aastat ning arvestades vajalik-
ke suuri investeeringuid infra-
struktuuri ja julgeolekumeet-
metele, on sellesse suhtunud

skeptiliselt. Kuid Iraani ametni-
kud ja välismaised eksperdid
kinnitavad, et pärast küberrün-
nakuid riigi tuumaprogrammi-
le on võrgu väljaarendamist
kiirendatud, kirjutab The Was-
hington Post.

Augustis avalikustas Iraani
side- ja infotehnoloogia minis-
ter plaani siduda tähtsaimad
valitsusasutused ja sõjalised
objektid uue võrguga sep-
tembri lõpuks. USA julgeole-
kueksperdid sõnul on nad
leidnud esimesi tõendeid toi-

mivast võrgustikust, mis on
kooskõlas Iraani poolt avalikus-
tatud kavaga.

Pennsylvania ülikooli glo-
baalse kommunikatsiooni uu-
ringukeskuse egiidi all tööta-
vad teadlased rääkisid, et võrgu
tuum on Hiina firmas Huawei
valmistatud kõrgtehnoloogili-
sed seadmed, mis on võimeli-
sed kontrollima võrguliiklust.
Nende raporti kohaselt, mille
koopia on ajalehe valduses, on
võrk juba sisemiselt terviklik
ning laialdaselt kasutatav.

ISLAMIMAAILMA RAEVU AJANUD FILMI PUHUL ON KÕIK KAHTLANE

Allikas: <http://www.delfi.ee/news/paevauudised/valismaa/islamimaailma-raevu-ajanud-filmi-puhul-on-koik-kahtlane.d?id=64961272> (13.09.2012)

Mehe puhul, kes väidab end
olevat moslemid raevu ajanud
filmi taga, milles naeruväärista-
takse prohvet Muhamedi, on
kahtlane kõik, alates tema
identiteedist kuni filmi endani.
Telefoniintervjuudes on ta end
nimetanud Sam Bacile'iks.

Intervjuus Wall Street Jour-

nalile nimetas mees end „Islam on vähkkasvaja,“ ütles
52-aastaseks israeli päritolu end Bacile'iks nimetanud mees.
ameeriklaseks, kes tegeleb Ca- „See film on poliitiline film. See
lifornias kinnisvaraarendami- ei ole religioosne film.“
sega, vahendab CNN.

14-minutilist filmi „Moslemi-
te süütus“ iseloomustas ta kui
poliitilist katset juhtida tähele-
panu islami silmakirjalikkusele.

Mees väitis, et teda aitasid
umbes sada juudi annetajat
kokku viie miljoni dollariga.

israeli välisministeerium
teatas, et neil pole mingit mär-

get selle kohta, et keegi Sam Bacile oleks Iisraeli kodanik. "See tüüp on täiesti anonüümne. Praegusel hetkel ei saa keegi kinnitada, et tal on Iisraeli kodakondsus ja isegi kui tal oleks, ei ole me sellega kuidagi seotud," ütles Iisraeli välisministri pressiesindaja Yigal Palmor.

CNN-il pole õnnestunud Bacile'i tabada ning tema väiteid ei saa kinnitada. Avalikus teabes ei paista sellenimelise isiku kohta mingeid andmeid olevat.

Islamivastane aktivist Steve Klein, kes väidab, et oli filmi stsenaariumi konsultant, ütles

CNN-ile, et Bacile varjab ennast. „Ta on väga masendunud ja närvis,” ütles Klein kolmapäeval. „Ma rääkisin temaga hommikul ja ta ütles, et on väga mures selle pärast, mis juhtus suursaadikuga.”

Lisades veelgi kahtlusi filmi režissööri isiku kohta, teatas väljaanne The Atlantic hiljem Kleinile viidates, et Sam Bacile on pseudonüüm. Klein väitis, et Bacile'i tegelikku nime ta ei tea.

Klein on Lõuna-Californias tuntud kui häälekas mošee ehitamise vastane. Tema juhitud

organisatsioon peab islamit ohuks Ameerika vabadusele.

Filmi tegemises osalenud 80 näitlejat ja tehnilist töötajat ütlesid kolmapäeval CNN-ile, et neid on selle eesmärgi osas rängalt eksiteele viidud.

Oma avalduses ütlesid nad, et neid šokeerivad drastilised muudatused stsenaariumis ja valed, mida neile kõigile räägiti. Tegelas, kellest hiljem sai prohvet Muhamed, nimetati algselt George'iks.

Filmi näidati juunis ja seda tuli vaatama vaid kümme inimest, teatas Los Angeles Times. Siis oli selle pealkiri „Bin Ladeni süütuus“.

PALJUD MOSLEMID NÄEVAD PROHVETI PILKAJANA KOGU LÄÄNEMAAILMA

Allikas: <http://uudised.err.ee/index.php?06261533> (17.09.2012)

Kui islamit mõnitanud filmi autorit ei karistata, tähendab see paljude moslemite silmis, et kogu Läänemaailm on asunud koos prohvet Muhamedi pilkama.

Varasemate sarnaste juhtumite puhul on moslemite viha jäänud üsna üldsõnalisele "Lääs on süüdi" tasemele, aga sedakorda on protestijad ka väljendanud, milles Lääne kollektiivne süü seisneb või mida täpsemalt Lääs oma süü lunastamiseks tegema peaks, vahendas ETV saade "Välisilm". "Formaalsuste täitmiseks võtsid nad režissööri vahi alla, kuid pole tema vastu esitanud ühtegi süüdistust. Me pöördume kõigi islamimaade ja nende

juhtide poole, ühinege meie ürituse nimel protestidega ja nõudke filmitegija väljasaatmist Ameerikast," ütles naisorganisatsiooni Muslim Khawateen Markaz esinaine Yasmeen Raja.

Kašmiiris meelt avaldava veendunud mosleminaise lausekatkest avaldub selgesti vahe Lääne ja orientalse mõtlemise vahel. Kui meie siin oleme harjunud, et igaüks vastutab oma tegude eest enam-vähem ise ning tema patte kogukonna kätte ei nuhelda, siis islamimaades - ja mitte ainult seal - tunnistatakse kogukonna vastutust üksikisiku eest.

Kui islamit mõnitanud filmi

autorit ei karistata, tähendab see paljude moslemite jaoks, et kõik Läänemaailma inimesed on üheskoos asunud prohvetit pilkama. Sedasama näitab ka nõudmine, et säherduse filmi eest peaks andeks paluma USA president Barack Obama, kes rahva valitud esindajana saaks seda ainsana teha kogu rahva nimel.

Nagu kirjutas eilses New York Timesis ajalehe Kairo büroo juhataja David Kirkpatrick, mängib siin oma osa ka islami maailma ja individualistliku Lääne erinev arusaam vabadusest. Moslemite jaoks tähendab vabadus eeskätt, et nii moslemid, juudid kui kristlased võivad oma usku vabalt tunnisis-

tada, kartmata räigeid solvan-
guid oma identiteedi ja väär-
tuste pärast.

Lisanduseks Kirkpatricku kir-
jutatule olgu öeldud, et see
tundub iseloomustavat justni-
melt mõistlikumat osa mosle-
meist, tõelised fanaatikud on
niikuinii veendunud islami ai-
nukehtivuses ja selles, et kõik
ülejäanud usundid ning ilma-
vaated tuleb selle teelt pühki-
da.

Praeguseks on protestilai-
nest saanud ennast taastotev
nähtus. Mida laialdasemaks
protestilaine levis, seda enam
ühines meelevaldustega neid,
kes filmi ennast või isegi mitte
selle trailerit tegelikult näinud
pole, samas, mida rohkem filmi
vastu protestitakse, seda kõ-
mulisemaks seega ka vaadata-
vamaks see muutub. Hoogu
annab juurde mitmete islamist-
like rühmituste juhtide esine-
mine, milles nõutakse küll just

filmi keelustamist, selle nõud-
mise kaudu aga paratamatult
levitatakse infot filmi kohta.
"Esiteks, keelake ja takistage
selle salvestise levimist interne-
tis. Teiseks, keelake selle filmi
avaldamine. Kolmandaks,"
mõistke hukka ja karistage ini-
mesi, kes on vastutavad selle
mõnitusfilmi valmistamise eest,
et nad saaks näidiseks sellest,
mis juhtub nendega, kes mõt-
levad meie Prohvetit ja Koraani
mitte austada," ütles Hezbollah'

juht Sayyed Hassan Nasrallah.
Araabiamaades on ulatusliku
protestilaine puhul kindlasti
tegu araabia kevade omamoo-
di järellainetusega, võimaluse-
ga koonduda suurtesse hulka-
desse, tunda end tugevana
ning maailma muutvana. Selli-
ne oma jõu tunnetamine aga
kaldub enamasti minema üle
käte nagu USA suursaadiku ja
veel kolme saatkonnatöötaja
tapmise puhul Liibüas.
Niisuguse meelevalduse pu-

hul on ka raske kindlaks teha,
kas vägivald oli spontaanne või
juhtisid seda algusest peale
need, kelle jaoks oli protestilai-
ne hea võimalus teha teoks
ammuplaanitud kavatsused.
"Ma arvan selle põhjal, et on
ilmnenud, kuidas protestijad
olid relvastatud vintpüsside,
automaatide ja käsigranaatide-
ga, et see ikkagi ei olnud rahu-
meelne meelevaldus," lausus
Liibüa siseminister Fawzi Abdel
A'al.

Mõnedki moslemeist intel-
lektuaalid on asunud aga pai-
suvat protestilainet kritiseeri-
ma. Austraalia Monashi ülikooli
politoloogiaõppejõu Waleed
Aly sõnul näitavad seekordsed
sündmused, et moslemeil on
oma kogukonna sees põhjust
tõsisteks jutuajamisteks. Mitte
selle üle, kuidas prohvetit ja
oma usku kaitsta, vaid just selle
üle, kuidas moslemid ise üle-
jäänud maailmaga suhtlema
peaksid.



ISLAMIUUDISED

HUVITAVAT LUGEMIST:

„Martti Kalda: sõnavabaduse olemust tuleks moslemitele rohkem selgitada“

<http://uudised.err.ee/index.php?06261584> (18.09.2012)

„Hannes Hanso: moslemite viha põhjused on ulatuslikumad kui lihtsalt üks film“

<http://www.delfi.ee/news/paevauudised/eesti/hannes-hanso-moslemite-viha-pohjused-on-ulatuslikumad-kui-lihtsalt-uks-film.d?id=64983426> (18.09.2012)

„Terevisiooni“ video Hannes Hansoga ja telefoniintervjuu Nele Siplasega Egiptusest.
„Eestlanna Egiptuses: pilafilmi eesmärk oli moslemeid õrritada“

<http://uudised.err.ee/index.php?06261734> (20.09.2012)

Reisilugu Albaaniast. **„Sellist kommunismi ei mäleta isegi meie“**

<http://www.maaleht.ee/news/misc/maalehereisid/sellist-kommunismi-ei-maleta-ise-gi-meie.d?id=64980508> (17.09.2012)

Reisijutt **„Ramadaaniõhtu islamimaailma veidrikest müstikutega“**

<http://www.ekspress.ee/news/kohver/uudised/ramadaaniohtu-islamimaailma-veidrikest-mustikutega.d?id=64918142> (08.09.2012)

Raamatu tutvustus. **„Nädala raamat: Võrdpiltidena sõnastatud mõttemängud“**

Farid ud-Dīn Attāri “Lindude keel”, Tõlkinud Kalle Kasemaa. Ilmamaa, 2012. 350 lk.

<http://www.ekspress.ee/news/areen/raamatud/nadala-raamat-vordpiltidena-sonastatud-mottemangud.d?id=64793326> (12.08.2012)

Islamiteemaline näitus Tallinnas. **„Islam näitab Tallinnas rahumeelset nägu“**

<http://www.epl.ee/news/valismaa/islam-naitab-tallinnas-rahumeelset-nagu.d?id=64997178>(21.09.2012)

MINU GHANA (2. OSA)

Autor: Eileen

Kõigepealt, minu esimene kokkupuude Ghana ja ghanalastega ... tagasihoidlikult öeldes, ei olnud sugugi tore! Algas see kõik siis nii.

Kuigi mina saatsin oma viisatootluse ilusti ära juuni alguses, ehk 1,5 kuud enne enda väljasõitu (lähim saatkond, kes eestlastega majandab, on Saksamaal), ei olnud isegi paar päeva enne minu reisi ei passist ega viisast kippu ega kõppu! Pommitasin saatkonda nii e-maili teel kui ka telefonitsi ja ei midagi. Kuniks siis tõesti 2-3 päeva enne minu väljalendu ma sain e-maili, kus nad teatasid, et viisa on AMMU valmis ja mind ootamas (nad arvasid, et ei ole vaja mind sellest vist teavitada) ja mina nüüd organiseerigu see endani, sest nemad ei kavatse ennast liigutada. No tere-tere, ma asun ju

EESTIS, inimesed, kuidas ma peaksin sellele järgi tulema? Mul oli ikka mõnus paanika majas – kas anda sisse uus kiirpassi taotlus ja üritada taodelda uut viisat piiri peal või MIDA ma nüüd tegema peaksin? Ma ei teadnud tol hetkel, kas selline asi isegi võimalik on, et ma teatan lihtsalt mõnele postiljonile, et kuule härra, mul kraam seal-seal-ja-seal, palun toimetage see minuni. Hakkasin paaniliselt siis helistama läbi kõiki courier-firmasid, ja *alhamdulillah* kõik sujus ja selline variant tõesti on olemas. Küll VÄGA viimasel hetkel, aga sain tõesti paar-kolm päeva enne reisi oma passi ilusti kätte. *Alhamdulillah*.

Minu reis Ghanasse oli väga pikk. Ma alustasin oma teekonda pühapäeva hommikul, 15. juulil – seilasin laevaga Helsingisse, veetsin terve päeva

Helsingis. Öhtupoolikul lendasin Istanbuli, kus ma veetsin öö küllaltki luksuslikus hotellis ja nagu ma korduvalt maininud olen – ma armastan Turkish Airlines'it!!! Nad on minu vaieldamatult lemmik lennufirma! Kirsiks koogil on see, et neil on terve menüü *halal* ja ma saan alati korralikult kõhu täis, pluss vahepeatus on reeglina alati Istanbulis, kus on lennujaamas mošee! "No mida veel tahta?" Kuna minu vahemaandumine Istanbulis oli enam kui 10 tundi, siis maksti minu 5* hotell kinni – neil on selline poliis – haa, nüüdsest ma plaanengi nendega lennates vaadata, et vahemaandumine oleks piisavalt pikk, sest ise ma ju ealeski ei bronniks endale sellist hotelli ja vahest (*well ... alati!!!*) on selline poputus vägagi teretunud! Luksus oli küll konsept mis minu jaoks järgmise 5 nä-

dala jooksul väga võõraks jäi, seega oli see veel minu viimane ja väga tore maitse meie maailmas pakutavast enne ekstreemvaesusesse saabu-mist. *SubhaanAllah.*

Hommikul hotellis rikkalik hommikusöök söödud, fua-jees internetis viimased surfamised tehtud (tol hetkel arvasin ma, et internet on midagi, mis minu ellu pikka aega ei kuulu, seega võtsin sellest nõ viimast), seadsin sammud tagasi lennujaama, et siis lõpuks ometi astuda Istanbul-Accra (Ghana pealinn) lennule. Küllaltki pikka aega juba olin ma korralikult paanitsenud, et ma ei hakka aru saama, mida kohalikud räägivad (neil on väga omapärane inglise keele aksent), seega üritasin juba lennujaamas kentsakalt mustadele inimestele läheneda, et kuulata, kuidas nad siis räägivad, et olla 'ettevalmistunud' selleks mis mind ees ootab. Reeglina ma julgen 1-2 korda küsida „kuidas palun?“, aga kolmandal korral ju enam ei küsi, siis lihtsalt naeratan ja teen nägu, et sain aru ja müst-teriumiks see jääbki. Aga teades mind ja minu uudishimu, siis see pole teps mitte hea lahendus minu jaoks.

Lend Accrase kestis ca 6 tundi, kuid aeg läks ruttu: sain vaadatud „Puss in Boots“ multika, Harry Potteri viimase osa ning dokumentaali Kuveidi kohta ... ja kohal ma olingi.

Esimese asjana tuli ette näidata oma vaktsiinipass; selle puudumisel edasi ei lastudki. Tüdruk, kes istus minu kõrval, oli selle pakkinud endal kohv-

risse, mitte käsipagasisse ja teda edasi passikontrolli ei lastudki...mõnda aega ma teda seal ootas, aga mõne aja pärast liikusin edasi ja ma ei tea-ge mis temast sai ... *inshaAllah*, et kõik laabus.

Momentaarselt pärast passikontrolli pidin kohe telefoni välja võtma, et pildistada esimest tervitussilti, mis mulle otsa vaatas. No see oli lihtsalt nii koomiline minu jaoks – *Ghana does not welcome paedophiles and other sexual deviants. If you are in*



Ghana for such activity, then for everybody's good including your own, we suggest you go elsewhere.

Järgmine moment - hoidsin hinge kinni enda kohvrite kohapealt - need saadeti juba Helsingist otse Accrase, seega ma olin totaalselt valmistunud, et pean neid veel taga ajama, aga jällegi *alhamdulillah*, kõik oli ilusti ühes tükis kohale saabunud. (Ühes tükis küll, aga Ghana-stiilis kohvrite kohtlemine ei mõjunud minu pagasile just kõige paremini –

reisi lõpuks ei olnud neist just palju alles.)

Nii, mis nüüd? Telefoninumber vaja endale soetada ning raha vahetada, sest minu läbisõidul ei vahetanud ükski teine riik Ghana valuutat. Pank ja telefonikiosk olid ilusti kohe kohvrihoiu kõrval ja nendega sain kohe ühele poole. Number olemas, raha olemas, kohvid olemas – hakkasin nüüd väljapääsu poole rallima, lootes aru saada, kes üldse mind seal ees ootab. Ühtegi nägu ma ju ei tundnud ega teadnud. Kohe pärast väljumist juba nägingi Misthy Cee'd – ehk siis minu orbudekodu omanikku, kes on ka moslem (see on ka üks peamisi põhjuseid, miks ma valisin Misthy Cee Development Center'i enda projektiks, kuna ma tahtsin ramadaani ajal tõesti olla ümbritsetud moslemitest ning õhkkonnast, kus ma saan vabalt enda usku praktiseerida, ilma mõtlemata iga oma teo ja sõna üle...), *alhamdulillah.*

Misthy Cee ehk Siaka Stevens on sündinud 1964. aastal ning lapsepõlves kannatas ta poliomüeliidi all ehk põdes lastehalvatust. Selle tagajärjel ei funktsioneeriks üks tema jalgadest ning see on ca. 2-3 korda peenem kui tema funktsioneeriv jalg. Ometi on ta õppinud sellega elama ning ta ei kasuta abivahendina isegi karkusid. *Alhamdulillah!* Ta tuleb perekonnast kus on 10 last (!!!), mis Ghana puhul ei ole sugugi hämmastav number vaid suhteliselt tavaline ja tema ot-sus orbudekodu loomiseks tulenes tema enese haigusest ja

läbielamistest. Ta teab, mis tunne on olla haige, ta teab, mis tunne on olla nõrk ja ta teab, mis tunne on olla 'välja heidetud' – kõik see ongi teda motiveerinud andma enda panuse maailma paremaks muutmisele.

Just sellised asjad, panevad mind alati mõtisklema järgneva värsi üle: „**Aga võib-olla vihkate midagi, kuid see on teile hea ja võib-olla armastate midagi, kuid see on teile halb. Ja Jumal teab, samas kui te ei tea.**“ (2:216)

Allahu Akbar!

Ma jõudsin Accrasse hilisõhtul. Esmapilgul tundus see mulle veel vaesem kui Kairo. Misthy ootas mind lennujaamas koos enda venna Isaga, kes elab pealinnas ning töötab polütehnikumis, kuid on ka kohalikus imepisikeses mošees imaam. Esimese öö viibisingi Accras, tema venna kodu kõrval asuvas hostelis.

Koomiline asi selle hosteliga – kui ma sinna saabusin, arvasin, et see on kõige jubedam



din kokku kukkuma! Pugesingi siis kohe pärast saabumist magama, sest järgmine päev ootasid mind veel ees lõpueksamid! Jah, just nii! Nagu te teate, teen bakalaurusekraadi Islamic Online Universitys, kus saab lõpueksameid sooritada ükskõik millises islamikeskuses üle maailma, mis on registreeritud eksamikeskuseks. Kuna Eesti mošees asjad õigeks ajaks palka ei loksunud ja soomlased ei vastanud mulle, siis ma otsustasingi teha eksamid Ghanas. Jah, kui rahvusvaheline minust!

Ma sebisin endale netist ühe sõbranna samast ülikoolist ja palusin, et ta näitaks mulle ringi ja aitaks mind selles ettevõtmises. Tema ga pidingi esimese asjana hommikul kohtuma, sellega kiiresti ühele poole saama, et alustada oma järgmist sõitu – seekord siis pealinnast Kumasisse (u 5-6 tunnine sõit bussiga) ja Kumasist Akomadani (u 2 tunnine sõit TroTro'ga ehk siis väga luksuslikult öeldes 'marsruuttagsoga') ehk siis lõppsihtpunkti, minu väiksesse külasse, kus ootasid mind minu nunnud lapsed.

Jät kub!

koht maailmas, aga kui ma sinna naasesin pärast 5 nädalat külaelu, avastasin, et see on meeleluksus ja ma nautisin sedasama hostelit nii-nii-nii väga! Haa!

Ghanas minnakse reeglina suhteliselt vara magama ja ärgatakse samamoodi suhteliselt vara. Kogu elu käib päikese järgi – kui ta loojub, on aeg magama sättida, ja kui ta tõuseb, on aeg ärgata.

Võite ainult ette kujutada minu nägu, kui mulle anti teada, et peaksin fuajees olema valmis umbes samal ajal kui Fajri palve on. Ma pi-



Nele Siplane
MINA OLEN MOSLEM

“Olen naine, olen eestlane, olen kahe lapse ema, olen abikaasa, olen tütar ja olen õde, olen tädigi, olen inglise keele filoloog ja tõlkija, olen raamatukirjutaja ja blogija, vahel koguni ajakirjanik, olen, olen, olen.... Ent kui ma ütlen, et olen moslem, siis olekski justkui kõik öeldud,” kirjutab Nele Siplane raamatu sissejuhatuses. Raamat annab ülevaate islami olemusest, rääkides samas ka autori enda teest islamini, seda üldse mitte ainuvõimalikuks teeks pidades. “Inimesed ikka leiavad endale teeviitu, mille suunas edasi minna, olgu selleks siis islam või budism või mis tahes õpetus. Islam tuli minu ellu ajal, mil vajasin edasiminemiseks enesuskku, mõtestatust, turvalisust, loogilisust, tugevaid seinu oma tulevasele majale. Kõike seda olen ma islamist ka leidnud, ja seeläbi ka rahu ja tasakaalu. Islam tähendab mulle ennekõike siiski eluviisi kui sellist. Tähendab juhatust, mille järgi rahuja-lal elada,” kirjutab ta. Raamatu sõnum on, et iga päev on uus päev, on uus algus, on uus võimalus. Iga päev on parim päev ja täna on esimene päev nende päevade jadas. Autorist: Nele Siplane on Egiptuses El Mansūras elav eestlanna, kellelt on varem ilmunud raamatud “Egiptimaa. Eestlanna Elu loori varjus”, “Egiptimaa II. Eestlanna ja tuhat üks ööd” ning kes on kokaraamatu “Araabia köögi radadel. Egiptuses ja Marokos” kaasautor.

VÄLIMUS

Mind külastavad ja ka Egiptuses elavad mittemoslemitest eestlannad küsivad tavaliselt minult alati kaks küsimust: „Mis värk nende riietega on?” ja „Kes sul juukseid lõikab?”

Mis värk nende riietega siis on? Miks peavad naised end üleni katma ja veel juukseid – see on ju naise kogu ilu. Näo katmisest ei saa muidugi keegi nagunii eriti aru. Või õigemini – miks mina seda teen? Kas mees käsib? Sest muud põhjust on raske hästi ette kujutada.

Ka Mohamed ise on minult küsinud, et kui teda ei oleks olnud, kas ma oleksin siis üldse moslemiks hakanud. Ma uskusin islamisse meie suhtlemise algusajal päev-päevalt üha rohkem, aga tagantjärele vaadates ei ole ma kindel, kui hästi ma oleksin suutnud ja julgenud islamit vähemalt laiema avalikkuse ees praktiseerida. Kujutan hästi ette, kui oleksin ühel päeval reisibüroosse tööle naasnud, juuksed räti all peidus ja tavaline kontorikostüüm vahetatud kogu keha varjavate riiete vastu. Olen üsna kindel, et töökaaslased, kuigi väga toredad ja mõistvad ja laias ilmas rohkem või vähem ringi reisinud inimesed, oleksid mind lihtsalt hulluks pidanud. Et ära keeras, või nii.

Kindlasti lihtsustas Egiptusesse elama tulek mosleminaisele ettenähtud riietumisnormide täitmist. Siin tundus see lihtsalt nii iseenesest mõistetav ja loomulik, et katad juuksed ja kannad kogu keha peitvaid rõivaid. Seega ei olnud rätiku kandmine mulle kuidagi probleemiks – vastupidi, ma nägin Egiptuses selgelt hoopis selle kasutegureid. Sa sulandud paremini, sind aktsepteeritakse ja isegi teatud mõistes austatakse sellise

eurooplasele „raske” sammu eest ja mõnevõrra aitab see möödujate pilke vältida.

Kui me Kairost, kus paar esimest elukuud veetsime, Mohamedi kodulinna El Mansūrase kolisime, kus eurooplasi võib tikutulega otsida, ei olnud ka sellest rätist ega tavalistest pikkadest riietest enam suuremat abi, kuid parem ikkagi, kui päris euroopalikult riides käia. Kui Mohamedi isa mulle paar kuud hiljem Saudi Araabiast, kus ta pikema osa aastast elab, traditsioonilise araablanna rõiva äbääjä saatis, läks see kohe kasutusse, koos sinna juurde kuuluva rätikuga. Mäletan veel selgelt selle äbääja ilusat lihtsust – kuigi must, oli see eest lahtikäiv pikk maani ja avar rõivas, varrukad ehitud pisikeste mustade kivikestega, mis kerges valgusvihus õrnalt helkisid. Varrukate otsad olid kaunistatud läbipaistva punase õhulise materjaliga, mis tikitud täis punaseid lilli ja mida kaunistasid valged kivikesed. See oli hingematvalt kaunis ja täitis ka oma ülesannet tänaval liikudes väga hästi – inimesed pöörasid mulle vähem tähelepanu. Ainult siis, kui keegi minu nägu märkas või kui poodlemas käies ostmiseks läks, muutus tähelepanu ikkagi kohati häirivaks.

Ärge nüüd mõelge, et ma olen imeilus kaunitar – hoopis täiesti tavaline Eesti tüdruk. Isegi siniseid silmi ei ole mul. Palju tähelepanu tõmbasin ma ilmselt lihtsalt oma euroopalike näojoonte ja heleda naha pärast, mis siin on kaunitari tunnuseks. Iga egiptlanna igatseb endale just nimelt lumivalget nahka ja nöbinina. Sinised silmad oleks juba lotovõit. Lisaks sellele peetakse ilusaks pigem vormikaid kui kõhnasid, heledamate juustega, pigem lühemaid kui pikakasvulisi naisi.

Kuigi Egiptuses kaetakse peamiselt üksnes juuksed ja näokatjaid ei ole väga palju, võlus mind näorätiku niqaab'i juures miski. Ilmselt oli selleks mitmeid põhjuseid. Ma

mõistsin, et näo katmine araabia maades läheb hästi kokku islami nõudmisega rõhuda tagasihoidlikkusele. Ka nägin ma teleris erinevates saadetes tänaval liikuvaid üleni looritatud naisi ja nad tundusid mulle pigem lihtsad ja ilusad oma kaetuses, kui kuidagi rõhutud ja allasurutud. Seda mitte sel põhjusel, et nad oleksid eksootilisemad, vaid pigem silmatorkamatud. See oli justkui viimane samm rahuliku tänaval liikumise poole või vähemalt seni, kuni ma oma tugeva aktsendiga araabia keelt rääkima ei asu.

Mäletan, kui Mohamedile selle idee välja käisin, et mida ta arvab, kui ma ka näorätikut kandma hakkaksin, ei hüpanud ta sugugi suurest rõõmusest lakke. Mitte, et tal selle üle hea meel ei oleks olnud, sest temal jääb ju palju armukadedushooge olemata, aga ta kartis, et ma mõne aja pärast selle näorätiku varna viskan või et ma ei oska välismaalasena seda õigesti välja kanda: see otsus on hea tava kohaselt pöördumatu ja näo katmine ei tähenda üksnes näo katmist. See märgib ühtlasi äärmist tagasihoidlikkust ka teiste ees ja teiste islami riietumistraditsioonide rangeimat järgimist, vastasel juhul ei võeta sind lihtsalt tõsiselt või vaadatakse koguni hoopis viltsu.

Islami riietumisreeglid näevad naistele ette, et välja minnes ja võõraste meeste juuresolekul tuleb katta juuksed, kael ja dekoltee, kanda riideid, mis ei tohi olla läbipaistvast materjalist, liialt tähelepanu tõmbavad, liibuvad ega stiililt meeste riideid järgivad. Näo katmist peetakse heaks just araabia maades, kuid see on vabatahtlik. Samm-sammult olen ma selle riietumise hea tava omaks võtnud ja

praktikasse rakendanud, täiesti vabast tahetest ja ise sel teel mulle sobival ajal edasi astudes. Ja ma arvan, et sundimisega ei saavuta sellisel puhul nagunii midagi. See peaks olema iga inimese vaba valik, kui palju ta end katab, et ta ei tunneks ennast kuidagimoodi rõhutuna.

