

IQRA

اقراء

EESTI MOSLEMITE KUUKIRI

NR 41

VEEBRUAR 2013 /

RABI-UL-AWWAL – RABI

UTH-THÄÄNI 1434

**KUIDAS FAŽRIT
ÕIGEAEGSELT PALVETADA?**

KUIDAS FAŽRIKS TÕUSTA?

**7 NÕUANNET, KUIDAS PEALE
FAŽRIT ÄRKVEL PÜSIDA**

FAŽRI PALVE

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Seekordse kuukirja peateemaks on *fažri* palve, mille olulisust tihti ignoreeritakse, kuid mis valdavat enamust meist end ebamugavalt tundma paneb, sest meil on raske seda palvet õigel ajal sooritada. Peale kuukirja alguses olevate artiklite on sellele teemale pühendatud ka lugejaküsimus, koraaninurk, *hadiithinurk*, *fatwanurk* ja *duaanurk*.

Lisaks *fažri* teemale, võite seekord lugeda ka sellest, mida teha laste halva käitumise korral ja kuidas külmetunud last ravida; uurime, milliseid taimi ja vilju on võimalik ravimitena kasutada; õpime, kuidas oma kannatlikkust suurendada ja tutvume lähemalt sellega, mida kujutab endast *širk* Jumala teenimises.

Fi amani llah!

Kuukirja koostajad



SISUKORD:

Kuidas <i>fažrit</i> õigeaegselt palvetada? (Aisha)	4
Kuidas <i>fažriks</i> tõusta? (Aisha)	8
7 nõuannet, kuidas peale <i>fažrit</i> ärkvel püsida (Aisha)	11
Islamiuudised (Kauthar)	13
Minu lugu (Marianna)	16
Moslemipäevikud: Minu Ghana (6. osa) (Eileen).....	18
20 nõuannet õdedele enne abiellumist : Lahkarvamused (Hawa).....	20
Eriline laps : Halva käitumise vastu (Rubaba)	22
Laps ja külmetushaigused : Laps ja külmetushaigused (Annely).....	26
Looduslik ravi : Banaan tableti asemel (Khadija)	29
Elu eesmärk - Paradiis : Kannatlikkuse tugevdamise viisid (Amina Irimaalt).....	31
Lugeja küsib, lugeja vastab!.....	35
Pudrupotike, keeda! (Karima, Zeynep, Sarah)	42
Koraaninurk : Suurat ul- <i>fažr</i> (89) (Aisha)	43
<i>Hadiithinurk</i> : <i>Fažr</i> (Aisha).....	49
<i>Fatwanurk</i> : <i>Fažri</i> palve (Aisha)	51
<i>Duaanurk</i> : <i>Fažri</i> õnnestumiseks (Aisha)	53
Ma käin islamiülikoolis : <i>Širk tawhiid al-ibaada</i> (Eileen)	62
Lastele: Liiv ja kivi (Khadija)	65

KUIDAS FAŽRIT ÕIGEAEKSELT PALVETADA?

Tõlkinud: Aisha

Allikas: <http://www.salafipublications.com/sps/sp.cfm?subseclD=IBD05&articleID=IBD050001&articlePages=1>

„Kuid neile järgnesid järeltulijad, kes jätsid palve unarusse ja järgisid ihasid. Seega kohtuvad nad kurjaga, välja arvatud need, kes pattu kahetsevad, usuvad ja head teevad. Nemad sisenevad Paradiisi ja neile ei saa osaks ebaõiglus.“ (19:59-60)

MOŠEED ON TÜHJAKS JÄÄNUD

Järjest rohkem moslemeid puudub *fažri* ajal mošeest kogukonnapalvelt¹. Mošeed on *fažri* ajal tühjad, kui välja arvata paar vanainimest ja mõni üksik keskeas mees. Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) on meile parimaks eeskujuks. Tal oli kombeks pikki tunde öösel palveseista, kuid siiski õigel ajal *fažriks* tõusta. Teda järgisid tema kaaslased ja kõik moslemid, kuni ühel hetkel hakkas maad võtma laiskus. Nad

¹ Jutt käib meestest, kuna vaid meestele on kohustuslike palvete kogukonnas sooritamine kohustuslik. Naise jaoks on parim palvetamise koht tema kodu. Samas õigeaegselt peavad palvetama nii mehed kui ka naised. (tõlkija märkus)

teadsid, mis põhjustab laiskust ja vähendab motivatsiooni õigel ajal palvetada – olgu tege mist siis kohustuslike või vabatahtlike palvete ga – ja hoiatasid inimesi selle eest niivõrd, et osad neist on allikate kohaselt lausa öelnud: „Kui sa öösel palvetada ei suuda, siis see on selgeks märgist sellest, et su patud on sind enda alla matnud ning su kõigest heast ilma jätnud.“ Kord küsiti Al-Hasan Al-Basri käest: „Miks me ei suuda öösel palvetada?“ ja ta vastas: „Teie patud on teid enda alla matnud.“