Traditsioonilist äbääjä't ma Eestis ei kannan, vaid tavalisi islami nõuetele vastavaid riideid, sest minu arvates ei täida araabialikud riided seal oma eesmärki olla tagasihoidlik, vaid pigem hoopis tõmbavad tähelepanu. Ma arvan, et riietesse enestesse ei tohiks kinni jääda, vaid peaks mõtlema, mis on nende riiete mõte. Näiteks islami eelsel ajal kanti rätikuid, kuid islami tulekuga astuti samm edasi – tuli katta ka kael ja dekoltee. Sarnaselt võiks mõelda ka tänapäeval, et mitte minna teistsuguses ühiskonnas äärmusesse.

Ja mis nende juustega siis on? Juustega on selline lugu, et juuksuris olen ma siin käinud täpselt kaks korda. Esimeses salongis värviti juuksed mitu tooni tumedamaks, kui ma soovisin, samal ajal kui kõrvaltoolil istuval naisel näokarvu eemaldati. Teises lõigati juuksed ühes nurgataguses uberikus ebaprofessionaalselt liiga lühikeseks – eesruumis olid meesjuuksurid. Ja kuigi Egiptuses on kindlasti ka palju häid ja professionaalseid juuksurisalonge, ei ole ma rohkem tihanud oma raha ega närve raisata. Nii värvin ma juuksed ise kodus ja lasen Eestis käies tavalisel juuksuril, kes mulle lausa koju tuleb, lühemaks lõigata. Teinekord palun juuksuriteenust Eestist külla tulnud sõbralt või sugulaselt. Ütleme nii, et juuksurid teevad üldiselt parema töö, aga vähemalt saab jupi jälle maha. Pole ju enam vaja suurte soengute pärast muret tunda!

Loe edasi raamatust!



MAROKO – KUU AEGA PÕHJAMAIST AAFRIKAT

Autor: Peeter Raudsik

Üks esimesi asju, mida Marokosse saabudes tajutakse, on see, et inglise keelega ei ole siin suurt midagi peale hakata. Maailma *franca lingua* kaotab suure osa oma senisest väärtusest ning edasi tuleb asju hakata ajama prantsuse või araabia keeles. Seejuures on esimene noorte seas linna- piirkondades kohati isegi rohkem kasutusel kui viimane. Kuigi kohalike *derija* (Marokos igapäevaselt kõneldav araabia keele dialekt) erineb suuresti Lähis-Ida omadest, saadakse sealgi *fushast* (klassikaline araabia keel) edukalt aru nagu mujalgi arabiamaailmas.

Prantsuse mõju nii keelele kui ka igapäevaelule on tuntav igal pool. Tunded inimeste seas on aga kahetised. Kuigi suur osa haritud marokolastest näeb end pigem seotuna Prantsusmaaga, siis leidub jätkuvalt ka panarabismi suunas kaldujaid, kelle jaoks araabia kultuur kaalub koloniaalpä-

randi üles. Üheks selliseks oli Maroko saatkonnas Taanis töötanud diplomaat, kellega sattusin teel Rabati ühte vagunisse. Ta tundis sügavat muret marokolaste „prantsustumise“ pärast, kuna sellega kaasneb araabia identiteedi kõrvale heitmine. Eks eestlastel ole see sama juba saksastumise näol kunagi läbi elatud.

Rabat

Maroko pealinnas Rabatis elasin tuneelasest majapere-mehe juures tagasihoidlikus Youssufia linnajaos. Piirkonna tõmbenumbriks ja meelis vabaajaveetmise kohaks oli samanimelise taksopeatuse juures asuv Minipark. Tegu oli pisikese koltunud lõbustuspargiga, kus 10 dirhami eest sai nautida piparmünditeed ja tasuta traadita interneti. Populaarne oli ka kohalik kaameliliha pakkuv restoran – vürtsika eineleiva sai kätte 11 dirhamiga. Youssufia ülerahvastatud tänavatelt ja kõike pakkuvalt turult läbi jalutades

jõuab aga kõrgendiku veerele, mil Rabat asub. Ühe kunagise piirkonna rikkaima üliku paarisaja aasta vanuse hauakambri juurest avanevad piibellikud vaated lahele ning taamal kumavale ookeanile, ümberringi määgivad lambad vaid võimendavad kogu tekkivat meeleolu, miljonilinn ise jääb vaid kilomeetri kaugusele.

Alkoholi marokolased üleliia ei armasta. Loomulikult leidub baare ja klubisidki, kuid turismihooajaväliselt on näiteks Rabatis paljud kohad ikkagi suletud. Casablanca või Marrakeshi elu kogu oma kosmopoliitsuses on loomulikult juba teine teema. Suuremates marketites on alkoholiosakonnad siiski olemas.

Kohalike poolt enim tarbitavaks meelemürgiks ja ühtlasi ka Maroko suurimaks illegaalseks ekspordiartiklikuks on hašiš (*kif*). Viimase spetsiifilist summat lõhna õpib tänavail kiiresti ära tundma ka muidu kõige süütum nina. Ametlikult on

hašiš loomulikult Marokos keelatud. Riigi põhjaosas asuv Rifi mäeahelik on aga ammu tuntud oma hašišifarmide poolest ning loomulikult pakutakse turistidele hašišit tänavail liigagi tihti. Üks takso sõit oli meil just lõppenud, kui juht tõmbas välja noa ning rökkas naerda kilavail silmil – viisakusest naersime kaasa. Loomulikult midagi ohtlikku polnud, vaid teises käes oli tal juba pisikene kokku surutud pruun plönn hašišit valmis vaadatud, millest ta soovis meile proovimiseks tükikest lõigata.

Siinkohal on paslik põgusalt juttu teha meie naabrist Baderist, kes juba noorena *kifi* suitsetamisega algust tegi. Temal asus meie eluhoone keldrikorrusel taaskasutuskeskus (tegu oli punkrilaadse ruumikesega, kus Bader ise ka elas). Rämp-suhunnikutest, mida ümber ringi oli erinevais mõõtmeis, sorteeris ta edasimüümise eesmärgil välja plastikut ja pappi. Lisaks tegeles ta maja lähedal asunud endisele prügiplatsile aia loomisega – töö kulges visalt. Bader oli veendunud panarabist ja sellest tulenevalt nn Prantsuse imperiaalistide tuline vastane. Nii rääkis Bader, et Põhja-Aafrika on veel viimane koht, kus prantslased saavad enese suurriiklike ambitsioone rahuldada ning marokolastel pole neilt mingit kasu loota.

Põnevaks külaskäiguks osutus ühe Youssufia algkooli külastamine. Naljakat äratundmist pakkus õpetajatetuba, kus juba kaks väarikas eas

õpetajat pidasid traditsioonilist vestlust – esimene kiitis Fatima agarust tundides ja teine siunas Ali riukaid. Näib, et mõned teemad ei tunne riigi-ega kultuuripiire. Enamik koolijütse mainis, et vähemalt korra sooviksid nad tulevikus ka Prantsusmaal ja Hispaanias ära käia. Selgituseks visandati tahvlile vaba käega koheselt ka Euroopa kaart. Päeva lõpus toimunud Euroopa vs Maroko jalgpallilahingus pidime paraku raskes lahingus alla vanduma.

Vaatamisväärsuste kohustuslikku ossa kuuluvad kindlasti Mohammed V suursugune mausoleum ja vahetus läheduses olev Hassani torn. Sealse kunagise mošee hiigelterritooriumil kõndimine paneb õhtuvalguses kujutlusvõime hoogsalt tööle. Vana *medina* turult läbi jalutades jõuab otsapidi Atlandi ookeani veereni välja. Araabia turule omaselt võib neilt tänavail leida kõike – alustades sandaalide ja vaipadega ning lõpetades vürtside ja vanade raamatutega. Meeldetuletusena, et hinna üle kauplemine on turul käimise loomulik osa. Reedeti kesklinnast väljas liikudes ei maksa peljata kohalikest kutset ühiseks lõunaajal toimuvale *kuskussi* söömisele. Ka üheskoos jalgpallivaatamine on marokolastega meeldjääv. Nagu mujalgi araabia maailmas, toetatakse siingi eeskätt Barcelonat, riigi rahvusmeeskonnal läheb keskpäraselt, olles FIFA tabelis eest-

lastest vaid kümme kohta tagapool.

Fes

Riigi põhjaosas, mitte väga kaugel juba mainitud Rifi mägedest, asub Fesi linn. Rabatist läksime sinna kohaliku marsruutbussiga. Idee oli lihtne: mingil kellaajal paaril korral nädalas sõideti Youssufias ringi ning korjati peale inimesi, kes sooviksid põhja poole reisisida. Loomulikult sai kokkuvõttes bussi lubatust rohkem inimesi, seetõttu tuli juhil teel olles paaril korral ka politseinikele raskelt „kätt anda“ – tavaline taks jäi paarikümne dirhami juurde.



Sattusime Fesi turismihooajavälisel ajal. Elamise saime korralikus, kuid muidu inimtühjas riadis 90 dirhami eest. Vaatamisväärsusi linnas jagub, alustades kasvõi Bou Inania *madrasast* ja lõpetades kuulsa nahatöö- ja värvimisko-

dadega. Vanalinnaosa on igati jalgsi läbitav ning kuigi tänavad moodustavad teglikult ühtse suure araabia turu, ei ole eksimist vaja karta. Mõne olulisema väravani jõutakse välja varem või hiljem ning abi saab ka kohalikelt – turistidega ollakse Fesis väga harjunud. Viimase tõttu tasub seal ka veidi rohkem oma isiklikel asjadel silma peal hoida.

Marrakesh

Rabatist jõudsimel rongiga „punasesse linna“ reede lõunapoolikul. Esimeseks ülesandeks oli öömaja leidmine. Saatusel tahtel jõudsimel hotelli nimega Farouk (u 500 meetrit rongijaamast kesklinna suunas). Kauplemise tulemusel tuli ühe inimese hinnaks kahe öö eest 80 dirhamit - soe vesi ja euroopalik WC olid hinna sees.

Marrakeshis ja selle ümbruses on palju vaadata. Juba linna keskplats Jamae al-Fena on omaette vaatamisväärsus. Kogu päeva vältab seal melu, kust ei puudu maod ja ahvid, hennamaalijad ning loomulikult igasugu tüütused, kes

kümnel erineval moel püüavad inimestelt raha kätte saada.

Õhtul muutub väljak hiiglaslikuks söögiplatsiks – kaladroad väärivad kindlasti ära proovimist ning hinnas tasub juba varakult kokku leppida. Vanalinna teiste vaatamisväärsuste hulka kuuluvad kindlasti



Ben Youssufi *madrassa* (islami-kool) ja kohe vahetus läheduses asuv kunstimuseum, kus saab segamini näha nii kaas-aegseid kui ka vanemaid taie-seid. Tasub ära märkida, et kitsastel tänavatel liikudes tuleb kindlasti silmad-kõrvad lahti

hoida, kuna mootorratastel kihutavaid noori neide ja poisipõngerjaid leidub seal omajagu.

Varasemalt olime rongis kohtunud ühe Marrakeshist pärit tudengiga, kes õppis Rabatis saksa keelt. Teise päeva õhtul kutsus ta meid enda juurde koju õhtusöögile. Ühe katuse all elas kolm põlve pereleikmeid. Kodune *kuskuss* oli tummisesem kui tänavail proovitu, kohaliku meistri poolt valmistatud erinevad maiustused olid traditsiooniliselt ülimalt magusad.

Külastestega on seotud ka üks kohalik komme. Nimelt tehakse kõigile naissoost külalistele henna, valades hennavelikku neile peopessa. Loomulikult saab tekkinud kuldist tulevikku välja lugeda ning head või halba õnne ette kuulutada. Ennustamisega tegeles peaaegselt vanaema.

Viimasel päeval tekkis soov minna uudistama linna lähieümbrust. Hotelli juures oli juba algusest peale ringi tuiگرداند konstantses kerges vines end giidiks nimetanud Hussain. Kuigi me ta jutte väga tõsiselt ei võtnud, otsustasime sel päeval tema käest vähemalt võimalikke reisihindugi uurida. Mõningase kauplemise ja suurte lubaduste ajal otsustasime ajapuudusele otsa vaadates, et läheme siiski üheskoos „oma“ Hussainiga – autorooli asus õnneks tema hoopiski vaiksem väikevend. Eesmärk oli jõuda Ourika koskedeni, mis pärast poolteist tundi autosõitu ka õnnestus.



Koskedeni jõudmiseks tuleb paraku veidi ka jalgsi matkata. Hussain ütles meile aga kohe, et tema ei jaksa täna. Seejärel käskis ta meil lihtsalt minna teiste järgi ja kui keegi midagi küsib, siis öelda, et me oleme Marokos õppivad tudengid. Kahe tunnine turnimine ning ammulisui vee langemise imetlemine tegi kõhu päris tühjaks, õnneks oli Hussain meile ühel kohvikukatusel juba laua broneerinud. Oligi jälle üks neist hetkedest, kus peale hingematvate vaadete mägedele ning lambalihaga kuskussi justkui ei olekski eluks midagi muud vaja. Tänu Hussaini venna ennastsalgavale sõidustiilile jõudsimise õigeaegselt Rabati suunas väljunud rongile.

See kõik on vaid killuke Aafrika mandri loodenurgas toimuvast ja kogetavast. Kõrberetked, matkad mägedes ja palju muud jääb järgmisteks kordadeks. Lõpetuseks tuleb vaid toonitada, et esmapilgul võib kummalisena tunduda marokolaste suhteline kinnisus võrrelduna paljude teiste araablastega Lähis-Idas. Nende olekust on tunda meilegi tuttavat põhjamaist kuningliku väarikust. Seetõttu ei tasu Marokos ringi liikudes lihtsalt vurada ühe ajaloolise paiga juurest teiseni; hetk mõne kohalikuga tänavanurgal teed juues või noortega jalgpalli tagudes annab tihti meenutamiseks rohkematki.



Pildid internetist.



MOSLEMID USAS, ST. LOUISES

Autor: Hawa

Allikad: http://en.wikipedia.org/wiki/Islam_in_the_United_States, <http://www.ilaam.net/Opinions/IslamInUSFactSheet.html>, <http://www.dawanet.com/history/amermuslim-hist.asp>

Huvitavad faktid:

1178 – Üks Hiina dokument mainib moslemite reisi maale, mille nimeks on Mu-Lan-Pi (Ameerika).

1530 – Rohkem kui 30% 10st miljonist Aafrikast pärit orjadest olid moslemid. Nad toodi USAsse orjakaubanduse õitseajal ja nad olid USA majandusele väga kasulikud.

1856 – Palkas Ameerika ratsavägi moslemi, nimega Hajj

Ali, et ta katsetaks kaamelite kasvatamist Arizonas.

1933 – Loodi Nation of Islam, mille kaudu paljud afro-ameeriklased islamisse astusid. Malcolm X oli alguses ka selle grupiga, aga hiljem ta sai aru, et nad ei õpeta ikka õiget islamit. Nation of Islami dogmaatika kohaselt on mustanahalised paremad kui valged. Lisaks väitsid nad, et nende liider Fard Muhammado on *mahdi* jmt. Kahjuks tegutsevad nad veel siiani USAs ja ma tean paari inimest, kes nende kaudu ütlesid *šahaada*, hiljem aga lahkusid, kuna olid nii segaduses.

1963 – Loodi Muslim Students Association (MSA), mis esialgselt aitas moslemitest

välisõpilasi USA koolides õppida. Nüüdseks on pea igas ülikoolis MSA. Ma olin ka liige, kui veel koolis käisin. Nende peamiseks ülesandeks on koolides islami kohta rohkem informatsiooni anda ja erinevaid üritusi korraldada. Näiteks, meie korraldasime *fastathoni*, mille raames üle paarisaja õpilase paastus ühe päeva ja siis meie pakkusime neile *iftaari*. *Iftaari* ajal tuli kas kohalik imaam või õpetlane islami kohta rääkima.

1982 – Loodi Islamic Society of North America (ISNA), mis praeguseks on saanud kõige tähtsamaks Põhja-Ameerika moslemite organisatsiooniks.

1995 – Toimus esimene *iftaar* Valges Majas, kuhu kutsu-

ti moslemite esindajaid paljust islamiriikidest.

1996 – Toimus esimene eid ul-fitri tähistamine Valges Majas.

USAs on üle 314 miljoni elaniku, nendest 2,6 miljonit on moslemid.

USAs on üle 2000 mošee.

Nagu näha, on Ameerikas päris palju moslemeid ja peaaegu igas linnas on vähemalt üks kui mitte rohkem mošeed. Enamus mošeesid on tavalistes majades, aga suurtemates linnades on ka uhked mošeed üles ehitatud. Mina ise olen elanud seitse aastat Saint Louis's, Missouri osariigis. Ša-

neid näinud tänaval, aga ega ma ei teadnud, kus mingi mošee on. *Alhamdulillah*, nüüd tean juba rohkem ja St Louis's on umbes 15 mošeed.

Üks kõige suuremaid raskusi, mis mul oli, kui moslemiks sain, oli see, et inimesed ütlesid erinevaid asju usu kohta ning see tekitas minus palju segadust. St Louis's on palju mošeesid, aga mina käin loengutel ainult ühes, kuna nemad järgivad rangelt Koraani ja sunnat. See mošee on St Louis's tuntud kui ekstreemsete moslemite mošee, kuna enamus naised kannab tumedaid riideid ja *niqaabe*, meestel on suured habemed ning nad ei löö käega *bidale* vaid hakkavad julgelt vastu ja too-

käivad selles mošees vaesemad moslemid ning neil on alati majanduslikke raskusi. Piltide pealt on ka näha, et see on väga tagasihoidlik mošee, kuid *alhamdulillah*, tähtis ei olegi ju välimine ilu vaid siseilm ja *diin*.

Lisaks on St Louis kodus mitmetele tuhandetele bosniyalastele, kes sõja ajal siia emigreerusid. St Louis on bosniyalaste arvukuse poolest suurim linn väljaspool Bosniat. Seega on neil siin ka palju mošeesid. Ma ütlesin oma *šahaada* ka bosniyalaste mošees, kuna mu tuttavad käisid seal. Ma ei saanud seal palju käia, sest nende loengud olid kõik bosnia keeles ning loomulikult ei saanud ma millestki aru.



haada ütlesin 2009. aasta detsembris. Enne seda ei teadnud ma moslemitest midagi. Olin

vad tõendeid, kui mingi vaidlus tekib. Selle mošee nimi on Grand Islamic Center. Kahjuks

Suurim mošee St Louis's on Dar-us-Salam mošee, kus käivad peamiselt India ja Pakistani rahvusest moslemid, aga ka teised rahvused. Kurb on see, et paljud mošeed ongi rahvuste järgi jaotatud. See on ka tingitud sellest, et St Louis on rasiliselt ning jõukuse poolest eraldatud linn. Ühes naabruselavad väga rikkad inimesed ja siis kohe üle tänava elavad väga vaesed inimesed.

Alhamdulillah, kõige selle virr-varri ja erinevuste juures, kes tõde otsib, see selle ka leiab.



AL-AHWAZ – ÜHE RAHVA KANNATUSTERADA JA IRAANI ÜKS MISTEMOID SALADUSI

Rubriigi autor: Amina Bahreinist

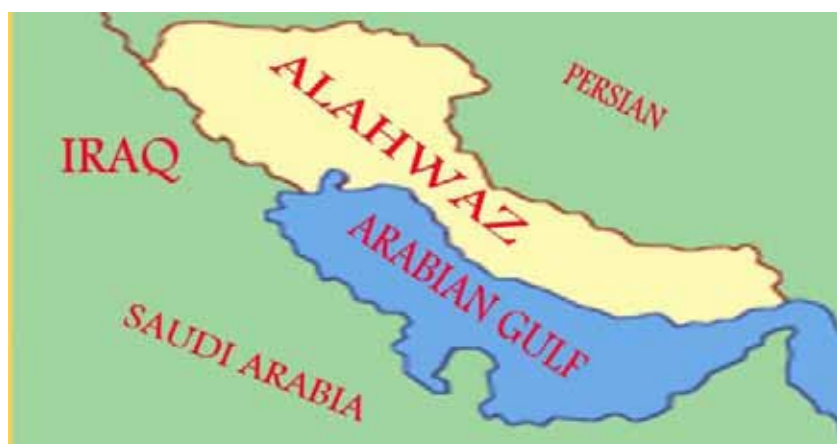
Allikas: http://www.minorityvoices.org/register_download.php?media_id=1901

Al Awaz - Arabistan asub Iraani edelaosas pindalaga 69 000km² ja rahvastiku suurus ca. 4 kuni 6 miljonit.

Ahwazi ala põhjapoolne piir on Lurestani mägede ja Kurdistaniga, ida- ja kagupoolne piir on Zarguse mägedega, lõunast Dashtestan ja Araabia (Pärsia laht), läänest Iraak, lõunast ja edelast Araabia (Pärsia laht) ja Shat-al-Arabi veetee.



Kunagine edukas riik, mis on peaaegu kaks korda suurem, kui Iraak, asetseb rikkalik-



ke maavarade peal. Imeilus sild üle Karooni jõe, on nagu täiuslik piltpostkaart, mida ümbritsevad suurejoonelised mäed ja lopsakas rohelus. Emake loodus ei ole olnud



helde vaid andes maalilise looduse, sest Al-Ahwaz asub „naftamere“ peal. See ala on

teiseks tähtsam nafta ja gaasi reserveid tootja maailmas. Seal on reservid üle 40 miljardi barreli naftaga ja 210 miljardi kuupmeetri maagaasiga. Maa toodab 3 -5 miljonit barreli naftat päevas, ehk 20% OPECi päevatoodangust. Ahwazi maa moodustab naftatoodangu üle 80% Iraani tuludest ja rikkusest, kuid Ahwazi rahvas ei näe sellest midagi. Kuigi Ahwazi nafta- ja gaasivarud moodustavad 90% Iraani majandusest, lõikavad kõik selle kasu Pärsia provintsid Teheran, Yazd, Isfahan ja Fars.

Kahjuks see diskrimineerimine ei piirdu ainult naftaga sest Iraan, kuni tänapäevani

okupeerib Al-Ahwazi sooviga saada kõik nafta, maa ja ressursid endale, ega taha selle ala inimesi ega nende araabia kultuuri ja traditsioone.

Ajalooliselt oli Al Ahwaz üks rikas ja edukas Mesopotaamia provints ja hästi tuntud oma moslemi teadlaste, luuletajate ja kunstnikega. 7. sajandi keskpaigast alates kuni 13. sajandi keskpaigani valitsesid sealseid inimesi mitmed Umayyad ja Abbasi kaliifid. Elanike arv suurenes pidevalt, sest nende araabia hõimud liikusid edasi Araabia poolsaarel. Paljudel araablastel, kes elavad Saudi Araabias, Kuveidis ja teistes lähiriikides on Ahwazi pere juured ja päritolu ning on võimalik jälgida sugupuud, kus Al-Ahwazi juured tulevad välja. Kurikuulsad on need, kelle juured on pärit võimsast Bani Kaa'b hõimust, kes elas Al-Ahwazis.

Enne selle ala annekteerimist 20. aprillini 1925, nautis Arabistan täielikku autonoomiat ja sõltumatust erinevatel ajaloo etappidel oma 5000-aasta vanuse ajaloo. Araabia keelt õpetati igapool ja see oli ametlikuks riigikeeleks kuni selle ala anastamiseni. Nimi ARABISTAN viitab juba sellele, et elanikkond on araablastel.

Veel hiljuti oli Ahwaz õitsev araabia territoorium, kus oli oma valitseja, Šeik Khazal kuni aastani 1925, mil Pärsia Reza Šahh Pahlavi, kellest tuli hiljem Iraani kuningas, okupeeris ja hävitas Arabistani suveräänsuse, allutades selle Iraani provintsiks ja kõik ilma selle ala

araablastest elanikkonna kaasamist referendumiga.

Riigi keeleks sai farsi (pärsia) keele kui riigikeele, mida räägib vähem kui 40% kogu elanikkonnast. Uus valitsus sulges koole ja keelas araabiakeelse hariduse provintsis, kus umbes 90% inimestest oli emakeelena araabia keel. Iraani valitsus muutis ametlikult nime Arabistan nimega Khuzestan aastal 1936.

Alates sellest ajast on palju muutunud ja võetud vastu uusi seadusi nagu:

- Muutes kogu Ahwazi araabia identsuse Iraani - Pärsia omaks
- Nime muutmine AL-Ahwaz nimega Khuzestan ja Al-Ahwazi linnade ümbernimetamine
- Keelates araabia haridust ja sageli mitte võimaldades araablastel siseneda koolidesse ja kolledžitesse Iraanis. Al-Ahwazis on rohkem kui 40% harimatuid araabia inimesi, mis on kõrgeim protsent maailmas
- Keelates araabiakeelseid (nende emakeel) kõnesid ja nõudes kõned teha pärsia keeles.
- Röhudes araabia inimesi, pannes nende lapsed tööle, selle asemel et nad käiksid koolis.
- Keelates araabia keelsed raamatud ja ajalehed, nende omanikud vahis-

tatakse ja saadetakse vanglasse.

- Range reegel, et vastsündinule tuleb anda pärsia nimi
- Araabiakeelse radio või TV kuulamise keeld
- Araablaseid, keda kahtlustatakse osaluses poliitikas, puuakse üles ilma kohtuta.
- Iraan reguleerib Al-Ahwazi alasid oma sõjaväega.
- Tänapäeval on palju naisi, lapsi, vanu mehi ja isegi rasedad vangid, kes sageli hukatakse poomise läbi.
- Ajakirjanikke ei lasta näha vange, sest Iraan kardab nende tegevuse avalikustamist.

Ja nii pandi Ahwazi araablastest elanikkond poliitilise, kultuurilise, sotsiaalse ja majandusliku ikke alla endise Iraani monarhistide ja praeguse vaimuliku režiimi poolt viimaseks 78-aastaks. Need režiimid võtsid Ahwazi araablastelt ära nende inimõigused ja alandasid nende staatuse 2. ja 3. klassi kodanikeks.

Ei ole enam rikkalikku araabia kultuuri, vaid nüüd on vaid Iraani reegel.

Ahwazi araablastel, kes elavad nüüd seal põlastusväärsetes vaesuses, kelle majad ja maad on anastatud ilma mingi nõusolekuta või hüvitiseta. 80 prot-



senti araabia lastest on alatoidetud ja harimatud, ei ole puhast vett, ei ole piisavalt kanalisatsioonisüsteemi, ei ole võrdõiguslikkust tööhõives ja hariduses, mis sunnib araablasti olema sotsiaalse ja majandusliku redeli viimasel astmel.

See seisukoht, et Ahwazi araablastel on madalamat sorti, kui pärsilased ja väärivad kolmanda klassi kodanikkudele võrdset kohtlemist, ei piirdu vaid Ahwazi moslemite elanikkonnaga vaid ka kogu araablastest kristliku vähemusele. Araabia lapsi karistatakse, kui nad räägivad araabia keeles, Iraani võimud keelduvad registreerimast sünnitunnistusi araablastest vastsündinutel ja registreerivad alles, kui nad valivad pärsia nimed. Selleks,

et mitte-arabiseerida ja pärsiastada kogu Ahwaz, on iraansid mujalt Iraanist "õhutatud" sinna kolima ja neile pakutakse häid töökohti ja kinnisvara koos suurte rahalise- ja sotsiaaltoetustega ja maksuvabastustega. Kõik see õiguste piiramine ja veel enamgi tehakse kõik süstemaatiliselt Iraani režiimi poolt, et etniliselt puhastada see piirkond ja igaveseks..

Ahwazi elanikel ei ole mitte ainult piiratud nende põhi kodaniku-, poliitilised ja inimõigused, vaid nad on ka piinatud, vangistatud ja tapetud kõige jõhkramal viisil ja regulaarselt Iraani luure- ja Iraani

revolutsiooniliste valvurite poolt.

Ajakirjanikud ja inimõiguste aktivistid, kes on julgenud avalikult rääkida on vaigistatud, vangistatud või tapetud. Need karmid tingimused on põhjustanud selle, et rohkem ja rohkem ahwazilasi on lahkunud sealt ja asunud elama Euroopasse. Tuhanded Ahwazi pagulased elavad kõrvuti palestiinlastega Al-Waleedi laagris, Iraagis ja paljud on põgenenud üle piiri Kuveiti ja Süüriasse.

Siin lisan veel kaks videoklippi Al-Ahwazi rahva kannatustest: <http://frictionfacts.org/?p=733>





20 nõuannet õdedele enne abiellumist

Tõlkinud: Hawa

Allikas: „20 Pieces of Advice to My Sister before Her Marriage“, Badr bin Ali Al-Utaybee

1. KUI SA PARANDAD OMA SUHTEID JUMALAGA, SIIS JUMAL PARANDAB SINU SUHTEID TEISTEGA

Seda jumalikku põhimõtet saab kasutada igas situatsioonis. Kui sa soovid abi ja tuge, siis Jumal, Kõigekõrgem, ütleb: „**Oo, teie, kes te usute, kui te toetate Jumalat, siis Ta toetab teid ja hoiab teie jalad kindlalt maas.**“ (47:7)

Ja Jumal, Kõigekõrgem, ütleb: „**Tõesti, Jumal on nendega, kes on jumalakartlikud ja nendega, kes teevad head.**“ (16:128)

Kui sa soovid, et inimesed, kes usuvad, sind armastaks ja austaks, siis Jumal, Kõigekõrgem, ütleb: „**Tõesti, need, kes usuvad ja teevad häid tegusid, neile määrab Armulisim kiindumuse.**“ (19:96) See tähendab, et Jumal paneb armastuse usklike südamesse.

Lisaks on Anas bin Malik (raa) edastanud, et Prohvet (saws) ütles: „*Kellele iganes see maailm on kõige tähtsam, selle silmade vahele asetab Jumal vaesuse, selle asjad puistatakse laiali ja ta saab ainult selle, mis talle on määratud ja ta ärkab ning magab vaesuses ja see sulane ei ligine*

Jumalale, Võimsaimale ja Majesteetlikemale, välja arvatud juhul, kui Jumal muudab usklike südameid, et usklikud Tema poole pöörduks armastuse ja halastusega. Ja Jumal on kiire hea toomisega.“

Kui sa soovid kaitstud olla inimestelt tuleva kurja eest, siis tea, et Jumal kaitseb oma sulast tema teenimise järgi. Jumal ütleb: „**Kas Jumal ei ole piisav oma sulase jaoks? Kuid siiski nad püüavad sind hirmutada nendega (keda nad kummardavad) peale Jumala. Ja kelle Jumal saadab eksiteele, sellele ei ole juhatust. Ja keda Jumal juhatab, sellel ei ole eksitajat. Kas Jumal ei ole mitte Võimsaim, kättemaksu Omanik.**“ (39:36-37)

Kui sa loodad saada kergust või muretust; väljapääsu raskest olukorrast; teadmisi, et õigel ja valel vahet teha, siis Jumal aitab seda, kes kuuletub Talle ja töötab Tema nimel. Jumal, Võimsaim ja Majesteetlik, ütleb: „**... ja kes on jumalakartlik, sellele näitab Ta kätte väljapääsu. Ja Ta varustab teda ettenägematust allikatest. Kes iganes usaldab Jumalat, sellele on Ta küllaldane ...**“ (65:2-3)

Jumal, Kõigekõrgem, ütleb: „**Oo teie, kes te usute, kui olete jumalakartlikud, siis annab Ta teile (tõe ja vale) kriteeriumi, eemaldab**

teie halvad teod ja andestab teile. ja Jumal on Kõige Hea Omanik.” (8:29)

Kui sa soovid end hoida ebamoraalsustest, siis Jumal, Kõigekõrgem, ütleb: „... **Nii eemaldasime temast kurjuse ja ebamoraalsuse. Tõesti, ta oli meie valitud sulaste hulgas.**“ (12:24)

Seega on pidev Jumalale kuuletumine puustav ning kaitseb meid kõige kurja eest, just nii nagu Jumal kaitseb Oma sõnumitoojat Joosepit (as) ebaseadusliku seksuaalvahekorra eest kõige raskemas ja ohtlikumas olukorras. Samuti on Jumal seadnud nii, et Tema kummardamine kaitseb kõige kurja eest. Viidates sulase kummardamisel oma Isandale, ütleb Jumal: „...**ja palveta regulaarselt, sest palvamine hoiab eemale pattudest ja uskumatu-sest. Ja Jumala meenutamine on kahtlemata parim, sest Jumal teab, mida te teete.**“ (29:45)

Seega paranda oma suhteid oma Isandaga ja Ta teeb sinu abikaasa õiglaseks nagu Ta on teinud seda Oma parimate valitute abikaasadega.

Jumal, Kõigekõrgem, ütleb prohvet Zakariya (as) kohta: „**Seega Me vastasime talle ja andsime talle Johannese ja ravisime ta naise (et ta saaks lapsi) tema jaoks. Tõesti, nad kiirus-tasid headele tegudele ja palusid Meid nii lootuses kui hirmus ja nad olid Meile alandlikult kuulekad.**“ (21:90)

Umar bin Al-Khattab (raa) ütles: „Kes iganes otsib tõde siiralt, isegi kui see on tema vastu, siis Jumal on talle piisav, et teiste inimestega tegeleda. Ja kes iganes kaunistab ennast asjades, mis ei ole tema, siis Jumal põlgab teda.“

Imaam Ibn Qayyim Al-Jawziya, Jumala halastus olgu temaga, ütles nende mõjukate ja vääruslike sõnade kohta: „See kõne meenutab prohvetlikku keelt. See on sünnis, kuna see tuleb hiilgavalt prohveti traditsioonide teadlaselt. Need kaks lauset on teadmiste varasalv ja pa-

rim viis seda teadmist kasutada on seda jagada teiste ja endaga.“

Esimene Umar bin Al-Khattabi (raa) lause on aluseks kõigele heale. Teine lause on kurjuse allikas.

Kui sulase kavatsus on siiralt Jumalale, Kõigekõrgemale, ja tema eesmärk, probleemid, ja töö on Jumala nimel, Au olgu Temal, siis tõepoolest, on Jumal nendega, kes on jumalakartlikud, Tema tahet täidavad, ja teevad häid tegusid. Ja kõrgeimaks jumalakartlikkuse ja heade tegude kategoorias on oma kavatsuse (*nija*) puhastamine, et teeksime kõike Jumala nimel, võitleksime tõe eest ja Jumal ei kaota kunagi.

Seega kellega iganes on Jumal, kes suudaks teda lüüa või kurjaga mõjutada? Kui Jumal on sulasega koos, keda tema kardaks? Kui Jumal ei oleks sulasega koos, siis kelle peale ta loodaks? Keda ta usaldaks? Kes teda aitaks peale Jumala?

Seega, kui sulane järgib ise tõde ja nõuab seda ka teistelt ning see tõde on Jumala nimel samal ajal, kui ta otsib Jumalalt abi, siis mitte keegi ei saa talle vastu. Isegi kui taevas, maa ja mäed oleksid sulase vastu, siis Jumal on piisav Kaitsja ja Jumal toob talle abi ja leiab talle tee sellest olukorrast välja. Probleemid tulevad ainult sellele sulasele, kellel need kolm asja on puudulikud või need kaks asja või üks nendest.

Kes iganes käib valel teel, seda ei aidata ja kui ta saavutab ebakindla võidu, siis lõppkokkuvõttes teda alandatakse. Kes iganes käib õigel teel, mitte siiralt Jumala nimel, aga ainult selle nimel, et saada tunnustust, tänu ja auhinda või saavutada maine eesmärk, mida ta terve selle aja üritas saavutada ning tema õigel teel käimine oli ainult võimalus selle eesmärgi saavutamiseks, siis see inimene ei saavuta võitu.

Tõepoolest, Jumal lubab abi ja edu vaid sellele, kes püüdleb Tema nimel ja võitleb, et Jumala nimi oleks kõige kõrgemal, mitte sellele, kes seisab ainult iseenda ja oma soovide eest. Tõepoolest, see inimene ei ole nende hulgas, kes on jumalakartlikud ja teevad häid tegusid. Ja

isegi siis, kui seda inimest aidatakse, on see abi ainult nii suur, kui suur on tema tõde.

Ja kui riik kuulub inimestele, kes on valel teel, siis õigel teel sulase kannatlikkus on kõige olulisem ning kannatlikkust aidatakse alati. Seega, kui see kannatlik inimene on õigel teel, siis seda inimest aidatakse ja kui nad on valel teel, siis lõppkokkuvõttes on nemad kaotajad.

Kui sulane on õigel teel ainult Jumala nimel, aga ei palu Jumala abi, ei toetu Tema peale ja ei usalda Teda, siis tema nõrkus ja läbikukkumine põhineb sellel, et ta ei otsinud abi Jumalalt.

Selle kõige mõte on: Kui inimene praktiseerib oma usutunnistust, et ei ole jumalust peale Jumala ja Muhammed on Tema Sõnumitooja, siis ta on alati võidukas ja teda aidatakse, isegi kui terve kari vaenlasi on tema vastu.

Imaam Ahmad bin Hanbal ütles: „Dawud teadustas meile, et Shubah on edastanud Waaqid bin Muhammad bin Zaidilt, kes on edastanud Ibn Abi Mulaykalt, kes on edastanud Al-Qaasim bin Muhammadilt, kes omakorda on edastanud Aishalt (rah), kes ütles: „Kes iganes teenib inimeste raevu, kui ta samal ajal rõõmustab Jumalat, siis Jumal kaitseb teda nende inimeste eest ning kes iganes teenib inimeste rõõmu, kui ta samal ajal teenib Jumala raevu, siis Jumal jätab ta nende inimestega.“

Abu Naim on edastanud Al-Hilyasilt, kes on edastanud Aun bin Abdullahilt, kes ütles:

„Õpetlased nõustasid ja kirjutasid üksteisele koos kolme nõuandega:

1. Kes iganes püüdleb tulevase elu nimel, seda rahuldab Jumal maises elus;
2. Kes iganes parandab oma suletud uste taga tehtud tegusid, selle avalikke tegusid parandab Jumal;
3. Ja kes iganes parandab oma suhteid Jumalaga, Jumal parandab tema suhteid teistega.“

Abu Haazim ütles: „Sulane ei lõpeta oma suhete parandamist Jumalaga muidu, kui Jumal parandab tema suhteid teistega. Ja sulane ei lõpeta oma suhete rikkumist Jumalaga muidu, kui tema suhted inimestega saavad hävitatud. Ühe näo jaoks töötamine on lihtsam kui mitme näo jaoks töötamine. Kui töötad vaid Jumalale, siis kõik teiste näod pöörduvad sinu poole ja kui rikud oma suhte Jumalaga, siis kõik teised näod vaatavad sulle ülevalt alla.“

Seega, mu õde, usu, et Jumal kaitseb ja aitab sind ning et sa oled Tema järelvalve all. Kui sa oled vankumatult õigel teel ja parandad oma suhteid Jumalaga, siis see aitab luua sisemise ja välimise õnne. Ja kui Jumal õnnistab sind uskliku, õiglase ja intelligentse abikaasaga, siis sa oled nii sisemiselt kui ka välimiselt õnnelik. Aga kui sind testitakse abikaasaga, kes ei hoiu Jumala kirja pandud reegleid sinu suhtes, siis ära hävita seda sisemist ja välimist õnne, pigem allu Jumala tahtele ja ole kannatlik Jumala proovilepanekutes. Niimoodi käituvad õiglased ja kannatlikud sellistel aegadel.

InšAllah, kannatlikkusest räägime juba teises peatükis.



Eriline laps

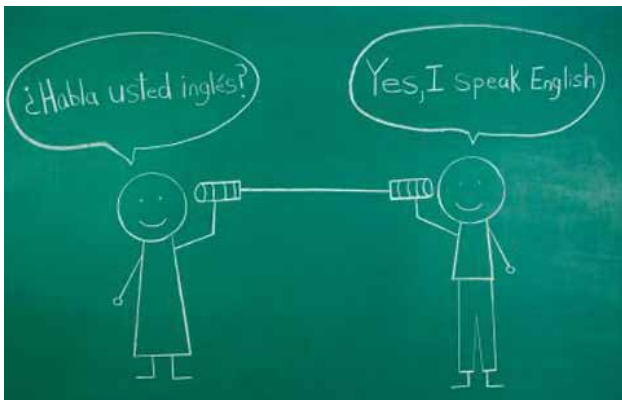
LASTEAIALAPS JA ALAKÕNE

Rubriigi autor: Rubaba

Allikas: Annika Suurküla, Eike Otto „Lasteaialapse kõne – hääldestruktuurid, kõnetakistused ja alakõne“, konspektid aines Logopeedia II, Tartu Ülikool

Erinevate allikate järgi on 1/5 lastel suuremal või kergemal määral arengulised erivajadused. Enamus neist probleemidest on seotud kõnega. Kõne on tähtis komponent, mis toetab lapse taju, mälu ja mõtlemise arengut. Kõneprobleemid võivad takistada lapsel omandamast teadmisi, mis on vajalikud näiteks kooliküpsuse saavutamisel. Seetõttu on oluline võimalikult vara märgata ja ka aidata leevendada või parandada kõnelisi probleeme ja mahajäämist.

Terminit alakõne kasutatakse logopeedilises diagnostikas kõne arengu häirituse üldiseks



iseloostumiseks. Alakõnet võiks iseloostutada järgnevate tunnuste kaudu:

Kõne hiline algus. Esmalt hilineb juba kõneelne vokalisatsioon (koogamine, lalin), samuti suhtlemine žestidega;

Kõne areng on aeglane (väidetavalt läbib alakõnega lapse kõne kõik samad etapid, mis eakohase kõne arenguga lapselgi, kuid võtab rohkem aega ja on teatud iseärasustega);

Omased on hääldepuuded (silbi-, välte- ja häälikustruktuuripuuded);

Laps eksib grammatiliste vormide kasutamisel;

Esineb leksikaalseid vigu (palju sõnaasendusi, sõnade kasutamine piiratud situatsioonides ja tähendustes);

Lausekonstruktsioonide vaesus ja stereotüüpisus;

Hiljem lugemis- ja kirjutamispuuded, õpiraskused.

Eakohase arengu korral peaks laps koolieaks suutma asju nimetada, üldistada, keele abil suhelda ning sisekõne abil oma tegevust planeerida. Keelevahenditest peab selleks ajaks ole-

ma omandatud sõnade häälik- ja silbistruktuur, liht- ja liitlausete mudelid, dialoogi ja monoloogi tekitamise oskus ning muutevormide tundmine ning kasutamise oskus.

Kõneloome ja kõne mõistmine eeldavad kõnevõimet, millel on bioloogilised ja sotsiaalsed eeldused. **Bioloogilisteks eeldusteks** on kahjustamata meelegaorganid ja perifeerne kõneaparaat (hingamis-, hääle- ja hääldamiselundid, resonaatorid (häälepaelad)) ning eakohaselt arenenud kesknärvisüsteem (lapsel ei esine meele- või/ja intellektipuu, tugi- ja liikumissüsteemi haigusi, häälepuudeid, huule- või suulaelõhet). **Sotsiaalsed eeldused** on kõnekeskkonna olemasolu ning eakohane kõneline tegevus. **Kakskeelsetest peredest pärit laste kõne arengu hilinemist loetakse mitmete autorite poolt mittepataloogiliseks.**

Kõnepatoloogia korral on aga kõnevõime kujunemata, kujunenud osaliselt, kujunenud osaliselt valetsti, lagunenu osaliselt või täielikult. Kõnevõime häiritust iseloomustavaks nähuks on alakõne e kõne üldine alaareng, mis avaldub üheaegselt nii häälduse, sõnavara, grammatika kui ka semantikapuudena ning kahjustunud on seejuures kõik eelpoolnimetatud tasandid.

Alakõne e. kõne üldise alaarengu põhjused jaotatakse kolme rühma:

I Alakõne ilma kesknärvisüsteemi lokaalsete kahjustusteta. Anamneesis ei esine raseduspatoloogiat, samas on paljud neist lastest enneaegsed või sünnihetkel ebaküpsed.

II Alakõne, mis kaasneb neuroloogiliste ja psühhopatoloogiliste sündroomidega (raske düsartria, häälepuuded, rinolaalia, intellektipuu, PCI, sensoorsed puuded)

III Alaalia e primaarne alakõne, s.t põhjuseks on aju kõnepiirkondade (nii vasakus kui paremas poolkeras) kahjustus kõne-eelsel perioodil.

Lisaks põhjuste järgi jaotamisele lii-

gitatakse alakõnet ka kõne arengu taseme järgi samuti kolme tasemesse:

I taseme lastel omakõne praktiliselt puudub. Laps väljendab ennast erinevate žestide ja/või hääliitsuste abil. Osad lapsed võivad kasutada moonutatud ühe-kahesilbilisi sõnu. Alakõne I astmel olev laps sageli ei taju, et kõne on mõeldud suhtlemiseks, seega täiskasvanu esmane ülesanne on kujundada lapsel esmaselt kõne-soov ning paralleelselt sellega anda lapsele kõne baastadmised ehk siis vahendid suhtlemiseks. Antud astmel oleva lapse kõne on situatsioonisõltuv, s.t et laps mõistab kõnet vaid teatud igapäevase elu rutiinsetes olukordades. Seega tuleb tegeleda ka kõne mõistmise arendamisega.

Kõne arendamine toimub läbi praktiliste tegevuste. Lapsega tuleb rääkida ning tema (ja ka täiskasvanu enda) tegevusi kommenteerida. Täiskasvanu peab looma erinevaid probleemituatsioone, mis innustaksid last kõnet kasutama. Rikastada tuleb sõnavara ning tekitada sõnadevahelisi seoseid. Antud etapil on märksõnaks kvantiteet e mida rohkem laps kõnet enda väljendamiseks kasutab, seda parem. Kõne vormilisele küljele ei tasu antud etapil väga tähelepanu pöörata, tuleks rahul olla sõna ligilähedasegi hääldusega (nt. *ill = lill*), kui sõna lapsel varem üldse puudus.

Piiriks I ja II astme vahel on agrammatiline fraas. I astmel püsivad kaua nürmikud, kurdid, mõõduka ja raske vaimupuudega lapsed, raske alaalikud.

II taseme lastel on juba tekkinud arusaam kõnest kui suhtlusvahendist. Kõne mõistmine on tunduvalt parem, kui I tasemel, kuid laps ei saa siiski aru ümbritsevate esemete ja nähtuste vahelistest seostest. Lapsed küll kasutavad liiksaks žestidele ka kõnet, kuid



see on väga agrammatiline, kasutusel on ebatäpsed sõnad ja fraasid. Palju esineb erinevaid häälduspuudeid (häälikute ärajätmine, lisamine, ümber paigutamine, asendamine ja muutmise), domineerivad neist on häälikute ärajätmine ja asendamine. Samuti võib esineda vältestruktuuri puudeid (*sellik = seelik, särg = särk*), kuid need puuded ei pruugi esineda kõikidel alakõnega lastel ega ka iga sõna hääldamisel. Silbistruktuuris võib esineda silpide lisamist (*palligaga = palliga*) või ärajätmist (*liblik = liblikas*), erinevatesse kaashäälikuühenditesse lisatakse hääldamise hõlbustamiseks täishäälikuid (*taramm = tramm*). Grammatikavead esinevad alakõnega laste kõnes näiteks valede tüvede-, tunnuste või lõpuvariantide kasutamisenäiteks (*tiigert = tiigrit, põderi = põdra, jooda = juua, lindi = linde*). Võib esineda tüvede, tunnuste ja lõppude ärajätmist või lisamist (*poiss jookse = poiss jookseb, tita joo = joob, söisime = söitsime, ilma kindaga = ilma kindata*). Grammatikavigu esineb ka lausetes. Võib esineda kohustuslike lauseliikmete ärajätmist (*Poiss korjab. Emme keema.*), vale sõnajärje kasutamist (*Poiss rattaga mööda teed sõidab*), ühildumisvigu (*Laps loeb paksu raamatuid = Laps loeb pakse raamatuid*). Antud tasemel oleval lapsel puudub elementaarne jutustamisoskus. Pildi järgi jutustamisel nimetab laps pildil olevaid tegelasi ja tegevusi, kuulnud jutu jutustab ümber vaid abistavate küsimuste toel.

Sellel kõnetasemel tuleb hakata keele vormilisele küljele pöörama rohkem tähelepanu. Selleks peaks täiskasvanu lapse poolt esitatud vale keelendi varianti parandama, korrates lapsele grammatiliselt õiget keelendit. Siinjuures on oluline, et last ei tohi sundida kordama tema jaoks arenguliselt ning ealiselt keerulisi keelendeid. Antud tasemel on oluline anda lapsele grammatiliselt õige kõnenäidis, et laps kuuleks täiskasvanut kasutamas õiget kõnet.

Oluline on arendada kõnemõistmist. Selleks sobib lapsele anda kaheastmelisi korraldusi



(pane pall tooli peale ja raamat laua peale, pane pall karpi ja raamat karbi alla). Korralduste raskusastet tuleb reguleerida vastavalt lapse võimetele ja töömälu mahule. Heaks võtteks on ka täiskasvanupoolne „vale jutt“, mis arendab lapse tähelepanu ka tema enda kõne suhtes (nt. *Oi, sul on täna punased kindad!* (tegelikult on rohelised), *Siin pildil on kaks poissi* (tegelikult on tüdrukud) jne.

Piiriks II ja III astme vahel on elementaarse jutustamise oskus.

III alakõne astmel olevad lapsed on võimelised igapäevaselt suhtlema, võõras ja asjatundmatu inimene ei pruugi märgatagi kõneprobleemi olemasolu. Tavaliselt jõuavad selle astme lapsed enne kooli, kui nende probleemi märgatakse.

Peamiseks probleemiks sellel astmel on teksti mõistmine ja –loome. Oluliseks puuduseks on sõnavara vähesus. Esineb palju sõnade asendamist, liigset asesõnade kasutamist (*ta tuli ja siis ta läks, ja tema õpetas ja tema kuulas*), üldise tähendusega sõnu (kõik sõidukid on *auto*, *lill* kõigi lillede kohad jne.), valesti tuletatud sõnu (*lillane = lilla, triibune/triibukas = triibuline*), vähe on lapse sõnavaras abstraktse tähendusega sõnu (*vapper, julge*), antonüüme (vastandliku tähendusega sõnad) ja sünonüüme (sama tähendusega sõnad). Iseloomulikud on lauseloomeraskused: kohustuslike lauseliikmete (alus, öeldis, sihitis) puudumine, raskusi on aja- ja ruumisuhteid väljendavate lausetega, põimlausetega ja teiste keeruliste struktuuriga lausetega. Enamasti on lapsel olemas küll kõik grammatilised vormid, kuid ta kasutab neid

osaliselt või ei kasuta kõikides funktsioonides. Häälendamisel esineb vältevigu, kohati häälikute, häälik- ja silbistruktuuri moonutamist. **Kolmandal astmel muutub peamiseks kõne kvaliteet ning arendada tuleks sidusat ja kirjalikku kõnet.**

Tööd tuleks teha lausemoodustamisega. Selleks sobivad erinevad lausemuutmängud (pikk lause teha kaheks lühikeseks või vastupidi – *Emaja vanaema pesid pesu. 1. Ema pesi pesu, 2. Vanaema pesi pesu.* või *1. Ema tõi poest mahla, 2. Mahl oli tehtud õuntest – Ema tõi poest õunamahla jne*), täpsustada tuleks grammatilisi vorme (*Kellega sa täna lasteaeda tulid? – Emaga.*). Siin tuleb tähelepanu pöörata vastuse nii sisulisele kui vormilisele õigsusele ning vajadusel last parandada. Sobilikud on ka erinevad verifitseerimisülesanded (täiskasvanu ütleb sihilikult valesti, laps peab mõistma ja parandama). Olulisel kohal on sõnavara täpsustamine. Harjutada tuleb üld- ja üksikmõistete kasutamist (puu- ja juurviljad, soojad- ja külmad toidud vms). Omadussõnade mõistete täpsustamiseks saab leida antud omadussõnaga seotud erinevaid nimisõnu (nt soe: *kampsun, sokid, supp,*

süda...). Harjutada tuleks sama- ja vastandtähendusega sõnade leidmist.

Kolmandal alakõne astmel olevatel lastel on enamasti ka lugemis- ja kirjutamisraskused (ilmnevad peamiselt kooli jõudes). Raskusi võib olla foneemide e kõnehäälikute äratundmisega, eristamisega ning meeles pidamisega, millest tulenevalt on raskendatud ka sõnade häälikuline analüüs, millest omakorda tulevadki raskused sõnade kokku lugemise ja –kirjutamisega.

Vead lapse kõnes ei sõltu lapse tegelikust vanusest vaid alakõne astmest, millel laps oma kõne arengus antud ajahetkel asub. Üldjuhul on alakõne I-II astme lapsed lasteaia nooremates rühmades (aga see ei ole reegel) ning alakõne III astmel olevad lapsed lasteaia vanemates rühmades ning kooli nooremas astmes. Kuigi laste kõne ja suhtlusoskuse arengu tempo on erinev, saab siin välja tuua enamikule teatavas vanuses lastele ühiseid jooni. Ühisjoontele toetudes on võimalik juba varajases eas kindlaks teha, kas kõne areng vastab lapse vanusele. Alljärgnevad küsimused näitavad, millised jooned iseloomustavad **54 kuuse (4,5 aastase)** lapse eakohast suhtlusoskust ja kõnet. Kui eitavaid vastuseid on kaks või enam, tuleks logopeediga nõu pidada.



SUHTLUSOSKUS JA TÄHELEPANUVÕIME	JAH	EI
Kas laps reageerib, kui teda kõnetatakse selja tagant vaikselt häälel?		
Kas laps kuulab ja elab kaasa, kui jutustate talle lugu või räägite hiljuti toimunud sündmusest?		
Kas laps püsib vestluse teemas?		
KÕNE MÕISTMINE		
Kas laps saab aru temale esitatud küsimustest, korraldustest ning mõistab talle loetud jutukesti?		
Kas laps saab aru aja- ja ruumimõistetest?		
Kas laps saab aru, et objektid kuuluvad erinevatesse kategooriatesse ning oskab kasutada üldnimetusi, näiteks loomad (karu, kass, ilves), mänguasjad (nukk, pall, vurr) jne?		
ENESEVÄLJENDUS		
Kas teie lapse kõne on mõistetav ka võõrastele inimestele?		
Kas laps hääldab kõiki häälikuid õigesti?		
Kas laps räägib ladusalt (ilma pidevate korduste ja pausideta)?		
Kas teie laps räägib endast minavormis ja kasutab ka teisi asesõnu?		
Kas laps kasutab oma kõnes aega ja kohta väljendavaid sõnu (homme, sees, väljas jne)?		
Kas lapsele meeldib sõnadega mängida, näiteks moodustada riime?		
Kas laps suudab arusaadavalt rääkida toimunud sündmustest?		

KUIDAS HOOLDADA BEEBI JUUKSEID?

Rubriigi autor: Annely

Allikas: <http://naistekas.delfi.ee/ilumood/ilusnaine/kuidas-hooldada-beebi-juukseid.d?id=3639616>

Noored emad küsivad sageli, kuidas vastsündinute ja imikute juuste eest hoolitseda. Siinkohal tahaksingi järgnevas artiklis selles küsimuses veidigi emmedele abiks olla.

Loode – väikelaps

Arstid ja teadlased on üldiselt üksmeelel, et loote juuksenääpsud ja sellega seotud rasunäärmed kujunevad välja kuuendaks elukuuks. On tavaline, et lootel on peas hõre juus, mida on võimalik näha raseduse ajal sonogrammiga. Mõnikord esineb selles arengustaadiumis karvu ka õlgadel ja seljal. Selle pärast ei tasu muretseda. Oluline on siinjuures märkida, et loote juuksed on sageli hoopis teist värvi kui lapse juuksed hilisemas elueas.

Vastsündinu juuksed

Kuigi mõned beebid sünnivad täiesti kiilana, on enamuses vastsündinutel peas pehmed udusulgi meenutavad juuksed, mis on tihti heledad.

See on väga pehme karv, pea-aegu nagu pardibeebide sulled. See juus peab tavaliselt vastu vaid kolm-neli kuud ning langeb järk-järgult välja (põhjust ei ole esialgu teada) ning uus juus kasvab asemele. Uus juus on tavaliselt paksem kui vastsündinutel. See juus meenutab värvilt ja tekstuurilt hilisemaid juukseid, kuigi mitte tingimata.

Kuna esimesel eluaastal lapsel eriti juukseid peas ei ole, ei vaja need ka erilist hooldust. Mõnikord ei ole lapsel sündides üldse juukseid peas, see ei ole kuigi ebatavaline, nii et paanikaks ei ole põhjust.

Beebijuuste hooldamine – aeglane ja õrn

Beebijuuste hooldamine on suhteliselt lihtne. Olenevalt sellest, kui tihe lapse juus on, tuleb seda aegajalt šampooniga pesta. Pead tuleks pesta vajadusel, aga sugugi mitte iga päev. Põhiasi, mida vastsündinud lapse juuste hooldamisel silmas tuleb pidada, on see, et hooldus peab olema väga õrn. Ärge vajutage pehmet kohta lapse pealael. Enamus beebi-

sid ja mõned isegi nelja-viieaastased lapsed on tundlikud skalbile surve avaldamise suhtes.

Beebi või väikelapse juuste ja pea pesemisel tuleks olla väga aeglane ja hell. Kontrollige, et juuksed ei ole enne pesemist sõlmes. Juukseid tuleks aegajalt piirata, et nad ei läheks lapsele silma ja kõrva. Seda võib teha kodus ise või lasta juuksuril teha. Enamus inimesi eelistab lapse esimesel eluaastal ise tema juukseid piirata.

Beebišampoonide head ja halvad küljed

Paljud lastearstid soovivad pesta lapsel esimesel eluaastal juukseid spetsiaalse beebišampooniga, kuna see ei sisalda enamuses täiskasvanute juuksetoodetes olevaid sulfaate. Üks suhteliselt tundmatu lastešampooniga kaasnev oht on pH ta-



sakaal. Kuna silma sattudes ei aja beebišampoonid silmi kipitama, on nende pH tase tavaliselt kõrge, mis võib ajada juuksed sagrisse.

Kasutades lastešampooni või mingit muud pehmet šampooni, kontrollige, et pH tase oleks tasakaalus, s.t et pH faktor oleks 4,5 - 6. Enamusel šampoonidel on pH tase peale märgitud. Vanemaks saades võib juuste pulstamine neid kahjustada. Kõrge pH tasemega (7.0 või üle selle) šampoonid panevad laste juuksed pulstuma.

Beebide ja väikelaste juukseid pestes EI OLE šampoon ka ilmingimata vajalik. Piisab, kui juuksed lihtsalt veega märjaks teha ja tolm maha loputada.

Juuste pesemine
tahapoole kallutatud
peaga

Nelja- kuni kuueaastastel lastel on mõistlikum pesta pead selliselt, et lapse pea on tahapoole kallutatud. Beebi puhul on seda mõistlikum teha vannitamise ajal. Vanemate laste pead võib pesta ka kraanikausis. Sättige laps selliselt, et ta on selili ja vaatab lak-

ke. Selleks võib asetada kraanikausi ette kõrge tooli. Vannis võib last hoida oma käte peal. Pea tagurpidi kallutamise meetodit kasutatakse ka juuk-



surisalongides ning see aitab vältida šampooni sattumist silma. Kasutage lapse juuste pesemisel sooja, mitte kuuma vett. Kui te pesete lapse juukseid kraanikausis, siis siduge talle käterätik ümber kaela, et teda mitte märjaks teha.

Tehke peapesust eriline sündmus

Paljudele väikelastele ei meeldi peapesemine sugugi. Oluline on õpetada igas vanuses lastele peanaha puhtuse tähtsust. Seda on võimalik saavutada selliselt, et te muudate peapesemise millekski

eriliseks ning teete sellest omamoodi rituaali, nii et see hakkab lapsele meeldima. Kui te õpetate lapsele, et pea pesemine on lõbus sündmus isa

või ema seltsis, siis hoolitseb ta tõenäoliselt ka tulevikus oma juuste eest hästi.

Imiku peanaha kestendus

Mõne imiku peanahk võib esimestel elukuudel kestendada ning punetada. Kestendus võib olla rasune ning kollakat värvi või punane või kergelt roosakate laikudega. See on imikueas üsna levinud nähtus, mis võib lõpuks ka ise üle minna. Kui punetus ja kestendamine esinevad ka lapse näol, kõrvade taga, otsmikul, kulmude piirkonnas ja/või mähkmete piirkonnas, siis võib seda nimetada dermatiidiks. Enamuse laste nahk normaliseerub mõne kuu pärast, ilma et see vajaks erilist ravi. Enamus eksperte usub ka, et see ei põhjusta lapsele kihelust ega ebamugavust.

Lapse juuksed tumenevad tavaliselt vanemaks saades

Kui beebi suuremaks kasvab, muudavad ka juuksed sageli värvi. On tavaline, et imi-



kuna väga heledate juustega lapse juuksed muutuvad tumedamaks, kui ta saab vanemaks. Keegi ei tea, miks see nii juhtub, aga arvatakse, et see on seotud juuste pigmendiga. Arvatakse, et pigmendirakud toodavad küpsemaks saades rohkem pigmenti, muutes juuksed tumedamaks. Heledad juuksed on põhimõtteliselt pigmendita juuksed. Paljude inimeste juuksed on lapsena heledad, vananedes aga tumenevad.



Soengueelistused



Vanemaks saades tekivad lastel teatud eelistused, kuidas nad tahavad oma juukseid sättida. Soengueelistused ilmnevad varases lapsepõlves ning kestavad kogu elu. Paljud kasvavad lapsed vaidlevad vanematega selle üle, kuidas nad koolis oma juukseid kanda tahavad. Selles vanuses saab juustest oluline tegur inimese identiteedi määramisel.

On hea mõte osta juustesõbralikke klambreid ja paelu, et hoida juuksed lapse näolt eemal, siis ei lähe juuksed ka nii kergesti sassi. Mõistlikum on mitte osta teravate piidega klambreid, kuna need võivad juust lõhkuda.



MEESTEMAAILM

SOBITATUD ABIELU VS „TÜÜPILINE“ ABIELU

Rubriigi autor: Aivar

Kuna hiljuti toimunud sündmuste valguses puudutab see teema mind väga otseselt, otsustasin selle kuu artikli pühendada just sobitatud abielu küsimusele, et teiste arvamust selle kohta teada saada ja selle läbi ka enda arvamust kujundada. Jumala tahtel

1) Mida sa arvad sobitatud abielust (et keegi pakub sulle võimalikku abikaasat või ise otsid läbi oma sõprade ja pere endale võimalikku abikaasat või sinu ja sinu abikaasa vanemad ise korraldavad kõik laste eest ära (ot-sivad neile abikaasa)?

Pikka aega olin ma kogu südamest sobitatud abielude vastu, sest ma ei suutnud loogiliselt mõista, kuidas võõras noormees ja võõras neiu saaksid üksteisega abielluda, ilma üksteist tundma õppimata, lihtsalt niisama „lambist“. Olgu, isegi kui nad oleks üksteise vanematel külas käinud ja üksteist tundma õppinud, siis mis oleks saanud, kui mees ja naine oleks ikkagi leidnud, et nad pole üksteisele sobivad? Tütred või poja vanemad oleks olnud kurvad, et nende võsuke kosilasele ei kõlba. Ja kui selline äraütlemine oleks mitu korda järjest ning sageli toimunud, siis mida oleks pidanud noormees/neiu

ning tema vanemad küll mõtlema? Et nad on kõigile kõlbmatud? Ja mulle ei meeldinud ka see, et kuidas küll vanemad saavad ja üldse tohivad oma lapsele abikaasat otsida? See ei ole nende eraelu, vaid laste oma asi.

Ma olin sellisel arusaamisel kuni kolm nädalat tagasi ütles mulle üks muslim, et üks neiu on huvitatud minu abieluseisust, kuna ta oli minu „Meestemaailma“ artikleid pikka aega lugenud ning talle meeldis minu mõtteviis. Mulle tuli see täiesti ootamatult, aga nõustusin siiski temaga vestlema. Kuigi algul olin ikka veel oma varasemas maailmapildis kinni, mõtlesin, et mis supi sisse ma nüüd küll sattusin ning plaanisin neiuale lihtsalt selgeks teha, et ta parem ärgu midagi lootku ja sellest ei saa midagi, aga siiski lugesin ka tema vastuse järgmisel päeval ära. Mingi huvi tekkis ja me saatsime siis üksteisele sõnumeid ja kirju. Algul oli küll väga imelik see sobitatud värk. Saatsime üksteisele nimekirja küsimustega ja nii võõras ja harjumatu tundus see. Siis, peale mõningast üksteisele kirjade ja sõnumite saatmist, õppisin teda rohkem tundma ja minus tärnanud huvi süvenes veel. Üha rohkem ja rohkem tuli välja asju, mis meid mõlemaid ülla-

tasid. Nimelt meil on ühised huvid, ühised asjad, mis ei meeldi. Meie elukäik on olnud väga sarnane, meie perekonnad on väga sarnased ning mis kõige tähtsam: me jagame ühist arusaama islamist! Tunneme, et oleme nagu hingesugulased ning ma olen neiuale naljatavalt öelnud, et kui Jumal meid lõi, siis tegi ta minu ja neiu elukäigust ja kõigest *copy-paste*. Ka ei ole mul esimest korda soovi seda kõike salaja teha (nagu varasemates suhetes), vaid ikka nii, et meie pered, sugulased ja sõbrad teaks meist. Nii saavad nad meid aidata ja nõu anda ning õpime siis üksteist ka paremini tundma. Jumala tahtel me abiellume. Igatahes soov on meil mõlemal selleks olemas. Nüüd on asi Jumala kätes.

Aivar

Sellel pole probleemi, kui mees ja naine üksteisele meeldivad ning nad on religioosid.

Uthman

Ma pole veel abielus, kuid ma küsiks tüdruku või ta isa käest.

Bruno

Üheks positiivseks küljeks on see, et abielu toimib siis palju kiiremini. Sa saad tasutud selle eest, sest sa tahad teda raskustes aidata. Sest on olemas *hadith*, kus on öeldud, et kui sa aitad kedagi raskes olukorras, siis Jumal aitab ka sind raskes olukorras. Veel oled sa siis ühenduses paljude vendadega. Sul on palju abilisi igalt poolt. Kui sa teed seda

(leiad endale abikaasa) üksi, siis on see ainult üks võimalus. Aga kui sa tead rohkem vendasid, siis on sul ka rohkem võimalusi endale naine leida. Aga kui sa ei tea neid vendi nii hästi, siis nad võivad sind ära kasutada. Ainult et sinuga juttu ajada ja sinu üle nalja teha. Nii et abielu on väga tõsine asi. Sa pead selle töö jätma ainult neile, kes sulle väga meeldivad ning ka neile väga meeldid. Abielu on see asi, mis hoiab sind kogu elu. See ei ole ainult lõbu jaoks. Sa pead seda võtma tõsiselt. Sest näiteks, kui need halvad sõbrad leiavad sulle õe, kellega abielluda ainult lõbu pärast, siis võib tekkida probleeme, sest kui ta abiellub sinuga, siis võibolla ei ole ta hea. Sellele võib järgneda lahutus, lapsed kannatavad, koolis tekkivad probleemid... See oleks halvaks „reklaamiks“ ka muslimitele, sest siis inimesed ütlevad: „Näe, mida need muslimid teevad – nad lahutavad“. Nii et sa pead valima väga ettevaatlikult ja väga kindlalt, kuidas sa endale naise leiad. Pea meeles, et sinu naine on kogukonna tulevik. Laste kasvataja.

Ardian

Meie kultuuriruumis ei tule sobitatud abielu kõne allagi. See eeldab täiesti teistsuguseid pere, hõimu, suguvõsa suhteid. Ükski vanem pole enam oma täiskasvanud lapsele selliseks autoriteediks, et laps laseks ennast abielluma sundida. Pigem jookseb laps kodunt ära või teeb enestapu. Ka on see tingitud ilmselt sellest, et lapsed ei sõltu majanduslikult niivõrd oma vanema-

test. Ikka omandatakse haridus (või elukutse), minnakse ise tööle ja saadakse majanduslikult iseseisvaks. Tõsi, minu tutvusringkonnas pole ka ühtegi väga rikast inimest (pean silmas vähemalt miljardäri), kes saaks last sel teel mõjutada, et jätab näiteks varandusest ilma, kui ta ei tee nagu kästakse.

Villu

Minu arust on sobitatud abielu hea, sest huvi ja üksteise austamine algab peale abielu. Kui abielu algab üksteise austamise ja huviga üksteise suhtes, siis sellest saab hea abielu.

Abdiweli

2) Mis sa arvad, kumb viis on abiellumiseks parem: kas läbi sobitamise/korraldamise või tavalisel viisil (poiss ja tüdruk kohtuvad, saavad sõpradeks, hakkavad käima ning peale seda abielluvad)? Ja miks sa arvad nii?

Ei saa öelda, et sobitatud abielu on ideaalne või et tavaline abielumudel oleks parim, sest mõlemal on oma head ja vead. Näiteks araabiamaades on paljudes kohtades usk ja kultuur nii palju segunenud, et selle tulemusel sunnitakse lapsi abielluma vanemate poolt välja valitud kaasaga. Eriti kui näiteks kosilane on suguvõsast (nõbude abielu), on sarnase erialaga, kuulus/rikas/mõjuvõimas, siis ei mõelda lapse tunnetele, vaid kas suguvõsa heakskiidule või rahale, kui mees on rikas. Ning kui laps ei ole nõus, siis vanemad

ähvardavad teda füüsiliselt või vaimselt, lubavad lapsest lahti öelda, pärandusest ilma jätta, ei räägi lapsega pikka aega jne. Islamil pole sellega aga midagi pistmist, sest mõlemad osapooled (nii noormees kui ka neiu) peavad islami seaduse järgi nõus olema ja vanematel pole õigust neid abielluma sundida. Jah, vanemad võivad lapsi suunata ja neid sobitada, aga lõppsõna jääb lastele, mitte lapse vanematele (välja arvatud juhul, kui üks abielupool on kõlbmatu: joob, käitub halvasti, ei praktiseeri usku, jne). Sellise sundimisega olen ma isiklikult kokku puutunud, sest üks sõber sunniti abielluma, kuna tema isa oli valmis teda füüsiliselt karistama, kui ta abielu vastu ei võta.

Sellised pealesunnitud abielud on islamis kehtetud, sest me võime lugeda seda järgmistest *hadithidest*: Khansa bint Khizam al Ansariyyah ütles: „Minu isa lasi mul abielluda oma nõoga ja mulle ei meeldinud see sobitus. Nii et ma kurtsin sellest Jumala sõnumitoojale. Ta ütles mulle: „Võta vastu see, mille sinu isa on korraldanud.“ Ma ütlesin „Ma ei taha nõustuda sellega, mille minu isa on korraldanud.“ Ta ütles: „Siis see abielu on kehtetu. Mine ja abiellu kellega iganes sa soovid.“ (Fathul Ba-ri, Sharah Al Bukha-ri 9/194, Ibn Ma-jah Kitabun Nikah 1/602).

Ühes teises versioonis läks ta Jumala sõnumitooja (Jumala õnnistused ja rahu on temaga) juurde ja ta (prohvet) tü-

histas selle abielu. (Al Bukhari 4845).

Ja see on edastatud Ibn Ab-basi (Jumala rahu olgu temaga) poolt, et süütu neiu tuli prohveti (Jumala õnnistused ja rahu olgu temaga) juurde ja ütles talle, et tema isa oli teda mehele pannud vastu tema enda tahtmist. Prohvet (Jumala õnnistused ja rahu olgu temaga) andis talle valikuvõimaluse (kas jääda abiellu või tühistada see). (Abu Dawud 2096).

Vahel osa muslimeid ütleb, et armastus tuleb peale abielu ning enne abielu ei tohiks selliseid tundeid olla või et sellised tunded on vaid pettekujutelm ja meedia poolt väljamõeldud muinaslugu. Et armastus saab eelne da abielule, saame välja lugeda järgnevatest *hadithitest*:

Al Mughirah Ibn Shaibah ütles: „Ma kihlusin ühe naisega prohveti (Jumala õnnistused ja rahu olgu temaga) ajal. Ta (prohvet) küsis minult: „Kas sa oled teda (naist) näinud?“ Ma ütlesin: „Ei.“ Ta (prohvet) ütles: „Mine ja vaata teda (naist), sest siis on suurem võimalus, et teie vahele tekib armastus ja ühtesobivus.“ (At-Tirmidhi 1087; klassifitseeritud kui hasan-hadith Nasai poolt, 3235).

Prohvet (Jumala õnnistused ja rahu olgu temaga) ütles: „Me ei usu, et oleks midagi paremat nende jaoks, kes üksteist armastavad, kui abielu.“ (Ibn Maajah 1847, klassifitseeritud kui saheeh-hadith al

Busayri ja al Albaani poolt, al Silsilah al Saheehah, 624)

Samas on ka positiivne külg sobitatud abielul olemas. Kui kõik käib islamilikult (mitte mingi kummalise kultuurist mõjutatud häma põhjal), siis suguvõsad õpivad üksteist tundma, aitavad noorpaari. Lisaks ei ole selline suhe mingi salajane asjade ajamine, vaid pere jaoks avalik asi ja mingeid ebameeldivaid üllatusi ei peaks siis tekkima. Siis ei saa noormees ja neiu kusagil salaja nahistada kah, sest kõik teavad, kes oleks neiu lapse isa, kui noormees otsustab neiuiga lihtsalt hullata ja neiu soovimatult rasedaks jääb. Selline teadmine hoiab noormeest ja neiut tagasi ning nad mõtlevad ikka korralikult iga teo tagajärgede üle.

Positiivsed ja negatiivsed küljed on ka mitte-sobitatud abielude puhul. Muidugi võib olla, et mitte midagi halba ei juhtugi ning noormees ja neiu, kes varem salaja kohtamas käisid, üksteist lõpuks peredele ka tutvustavad ja siis abieluvad ning elavad ilma mingi petmise või lahutuseteta. Sest me teame, et õnnelikke paare on olemas. Isegi palju. Samas võib kõik juba suhte staadiumis viltu kiskuda. Noormees ja neiu võib-olla kiirustavad ja veedavad voodis mõnusalt aega. Tüdruk jääb rasedaks ja mehele jõuab varem või hiljem kohale, et kas neiu talle ei sobigi või et ta pole valmis lastega veel tegelema ning jookseb neiu juurest minema. Sealt need igasugused üksikvanemad tekivadki. Peale selle on kohtamaskäimiste tulemuseks

ka kõikvõimalikud üheöö suhted, suguhaiguste levik ja ka AIDS. Noormees ja neiu kohtuvad kusagil peol või ööklubis, välimus ja esmapilk neile meeldivad ning kavatsevadki siis öösel üksteist nautida. Võib-olla püsib kirk mõned päevad, nädalad või kuud, aga siis kirk kaob ja erimeelsused ja erinevused tulevad üha rohkem ja rohkem esile, kuni paar lahku läheb.

Aivar

Lääne stiilis abielu põhjuseks on enamasti romantika. Kui abielu ei ole Jumala jaoks ja on ainult romantika jaoks, siis võivad tekkida probleemid.

Uthman

Ma arvan et ei pea „käima“ hakkama, poiss/mees peab ise küsima tüdruku/naise käest ning kui tüdruk (juhul kui on süütu) vaikib, on see nõusolek. Ja naiste puhul tähistab nõusolekut siis jah. Ning kui nõusolek käes, siis tuleb abielluda.

Bruno

Sobitatud abielu on parem, sest tavaviisil abiellumine on väga lähedane läänelikule eluviisile. Ja lääneliku eluviisiga kaasnevad sageli abielurikkumised, abieluvälised seksuaalsuhted ning ka palju hullemad asjad. Näiteks kui noormees ja neiu kohtuvad üksteist ja sõbrad on sellest teadlikud, siis halvad sõbrad võivad tulla sinu koju ja sind või sinu naise mingil põhjusel ära tappa. Ja sellist stiili abielu on tavaliselt abielu ainult lõbu pärast. Nii et see ei lõppe armastuse vaid

teatud kogemustega. Ja miks ma nimetasin abielurikkumisi ja abieluväliseid suhteid? Sest nende pärast teame me sellist rasket haigust nagu AIDS.

Ardian

Lapsevanemana arvan, et kui mul ja mu naisel oleks olnud võimalus panna meie lapsed abiellu, siis kindlasti oleks neil olnud pettumusi, ahastamisi ja muud sellist palju vähem. Ma ju tunnen oma last sündimisest peale, ma tean tema iseloomu nüanssideni välja. Jällegi - see kehtiks paremini suures kogukonnas, kus ma lapsevanemana näeks ka seda, kuidas ta käitub ja millised omadused on sellel lapsel, kellest tulevikus võiks saada minu lapse abikaasa.

Arvan samuti nagu esimese küsimuse korral – see ei ole meie ühiskonna teema.

Villu

See, kui poiss ja tüdruk üksteist enne abielu tundma õpivad, ei ole alati hea, sest kui nad teavad üksteist juba väga hästi, siis peale abielu nad tunnevad igavust (kuna pole enam, mida uut õppida abikaasa kohta). Siis algavad vaidlused ja mingil hetkel sellistes abieludes hakatakse ka lahutamise peale mõtlema.

Abdiweli

Kuigi ootas, et saan mõningaid vastuseid inimeste endi

kogemustest¹, et siis ka ise midagi endale kõrva taha panna, siis sellist vastust ma ei saanud. Aga pole viga. Üldiselt eelistati ühel või teisel põhjusel sobitatud abielu. Kuigi ka tavalise abielu puhul ei mindud väga negatiivseks. Usun, et need vastused on pigem kasulikud neile, kes mõtlevad, et mis imelik abiellumise viis see küll muslimitel on. Sest kultuurimõjude tõttu (nii mõlemas grupis, mittemuslimite kui ka muslimite hulgas) on tingitud igasugu sobitatud abieludega kaasnevad eelarvamused, alates sellest, et lapsi sunnitakse vägisi abielluma, kuni selleni, et ega see kellegi asi ju tänapäeval ei peaks olema, mida lapsed teevad (eriti kui nad on juba täiskasvanu eas).

¹ Kaastoimetakja märkus - Isiklikust kogemusest tean rääkida, et nn. sobitatud abielu ei ole alati õnneliku kooselu alguseks. Tean üht korralikku noort tütarlast, kes sobitati pettusega abiellu näiliselt tõsiuskliku moslemist mehega, kes hiljem osutus paberitega hulluks. Vaene naine pidi taluma peksu, alandusi. Ta oli kohati päevi pimedas toas köitega kinni seotud ning ei saanud kellegagi suhelda. Alhamdulillah, sai see abielu lahutatud õigel ajal. Muidu oleks võinud asi hoopis surnulinas lõppeda.



LOODUSLIK RAVI

Rubriigi koostaja: Khadija

Allikas: Katrin Lipp, www.bioneer.ee

MIDA TEGID MEIE VANAEMAD KAUNITE JUUSTE NIMEL?

Rubriigi autor: Khadija

Šampoonid, palsamid ja juukseveed poeriiulitelt pole ainus võimalik lahendus juuste hooldamiseks. Meie vanaemad said juuksed kauiks hoopis teistsuguste vahenditega.

Juuste pesemine

Pesuvesi olgu pehme. Meie vaaremad teadsid, et juukseid pehme veega pestes saab parema tulemuse. Kui sellist vett pole, sobib ka keedetud vesi. Kareda vee pehmemdamiseks võib kausitäiele pesuveele lisada teelusika jagu soodat või sortsukese äädikat.

Kuivad ja kahjustatud juuksed vajavad erilist hoolt. Et keemiline töötlemine juukseid kahjustab, teati juba aastakümnete eest. Tollal loputati takuseid juukseid kaselehetõmmisega. Kaselehetõmmist on kõige mugavam teha saunas, sest enne vihtlemist tuleb nangunii vihta kuumas vees leotada. Tõmmist saab teha ka varakevadel korjatud kaselehtedest ning pungadest, kui neile enne kasutamist kuum vesi

peale valada. Kaselehe - nõgesetõmmis tegi juuksed pehmeks ja kohevaks.

Loodus annab juustele abi. Rahvameditsiin soovitab juukseid loputada ja pesta ka kõrvenõgese- ja takjatõmmisega.

Munakollasega pesemine toidab peanahka. Siiski tasub meeles pidada, et munaga pead pestes ei tohi kasutada kuuma vett. ¹

Abi kõõma vastu

Kõõma korral saab abi kummeli-, naistepuna-, raudrohu-, paiselehe-, kõrvenõgese-, nõmm-liivatee või takjatõmmise kasutamisest.

Juuste tugevdamine maskidega

Juuksejuuri toidab taime- ja rukkileivasegu, kus on võrdsetes osades teelehti, kummeliõisi, salveid, nõgest ja harilikku punet. 1sl taimese-gule valatakse peale klaasitäis keevat vett ja lastakse 15-20 minutit seista. Seejärel vedelik kurnatakse ja lisatakse just nii palju rukkileiba,

¹ Rubriigi toimetaja märkus isiklikust kogemusest: Kuuma vett võib kasutada siis, kui pesta juukseid ainult vees lahustatud muna-rebuga. Munavalget ja -rebu koos kasutades peab muna hästi läbiklopitud olema ning loputada külmemapoolse veega. Vastasel juhul on juustest omletti eriti tülikas välja rookida.

et tekiks pudrutaoline mass. Soe segu määratakse peanahale ja juustele ning lastakse rätiku all 2 tundi mõjuda. Seejärel pestakse pea sooja veega (ilma šampooni kasutamata) puhtaks. Juustel lastakse kuivada õhu käes.



Juuste tugevdamise eesmärgil võib maski teha ka pajukoorest ja takjajuurtest. 4sl segu keedetakse 1 liitris vees 10 minutit. Seejärel lastakse segul jahtuda. Pead pestakse seguga kolm korda nädalas.

Hapratele juustele võib korra nädalas teha mähist munakollasest ja lusikatäiest kastoorehk riitsinusõlist. Segu määratakse pähe, kaetakse sooja rätikuga ning hoitakse peas kolm tundi. Pea pestakse puhtaks neutraalse vahendiga.

Juuste toonimine

Kummeliõitest valmistatud tõmmis annab juustele kuldkollase tooni või läike, olenevalt juuste oma värvist. Tõmmiseks võetakse 2-4 sl kummeliõisi ja keedetakse neid 5-15 minutit



liitris vees. Segu kurnatakse ja vedelik kantakse kuni pooleks tunniks juustele.

Tumeda juukseid võib loputada kange hii-na teega.

Tammekooretee annab juustele tumeda läike.

Hallide juuste korral võib juukseid loputada salveitõmmisega. Selleks võetakse 4sl salveid ja 1 klaas kuuma vett. Segu hoitakse peas pool tundi.

Heledatele juustele annab kauni läike sidrunimahla lisamine loputusveele.

Kasulik teada

Kui õlimaskid jätavad juuksed liiga rasvaseks, siis saab abi sidrunimahla ja äädikalahuse segust. Selleks võetakse 1 osa sidrunimahla ja 2 osa lahjendatud äädikat ja kantakse segu tund aega enne juuste pesemist pähe.

Kui lokid ei taha sõna kuulata, saab abi jogurti- või kohupiimamaskist. Hoidke maitsetamata jogurtit või kohupiima peas 3 minutit.



Kui pole teisiti märgitud, siis tehakse taimseid tõmmiseid 1sl ravimtaimedest ja klaasi-täiest keevast veest, millel lastakse seista 15-20 minutit.

HALAL TOIDUST

Rubriigi autor: Zeynep

Allikas: <http://www.islam.pri.ee/index.php?id=815>

Seekordses Iqras otsustasin vahelduseks rääkida toidust Koraanis ja sunnas. Olen üritanud selgitada, mida moslemid süüa ei tohi, seega usun, et paljudel on tekkinud segadus ning küsimus, et mida ma siis üldse süüa tohin? InšaAllah seda lugedes saavad ka kõige suurema segadusega südamed oma vastused ja edasine sõltub juba igaühest endast.

Koraanis mainitud *halal* (lubatud) toit:

Manna ja vutid (2:57); allikavesi (2:60); maitsetaimed, kurgid, küüslauk, läätsed, sibulad (2:61); puuviljad (2:126); mais (2:261); kariloomad (ulukid) (5:1); vesi, pungad, roheline tera, paks kobaras vili, datlipalmid (datlid), õietolm, kevade rippuvad kobarad, viinamarjaaiad (viinamarjad), oliivid, granaatõunad (6:95-99); datlipalmid (datlid), erineva maitsega vili, oliivid, granaatõunad (6:141); kariloomad, mis Allah(c.c) on andnud: lambad, kitsed, kaamelid, emased ja isased veised (6:142-144); vesi, puuviljad, taimetoit (7:57-58); manna ja vutid (7:159-160); röstitud vasikad (11:69); voolavad jõed, erinevad puuviljad (13:3); viinapuud (viinamarjad), mais (13:4); vesi ja puuviljad (14:32); kariloomad söömiseks ja mitmeks kasuks (16:5); vesi joomiseks, taimedele ja karjale (16:10); mais, oliivid, datlipalmid (datlid), viinamarjad, igat sorti puuviljad (16:11); söömiseks merest värsket ja õrna liha (16:14); karilooma-

de piim (16:66); datlipalmid (datlid) ja viinapuud (viinamarjad) joogiks ja söögiks (16:67); mesi (16:68); taimetoit (18:45); kala hommikusöögiks (tasuta püüdmisel merest) (18:60-65); datlid (19:22-26); taimetoit (20:49-54); kariloomad (22:26-33); vesi, datlid, viinamarjad, puuviljad, õlipuud (õlid), kariloomad (liha) ja jook nende kõhust (piim), mida kasutada mitmeti (23:17-22); ravimtaimed, viljasaak kariloomadele ja endale toiduks (32:27); maitsev ja magus vesi, värsket õrna liha (35:12); vesi joomiseks (38:42); kariloomad (40:79); vasikad (51:24-30); kariloomad (veised) (54:30-32); puuviljad, datlipalmid (tölviklehed) (55:11); mais koos lehtede ja vartega ning magusalõhnlised taimed (55:12); magus vesi (77:25-28); vesi (78:14); vesi ja karjamaad (vili) (79:31); vesi, seemned, viinamarjad, rohttaimed, oliivipuud, datlipalmid (datliaiad ehk datlid), puuviljad, äläbb loomadele (80:25-32); karjamaa (viljad ja taimed) (87:4); viigimarjad ja oliivid (95:1).

Koraanis mainitud *haram* (keelatud) toit:

Enne veristamist surnud looma liha, veri ja sealiha ning teise kui Allahi nimel tapetud (2:173); vein (alkohol) (2:219); loomad, kes jahivad teisi loomi (kiskjad) (5:1); enne veristamist surnud looma liha, veri, sealiha, teise kui Allahi nimelt tapetud looma liha; mis on tapetud kägistamisel, vägivaldsel löögil, ülepeakaela kukkumisel, surnuks veritsenud, osalt söödud metsloomade poolt, välja arvatud kui jõuame looma enne suremist reeglitekohaselt veristada; ohverdatud kivi altariil, *haram* on ka nooltega loositõmbamisel tapmine – lugupidamatu (5:3); tugevad (alkohoolsed) joogid (5:90-91); jahtida palverännaku ajal (5:04-96); raibe, verrega valatud, sealihaga rüvetatud (kokku segatud) (6:145); raiped, veri, sealiha ja teise kui Allahi nimel tapetud looma liha (16:114-115).

Koraani kohaselt moslemid peavad järgima veel:

Sööma halal ja head toitu. Ei tohi saatanat jälgida (2:168); Sööma halal ja head toitu, olema tänulikud Allah(c.c)le (2:172); Halal on kõik mis on puhas ja hea: kes on õpetatud loomi jahtima – nende saak, kuid mainida üle Allah(c.c) nimi (5:4); Halal on kõik, mis on Raamatus hea ja puhas (5:5); Allahi(c.c) nime mainimine söömisel (6:118-121); Pakkuda puuvilju külalistele söömiseks (14:37); Süüa maa seest

kasvatatud toitu, joogiks ja raviks (16:69); Halal ja hea toit (16:114-115); Puhtaim toit (18:19-20); Manna ja head asjad söömiseks (Üleastumisel saab Allah(c.c) viha osaliseks) (20:80-82); Kariloomad kelle tapmisel on Allahi(c.c) nime mainitud (22:34-35); Kaamliliha süüa, toita vaeseid ja anda anujale, mainitud Allahi(c.c) nimi (22:36-38); Süüa häid asju (23:51).

Sunna, mis sobib kokku Koraanis oleva halal toiduga:

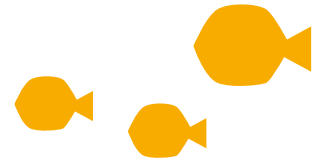
Rafi (رضي الله عنه) ütles: „Me olime koos Prohvetiga (صلى الله عليه وسلم) Dhu-l-Hulaifahs ...“ Seega Rafi (رضي الله عنه) ütles: „Me kardame, et homme võib vaenlane saabuda, aga meil ei ole nuge. Kas võime ohverdada roo(ääre)ga?“ Ta (st Prohvet (صلى الله عليه وسلم)) vastas: „Seda, mis paneb vere voolama ja mis ei ole ei hambad ega küüned ja millel on nimetatud Jumala nime, seda sööge.“ (Bukhari 47:1)

Zuhri ütles: „Araabia kristlase veristatud looma (söömise)s ei ole midagi halba. Kui te aga kuulete teda kellegi teise, kui Jumala nime nimetamas, siis ärge sööge seda ja kui te teda ei kuule, siis on Jumal selle seaduslikuks teinud ja Ta teadis nende uskmatuse kohta.“ (Bukhari 72:22)

Aisha (رضي الله عنها) ütles: „Mõned inimesed ütlesid Prohvetile (صلى الله عليه وسلم): „Inimesed toovad meile liha, mille kohta me ei tea, kas selle üle on nimetatud Jumala nime või mitte.“ Ta (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Nimetage selle üle Jumala nime ja sööge.““ Ta (st Aisha) lisas: „Ja nad olid just uskmatusest tulnud.“ (Bukhari 72:21)

Abu Thlabah (رضي الله عنه) jutustas: „Ma ütlesin: „Oo Jumala Sõnumitooja, me elame Raamatu rahva maal, kas võime nende nõudest süüa ... ja maal, kus on jahisaake – ma jahin oma vibu ja oma õpetamata koera ja õpetatud koeraga, seega mis on minu jaoks õige?“ Ta (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Mis puutub Raamatu rahvastesse, siis kui leiad muid (nõusid), siis ära nendest söö ja kui sa ei leia (muid nõusid), siis





pese need ja söö nendest. Ja sellest, mis sa vibuga jahid ja mille Jumala nime nimetad, võid sa süüa ja mida sa jahid õpetatud koeraga ja millel oled Jumala nime nimetanud, seda söö ja mida sa jahid õpetamata koeraga ja mida oled saanud õigel viisil veristada, seda söö.” (Bukhari 72:4)

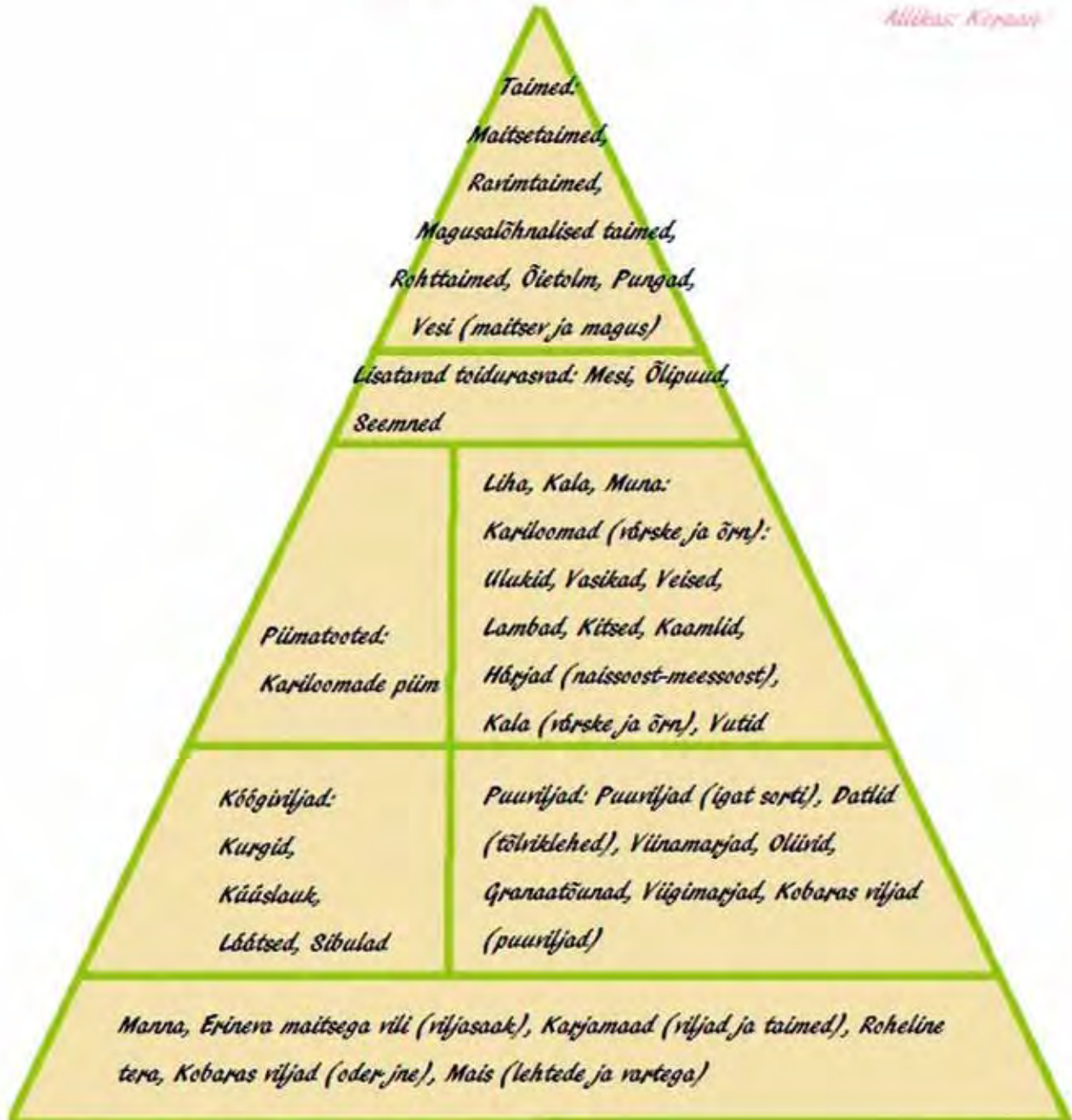
Umar (رضي الله عنه) ütles: „Meresaad on see, mida seal kütitakse ja selle toit (ta’aaam) on see, mis see välja viskab.” Ja ibn Abbas (رضي الله عنه) ütles: „Söoge meresaaki, olgu selle tapjaks kristlane, juut või zoroastrialane.” (Bukhari 72:12)

Suwaid ibn An-Numar (رضي الله عنه) jutustas: „Me läksime Jumala Sõnumitoojaga (صلى الله عليه وسلم) Khaibarisse. Kui olime jõudnud Sahbasse, käskis ta toitu serveerida ja talle toodi vaid odrast toitu ja me söime. Seejärel tõusis ta palveks üles ning loputas oma suu ja meiegi loputasime oma suud.” (Bukhari 70:51)

Kui nüüd vaadata neid toite, mis on Koraanis halal, siis tekib küsimus, et milleks on veel vaja süüa e-ainetega või muud keelatud toitu? Allah(c.c) on Koraanis öelnud, et meile on lubatud kõik puhas ja hea siin planeedil! Seega peaksime jälgima ka seda, mis meie toidust on puhas ja hea.

HALAL JA HEA TOIDU PÜRAMIID

Allikas: Kõrmas



* TAIMETOIT ON MOSLEMILE PÕHILINE - HEA JA PUHAS

BY ZEYNEP

ELU EESMÄRK - PARADIIS

Rubriigi autor: Amina Iirimaalt

KANNATLIKKUSEST – 6. osa

KANNATLIKKUS ON POOLUSUST

Kannatlikkus (*sabr*) ja tänuikkus (*šukr*) on usu (*imaan*) kaks väga tähtsat osa ning sellepärast on Allah neid Koraanis (14:5; 31:31; 34:19; 42:33) üksteisega kõrvuti maininud.

Alljärgnevalt on põhjused, miks kannatlikkus on *imaani* üks osa ja tänulikkus teine:

1. *Imaan* (usk) hõlmab sõnu, tegusid, kavatsusi; kõike, mis põhineb tegevusest või naudinguist hoidumises. Tegevus osutab Allahi juhtnöörade kohasele tegutsemisele ja see on ühtlasi ka tõendiks meie tänuikkusest. Naudinguist hoidumine on vale teo vältimine ja see nõuab kannatlikkust ning kogu religioon on mahutatud neisse kahte, milleks on Allahi

käskude täitmine ja keelatud eemale hoidmine.

2. *Imaan* rajaneb kahel samal ja nendeks on veendumus (*yaqin*) ja kannatlikkus. (32:34)

Me tunneme Allahi käskluste ja keeldude või tasu ja nuhtluste reaalsust just usu kaudu. Kannatlikkuses täidame Tema käsked ja keeldumise sellest, mida Ta keelustas. Vaid kannatlikkuse kaudu on võimalik Allahi juhi-seid täita ja Tema keelatud eemale hoida, seega kannatlikkus on pool usku ja tänulikkuse selle teiseks pooleks.

3. Inimesel on kaks jõudu – tegemisejõud ja hoidumisejõud – ning need kontrollivad kogu tema olekut. Niisiis, inimene teeb temale meelegohast ja väldib ebasümpaatset ning üleüldse on kogu religioon üks tegemine ja hoidumine; samuti

Allahi korralduste täideviimine või nendest kõrvale hoidmine.

4. Terve religioon on kartus ja lootus ning tõeline usklik kannab hardalt lootusrikka ja kartliku tiitlit. (21:90)

Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ta vatses palves lausuda: „Oo Allah, ma alistasin oma hinge Sinule ja pöörasin oma näo Sinu poole; pühendan oma asjad Allahile; otsin Sinu kaitset, Sinu lootuses ja kartuses.” (Bukhari)

Usklikul on kaks tähtsat joont – lootusrikkus ja kartlikkus. Lootus ja kartus on rajatud üksnes kannatlikkuse alusele; kartus peaks muutma uskliku kannatlikuks ning tema lootus oma soodu tänulikkusele teed näitama.

5. Iga tegu, mida inimene korda saadab, on talle selles elus ja tulevases kas tulus või kahjulik. See võib olla talle

kasulik siinses maailmas, aga teises jällegi ebasoodne. Parim on see tegu, mis teispoosuses kasu toob ja sellest hoidumine, mis teispoosuses kahju toob. Tänuikkus on selle tegemine, mis on inimesele hea ja see on ka *imaani* tegekkuseks ning kannatlikkus on kogu selle vältimine, mis on talle kahjulik.

6. Inimene on igavesest ajast igavesti sellises olukorras kus ta peab teostama Allahi eeskirju või hoiduma Tema keelatud või aksepteerima Ta määratud. Igal juhul ta peab sellele teatud olukorrale kannatlikkuse ja tänuikkusega vastu seisma. Siinkohal on

tänuikkuseks Allahi käskude täideviimine ning lubamatutest asjadest eemale hoidmine ja Allahi määrusega rahulolemine moodustavad omapuhku kannatlikkuse.

7. Inimest tõmmatakse pidevalt kahte kontrastsesse suunda: kas ta peaks reageerima selle maailma soovidele, naudingutele ja ahvatlustele või vastama Allahi kutsele ja teispoosusele, kus Allah on Oma sõbrale (*walile*) valmistanud igavese Paradiisi?

8. Religioon põhineb kahel printsiibil ning nendeks on meeekindlus ja püsivus (kannatlikkus). Nendele on viida-

tud ka Prohveti (صلى الله عليه وسلم) *duaas*: „Oo Allah, Ma palun Sinult püsivust mu kõikides asjades ja küsin Sinult meeekindlust, et püsida sirgel ja kitsal teel.“

9. Religioon baseerub tõel (*haqq*) ja kannatlikkusel ning seda on puudutatud selles Koraani salmireas: „ ... ning **propageerivad tõde ja kannatlikkust.**“ (103:3)

Me peame nii ise tõe järgi joonduma, kui ka teisi selleks innustama ja see näitab meie tänuikkust, kuid seda on võimatu teha, kui meil kannatlikkusest puudu jääb ja seetõttu ongi kannatlikkus justkui pool usust.



Lugeja küsib, professionaal vastab!

Lugeja küsib,

professionaal vastab!



Juuksed

Küsimustele vastavad:

Aile Pupart – juuksur

Katrin Alekand – henna ekspert

Kätlin Hommik-Mrabte – islami uurija

- Kuidas oleks võimalik juukseid kohevamaks saada, isegi kui sul on tavaline lõikus? Spets „kohevamaks saamise“ šampoonid pole eriti tulemust näidanud. Erinevate elektrooniliste vahenditega ei viitsiks ka jännata.

Raske öelda, mida „tavalise lõikuse“ all mõeldud on. Lõikuse koha pealt võiks konsulteerida oma juuksuriga. On mitmeid lõikusi, mis aitavad juustel näida kohevamad, näiteks erinevad järgulised lõikused. Juuste kohevus oleneb suuresti ka juuksetüübist. Kui on tegu õhukeste ja peadligi hoidvata juustega, siis sinna on raske püsivat kohevust tekitada. Abi on näiteks kui föönitades suunata juukseid ettepoole. Kindlasti lisab juustele kohevust juuksevaht. Tennisepalli suurune kogus vahtu hõõruda käte vahel laiali ja kanda niiskettesse juustesse. On olemas ka spetsiaalsed juuretõstjad, need on siis vedelikud, mida pihustatakse juuksejuurtele enne föönitamist. Siinkohal ettevaatust, kui on tegemist õhukeste juustega, siis vältida *extra strong* tooteid, sest need on peenele juuksekarvale liiga rasked ja võivad anda vastupidise efekti, surudes juuksed peadligi.

Üheks võimaluseks andmaks juustele püsivat kohevust on juurelukk ehk volüümilukk. Miinuseks on, et juurelukk kasv-

ab suhteliselt kiiresti välja ja teda tuleb aeg-ajalt siis uuendada.

Ma olen saanud päris kena tulemuse mõnede õhukeste ja habraste juuste puhul shikakailootose-brahmi-bhringraj seguga. Kõik 4 pulbrit kokku, vedelamat sorti pastaks ja siis juustesse määrada. Võib kanda ka mustadesse juustesse - shikakai ja lootos on taimsed šampoonid ja puhastavad.

- Kui tihedasti peaks laskma juukseid lõigata?

Otsest reeglit, kui tihti juukseid lõigata, küll ei tea, et oleks. Kõik sõltub inimesest, kui kiiresti ta juuksed kasvavad, milline on lõikus, kas soovitakse juukseid kasvatada jne. Lühikese lõikuse puhul, kui tahta, et soeng korrektne välja näeks, siis võiks paari kuu tagant lõigata. Pikkade juuste otsi võiks „näksida“ lasta 1,5 – 2 kuu tagant, kui on näha, et otsad hakkavad katki minema.

Vastavalt vajadusele – kui kamm käib otsest raskelt läbi, siis peaks otsi lõikama. Igakuiselt, nagu seda vahel räägitakse, otsi tegelikult lõikama ei pea.

- Kas aitab midagi selle vastu, et püsivärv kiiresti ära ei tuhmuks?

Kindlasti on abiks, kui kasutada spetsiaalseid värvitud juustele mõeldud šampoone ja palsameid ning kaitsta juukseid otsese päikesekiirguse eest.

Punased sünteetilised värvid püsivadki halvasti. Kahjuks. Ja tumedad värvid luituvad ka üsna kiiresti ära. Võib proovida UV-filtritega vahendeid, vältida sügavpuhastavaid šampoone ning kasutada leebaid pesuvahendeid. Juuste regulaarne õlitamine on ka hea. Mina soovitaksin taimedega värvima hakata – hennaga saab punaseid, henna-indigoga pruune toone ning need püsivad palju paremini kui sünteetika. Tõsi, kui värv ära tüütub, siis taimseid pigmente juustest välja ei saa. Värvieemaldamised ja värvipesu taimsele pigmendile ei mõju. Värvipesu, mis on sisuliselt blondeerimine, annab indigo puhul rohelise tulemuse.

- Mõni nipp, et kõõma ei tekiks?

Kui kõõma ei ole, siis profülaktika mõttes ei ole vaja midagi erilist teha, peale selle, et tervislikult toituda, juua piisavalt vett ja hoolitseda oma juuste eest. Sobimatu toit, loid ainevahetus, stress, hormonaalse tasakaalu muutumine või mõni haigus on enamasti need põhjused, mis kõõma teket põhjustavad.

Mida siis temaga ette võtta? Es-malt võiks üle vaadata toidulaua ja elustiili. Õppida lödvestuma, kui põhjuseks on stress. Vahetada välja tavapärase šampoon mahedama kõõmavastase šampooni vastu. Vältida fööniga liialdamist. Kui kõõm püsib, kon-

sulteerida arstiga.

See, mida sageli peetakse kõõmaks, on vahel ka peanaha ärritusreaktsioon või pindmine kuivamine. Ja see tuleb sageli valedest pesemisvahenditest või nende kasutamisest – ebasobiv või liiga kange šampoon või siis halvasti välja loputatud šampoon ja palsam. Ma kindlasti soovitsin šampooni lahjendada, veega pooleks. Siis loputab selle paremini välja. Kõõma vastu aitab näiteks ka senna.

- Kuidas saada juustele ilus läige, mis ka püsiks?

Üldiselt kui juus on terve, siis on tal olemas ka loomulik läige. Kasutada võib läikešampoone ja -palsameid. Kodustest vahenditest võib juukseid loputada äädikaveega. Näiteks 250 ml õunaäädikat segada 1 l sooja veega ja kasutada juuste viimaseks loputuseks. Heledate juuste puhul annab läiget sidrunimahla lisamine loputusveele.

Mina soovitsin juukseid regulaarselt õlitada. On olemas spetsiaalseid juukseõlisid, aga ka kümpressitud kookosrasv on väga hea.

Lootosepulbrit on palju kiidetud – teeb juuksed siidiseks ja annab ilusa pehme läike.

- Olen juba ammu tahtnud juukseid hennaga värvida, et need tugevamaks ja paksemaks muutuksid. Soovitsin pea henna ja indigoga mustaks värvida, kuna see on ainus toon, mis sobiks, ent on olemas *hadiithid*, et pea mustaks värvimine on keelatud ja siis ma pole seda teinud. Olen näinud *fatwasid*, et oma kaasa jaoks ilustamiseks on see vahel lubatud. Kannan kodust väljaspool hidžaabi ja ilma selleta olen vaid pereringis ja vahel harva naissoost isikute juuresolekul. Kas siis teen väga valesti islami seisukohalt, kui proovin ikkagi pea mustaks värvida?

Alati võib värvida juuksed ka mustjaspruuniks. Esiteks saab

nii hakkama ühe värvimisega, materjali läheb vähem ning mäsamist on ka vähem ning teiseks – see ei ole must.

Arvamusi on muidugi erinevaid, aga mina isiklikult eelistan sellistest kahe arvamusega küsimustest lihtsalt eemale hoida; st mina oma pead igaks juhuks mustaks ei värviks, kuna on olemas *hadiith* (Abu Dawud, An-Nasai), mille kohaselt maailma lõpu aegadel on inimesi, kes värvivad oma juuksed mustaks nagu lindude pugud ja need inimesed ei saa Paradiisi lõhna tundma. Me muidugi ei tea, kas nad jäävad Paradiisist ilma nende juuste tõttu või on nende juustevärv vaid nende tunnuseks, aga igal juhul tasub sellisest asjast igaks juhuks eemale hoida. Samas, nagu Katrina juba mainis – tumepruun näiteks ei ole keelatud.

- Sooviks teada hennaekspertidelt kuidas indigo juustes toimib, et kui algul pea hennaga värvida ja seejärel indigoga, kas siis indigo ikka imendub, kinnitub juuksekarva või siis ainult katab juuksekarva (st et kas indigo toimib nagu poolpüsivärv, mis kulub pärast juustelt ära, mitte ei kasva välja nagu püsivärv (siis oleks ju *wudu* kehtetu sel moel pead värvides nagu küünelakki kasutades) või indigo toimib juustes ka nagu hennagi püsivärvina.

Henna ja indigo kinnituvad juuksekarvas keratiini ning need on väga püsivad värvipigmentid. Indigo vajab imendumiseks henna abi, sest henna molekul on väiksem kui indigo oma. On juukseid, mis hoiavad indigot kehvasti kinni – henna imendub hästi, aga indigo kulub mõne aja jooksul vähemaks ning juuste üldtoon muutub pruunikamaks. On juukseid, mis hoiavad henna ja indigot väga hästi kinni. Ja on juukseid, kus kumuleerumine annab lõpuks hea ja püsiva tulemuse.

Ma ei oska kommenteerida

wudu-asja, aga küünthe hennatamine on islamis täiesti lubatud minu teada. Ja seda tehakse liisaks praktilistele kaalutlustele just selle pärast, et küünelakk ei ole lubatud.

Pruuni värvi saavutamiseks on lubatud indigot kasutada. Mustaks islami seaduse järgi ei ole soovitatav end värvida. *Wudu* jaoks probleeme igal juhul ei ole.

- Kuidas soodustada-kiirendada looduslike vahenditega aeglase juuksekasvuga väikeste tüdrukute (2a ja 5a) juuksekasvu? Päril hennat võib laste juustesse panna alates 12. eluaastast, aga kas see kehtib ka senna ja amlapulbrite kohta või võib neid veidi varem panna, kuna need ei ole ju nii tugevad nagu henna? Eesmärgiks ei ole mitte kuidagi laste juuksetooni muuta, vaid juukseid tugevamaks saada.

Ma ei tea, kuskohast see vanusepiirang tuleb – henna hävitab täid ja nahalestad ning vähemalt pildimaterjali järgi olen ma islamimaades näinud ka üsna pisikeste laste hennatatud päid.

Aga kui see on kuidagi religiooniga seotud, siis ma soovitsin sennat. Mõjub nagu henna, aga ei värvi. Samas, juuksekasv on väga individuaalne ning väikestel lastel võib see tunduda eriti aeglane. Eriti, kui võrrelda naabri-rapungsliga. Nad ei jää kiilaks ja neile kasvavad ilusad juuksed. Lihtsalt aeglasemalt, nende oma tempos.

- Minu suureks probleemiks on, et juuksed on nii lahti, et lausa pihuga tuleb neid peast ära, nii pestes kui ka vahepeal kuni järgmise pesuni, juuksed on jäänud väga hõredaks. Olen proovinud igasuguseid nii määrimisvahendeid kui ka vitamiine, miski ei aita. Olen kurb, sest mu ilusad pikad juuksed hävivad. Palun abi, mida teha!

Soovitan kindlasti pöörduda arsti poole. Võib olla, et tegu on mingi tõsise tervisehäirega.

Põhjalikke juuste ja peanaha uuringuid tehakse Juuste Akadeemias www.juusteakadeemia.ee

Ma ei tea olukorda, aga kui see on sünnitusjärgsel, siis see on normaalne. See on masendav ja stressiajav, aga see on normaalne. Ning asemele kasvavad uued juuksed.

Kui see ei ole sünnitusjärgne, siis juustele mõjuvad halvasti ka stress ja nt ekstreemsed dieetid. Välispidistest vahenditest on abi olnud riitsinusöli maskidest, aga kuna riitsinus on väga tihke, siis peaks seda mõne teise õliga lahjendada. Häid tulemusi on andnud ka sibulamahl, aga siis peab arvestama, et niipea kui peanahk ja juuksed niiskeks saavad, siis on lõhn üleval ning see kestab pea kuu aega.

- Mosleminaise juuste lõikamise reegliteks on, et ei tohi sarnaneda meestele ega mitte-mosleminaiste omadele ning peab olema nõusolek abikaasalt. Aga minul tekib küsimus, et milline see õige juukselõikus siis on (islami järgi)? Sest paratamatult ka mitte-moslemitest naistel on pikad sirged juuksed.

Sellist tüüpi lõikused, mis kõigil ühesugused on, ei ole mingi probleem. Keelatud on imiteerida mitte-moslemite stiile – *a la* tahan lõigata oma juuksed samas stiilis kui printsess Diana, kui Madonna, kui ... ükskõik milline tuntud mitte-moslem, sest on olemas *hadiith*, mille kohaselt oleme nende hulgast, keda imiteerime (Abu Dawud). Kui naisel on mingi tavaline juuksestiil, mis ei ole ühelegi isikule või grupile otseselt omane, siis sellest mingit probleemi ei teki.

- Kui tihti peaks juukseid lõikama, kui samal ajal soov kasvatada juukseid ja teha neile õliravi ja kas juukselõikuse vajadus sõltub juuksetüübist?
Kui tahta juukseid kasvatada, siis

lõigata nii harva kui võimalik ja nii tihti kui vajalik. Ehk siis, kui on näha, et otsad hakkavad katki minema, natuke lõigata. Kindlasti sõltub lõikuse vajadus juuksetüübist. Peen ja habras juus murdub ja lõheneb kiiremini kui tugeva struktuuriga juus. Pikkade juuste otsi aitavad kaitsta lõhenemise eest spetsiaalsed ladvaravid ja seerumid, mida võib küsida juuksurisalongidest. Hernetera suurune kogus ladvaravi kanda peale pesu juusteotstesse.

Juukseid on mõistlik lõigata vastavalt vajadusele – kui otsad on katki, siis tuleb lõigata. See, kas ja kui kiiretsi otsad katki lähevad, sõltub juuksetüübist, hooldusest ja nende mehaanilisest kulumisest (lahtised juuksed kotirihma vahel, kõvasti krunkistatud juuksed, metallklambrid jne).

- Kuidas saada juukseid looduslike vahenditega säravamaks ja kohevamaks?

Võib proovida lootose või shikakai maski või sennat.

Kindlasti oleks hea kasutada võimalikult leebid juuksepesuvahendeid.

Sära osas on vana rahvapärane trikk kasutada viimaseks loputusveeks kas kummeliteed või natukese sidruniga leiget vett.

- Kas on võimalik juukseid 1 kord nädalas pesta, kui varasemalt on pestud 2-3 korda nädalas? Kui jah, siis kuidas?

Kui juuksed ei näe rasvased ja mustad välja, siis pole mingit mõtet neid 2-3 korda nädalas pesta. Kui on mõni selline päev, kus ei ole väga vaja kodust välja minna, võib juustele puhkust anda ja jätta pesukordade vahe pikemaks. Harvem pesemine on juuste tervise seisukohast parem, sest iga pesu avab juuksekarva soomused ning pikapeale nad väsivad. Juus muutub hapraks ja hakkab katkema ning lõhenema.

Võimalikult leebe pesuvahend, elamistingimused kohas, kus ei ole suur õhusaaste ning palju

higistamist, palsam ainult juukseotstele (kui seda üldse vaja on) ja iga kord väga korralik juustelopotus.

Paljud pikajuukselised kasutavad multani mitti (vulkaaniline savi) pulbrit kuivšampoonina, see aitab pesude vahet pikendada. Savipulber kantakse sõrmedega peanahale ja juuksejuurtele ning juuksed harjatakse siis korralikult läbi. Savi absorbeerib rasu ning annab juustele kohevuse ja puhta tunde.

- Kuidas saaks alati juuksed kohevaks ja ilusaks hidžaabi kandes (vahest on juuksed hidžaabi kandes peadligi)?

Paraku suruvad kõik peakatted juuksed peadligi. Võib ju proovida teha juustesse kerge tupeer ja tupeeri vahele pihustada kerget lakki, samas igapäevaselt tehes ei ole see juuste tervisele kasulik. Pikkadesse juustesse võiks teha punutisi, nendega ei tohiks hidžaabi all midagi juhtuda.

Ei oska juukseprofessionaali seisukohast vastata, islamikirjandust ka selle kohta pole, aga isiklikust kogemusest võin öelda, et peale hidžaabi ära võtmist ja juuste lahti võtmist aitab, kui juuksed pea alaspidi läbi harjata.

- Kas rasedana võib kasutada hennat, sennat, indigod jmt?

Kui on varem kasutanud – muidugi võib. Kui varem kasutanud ei ole – kuna miski ei ole 100% ja pimesi ohutu, siis võiks teha väikese nahatesti. Täpiku pastat nahale, kui see on poolkuiv, siis katta plaatsriga ja hoida tund. Kui tekib ärritusreaktsioon, siis tekib see max tunni jooksul. Ja see on väga tavaline allergiline reaktsioon. Aga ma arvan, et nii rasedusega kui ka niisama on taimed palju ohutumad kui sünteetika.

Pudrupotike, keeda!

PUDRUPOTIKE, KEEDA!

Kala eri!



Maroko köök

Kokk: Sarah

Allikas: <http://killukemarokot.wordpress.com>



Cermoula ehk Kalavorm

Marinaad:

- * 2 küüslauguküünt, hakitud
- * 3 spl värsket koriandrit, hakitud
- * 2 tl paprikapulbrit
- * 2 tl viirtsöömneid
- * 1,4 tl pipart
- * 2 spl sidrunimahla
- * 4 spl oliivõli
- * soola, maitsestamiseks

Kalavorm:

- * 600 g valget kala
- * 2-3 suurt kartulit
- * 2 tomatit
- * 1 roheline paprika
- * Tomatikaste:
- * 2 spl tomatipüreed
- * 1 tl mett
- * 1 spl sidrunimahla
- * 3 spl oliivõli
- * 1/2 kl vett
- * 2 spl hakitud peterselli
- * 1/2 tl soola

Marinaadiks sega kõik maitseained omavahel kokku, maitsesta soolaga ja ongi valmis. Pese kalafilee ja aseta 20 minutiks marinaadi.

Pese ja koori kartulid, viiluta nii kartulid kui ka tomatid. Puhasta paprikakaun ja haki ribadeks.

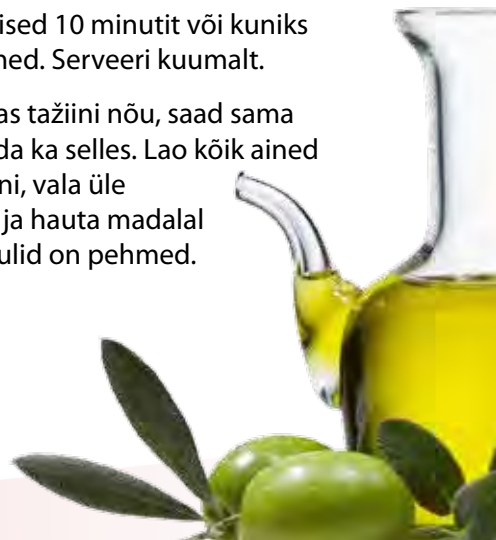
Soojenda ahi 200° C.

Määri ahjuvorm õliga. Aseta kartuliviilud ahjuvormi põhja, raputa üle vähese soolaga, seejärel lao kartulite peale kala. Aseta allesjäänud kartulid cermoula marinaadi ning lao need järgmise kihina kalade peale. Viimase kihina lisa tomatid ja paprikaribad. Raputa jällegi üle vähese soola ja pipraga.

Tomatikastme jaoks sega omavahel tomatipüree 1/2 klaasi veega ja 1/2 tl soolaga, lisa mesi, oliivõli ja sidrunimahl. Vala tomatikaste kalavormile ja raputa peale hakitud petersell.

Kata ahjuvorm fooliumiga ja lase küpseda 200° C juures 35-40 minutit. Eemalda foolium ja küpseta järgmised 10 minutit või kuniks kartulid on pehmed. Serveeri kuumalt.

*Kui sul on olemas tažiini nõu, saad sama kalaroa valmistada ka selles. Lao kõik ained samamoodi tažiini, vala üle tomatikastmega ja hauta madalal tulel, kuniks kartulid on pehmed.





Tuureesia köök

Kokk: Karima

Allikas: <http://karimasfood.blogspot.com/2012/08/shourba-bil-hout.html>



Shourba bil hout ehk kalasupp

- * 300 g makrelli
- * 1 sibul
- * 4 küüslauguküünt
- * 1 cayenne'i pipra kavn
- * 1 spl tomatipastat
- * soola
- * pipart
- * jahvatatud vürtskõõmneid
- * 1 loorberileht
- * natuke riisikujulisi makarone
- * 1,5 l vett

Puhasta kala ja pane külma veega keema, eemalda vaht, lisa sool, pipar, köömned ja loorber. Keeda umbes 20 min – kuna kala on õrna lihaga, keeb ta ruttu valmis.

Koori ja tükelda küüslauk ja sibul. Kuumuta teises potis tilk õli ja lisa sibul ning küüslauk. Kuumuta need klaasjaks, lisa tomatipasta ja tükeldatud pipar, sega umbes 2 minutit, lisa paar kulbitäit puljongit, lase natuke podiseda.

Kurna kogu puljong supile, lase keema tõusta ning vala supi sisse riisikujulised makaronid.

Puhasta kala korralikult luudest ja nahast ning kui makaronid on pehmed, lisa supile kala. Serveerides haki peale peterselli või tilli.



Türgi köök

Kokk: Zeynep

Allikas: Gönül Paksoü „Türgi köök“



Somon kebabi ehk lõhekebab

- * 1 kg lõhefileed
- * punt peterselli
- * 2 sidrunit
- * loorberilehti
- * 1 tl musta pipart
- * soola



Lõika lõhefilee umbes 4x3 cm suurusteks tükkideks. Lisa sool, pipar ja pool punti hakitud peterselli ning lase marineeruda. Lao varrastele vaheldumisi lõhe ja loorberilehed ning küpseta grillil keskmisel kuumusel. Lõika sidrunid neljaks ja pane grillile kala kõrvale küpsema. Järelejäänud petersell haki peeneks, lisa natuke soola ja küpsetatud sidruni mahla ning sega. Serveerides aseta taldrikule lõhevarraste kõrvale sidruniviilud ja natuke salatit.



KORAANINURK

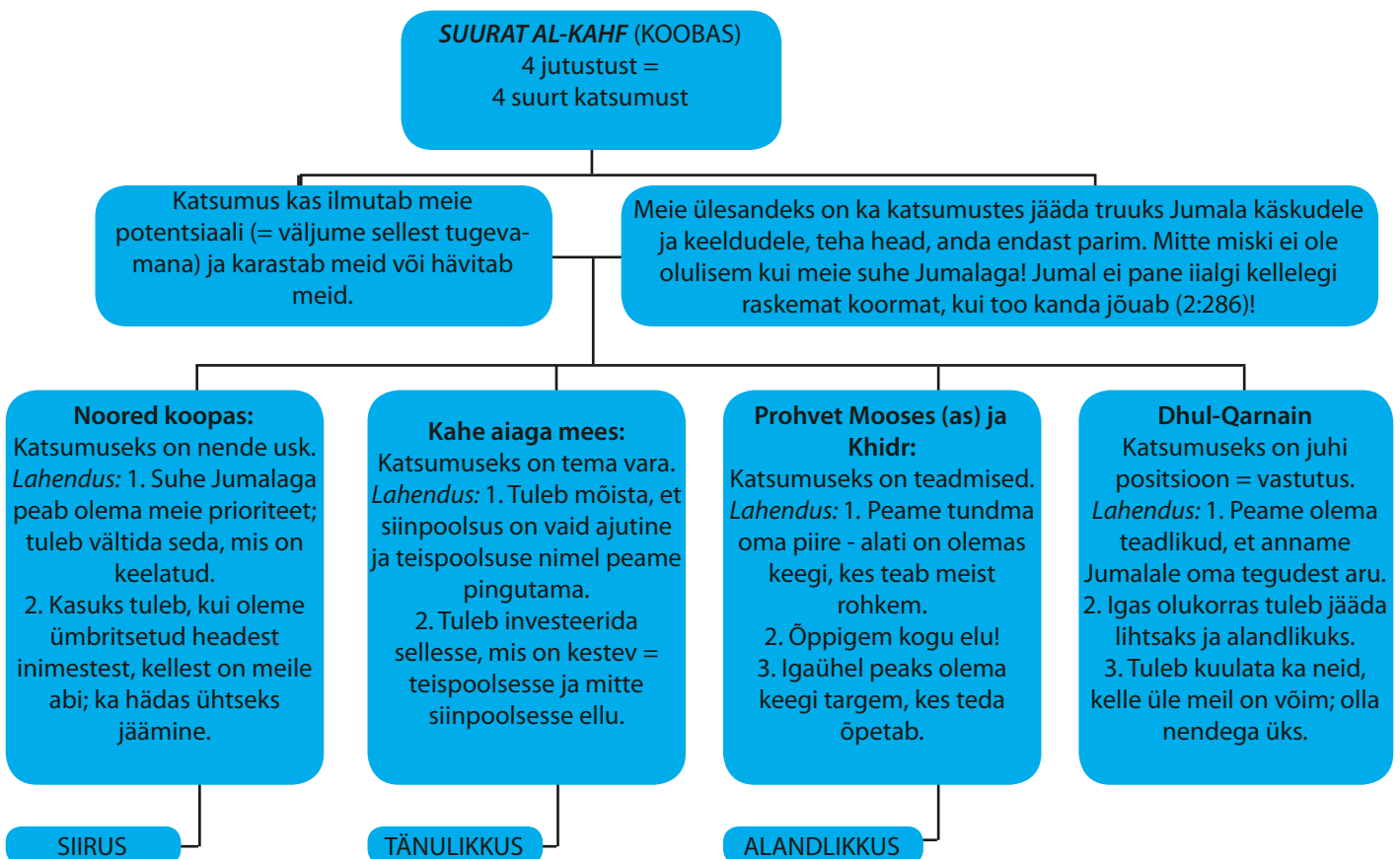
Autor: Aisha

Allikas: suura 18

SUURAT UL-KAHF (18)

Kas sina loed reedeti *suurat ul-kahfi* – Koraani 18. suurat? Kui ei, siis võiksid omale selle harjumuse tekitada, kuna see on sunna. *Suurat ul-kahf* õpetab meid olema kannatlik igas võimalikus olukorras, olgu siis nii raske kui tahes ja kannatlikkus on just see, mida tänapäeval inimestel kõige rohkem vajaka on.

Selleks, et *suurat ul-kahfi* tähendust paremini hoomata, olen joonistanud järgneva väikese tabeli:





HADIITHINURK: PALVERÄNNAK

25. Kitaabu l-hažž (palverännaku raamat) – valitud hadithe

1513. Abdullah bin Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Al-Fadl (tema vend) ratsutas Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) seljataga. Üks naine Khathami hõimust tuli ning Al-Fadl hakkas teda vaatama ja naine hakkas vaatama Al-Fadlit. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) pööras Al-Fadli näo teisele poole. Naine ütles: „Oo Jumala Sõnumitooja, palverännaku kohustus, mis Jumal on oma kummardajatele saanud, on saanud kohustuseks mu isale, kuid ta on vana ja nõrk ning ei saa korralikult sadulas istuda. Kas ma võin palverännaku tema eest sooritada?“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Jah, võid küll.“ See juhtus Prohveti (صلى الله عليه وسلم) viimase palverännaku ajal.

1519. Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: Prohvetilt (صلى الله عليه وسلم) küsiti: „Mis on parim tegu?“ Ta vastas: „Jumalasse ning Tema Sõnumitoojasse uskumine.“ Siis küsiti temalt: „Mis on järgmine?“ Ta vastas: „Võtta osa džihaadist Jumala heaks.“ Ta käest küsiti taas: „Mis on järgmine?“ Ta vastas: „Sooritada *hažž mabruur*¹.“

1520. Aisha (رضي الله عنه), usklike ema, jutustas: Ütlesin: „Oo Jumala Sõnumitooja, me peame džihaadi

parimaks teoks. Kas me ei peaks siis džihaadist osa võtma?“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Parim džihaad naise jaoks on *hažž mabruur*.“²

1521. Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Kes iganes sooritab palverännaku vaid Jumala jaoks, ei ole oma naisega vahekorras (*palverännaku ajal*) ega tee halbu tegusid, see pöördub koju tagasi kui vastsündinu (*st pattudest puhas*).“

1524. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) tegi Dhul-Hulaifast *miiqaati*³ Mediina rahvale, Al-Juhfast Shami⁴ rahvale, Qarn-al-Manazilist Najdi⁵ rahvale ja Yalamlamist Jeemeni rahvale. Need piirid on nii neile inimestele, kes seal elavad kui ka neile, kes seal läbi tulevad kavatsusega palverännakut sooritada. Kes aga nendes piiripiirkondades elavad, võivad *ihraami*⁶ võtta

2 Sõna džihaad otsene tähendus on püüdlus või võitlus ja see võib käia igasuguste raskuste ületamise kohta. Relvadega võitlemine on vaid üks džihaadi liike, kuid ka headuse levitamine on džihaad, endas oleva kurjaga võitlemine on džihaad, teadmiste levitamine on džihaad ning palverännak on džihaad, kuna selle jooksul puututakse kokku paljude raskustega.

3 Piir, millest alates palverändur mõtestab oma kavatsuse minna palverännakule ning lausub teatud formulari.

4 Vana nimetus Süüria, Liibanoni, Palestiina ja Jordaania aladele.

5 Üks Araabia poolsaare piirkondi.

6 Palveränduri kavatsus sooritada palverännak ja tema eriline palverännaku riietus.

¹ Jumala poolt vastu võetud täiuslik palverännak.

kohas, kus nad oma reisi alustavad ja Meka rahvas võib *ihraami* võtta Mekas.

18. peatüki sissejuhatus: Ibn Abbas (رضي الله عنه) ütles: „Palverändur võib lõhnata magusa basiili-ku järgi ja vaadata peeglist, teda võib ka tavalise söödava õli või võiga ravida.“ Ata ütles: „Palverändur võib sõrmust ning vöökotti kanda.“ Ibn Umar (رضي الله عنه) sooritas palverändurina Kaaba ümber *tawaafi*⁷, riidetükk kere ümber seotud.

1542. Abdullah bin Umar (رضي الله عنه) jutustas: Üks mees küsis: „O Jumala Sõnumitooja, milliseid riideid peab palverändur kandma?“ Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Ta ei tohi kanda särki, turbanit, pükse, peakatet või nahksokke, välja arvatud juhul, kui ta kingi ei leia, siis võib ta peale pahklud katva osa äralõikamist nahksokke kanda. Ja ta ei tohi kanda riideid, mis on lõhnastatud safrani või *warsiga* (teatud parfüüm).

23. peatüki sissejuhatus: Aisha (رضي الله عنها) kandis palverändurina kollaseks värvitud rõivaid ning ütles, et naisest palverändur ei tohi oma nägu kuni silmini ega üleni katta ning ei tohi kanda safrani või *warsiga* lõhnastatud riideid. Aisha (رضي الله عنها) leidis, et naisel ei ole palverändurina keelatud kanda ei ehteid, musta või roosat värvi riideid ega nahksokke.

1545. Abdullah bin Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) lahkus koos oma kaaslastega Mediinast peale oma juuste õliga kammimist ning kahe *ihraamilina* selgapanemist (*rida* – ülakeha lina, *izaar* – alakeha lina). Ta ei keelanud kellelgi mingeid linu kasutada, välja arvatud neid, mis olid safraniga värvitud, sest need võivad nahale lõhna jätta.

Seega ronis Prohvet (صلى الله عليه وسلم) hommikul Dhul-Hulaifas sadulasse ning sõitis nii kuni Al-Baidani, kus ta koos oma kaaslastega *talbija*⁸ lausus ning seejärel oma ohverkaamilil *taqliidi* tseremoonia⁹teostas. See toimus 25. dhu-l-qa'da¹⁰ päeval. Kui ta 4. dhu-l-

hižža päeval Mekasse jõudis, sooritas ta Kaaba ümber ning Safa ja Marwa vahel kõndimised. Kuna ta oli oma ohvrilooma ehtinud, ei lõpetanud ta siinkohal oma *ihraam* seisundit. Ta läks edasi Al-Hujuni lähedal asuva Meka kõrgeima koha suunas, võttes *ihraami* palverännaku jaoks ning ei läinud enam peale *tawaafi* sooritamist Kaaba juurde, kuni ajani, mil ta Arafatilt tagasi tuli. Ta andis oma kaaslastele¹¹ käsu teha Kaaba ümber *tawaaf* ning Safa ja Marwa vahel *saa'i*¹², oma juuksed lühikeseks lõigata ning *ihraam* lõpetada. See käis nende inimeste kohta, kellel ohvriandi kaasas polnud ning kes seda ehtinud ei olnud. Neile, kellel naised kaasas olid, oli nüüd lubatud nendega vahekorra astuda, samuti kasutada parfüüme ning kanda tavalisi riideid.

1548. Anas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) tegi Mediinas 4-rakase dohri palve ja Dhul-Hulaifas 2-rakase asri palve ja ma kuulsin, kuidas nad (Prohveti (صلى الله عليه وسلم) kaaslasted) koos karjumiseni valjusti *talbijat* kordasid.

1549. Abdullah bin Umar (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) *talbija* oli järgmine: *läbbäik allaahumma läbbäik, läbbäikä lää šäriika läkä läbbäik, inna-l-hämdä wa-n-ni'mätä, läkä wa-l-mulk, lää šäriikä läk* – Ma vastan Su kutsele, oo Jumal, Ma vastan Su kutsele ja ma olen kuulekas Su käskudele, Sul ei ole partnereid, ma vastan Su kutsele. Kõik ülistus, tänu ja õnnistus on Sinu. Kõik võim on Sinu. Ja Sul ei ole partnereid.

1556. Aisha, Prohveti (صلى الله عليه وسلم) abikaasa (رضي الله عنها), jutustas: Me asusime koos Prohvetiga (صلى الله عليه وسلم) tema viimaseks palverännakuks teele ning võtsime *ihraami* omra jaoks. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Kellel on ohvriand kaasas, peab võtma *ihraami* hadži ja omra mõlema jaoks ja ei tohi

11 Neile, kellel ohvriandi kaasas polnud, seega kes tegid kõigepealt omra, seejärel katkestasid oma *ihraam* seisundi kuni 8. dhu-l-hižžani ning seejärel võtsid uuesti *ihraami* hadži jaoks – seda nimetatakse *hažž at-tamattu*. Need, kellel ohvriand kaasas oli, pidid tegema kõigepealt omra ja siis hadži, kuid vahepeal *ihraami* katkestada ei tohtinud – seda nimetatakse *hažž al-qiraan*.

12 Rituaalne seitse korda (4x edasi, 3x tagasi) Safa ja Marwa küngaste vahel käimine, mida teostatakse palverännaku ajal.

7 Rituaalne seitse korda vastupäeva ümber Kaaba kõndimine palverännaku ajal.

8 Teatud fraas, mis öeldakse *ihraam* seisundi võtmisel.

9 Tegemist on tseremooniaga, mille käigus palverännaku ohvrilooma kaela seotakse värvilisi ehtepaelu.

10 Kuukalendri kuu, mis eelneb palverännakukuule.

oma *ihraami* enne lõpetada, kui need mõlemad tehtud on.“ Mekasse jõudes olid mul päevad, seega ei käinud ma ei ümber Kaaba ega Safa ja Marwa vahet. Kurtsin sellest Prohvetile (صلى الله عليه وسلم) mispeale ta vastas: „Tee oma juuksed lahti, kammi need ja võta *ihraam* vaid hadži jaoks, jättes omra.“ Nii ma ka tegin. Kui olime hadži lõpetanud, saatis Prohvet (صلى الله عليه وسلم) mind koos mu venna Abdurrahman bin Abu Barkiga Tanimi. Sooritasin oma omra. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles mulle: „See omra on su puudujäänud omra eest.“ Need, kes olid alguses võtnud *ihraami* vaid omra jaoks, käisid ümber Kaaba ning Safa ja Marwa vahet ning seejärel lõpetasid oma *ihraami*. Peale Minaast tagasitulekut käisid nad veelkord ka Safa ja Marwa vahet. Need, kes võtsid *ihraami* hadži ja omra jaoks korraga, sooritasid vaid üks kord Safa ja Marwa vahet käimise.

1593. Abu Said Al-Khudri (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Inimesed käivad hadžil ja omral edasi ka siis, kui Ja'zuuž ja Ma'zuuž (Gog ja Magog)¹³ on saabunud.“ Üks edastajatest, Shuba, lisas: „(Viimne) Tund ei saabu enne, kui palverännak (Kaabasse) hüljatakse.“

1596. Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Peenikeste jalgadega mees Etiopias hävitab Kaaba.“

1597. Abis bin Rabia jutustas: Omar (رضي الله عنه) tuli Musta Kivi¹⁴ juurde, suudles seda ning ütles: „Tõepoolest, ma tean, et sa oled kivi ning ei suuda ei head ega halba teha. Kui ma poleks näinud Jumala Sõnumitoojat (صلى الله عليه وسلم) sind suudlemas, ei oleks ka mina sind suudelnud.“

1598. Salim jutustas, et ta isa ütles: „Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم), Usama bin Zaid, Bilal ja Uthman bin Talha (رضي الله عنه) sisenesid Kaabasse ning sulgesid ukse. Kui nad ukse jälle avasid, olin ma esimene, kes sisenes. Kohtusin Bilaliga ning küsisin temalt: „Kas Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) palvetas sees?“ Bilal vastas jaatavalt ning lisas: „Kahe parempoolse samba vahel.“

¹³ Monoteistlike religioonide ennustuse kohaselt tulevad enne maailma lõppu idast kaks vägevast rahvast, kes kõik oma teel vallutavad.

¹⁴ Kivi Kaaba ühes küljes.

1603. Salim jutustas, et ta isa ütles: „Nägin, kuidas Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) Mekasse jõudis. Ümber Kaaba kõndides suudles ta kõigepealt Musta Kivi ning kolm esimest ringi seitsmest tegi ta *ramaliga*¹⁵.

1613. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) sooritas kaameli seljas Kaaba ümber ringe ning iga kord, kui ta (Musta Kiviga) Nurgast möödus, osutas ta selle suunas millegagi, mis tal käes oli ning ütles *allaahu akbar*¹⁶.

1618. Ibn Juraj ütles: Ata rääkis meile, et kui Ibn Hisham keelas naistel koos meestega Kaaba ümber käia, ütles ta viimasele: „Kuidas saad sa neid keelata, kui Prohveti (صلى الله عليه وسلم) naised käisid ümber Kaaba koos meestega?“ Ma ütlesin: „Kas see oli enne või peale hidžaabi väljakuulutamist?“ Ata vandus ning ütles: „Ma nägin seda peale hidžaabi käsku.“ Ma küsisin: „Kuidas nad meestega segunesid?“ Ata vastas: „Nad ei segunenudki kunagi meestega ja Aisha (رضي الله عنه) tegi eraldi *tawaafi* ümber Kaaba, ilma et ta oleks kunagi meestega segunenud. Kord tegi Aisha (رضي الله عنه) *tawaafi* ümber Kaaba ja üks naine ütles talle: „Oo Usklike ema, lähme puutume Musta Kivi.“ Aisha (رضي الله عنه) vastas talle: „Mine sina,“ ning keeldus ise minemast. Prohveti (صلى الله عليه وسلم) abikaasadel oli kombeks öösiti maskeerunult välja tulla ning meestega koos *tawaafi* teha. Kuid iga kord, kui nad tahtsid Kaabasse siseneda, ootasid nad, kuni mehed välja tulid. Mina ja Ubaid bin Umair käisime Aishal (رضي الله عنه) külas, kui ta Jauf Thabiris peatus.“ Ma küsisin: „Millist hidžaabi ta kandis?“ Ata vastas: „Ta kandis vana Türgi hidžaabi ja see oli ainsana meie ja tema vahel. Ma nägin, et ta kandis midagi roosat.“

1620. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: „Kui Prohvet (صلى الله عليه وسلم) oli Kaaba ümber *tawaafi* tegemas, möödus ta kellestki, kes oli end kättpidi nõõri või millegi taolise abil kellegi teise külge sidunud. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) löikas selle omaenda käega läbi ja ütles: „Juhata teda käsipidi.“

1622. Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: Prohveti (صلى الله عليه وسلم) viimasele palverännakule eelneval aastal, kui ta tegi Abu Bakrist (رضي الله عنه) palverändurite juhi, saatis viimane mind koos mõnede teistega avalikuks tegema järgmist: „Ükski *mušrik*¹⁷ ei tohi peale seda aastat palverännakut sooritada

¹⁵ Kiire kõnd, mille juurde käib ka käte ja jalgade liigutamine. Kolme esimese ringi ajal ümber Kaaba peaksid mehed, kuid mitte naised, sellist kõndi järgima.

¹⁶ Jumal on Suurim!

¹⁷ polüteist, pagan, iidolikummardaja, Ainujumalasse mitte-uskuja

ning ükski alasti isik ei tohi Kaaba ümber *tawaafi* teha.“

68. peatüki sissejuhatus: Ata ütles: „Kui keegi teeb parasjagu *tawaafi* ning samal ajal kostub palvekutse ning algab palve või ta lükatakse ta kohalt minema, siis peale palve lõppu peab ta tagasi minema sinna, kus tal pooleli jäi ning sealt jätkama.“ Sama on jutustanud ka Ibn Umar ja Abdurrahman bin Abu Bakr (رضي الله عنه).

69. peatüki sissejuhatus: Nafi jutustas: Ibn Umar (رضي الله عنه) sooritas peale igat seitset ringi 2-rakase palve. Ismail bin Umaiyya ütles: „Ma ütlesin Az-Zuhri-le, et Ata ütles: „Kohustuslik palve asendab 2-rakalist *tawaafi* palvet.“ Az-Zuhri vastas: „Parem on käia kindlat teed pidi. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ei teinud kunagi seitset ringi *tawaafi* ilma, et oleks peale seda 2-rakase palve sooritanud.“

1625. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) jõudis Mekasse ning sooritas *tawaafi* Kaaba ümber ning *sa'i* Safa ja Marwa vahel, kuid peale seda ei läinud ta Kaaba juurde enne, kui oli Arafatilt tagasi jõudnud.

1626. Umm Salama, Prohveti (صلى الله عليه وسلم) abikaasa (رضي الله عنه), jutustas: „Rääkis Jumala Sõnumitoojale (صلى الله عليه وسلم) (oma haigusest).“ Ühe teise edasiandja sõnul Umm Salama (رضي الله عنه) jutustas, et kui Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) oli Mekas ning otsustas lahkuda, kui Umma Salama (رضي الله عنه) ei olnud veel Kaaba ümber *tawaafi* teinud, ütles Prohvet (صلى الله عليه وسلم): „Kui hommikupalvet palvetatakse, soorita *tawaaf* oma kaamli seljas samal ajal, kui inimesed palvetavad.“ Nii ta tegigi ja ei palvetanud 2-rakalist *tawaaf*ipalvet enne, kui oli mošeest juba väljas.

1628. Aisha (رضي الله عنها) jutustas: Mõned inimesed sooritasid Kaaba ümber *tawaafi* just peale hommikupalvet ning seejärel istusid ning kuulasid kuni päikesetõusu jutlust. Nad istusid kuni aeg, mil palvetamine ei ole soovitatav¹⁸, läbi sai, tõusid siis püsti ning palvetasid (2-rakase palve, mis tehakse peale Kaaba ümber käimist).

1629. Abdullah (رضي الله عنه) jutustas: Ma kuulsin, kuidas Prohvet (صلى الله عليه وسلم) keelas päikesetõusu ja päikeseloojangu ajal palvetamise.

1635. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (رضي الله عنه) tuli joomiskohta ning küsis vett. Al-Abbas ütles: „Oo Fadl, mine oma ema juur-

de ja too temalt Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) jaoks vett.“ Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Anna mulle vett juua.“ Al-Abbas vastas: „Oo Jumala Sõnumitooja, inimesed on oma käed siia sisse pannud.“ Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles taas: „Anna mulle vett juua.“ Seega ta jõi sedasama vett ning läks seejärel *Zamzami*¹⁹ juurde, kus inimesed teistele vett pakkusid ning tööd tegid. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles neile: „Jätkake, te teete hea teo.“ Seejärel ta lisas: „Kui ma ei kardaks, et teised hakkavad teiega (vee väljavõtmises) võistleva, võtaksin ma kindlasti köie ning paneksin selle üle selle (st oma öla, et nendega koos vett kaevust välja tõmmata).“ Seda öelnud, osutas Prohvet (صلى الله عليه وسلم) oma ölale.

1636. Anas bin Malik (رضي الله عنه) jutustas, et Abu Dhar (رضي الله عنه) ütles: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Mu maja katus avati, kui ma Mekas olin²⁰ ja Gaabriel (as) laskus alla. Ta avas mu rinna ja pesi seda *Zamzami* veega. Seejärel tõi ta kuldse anuma, mis oli täis tarkust ning usku ja kallas selle sisu mulle rinda ning seejärel sulges selle. Siis võttis ta mul käest kinni ning tõusis kõige madalamsse taevasse. Gaabriel käskis madalaima taeva väravavahil värava avada. Väravavaht küsis: „Kes on?“ Gaabriel vastas: „Ma olen Gaabriel.“

1648. Asim jutustas: Ma küsisin Anas bin Malikilt (رضي الله عنه): „Kas sulle ei meeldinud Safa ja Marwa vahet kõndida?“ Ta vastas: „Ei, kuna see tseremoonia käis islamieelse ignorantsuse aja juurde, kuni Jumal ilmutas: „Tõesti, Safa ja Marwa on Jumala sümboolid. Seega ei ole sellele patt, kes sooritab hadži või omrat Kaaba juurde, nende vahet käia ...“(2:158)“

1650. Aisha (رضي الله عنها) jutustas: Kui ma Mekasse jõudsin, olid mul päevad. Seega ei käinud ma ei Kaaba ümber ega Safa ja Marwa vahet. Ma teatasin sellest Jumala Sõnumitoojale (صلى الله عليه وسلم). Ta vastas: „Soorita kõik palverännaku tseremooniad nagu teised palverändurid, kuid ära Kaaba *tawaafi* enne tee, kui oled puhtaks saanud.“

1651. Jabir ibn Abdullah (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ja tema kaaslasted võtsid *ihraami* hadži jaoks, kuid kellelgi peale Prohveti (صلى الله عليه وسلم) ning Talha ei olnud ohvriandi kaasas. Ali saabus Jeemenist ning tal oli ohvriand ühes. Ali ütles: „Ma võtsin *ihraami* sama kavatsusega mis Prohvetki (صلى الله عليه وسلم).“ Prohvet (صلى

18 Päikese tõusu ajal, et inimesed ei arvaks, et nad päikest kummardavad.

19 Kaev Mekas.

20 Mi'raaži ehk taevatõusmise ööl.

(ﷺ) käskis oma kaaslastel selle võetud *ihraamiga* omra teha ning peale Kaaba ümber kõndi ning Safa ja Marwa vahet käimist oma juuksed lühikeseks lõigata ning *ihraam* lõpetada, välja arvatud need, kellel ohvriand kaasas oli. Inimesed küsisid: „Kuidas saame me Minaasse (st palverännakule) edasi minna, kui oleme oma naistega vahekorras olnud?“ Kui see uudis Prohvetini (ﷺ) jõudis, ütles ta: „Kui ma oleksin varem teadnud, mida ma hiljuti teada sain, ei oleks ma ohvriandi kaasa võtnud. Kui mul poleks ohvriandi kaasas olnud, oleks ma oma *ihraami* lõpetanud.“ Aishal hakkasid päevad, seega ta tegi kaasa kõik palverännaku tseremooniad, välja arvatud Kaaba *tawaaf*. Kui ta puhtaks sai, tegi ta Kaaba ümber *tawaafi*. Ta ütles: „Oo Jumala Sõnumitooja, te kõik lähete tagasi hadži ja omraga, mina aga ainult hadžiga.“ Seega Prohvet (ﷺ) käskis Abdurrahman bin Abu Bakril Aishaga koos Tanimi minna ja nii sooritas ta oma omra peale hadži.

1652. Hafsa (رضي الله عنها) jutustas: Meil oli kombeks pühade ajal oma neitsid mitte välja lasta. Bani Khalafi juurde tuli üks naine. Ta ütles, et ta õde oli abielus ühe Jumala Sõnumitooja (ﷺ) kaaslasega, kes võttis osa kaheteistkümnest lahingust koos Jumala Sõnumitoojaga (ﷺ) ja ta (st õde) oli oma mehega kaasas kuuel neist. Ta ütles: „Me sidusime haavatuid ning hoolitsesime haigete eest.“ Ta (st õde) küsis Jumala Sõnumitoojalt (ﷺ): „Kas selles on midagi halba, kui naine oma kodus püsib, kui tal hidžaabi ei ole?“ Ta vastas: „Ta peaks end oma kaaslaste hidžaabiga katma ning heades tegudes ja religioossetel kokkusaamistel osalema.“ Kui Umm Atiyya (رضي الله عنها) tuli, küsisin ma temalt: „Kas oled sa sellest midagi kuulnud?“ Umm Atiyya vastas: „Saagu mu isa ta eest ohverdatud,“ ja ta ei maininud kunagi Jumala Sõnumitoojat (ﷺ), ilma lisamata, et ta isa tema eest ohverdatud saaks. Me küsisime temalt: „Kas oled midagi sellist Jumala Sõnumitoojalt (ﷺ) kuulnud?“ Ta vastas jaatavalt ning lisas: „Saagu mu isa ta eest ohverdatud, ta ütles, et vallalised küpsed neitsid, kes tihti varjatud on (st kodus), nagu ka noored vallalised neitsid ning küpsed tütarlapsed, kes tihti varjatud on, peaksid välja tulema ning osa võtma headest tegudest ning uskli-

ke religioossetest kokkusaamistest. Kuid need naised, kellel on päevad, peaksid palvepaigast eemale hoidma (st teistega kaasa minema, kuid palveruumi mitte sisenema).“ Ma küsisin temalt: „Need naised, kel on päevad?“ Ta vastas: „Kas nad ei lähe kaasa Arafatile ja muudesse taolistesse kohtadesse?“

1653. Abdul Aziz bin Rufai jutustas: Ma küsisin Anas bin Malikilt (ﷺ): „Räägi, mida sa mäletad Jumala Sõnumitoojast (ﷺ) (järgnevaga seoses): Kus ta palvetas dohri ja asri 8. dhu-l-hižža päeval?“ Ta vastas: „Minaas.“ Ma küsisin: „Kus ta *Nafri*²¹ päeval asri palvetas?“ Ta vastas: „Al-Abtahis,“ ning lisas seejärel: „Sa peaks tegema nii, nagu su juhud teevad.“

1658. Umm Al-Fadl (رضي الله عنه) jutustas: Inimesed kahtlesid, kas Prohvet (ﷺ) paastub Arafati päeval, seega saatsid nad talle midagi juua ning ta jõi.

1659. Muhammad bin Abu Bakr Ath-Thaqafi jutustas: Ma küsisin Anas bin Malikilt (رضي الله عنه), kui olime Minaast Arafatile minemas: „Mida te tol päeval tegite, kui te Jumala Sõnumitoojaga (ﷺ) koos olite?“ Anas vastas: „Mõned meist lugesid *talbijat* ja keegi ei protesteerinud selle vastu; teised jälle ütlesid *allaahu akbar* ja keegi ei protesteerinud selle vastu.“

1663. Salim bin Abdullah (bin Umar) jutustas: Abdul-Malik bin Marwan kirjutas Al-Hajjajile, et ta peaks Abdullah bin Umarit kõigis palverännaku tseremooniates järgima. Kui käes oli Arafati päev (9. dhu-l-hižža) ja päike oli keskaevast alla vajunud, läksin ma koos Ibn Umariga (رضي الله عنه) Al-Hajjaji puuvillatelgi juurde ning Ibn Umar hüüdis: „Kus ta on?“ Al-Hajjaj tuli välja. Ibn Umar ütles: „Läksime.“ Al-Hajjaj küsis: „Kas praegu?“ Ibn Umar vastas: „Jah.“ Al-Hajjaj ütles: „Oota, kuni ma endale vett kalkan (st end puhtaks pesen).“ Ibn Umar ronis seega oma sadulast maha (ja ootas) kuni Al-Hajjaj välja tuli. Ta kõndis minu ja mu isa vahel. Ma ütlesin Al-Hajjajile: „Kui tahad täna Prohveti (ﷺ) sunna järgi teha, peaksid jutlust lühendama ning Arafatile minekuga kiirustama.“ Ibn Umar (رضي الله عنه) ütles: „Ta on tõtt rääkinud.“

1666. Urwa jutustas: Usamalt (رضي الله عنه) küsiti minu juuresolekul: „Kui kiiresti liikus Jumala Sõnumitooja (ﷺ) kaamel, kui ta oma vii-

²¹ Minaast lahkumise päev, 12. või 13. dhu-l-hižža.

mase palverännaku ajal Arafatilt lahkus?“ Usama vastas: „Prohvet (صلى الله عليه وسلم) liikus mõõdukalt sammul, kuid kui oli piisavalt ruumi, ajas ta oma kaamli väga kiiresti liikuma.“

1667. Usama bin Zaid (رضي الله عنه) jutustas: Peale Arafatist lahkumist läks Prohvet (صلى الله عليه وسلم) mägiteele ja vastas seal looduse kutsele, seejärel sooritas rituaalse pesemise. Ma küsisin: „Oo Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم), kas palvetad siin?“ Ta vastas: „Palve(koht) on sul ees (st Al-Muzdalifas).“

1671. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Ma liikusin Arafati päeval koos Prohvetiga (صلى الله عليه وسلم). Prohvet (صلى الله عليه وسلم) kuulis oma seljataga hüüdeid ja kaamelite piitsutamist, seega ta vibutas inimeste poole oma piitsaga: „Rahvas, olge ometi tasa. Kiirustamine ei ole jumalakartlikkuse märgiks.“

1673. Ibn Umar (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) palvetas maghribi ja iša palve üksteise järel (Al-Muzdalifas), kummalgi eraldi iqaa-amaga, ega palvetanud ühtki vabatahtlikku palvet nende kahe vahel.

1676. Salim jutustas: Abdullah bin Umaril (رضي الله عنه) oli kombeks oma pere nõrgad ette Minaasse ära saata. Seega lahkusid nad Al-Mash'ar Al-Haramist (st Muzdalifast) öösel (kui kuu oli loojunud) ja meenutasid Jumalat nii palju kui vähegi said. Nad jõudsid Minaasse enne, kui imaam oma teekonda Muzdalifast Minaasse alustada jõudis. Mõned neist jõudsid seega Minaase fažri ajaks, mõned hiljem. Kui nad Minaase jõudsid, viskasid nad kivikesi Žamra (saatanat sümboliseeriva samba) pihta. Ibn Umaril (رضي الله عنه) oli kombeks öelda: „Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) andis neile (st nõrgematele) loa nii toimida.“

1678. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Mina olin üks neist, keda Prohvet (صلى الله عليه وسلم) Muzdalifa ööl varakult teele saatis, kuna olin tema pereliikmetest nõrgemate seas.

1680. Aisha (رضي الله عنه) jutustas: Sauda palus Prohvetilt (صلى الله عليه وسلم) luba varem lahkuda; ta oli paks ja väga aeglane naine. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) andis talle loa.

1681. Aisha (رضي الله عنها) jutustas: Me tulime Muzdalifas sadulast maha ning Sauda palus Prohvetilt (صلى الله عليه وسلم) luba enne rahvamassi lahkuda. Ta oli aeglane naine ning Prohvet (صلى الله عليه وسلم) andiski talle loa. Ta lahkus (Muzdalifast) enne rahvamassi. Meie jäime Muzdalifasse kuni koiduni ning

lahkusime koos Prohvetiga (صلى الله عليه وسلم), kuid ma (kannatasin nii, et) soovisin, et oleksin Jumala Sõnumitoojalt (صلى الله عليه وسلم) luba küsinud nagu Sauda ja see oleks mulle meeldivam olnud kui ükskõik milline muu rõõm.

1682. Abdullah (رضي الله عنه) jutustas: Ma pole kunagi näinud Prohvetit (صلى الله عليه وسلم) mõnda palvet vael ajal sooritamas, välja arvatud kahel korral: ta palvetas *maghribi* ja *iša* palve koos ning *fažri* enne selle õiget aega (Muzdalifas, palverännaku ajal).

1685. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) käskis Al-Fadlil enda taga ratsutada ja Al-Fadl ütles, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) kordas *talbijat* kuni oli Žamarate²² pihta kivid ära visanud.

1690. Anas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) nägi üht meest, kes juhtis oma ohvriandi. Ta ütles: „Ratsuta sellega.“ Mees vastas: „See on ohvriand.“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles (taas): „Ratsuta sellega.“ Mees ütles (taas): „See on ohvriand.“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles kolmandat korda: „Ratsuta sellega.“

1700. Abdullah bin Abu Bakr bin Amr bin Hazm jutustas, et Amra bint Abdurrahman oli talle rääkinud: „Ziad bin Abu Sufyan kirjutas Aishale (رضي الله عنه), et Abdullah bin Abbas (رضي الله عنه) oli öelnud: „Kes saadab oma ohvrianni (Kaabasse), kõik, mis on keelatud palveränduritele muutub ka talle keelatuks, kuni ta ohvriand on ohverdatud (st 10. dhu-l-hižža).““ Amra lisas: „Aisha ütles: „Ei ole nii, nagu Ibn Abbas ütles. Ma ise tegin Jumala Sõnumitooja ohvrianni jaoks vanikud ja Jumala Sõnumitooja pani need ise oma ohvriannile kaela, seejärel saatis selle mu isaga (Mekasse), kuid midagi, mis on Jumala poolt lubatud, ei olnud talle keelatud kuni ohvrianni ohverdamiseni.““

1717. Ali (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet käskis mul ohvrikaameli ohverdamist kontrollida, selle liha, naha ja kattelinad almuseks anda ja lihuniku palka mitte sellest lihast maksta.

124. peatükki sissejuhatus: Ibn Umar (رضي الله عنه) ütles: Loomi, mida ohverdatakse (palverännaku ajal illegaalselt) jahtimise eest ja vande täitmiseks, ei tohi ohverdaja ise süüa, kuid teisi ohvreid on ohverdajal lubatud süüa. Ata ütles: „*at-tamattu* palverännaku ohvrilooma liha on lubatud süüa ja ka teistele süüa anda.“

²² Kolm sammast, mis sümboliseerivad saatanat ja mille pihta palverännaku käigus peab Aabrahami kuulekuse meenutuseks kivikesi pilduma.

1721. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvetilt (صلى الله عليه وسلم) küsiti ühe mehe kohta, kes lasi oma pea enne ohvrilooma tapmist paljaks ajada. Ta (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Sellest ei ole midagi, sellest ei ole midagi.“

1722. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Üks mees ütles Prohvetile (صلى الله عليه وسلم): „Ma tegin *tawaf-al-ifada*²³ enne kivikeste viskamist.“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Sellest ei ole midagi.“ Mees ütles: „Ma lasin oma pea enne ohverdamist paljaks ajada.“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Sellest pole midagi.“ Mees ütles: „Ma tapsin oma ohvrilooma enne kivikeste viskamist.“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Sellest pole midagi.“

1729. Abdullah (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ja mõned tema kaaslastest lasid oma pead paljaks ajada, teised jälle lasid juuksed lühikeks lõigata.

1734. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Prohvetilt (صلى الله عليه وسلم) küsiti enne õiget aega ohverdamise, juuste pügamise ja kivikeste viskamise kohta ja ta vastas: „Sellest ei ole midagi.“

1741. Abu Bakr (رضي الله عنه) jutustas: Ohverdamispäeval pidas Prohvet (صلى الله عليه وسلم) meile jutluse. Ta ütles: „Kas teate, mis päev täna on?“ Me vastasime: „Jumal ja Tema Sõnumitooja teavad paremini.“ Seejärel ta vaikus, kuni arvasime, et ta annab sellele päevale uue nime. Siis ütles ta: „Täna on ohverdamispäev.“ Me vastasime: „Jah, on küll.“ Siis ütles ta: „Mis kuu praegu on?“ Me vastasime: „Jumal ja Tema Sõnumitooja teavad paremini.“ Seejärel ta vaikus, kuni arvasime, et ta annab sellele kuule uue nime. Siis ütles ta: „On dhu-l-hižža kuu.“ Me vastasime: „Jah, on küll.“ Seejärel küsis ta: „Mis linn see on?“ Me vastasime: „Jumal ja Tema Sõnumitooja teavad paremini.“ Seejärel ta vaikus, kuni arvasime, et ta annab sellele linnale uue nime. Siis ta ütles: „Kas pole see mitte Püha Linn (Meka)?“ Me vastasime: „Jah, on küll.“ Ta ütles: „Tõesti, teie veri ja vara on üksteisele pühad nagu selle päeva pühadus sellel pühal kuul selles linnas, kuni te kohtute oma Isandaga. Tõesti, kas pole ma teile Jumala sõnumit edasi andnud?“ Nad ütlesid: „Jah(, oled küll).“ Ta ütles: „Oo Jumal, ole tunnistajaks. Neile, kes on kohal, on kohustusiks neile, keda siin pole, see (sõnum) edasi anda, kuna need, kellele see edasi antakse võivad sellest paremini aru saada kui need, kes on kohal. Vaadake ette, ärge salake peale mind justkui uskmatud lõigates läbi üksteise kõrid.“

23 Ümber Kaaba kõnd, mida palverändurid sooritavad peale Minaast tulekut 10. dhu-l-hižža päeval ja mis on üks palverännaku alustalasid.

1742. Ibn Umar (رضي الله عنه) jutustas: Minaas ütles Prohvet (صلى الله عليه وسلم): „Kas teate, mis päev täna on?“ Inimesed vastasid: „Jumal ja Tema Sõnumitooja teavad paremini.“ Ta ütles: „Täna on püha päev. Ja kas te teate, mis linn see on?“ Inimesed vastasid: „Jumal ja Tema Sõnumitooja teavad paremini.“ Seejärel Ta ütles: „See on püha linn (Meka). Ja kas teate, mis kuu praegu on?“ Inimesed vastasid: „Jumal ja Tema Sõnumitooja teavad paremini.“ Ta vastas: „See on püha kuu.“ Prohvet (صلى الله عليه وسلم) lisas: „Tõesti, Jumal on teinud teie vere, vara ja au üksteisele pühaks nagu selle päeva pühadus sellel pühal kuul selles linnas.“ Ibn Umar (رضي الله عنه) jutustas: Ohverdamispäeval seisis Prohvet (صلى الله عليه وسلم) oma palverännaku käigus Žamara sammaste vahel ja ütles: „See (st 10. dhu-l-hižža) on suurim päev.“ Seejärel ütles ta mitmeid kordi: „Oo Jumal, ole tunnistajaks(, et olen su sõnumi edasi andnud). Seejärel jättis ta inimestega hüvasti. Inimesed ütlesid: „See on hüvastijätu palverännak.“

134. peatüki sissejuhatus: Jabir ütles: „Prohvet (صلى الله عليه وسلم) viskas ohverdamispäeval (st 10. dhu-l-hižžal) kivikesed (Aqaba Žamara pihta) enne keskpäeva ja siis (st 11. ja 12. dhu-l-hižžal) peale päikese vajumist (st peale *dohrit*).“

1747. Abdurrahman bin Yazid jutustas: Abdullah (bin Masud) (رضي الله عنه) viskas kivikesi poolest orust. Seega, ma ütlesin: „Oo Abu Abdurrahman, mõned inimesed viskavad kivikesi ülevalt (st oru tipust).“ Ta vastas: „Tema nimel, Kellel on ainsana õigus kummardatud olla, see on koht, kust see, kellele suura *al-baqara* ilmutati (st Muhammed (صلى الله عليه وسلم)) kivikesi viskas.“

1748. Abdurrahman bin Yazid jutustas: „Kui Abdullah (bin Masud) (رضي الله عنه) jõudis suure Žamara juurde, jäi Kaaba temast vasemale ja Minaa paremale ning ta viskas seitse kivikest (samba pihta) ja ütles: „Niimoodi viskas kivikesi see, kellele suura *al-baqara* ilmutati.“

138. peatüki sissejuhatus: Ibn Umar (رضي الله عنه) ütles, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles iga kivikest visates „*allaahu akbar*“.

1751. Salim jutustas: Ibn Umaril (رضي الله عنه) oli kombeks Dunya Žamara (kõige lähem Khaifi mošeele) pihta visata seitse väikest kivikest ja iga kivi viskamise ajal öelda „*allaahu akbar*“. Siis läks ta edasi, kuni jõudis siledale maale ning seisis seal pikalt, näoga *qibla* suunas Jumalat paludes, samal ajal käsi üles tõstes. Siis viskas ta kivikesi Wusta Žamara (keskmise) pihta ja läks vasemale. Ta seisis seal

pikalt, näoga *qibla* suunas Jumalat paludes, samal ajal käsi üles tõstes. Siis viskas ta oru keskelt kivike- si Aqaba Žamara pihta, jäämata selle kõrvale, ning lahkus, öeldes: „Ma nägin Prohvetit (صلى الله عليه وسلم) nii tegemas.“

1755. Ibn Abbas (رضي الله عنه) jutustas: Inimestel kästi enne (Mekast) lahkumist käia ümber Kaaba (*tawaf al-wada*²⁴), välja arvatud menstrueerivad naised, kes olid sellest vabastatud.

1756. Anas bin Malik (رضي الله عنه) jutustas: Prohvet (رضي الله عنه) palvetas dohri, asri, maghribi ja iša palve ja magas mõnda aega kohas, mida nimetatakse Al-Muhassab ning seejärel ratsutas Kaaba juurde, et selle ümber käia (*tawaf al-wada*).

1757. Aisha (رضي الله عنها) jutustas: Prohveti (صلى الله عليه وسلم) abikaasal Safiyya bint Huyail hakkas menstruatsioon ning Jumala Sõnumitoojale (صلى الله عليه وسلم) anti sellest teada. Ta küsis: „Kas ta peab meid siin kinni?“ Inimesed ütlesid: „Ta on juba sooritanud *tawaf al-ifada*²⁵.“ Ta vastas: „Siis ei pea ta meid kinni.“

26. Kitaabu l-umra (omra raamat) – valitud hadithe

1773. Abu Hurairah (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Omra (väike palverännak) on lunastuseks pattudele, mis on tehtud selle ja eelmise omra vahel. *Hažž al-mabruuri* (Jumala poolt vastu võetud palverännaku) tasuks ei ole muud kui paradiis.“

1778. Qatadah jutustas: Ma küsisin Anasilt (رضي الله عنه): „Mitu korda sooritas Prohvet (صلى الله عليه وسلم) omra?“ Ta vastas: „Neli korda: 1. *Hudaibiya* omra dhu-l-qada kuul, kui uskmatud teda takistasid; 2. järgmise aasta dhu-l-qada kuu omra, peale seda, kui nendega (st uskmatutega) oli sõlmitud leping; 3. omra Al-Jiranast, kus ta sõjasaaki jagas.“ Ma arvan, et ta mõtles selle all Hunaini lahingu sõjasaaki. „4. Omra, mille ta sooritas koos oma hadžiga.“ Ma küsi-

sin: „Mitu korda ta hadži sooritas?“ Ta (Anas) vastas: „Üks kord.“

1782. Ata jutustas: Ma kuulsin, kuidas Ibn Abbas (رضي الله عنه) ütles: Jumala Sõnumitooja küsis ühelt Ansaari (Mediina) naiselt: „Mis takistas sind meiega palverännakule tulemast?“ Ta vastas: „Meil on üks kaamel, millega teatud isa (st Abu see ja see) ja tema poeg (st tema abikaasa ja poeg) ratsutasid ja teise kaameli jätsid nad meile kastmise jaoks.“ Ta (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Soorita omra, kui ramadaan kätte jõuab, sest ramadaanikuul sooritatud omra on (oma tasult) võrdne hadžiga.“ või midagi sarnast.

1787. Al-Aswad jutustas, et Aisha (رضي الله عنها) ütles: „Oo Jumala Sõnumitooja, inimesed naasevad, olles toonud kaks ohvrit (st hadži ja omra), mina aga naasen vaid ühega?“ Ta vastas: „Oota, kuni sa oma menstruatsioonist puhtaks saad, mine At-Tanimi, võta *ihraam* ja (peale omra sooritamist), ühine meiega selles kohas. (Omra tasu) on vastavalt raskustele, mida sa seda sooritades talusid.“

1797. Abdullah bin Umar (رضي الله عنهما) jutustas: Iga kord, kui Jumala Sõnumitooja lahingust, hadžilt või omralt naases, ütles ta igal kõrgendikul kolm korda: „*allaahu akbar*“ ning seejärel: „*lää iläähä illallaahu wahdähu lää šäriikä lähu, lähul-mulku wa lähul-hämdu, wa huwa älää kulli šäijn qadiir. ääjibuun, tääibuun, ääbiduun, sääžiduun, lirabbinää hämduun. sadaqa llaahu wadahuu wa nasara abdahu, wahzämäl ähzäabä wahdähu.*“ (Ei ole jumalust peale Jumala; Ta on Üks ning tal ei ole partnereid. Kogu kuningriik kuulub Talle, kõik ülistus kuulub Talle, Ta on Kõikvõimas. Me naaseme patukahetsusega, teenides, kummardades ja Isandat kiites. Ta on hoidnud oma lubadust ja teinud Oma sulase võidukaks ja vaid Tema võitis kõik (uskmatute) liidud.“

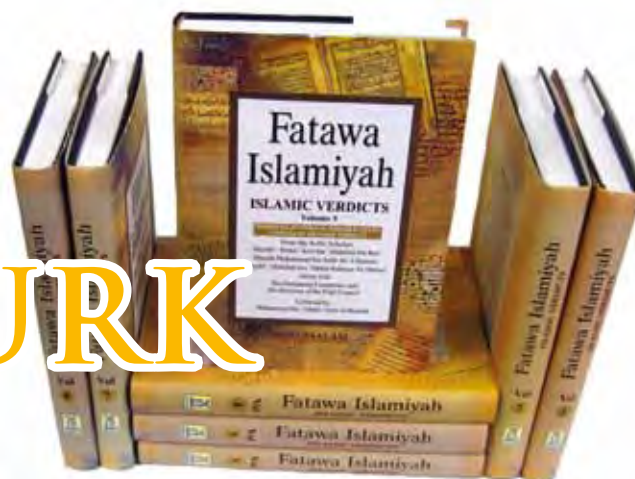
1805. Zaid bin Aslam jutustas, et ta isa ütles: „Ma olin koos Ibn Umariga (رضي الله عنه) teel Mekasse, kui ta sai teate, et Safiyya bint Abu Ubaid on raskelt haige. Seega ta kiirustas oma sammu ja kui aovalgus kadus, palvetas *maghribi* ja *iša* palve koos. Seejärel ta ütles: „Ma nägin, et kui Prohvetil (صلى الله عليه وسلم) oli reisil kiire, lükkas ta *maghribi* palvet edasi ja ühendas need (st palvetas *maghribi* ja *iša* üksteise otsa).“

24 Viimane Kaaba ümber käimine enne Mekast lahkumist, millest need naised, kellel on mens, vabastatud on.

25 Kaaba ümber käimine, mis sooritatakse 10. dhu-l-hižžal ja mis on palverännaku oluline osa, seega mida kõik peavad sooritama.

FATWANURK

palverännak



Tõlkinud: Aisha

Allikas: www.fatwa-online.com

PALVERÄNNAK ILMA ABIKAASA LOATA

Küsimus: Mis ütleb islami seadus naise kohta, kes läheb (esimesele kohustuslikule) palverännakule ilma abikaasa nõusolekuta?

Vastus: Kohustuslik palverännak on ainult siis kohustuslik, kui kõik tingimused selleks on täidetud ja abikaasa nõusolek ei kuulu nende tingimuste hulka. Mehel ei ole õigust oma naist palverännakule minekus takistada; ta peab hoopis teda selles kohustuses abistama.¹

Islamiuuringute ja *fatwade* alaline komitee

Fataawa al-Lajnah ad-Daa'imah lil-Buhooth al-'Ilmiyyah wal-Iftaa. – köide 11, lk 20, *fatwa* nr 5866.

10-AASTASE PALVERÄNNAK

Küsimus: Ma käisin palverännakul, kui olin 10-aastane ja uuesti, kui olin 13-aastane. Kas mõlemad need palverännakud lähevad mulle kirja kui kohustuslikud palverännakud?

Vastus: Kohustuslik palverännak läheb arvesse, kui see on tehtud peale teatud ikka jõudmist. Selle ea tunnusteks on seemnepurse unes või karvade kasvamine intiimpiirkonnas.

¹ Kui mees keelab naisel palverännakule minna, kuid naise isa, vend, poeg või onu saab temaga minna, on naisel õigus minna isegi siis, kui mees on selle vastu, kuna tegemist on islami ühe tugisambaga. (Tõlkija märkus.)

Tütarlastel on sellesse ikka jõudmise tunnuseks ka menstruatsiooni algus. Kui kõik need tunnused viibivad, on selleks eaks 15 eluaastat.

Islamiuuringute ja *fatwade* alaline komitee

Fataawa al-Lajnah ad-Daa'imah lil-Buhooth al-'Ilmiyyah wal-Iftaa. - köide 11, lk 23, *fatwa* nr 10938.

KAS IHRAAMI ON LUBATUD VAHETADA?

Küsimus: Kas on lubatud *ihraami* vahetada, et seda pesta?

Vastus: *Ihraami* pesemises või vahetamises ei ole midagi halba, nagu ka teise *ihraami* kasutamises.

Šeik Ibn Baaz

Majmoo' Fataawa Samaahatu ash-Shaykh Ibn Baaz - köide 6, lk 96, *fatwa* nr 45.

NAISTE IHRAAM

Küsimus: Kas naine võib tõesti *ihraami* astuda ükskõik millises riietuses?

Vastus: Jah, ta võib *ihraami* astuda ükskõik mis riietes, st tal ei ole mingit erilist riietust selleks otstarbeks, kuid talle on parem, kui ta astub *ihraami* riietes, mis ei ole ilusad ja seega ei tõmba teiste tähelepanu. See on sellepärast, et

palverännakul puutub ka paratamatult kokku meestega, seega ei tohi ta riietus meestes tähelepanu äratada. See peaks olema tavapärase ja lihtne.

Šeik Ibn Baaz

Fataawa al-Mar.ah.

SOKID JA KINDAD NAISTE IHRAAMI JUURES

Küsimus: Mida ütleb islami seadus selle naise *ihraami* kohta, kes kannab sokke ja kindaid? Kas ta võib ära võtta midagi, mis ta *ihraami* astudes selga oli pannud?

Vastus: Talle on parem kanda sokke või jala-nõusid. Piisab, kui ta riietab end tagasihoidlikesse rõivastesse. Kui ta paneb jalga sokid ja siis eemaldab need, ei ole selles midagi halba. Ka mehed võivad kingad jalga panna ja siis need ära võtta ja sellest ei juhtu midagi halba. Kuid samas ei ole naisel õigus *ihraami* seisundisse astuda, kandes kindaid, sest *ihraami* ajal ei tohi naised kindaid kanda. Ka ei tohi naine oma nägu loori või millegi muu sarnasega katta, sest Jumala Sõnumitooja (saws) on selle keelanud. Kuid samas peaks naine oma loori näole laskma, kui tema juures on mitte-*mahramist* mehi. Sama peab ta ka tegema *tawaafi* ja *saii* ajal. Aisha (raa) ütles: „Ratsutajad möödusid meist, kui olime Jumala Sõnumitoojaga (saws). Kui nad olid meie vasta või meiega paralleelselt jõudnud, lasime me (st naised) oma loorid oma nägudele ja peadele langeda ja kui nad möödusid, võtsime loorid jälle nägude eest ära.“ (Abu Dawud, Ibn Majah).

Mehed võivad kanda susse või kingi, isegi kui need ei ole lõigatud; see on õige arvamus. Samas enamik õpetlasi on arvamusel, et nad peaksid need siiski lõikama. Õige arvamus on, et kingi ei ole vaja lõigata, kui mees ei ole sandaale leidnud. Prohvet (saws) pöördus Arafatil inimeste poole ja ütles: „See, kes ei leia *izaari* (õmblusteta riidetükki), kandku pükse ja kes ei leia sandaale, kandku kingi.“ (Al-Bukhari, Mus-

lim). Prohvet (saws) ei käskinud neil oma kingi lõigata.

Šeik Ibn Baaz

Fataawa Muhimmah tata'allaq bil-Hajj wal-'Umrah - lk 18, *fatwa* nr 6.

WUDU TAWAAFI JA SAII AJAL

Küsimus: Kas *tawaafi* ja *saii* ajal on *wudu* kohustuslik või mitte?

Vastus: *Tawaafi* ajal on *wudu* kohustuslik. Mis puutub aga *saiisse*, siis oleks parem selle ajal *wudus* olla, aga kui ei ole, ka siis on *saii* lubatud.

Šeik Ibn Baaz

Fataawa al-Hajj wal-'Umrah waz-Ziyaarah - lk 78.

TAWAAF JA SAII KOHUSTUSLIKU PALVE AJAL

Küsimus: Mida peaks tegema, kui algamas on kohustuslik palve, aga palverändur ei ole veel *tawaafi* või *saiid* lõpetanud?

Vastus: Sellisel juhul peaks palverändur teistega koos palvetama ja hiljem oma *tawaafi* või *saiid* sealt jätkama, kus see pooleli jäi.

Šeik Ibn Baaz

Fataawa al-Hajj wal-'Umrah waz-Ziyaarah - lk 80.

KAKS RAKAT AABRAHAMI SEISMISKOHA TAGA

Küsimus: Kas on kohustuslik peale *tawaafi* kaks *rakat* Aabrahami seismiskoha taga palvetada ja mis peaks tegema see, kes selle unustab?

Vastus: Kahe *raka* Aabrahami seismiskoha taga palvetamine ei ole kohustuslik, seda võib teha ükskõik mis kohas Masžid Al-Haraamis. Kui aga keegi unustab need palvetada, siis sel-

lest ei ole midagi, sest need on soovituslikud ja mitte kohustuslikud.

Šeik Ibn Baaz

Fataawa al-Hajj wal-'Umrah waz-Ziyaarah - lk 81.

NAISED KOOS MEESTEGA SAFAL JA MARWAL

Küsimus: Nii palju kui ma tean, siis Safa on kitsas ja Marwa on veel kitsam. Siiski näeme naisi, kes koos meestega Safa ja Marwa otsa ronivad ja seal koos meestega trügivad. Kas sunna järgi naised peavad sinna ronima?

Vastus: Õpetlased on seisukohal, et naistele ei ole Safa ja Marwa otsa ronimine kohustuslik. Selle asemel võivad nad kummagi mäe jalamil seista ja siis tagasi liikuda, kuni edasi-tagasi käigud on tehtud. Samas võib olla, et naised, keda on nähtud Safale ja Marwale ronimas, on seal koos oma *mahramitega*. Sellisel juhul on neil õigus, kuna nad võib-olla kardavad oma *mahrami* ära kaotada ja seetõttu liiguvad koos nendega. Kuid naistele oleks muidugi parem mitte koos meestega kusagil trügida, kui see just kohustuslik ei ole.

Šeik Ibn Uthaymeen

Daleel al-Akhtaa.a yaqa'a feehaa al-Haaj wal-Mu'tamir wat-tahdtheer minhaa - lk 56.

ENNE PÄIKESELOOJANGUT ARAFATILT LAHKUMINE

Küsimus: Mida ütleb islami seadus selle kohta, kes pidi palverännakut tehes töö tõttu Arafatilt enne päikeseloojangut lahkuma?

Vastus: Enamik õpetlasi on arvamusel, et see, kes Arafatilt enne päikeseloojangut lahkub, peab maksma *fidja* (lunaraha), aga kui ta öö jooksul sinna tagasi läheb, pole *fidjat* maks-

ta vaja. *Fidjaks* on ohvriloom, mille liha peaks Meka vaeste vahel ära jaotama.

Šeik Ibn Baaz

Fataawa al-Hajj wal-'Umrah waz-Ziyaarah - lk 96.

PALVERÄNDURITE VEAD MASŽID AL-HARAAMI SISENEDES

Küsimus: Mis vigu palverändurid Masžid Al-Haraami sisenedes teevad?

Vastus: Vigu on mitmeid, kuid tähtsamad neist:

1. Mõned inimesed arvavad, et palverännakut või omrat tehes tuleb Masžid Al-Haraami siseneda ühest kindlast uksest. Näiteks arvatakse, et omrat tehes peab sisenema uksest nimega „omra uks“ (*baab ul-umra*) ja et sealt sisenemine on kohustuslik. Teised jälle arvavad, et on kohustuslik siseneda uksest nimega „rahu uks“ (*baab us-salaam*) ja et ükskõik millisest teisest uksest sisenemine on patt või ebasoovitatav. Tegelikult võib palverändur või omral olia siseneda ükskõik millisest uksest soovib ja ta peaks sisenemisel jälgima, et astub parem jalg ees ja ütleva seda, mida mošeesse sisenemisel öeldakse. Seega ta saadab tervituse Prohvetile (*saws*) ja ütleb: „Oo Jumal, andesta mulle mu patud ja ava mulle Oma halastuse ukсед.“

2. Mõned inimesed leiutavad ise *duaasid* selleks puhuks, kui nad Masžid Al-Haraami sisenevad või Kaabat näevad. Nad leiutavad midagi, mida Prohvet (*saws*) ei ole õpetanud ja paluvad sellega Jumalat. See on *bida* (uuendus, leiutis, innovatsioon). Iga leiutis, mida me Jumala teenimisel sõnas või teos kasutame või usume ja mida Prohvet (*saws*) või tema kaaslased ei ole meile õpetanud, on *bida* ja seega

keelatud, kuna Jumala Sõnumitooja (saws) on meid selle eest hoiatanud.

Šeik Ibn Uthaymeen

al-Bid'ū wal-Muhdathaat wa maa laa Asla lahu - lk 384;
Fiqh al-'Ibaadaat - lk 344.

JEEMENI NURGA SUUDLEMINE

Küsimus: Kas Kaaba Jeemeni nurka on lubatud suudelda?

Vastus: Jeemeni nurga suudlemist ei ole Prohvet Muhammedilt (saws) edastatud. Iga jumalateenimisega seotud tegu, mida Prohvet Muhammed (saws) ei ole kinnitanud, on aga *bida* ja mitte midagi, mis meid Jumalale lähemale viiks. Sellest tulenevalt ei tohiks islami seaduse järgi Jeemeni nurka suudelda. Seda tegu on mainitud vaid ühes nõrgas *hadithis*, mida tõendina kasutada ei saa.

Šeik Ibn Uthaymeen

al-Bid'ū wal-Muhdathaat wa maa laa Asla lahu - lk 388;
Fiqh al-'Ibaadaat - lk 348.

TALBIJA KOORIS LAUSUMINE

Küsimus: Kas *talbijat* on lubatud kooris lausuda?

Vastus: Osad palverändurid lausuvad *talbijat* kooris koos – üks neist ütleb ees ja teised järgi. Seda ei ole edastanud ükski Prohveti (saws) kaaslastest. Anas ibn Malik (raa) ütles: „Me olime (hüvastijätu palverännaku ajal) koos Prohvetiga (saws) ja meie hulgas oli neid, kes lausused „Allaahu akbar!“ ja neid, kes lausused „Lää ilääha illallaah!“ ja neid, kes lausused *talbi-*

jat.“ Seega peaksid moslemid ka samamoodi toimima – igaüks öelgu *talbijat* omaette.

Šeik Ibn Uthaymeen

al-Bid'ū wal-Muhdathaat wa maa laa Asla lahu - lk 394;
Fiqh al-'Ibaadaat - lk 343.

TAWAAFI VEAD

Küsimus: Milliseid vigu tehakse *tawaafi* ajal?

Vastus: Paljud palverändurid lausuvad minigeid kindlaid *duaasid*, samal ajal kui nad *tawaafi* teevad. Osad isegi lasevad kellelgi oma grupist midagi ette lugeda ja lausuvad siis kõik kooris ettelugeja järgi. See on kahel põhjusel vale: 1. Inimesed lausuvad *duaad*, mille kohta selles paigas (*tawaafi* ajal) lausumisest info puudub, kuna ükski religioosne allikas ei maini ühtki kindlat *duaad*, mida Prohvet Muhammed (saws) olevat *tawaafi* ajal lausunud. 2. Grupis *dua* tegemine on *bida*, mis segab teiste palverändurite keskendumist. Islami seadus näeb ette, et igaüks palub Jumalat omaette, ilma häält tõstmata.

Šeik Ibn Fowzaan

al-Bid'ū wal-Muhdathaat wa maa laa Asla lahu - lk 398;
al-Fataawa Fadheelatush-Shaykh Saalih Ibn Fowzaan al-Fowzaan - köide 2, lk 30.

KIVIVISKE KIVIDE PESEMINE

Küsimus: Mida ütleb islami seadus selle kohta, kui Džamaraatil kivikiskeks kasutatavad kivid enne puhtaks pesta?

Vastus: Neid kive ei tohi pesta. Kui keegi neid kive sellepärast peseb, et arvab, et see Jumala teenimisel parem on, on tegemist *bidaga*, kuna Prohvet Muhammed (saws) ei teinud seda.

Šeik Ibn Uthaymeen

al-Bid'ū wal-Muhdathaat wa maa laa asla lahu - lk 404.



„MOSLEMI KINDLUS - duaasid Koraanist ja sunnast“

Said ibn Wahf Al-Qahtani Said ibn Wahf Al-Qahtani

Tõlkinud ja koostanud: Aisha

DHU-L-HIŽŽA 10 ESIMESE PÄEVA JA EIDI PALVELE MINEKU DUAA

allaahu akbar, allaahu akbar, lā ilāhā illa llaah, allaahu akbar allahu akbar, wa lillāhi l-hāmd – Jumal on Suurim, Jumal on Suurim, ei ole teist kummardamist väärivat jumalust peale Jumala; Jumal on Suurim, Jumal on Suurim, Jumalale kuulub ülistus!

Üheks Jumalale meelepäraseks teoks 10-l *dhu-l-hižža* esimesel päeval on *takbiir* („*Allahu akbar*“ ütlemine) ja *zikr* (Jumala meenutamine). Koraanis on kirjas: „... ja meenutage Jumala nime teatud päevadel ...“ (22:28)

Imaam Ahmad on edastanud, et Ibn Umar (رضي الله عنهما) jutustas, et Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Ei ole suuremaid päevi või päevi, millal (head) teod oleks Jumalale rohkem meelepärased, kui neil kümnel päeval. Seega öelge siis rohkem *lā ilāhā illa llaah, allaahu akbar ja alhamdulillah*.“

Al-Bukhari on Ibn Umari ja Abu Huraira (رضي الله عنهما) kohta edastanud, et neil oli kombeks (dhu-l-hižža) 10-l esimesel päeval turuplatsile minna, öeldes: „*Allaahu akbar!*“, mispeale inimesed hakkasid ka seda ütleva.



MA KÄIN ISLAMIÜLIKOOIS

Rubriigi autor: Eileen

Allikas: „The fundamentals of Tawheed” - dr Abu Ameenah Bilal Philips (kursus: Aqeedah 101, Islamic Online University)

TAWHIID AL-ASMA' WAS-SIFAAT

Jumala Nimede Ning Omaduste Ainsuse Säilitamine -> tõendamine, et need on võrdlematud ning ainulaadsed.

Sellel *Tawhiidi* kategoorial on 5 peamist aspekti:

1. Jumalale tohib viidata vaid nii, nagu Tema ise ja Tema Prohvet (saws) kirjeldanud on. Me võtame öeldut otseses tähenduses, ilma, et me sinna juurde täiendavalt midagi juurde mõtleksime. Näiteks, Jumal on Koraanis öelnud: „Ja et Ta võib karistada kahepalgelisi mehi ja naisi ning uskmatuid mehi ja naisi – neid, kes olid Jumala kohta midagi pahelist. Neil lasub paheline ebaõnn. Ja Jumal on nende peale vihastanud, neid neednud ja nende jaoks Põrgu ette valmistanud – see on paheline sihtpunkt.” (48:6) Selle värsi põhjal võime järeldada, et viha on üks Jumala omadustest. Ent on väärt öelda või väita, et tema viha on nagu see viha, mida inimesed tunnevad ja kogevad,

sest viha – tunne kui selline – näitab ju nõrkust ja seega ei ole see Jumalale sellisel kujul, nagu meie seda teame, omistatav. „...Miski ei ole Tema sarnane ...” (42:11) Jah, Jumal kirjeldab end kui elavat ja inimene ju elab samamoodi, seega ratsionalistide argumendi kohaselt ei ole sel juhul Jumal ei elav ega eksisteeriv. Fakt on aga see, et sarnasus Jumala ja inimese omaduste vahel on vaid nimepõhine, mitte määrapõhine, me ei saa neid võrrelda sellega, mis on meile teadaolev ja käega katsutav. Omadused, mis viitavad Jumalale, on omadused ülivõrdes, puhtad igasugustest inimlikest puudujääkidest.

2. Me viitame Jumalale vaid nende nimede ja omadustega, millega Tema Ise endale viidanud on, ilma et me omistaksime Talle uusi nimesid või omadusi. Näiteks, kuigi Jumal on öelnud et jah, Ta vihastab, siis me ei tohi anda Jumalale nime *al-Ghaadib* (vihane), sest ei Tema ega tema Prohvet ei ole temale niimodi viidanud ega sellist nime omistanud. Inimesel, kui piiratud olendil, ei ole õigust defineerida Jumalat, kes on kõikidest nendest

piiridest väljaspool, piirideta, piiramatu.

3. Jumalale viidates me ei omista talle seejuures loodu omadusi. Näiteks, Piiblis ja Tooras on öeldud, et Jumal lõi maailma 6 päevaga ning siis puhkas seitsmendal ja selle näitel juudid ja kristlased puhkavad kas laupäeval või pühapäeval, mil on patt tööd teha. Selline arusaam aga viitab sellele, et Jumala omadused on nagu inimeste omadused – inimene on ju see, kes vajab puhkust ja und pärast rasket tööd. 2 Piiblis ja Tooras omistatakse Jumalale näiteks ka selline omadus nagu patukahetsus. 3 Samuti väide, et Jumal on vaim või et Tema on vaim, on täielikult tawhiidi idee vastane. Jumal ei viita kusagil Koraanis endale kui vaimule ega ei tee seda ka Tema Prohvet. Jumal ütleb selge sõnaga, et hing/vaim, on midagi, mis on Tema loodud.⁴

Peamine asi, mida me peaksite Jumala omaduste puhul

¹ 1Mo.2:2 (Soome Piibliseltsi väljanne)

² Jumal ütleb Koraanis, „...Tema üle ei võta võimust ei tukastus ega uni ...” (2: 255)

³ 2Mo.32:14: „Ja Jehoova kahetses kurja, mida ta oli ähvardanud teha oma rahvale.”

⁴ „Ja nad küsivad sinult (st Muhammedilt) vaimu kohta. Ütle: „Vaim on mu Isanda asi ja teile (st inimestele) on teadmisi antud vaid väheke.” (17:85)

igal oma sammul meeles pida-
ma, on järgmine: „**Miski ei ole Tema sarnane, ja Ta on Kõige Kuulja, Kõige Nägija.**“ (42:11) Omadused nagu nägemine ja kuulmine on inimomaduste hulgast, aga kui need omistatakse Jumalale, siis neid ei võrrelda sellega, mida meie teame ja mida meie kogeme. Nagu me teame, kui nendest omadustest rääkida, siis automaatselt tulevad seostamisele kõrvad, silmad jms ent Jumalale selliseid asju ei omistata. Mida inimene Jumalast teab, on vaid see vähene, mida Jumal on otsustanud inimesele teatavaks teha. Sellest tingituna peab ka inimene jääma nendesse piiridesse. Pildikultuses on kristlased Jumalast maalinud, vorminud ja nikerdanud loendamatu hulga kujutisi, mis väliselt sarnanevad suuresti inimesele. See on kindlasti üks aspektidest, mis on aidanud kaasa Jeesuse, kui jumaliku olendi, ideele. Kui Jumal ise on juba kajastatav kui inimlik olend, siis Jeesus ei ole ju enam mingi probleem.

4. Inimesele ei tohi omistada Jumalikke omadusi. Näiteks Uues Testamendis võtab Paulus Vanas Testamendis kirjeldatud⁵ Saalemi kuninga Melkisedeki kuju ja annab nii talle kui ka Jeesusele jumaliku omaduse – mitte omada algust ega lõppu: „Sest see Melkisedek – Saalemi kuningas, kõige kõrgema Jumala preester, kes tuli vastu Aabrahamile, kui see oli koju minemas pärast võitu kuningate üle, ja õnnistas teda, kellele ka Aabraham jagas kümnist kõigest saagist ja kes on esmalt, nagu

teda tõlgitsetakse, „*Õiguse kuningas*“, aga siis ka *Saalemi kuningas*, see on „*Rahu kuningas*“, kes on isata, emata, ilma suguvõsata, ilma päevade alguseta ja ilma eluotsata, ent kes on sarnastatud Jumala Pojaga – jääb preestriks igavesti.“⁶

„*Nõnda Kristuski ei võtnud ise enesele au saada ülempreestriks, vaid ta sai selle temalt, kes temale ütles: „Sina oled mu Poeg, täna ma sünnitasin sind!*“, nõnda nagu ta teiseski kohas ütleb: „*Sina oled preester igavesti Melkisedeki korra järele!*““⁷

Enamus šiiite (välja arvatud Jeemeni zaidiidid) on omistanud endi imaamidele jumalikke omadusi – sealhulgas eksimatuse⁸, teadmised minevikust, tulevikust ja inimsilmale nähtamatust, võime muuta saatust⁹ ja omada võimu loodu üle.¹⁰ Muutes nad omaduste poolest Jumalaga võrdväärseks, loovad nad

6 He.7:1-3

7 He.5:5-6

8 Rida al-Muzaffar, Muhammad. 1983. Faith of Shi'a Islam. USA.: Muhammadi Trust of Great Britain and Northern Ireland, 2. väljaanne – „Me usume, et nagu prohvet, nii peab ka imaam olema eksimatu, mis tähendab, et ta ei ole võimeline vigu või midagi valesti tegema, olgu siis sisemiselt või väliselt, sünnist surmani, tahtlikult või kogemata, sest imaamid on islami hoidjad ja islam on nende kaitse all.“

Vaata ka - Akhtar Rizvi, Syed Said. 1973. Islam. Teheran: A Group of Muslim Brothers, lk 35.

9 Al-Muzaffar ütleb: „Me väidame, et imaamide võime ilmutust saada on saavutanud kõrgeima võimaliku taseme ja me ütleme, et see on jumalik jõud. Seetõttu on imaam võimeline mõistma infot kõige kohta igal pool ja igal ajal. Ta mõistab tänu oma jumalikule jõule, ilma et tal oleks vaja abi metodoloogiliselt arutluskäigult või juhatust õpetajatelt.“

10 Al-Khomeini ütleb: „Kindlasti on imaamil austusväärne koht, ülev auaste, loodu kalifaat, suveräänsus ja võim iga loodud aatomi üle.“ (Ayatullah Musavi al-Khomeini. 1979. al-Hukoomah al-Islamiyah. Beirut: at-Yalee'ah Press, Arabic ed., lk 52.)

aga jumalusi Jumala kõrval!

5. Jumala nimesid ei tohi määravas/kindlas vormis omistada tema loomingule, ilma, et nimele eelneks 'Abd (sulane). Paljud jumalikul nimed oma umbmäärases vormis on aga inimestele lubatud – nagu näiteks Rauuf ja Rahiim sest Jumal on neid, viidates Prohvetile, kasutanud: „**Tõepoolest on teile tulnud sõnumitooja teie endi hulgast. Hinge läheb talle see, mis te kannatate, ta muretseb teie pärast, usklikele on ta lahke (ra'uuf) ja halastav (rahiim).**“ (9:128) Aga *ar-Rauuf* (Kõige Kaastundlikum) ja *ar-Rahiim* (Halastavaim) võivad vaid sellisel juhul inimesele viidata, kui nendele eelneb eelmainitud 'Abd – nagu näiteks 'Abdur-Rauuf või 'Abdur-Rahiim, sest oma määravas/kindlas vormis väljendavad nad täiuslikkust ja see kuulub vaid Jumalale.

Sarnaselt on nimed nagu 'Abdur-Rasuul (sõnumitooja sulane), 'Abdun-Nabi (Prohveti sulane), Abdul-Husayn (Husayni sulane) jne on keelatud.

Samal põhjusel keelas Prohvet (saws) moslemitel ka enda alluvatele viidata kui 'abdile (minu sulasele/orjale) või amatile (minu orjatarile).¹¹

11 Sunan Abi Dawuud (Eng. Trans.), köide 3, lk. 1385-6, hadiith nr. 4957.

Õpime Egiptuse dialekti



7. PANGAS

Kus asub lähim pank?	<i>Feen aqrab bank hena?</i>
Ma sooviksin raha vahetada.	<i>Änä aiz(a) ähäuel feluus</i>
Mis vahetuskurss on?	<i>Eh säir el-tahueel</i>
Mis kell pank avatakse?	<i>El-bank bijeftah emta</i>
Mis kell see suletakse?	<i>El-bank bijefil emta</i>
Ma ootan kodust raha, kas see on juba saanud?	<i>Änä mestänni(ja)tähuiil min äl-bäit, wasal ualla lissa</i>
Kas saaksite mulle palun peenraha anda?	<i>mumkin tä'tiini tähuiil suaiaar min fadlak?</i>



KAUNIS PILDIRAAM!

Prindi raam, lõika seejärel joont mööda välja. Otsi oma lemmik pilt või duaa ja kleebi see vastavale kohale. Paberist raami võid kinnitada omakorda paksemale paberile, papile või muule alusele. Jõudu tööle!



Siia kleebi oma lemmikmošee pilt
või hoopis duaa

Sõnakuulmatu Abdu

Abdu on pisike, energiline ja sõnakuulmatu poisiklutt, kes on alati haige. Iga kord kui ta terveks saab, hakkab ta jälle ulakusi tegema – kiusab oma õde, lõhub venna mänguvasju ning ei austa oma vanemaid.

Ei lähe palju aega mööda, kui Abdu jääb uuesti haigeks, ent sel korral peab ta haiglasse minema. Abdu ema on väga kurb – ta on oma pojaga haiglas ööd ning päevad, kannatlik ka siis, kui Abdu tema peale kisab või isegi teda lööb.

Aeg möödub, aga Abdu ei parane, vaid jääb üha raskemalt haigeks. Ühel päeval ütleb Abdu isa emale: „Sa oled nii kurnatud, mine vahelduseks koju, teised lapsed rõõmustavad sind!“ Isa jääb Abduga haiglasse. Abdu on kurb, et ema koju laks ja küsib isalt: „Isa, miks ma koguaeg haige olen ja terveks ei saa?“ Isa vaatab haige poja vesiseid silmi, ohkab ning lausub: „Oh pojake, kui ma vaid teaksin.. aga üks asi on kindel, sa ei ole oma ema vastu eriti hea olnud, ka mitte oma õe ja vendade vastu. Ema hoolitseb sinu eest siin haiglas ööd ja päevad, ta on väsinud ent ei pane pahaks, kui sa teda lööd. Džamila nuku rebisid sa katki, Bilali puzzle pildusid laiali ning Ahmadi lemmikautol väänasid rattad küljest.... Eks Allah ole pahane nende peale, kes on vanemate vastu sõnakuulmatud ja karistab neid omal moel, nagu haigusega näiteks. Emade jalge ees on Paradiis, ema peab austama! Ta on sind kandnud ja ilmale toonud! Samuti pead austama ning armastama omi teisi pereliikmeid ning inimesi enda ümber.“

Abdu vaatab isale kurvalt, samas kohkunult otsa ning küsib nutusel häälel: „Oi, isa, kas ma tõesti olen nii paha laps? Kas tõesti Allah võib mind selle eest karistada?“

„Jah, pojake, Allah ei armasta neid, kes on Talle sõnakuulmatud,“ ütleb isa ja silitab poisi paljast pead.

Sel öösel ei saa Abdu und. Ta aina mõtleb selle üle, mida isa talle oli rääkinud – Allahi karistusest ning haigusest. Lõpuks tõstab ta oma pisikesed käed ning lausub kogu südamest: „Oo Allah, ma ei taha olla nii paha poiss, tahan olla hea ja sõnakuulelik, aita

mind, et ma saaksin ruttu terveks ning koju oma ema juurde!“

Järgmisel hommikul tuleb arst Abdu juurde, et teha pisike vereproov, kuulata südant ning kopse. „Tere hommikust, Abdu! Kuidas sa end tunned? Kas sa magasid hästi?“ pärib arst. Abdu noogutab tummalt.

„Nii, ja ongi kõik. Ma tulen pärast tagasi ning annan teada, millised on tulemsed.“ Ka arstionu silitab poisi peanuppu ning lahkub.

Peagi saabub Abdu ema. Abdu on ema nähes nii rõõmus, et unustab, et ei tohi voodist välja minna. Ta jookseb ema juurde ning hüppab talle sülle. Ema naeratab ja embab Abdut tugevalt. Isa seletab, et arst just võttis proovid ning nad peavad ootama tulemust.

Päev möödub imeliselt – Abdu ei ole kordagi ema vastu sõnakuulmatu, naeratab alati ja püsib ilusti voodis. Just enne seda, kui ema end lahkuma seab, tuleb arstionu tagasi. Ta on ähmi täis ning hingeldab, kuna jooksis mööda pikka koridori Abdu palati poole.

„Head uudised teile! Abdu on paranenud ja ta võib juba homme koju minna! Me ei leidnud vereproovist midagi, mis peaks teda veel siin hoidma,“ seletab ta rõõmsalt ning kiikab Abdu õnnest säravat nägu.

Sellest päevast peale on Abdu tõesti hoopis teine poiss – sõnakuulelik, austab oma vanemaid ega kiusa õde-vendi. Ja mis peamine – ta ei jää enam kunagi niimoodi haigeks kui varem.

„Sinu Isand on määranud: Ärge kummardage kedagi peale Tema; ning ärgu teil kunagi jäägu vajaka headusest teie isade ja emade vastu: kui üks neist või mõlemad peaksid sinu kõrval vanaks saama, ära ütle neile halba sõna ega kohtle neid karmilt, vaid pöördu nende poole vaid viisakate sõnadega ning halastusest, langeta nende jaoks alandlikkuse tiib ja ütle: „Mu Isand, halasta nende mõlema peale, sest nemad kasvatasid mind, kui olin väike.““ (17:23-24)

www.hennaserai.com

 hennaserai

Taimsed, kasulikud
ja keemiavabad
juuksevärvid,
juukse- ja
näomaskid,
nahakoorijad,
šampoonid, seebid,
juukseõlid
ja muud huvitavat!



Näituse 36-8, 50407 Tartu
telefon 5669 7357
info@hennaserai.com



Järgmises lqra numbris



ÜLLATUSTEEMA!

IQRA



SADAQA - ANNETUSED:

www.islam.pri.ee toetamine
(tasuta materjalide saatmine, raamatute tõlkimine,
toimetamine ning trükkimine, loengud jne):

Kätlin Hommik

Märkusega "SADAQA"

Ühispanga konto nr. 10010608670016

IBAN: EE231010010608670016

BIC: EEUH22XX

ÜHE VANA ON TEISE UUS ...

Võimalus saata inimestele riideid, mänguasju jne, mida ise enam ei vaja, kuid ära ka visata ei tahaks. Järgnevalt pakume välja aadressid, kuhu võiksid oma paki saata. Tegemist on erinevate organisatsioonide ja eraisikutega, kes tegelevad humanitaarabi ning vaeste igakülgse abistamise ning toetamisega ja jagavad sinu saadetise nendele, kes seda kõige enam vajavad. Kui äkki tead veel mõnda aadressi, mis sinu meelest peaks siin nimekirjas olema, siis anna meile sellest teada meiliaadressil info@islam.pri.ee.

AFGHANISTAN:

Mohammad Qasim Popal

UNAMA Kabul, Compound B

OSRSG/FSCU, Building 7, Room 101

Peace Avenue, Zanbaq Square

Wazir Akbar Khan (beside French Em-
bassy)

Kabul

AFGHANISTAN

telefon: +93 700217289 / 0790005381

MAROKO:

Najat Mrabte

Rue 8, No 10

54400 Moulay Bouazza

P.Khenifra

MOROCCO

KOOSTAJAD

TOIMETAJAD: Aisha (Kätlin Hommik-Mrabte) ja Khadeja (Airi Hunt)

KUJUNDUS: Khadeja

RUBRIIGID: Aisha, Khadeja, Amina Iirimaalt, Eileen, Amina Bahrainist, Anneli, Kauthar, Kristi, Yusuf Saeed, Karima, Zeynep, Rubaba, Aivar, Nele, Aile, Hawa

PILDID: erakogu, internet

KONTAKT: iqra@islam.pri.ee

MOŠEE JA EESTI ISLAMI KOGUDUS

Keevise tn 9

11415

Tallinn

EESTI/ESTONIA

telefon +372 55 94 76 89



Eesti moslemite kuukiri "IQRA" on eesti moslemite tasuta elektrooniline kuukiri. Ilmub insh Allah, igal kuul uue sisuga. Kuukirja sisu koostamisel on oodatud eesti moslemite ettepanekud nii eesti kui ka vene keeles.