Moslemitel puudub motivatsioon; vastasel juhul ei annaks nad võitluses unega alla isegi siis, kui peaksid esimese osa ööst ärkvel veetma. Kui meil on vaja töö või ükskõik mis muu ilmaliku põhjuse tõttu hommikul vara tõusta, siis teeme selleks kõik, et me ka üles saaksime. Vahel ei saa me terve öö rahu, kuna kardame hommikul sisse magada – kardame karistust või palgakärbet. Mis aga puutub palvesse, siis nohiseme rahulikult, kuni on juba liiga hilja. Meil ei ole mingit vabandust *fažri* sisse magamiseks, eriti tänapäeval, kus meil on olemas äratuskellad, mida saame helisema panna just

sellel ajal, mis meile vajalik on. Ainus probleem on laiskus ja sellised inimesed ei tea, millest nad ilma jäävad. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) on nende kohta öelnud, kes *fažri* ja *iša* palvele ei ilmu: „Kui üks neist oleks teadnud, et leiab siit korraliku eine või paar väärtuslikku sihtmärki, oleks ta *išale* tulnud.“

See, kes siiralt soovib oma hinge kahepalgelisusest puhastada, hoidugu laiskuse eest, olgu aktiivne ja täitku meie usu poolt määratud käsked ja näpunäiteid, võtku initsiatiiv enda kätte ja mõistku, millest tema ja kõik tema olukorras olevad moslemid ilma jäävad nii tervislikust, kui ka Jumala poolt antava tasu aspektist lähtuvalt. Ainult siis on tal võimalik Jumala abiga oma käitumist muuta ja see tasa teha, mis tegemata.



MOSLEMID ON NÕRGAKS JÄÄNUD

Vähe sellest, et moslemeid jääb *fažri* ajal mõnes järjest vähemaks, on olukord ka kodudes lausa katastroofiline – hirmuäratavalt paljud moslemid palvetavad *fažrit* alles siis, kui päike on juba tõusnud ja seega *fažri* aeg läbi. Põhjuseks võib olla see, et nad raiskavad mõttetult oma õist aega meelelahutusele ja muule taolisele, mis tänapäeval nii levinud on: vaadatakse filme, istutakse arvuti taga, lobisetakse sõpradega tühjust-tähjust jne. Me võime ju mõelda, et mis see üks film siis ikka teeb; ma pean ju puhkama ka; see on minu aja mahavõtmise hetk; see on minu võimalus pikast tööpäevast puhata jne, aga reaalsus on see, et üks pisike kõrvalekalle või patt viib järgmise ja suuremani – istud öösel üleval, vahid filmi või surfad Internetis, hommikul aga magad *fažri* rahuliku sü-

damega maha ja leiad vabanduseks, et olid väsinud. Kas su prioriteedid ei ole natuke paigast ära? Peale pikka ja väsitavat päeva peaksid vara magama minema, mitte televiisori või arvuti ees oma väsinud silmi rikkuma!

Meie esivanematel oli kombeks vara magama minna ja vara üles tõusta. Nende jaoks ei olnud *fažr* mingi probleem. Sellepärast olid nad ka õnnelikumad, rahulikumad ja tervemad. Me võime arvata, et meil on tänapäeval väga mugav elu ja palju võimalusi, kuid tihti need võimalused hoopis segavad meid, mitte ei too meile kasu. Nii palju on mida teha, näha, proovida, et ajast jääb alati puudu. Aga kas me peame kindlasti kõiki asju katsetama? Tänapäeva maailm on muutnud meie kehad paksudeks ja nõrkadeks, me liigume vähem, magame vähem, puhime juba vähimagi füüsilise pingutuse peale. Meie esivanematel ei olnud pooltki neid võimalusi, mis meil, aga nende elu oli rahulikum ja tervem.

Mõelgem oma igapäevase elu peale. Kas ei oleks aeg midagi selles muuta?

MIDA TEHA?

1. Mine vara magama!

Et hommikul üles saada, peaks ka vara magama minema. Prohvet Muhammedil (صلى الله عليه وسلم) oli kombeks mitte enne *iša* palvet magada² ja peale *išat* enam mitte juttu ajada³. Mõningasi erandeid muidugi leidus, mida imaam Nawawi on ka oma moslemite käitumisõpetuses loetlenud:

„Põhjus, miks peale *išat* ei ole hea enam vestelda, peitub selles, et see võib viia kaua üleval istumiseni, mis omakorda põhjustab unisust ja raskusi koidupalveks tõusmisel. Erandina võib siin käsitleda kasulikke jutuajamisi nagu õppimine; jumalakartlike inimeste lugude kuulamine; külalise, pruudi või pereliikmega vestlemine; reisijatega jutlemine, mille eesmärgiks on tagada nende endi või nende vara kaitse; inimestega vestlemine, et neid omavahel lepita-

² Siin võib Eestile pisikese erandi teha, kuna suvel kipub meil *iša* väga hilja olema ja seega on isegi mõistlik enne *išat* magada, aga tuleb kindlasti *išaks* üles tõusta, et mitte seda palvet maha magada. (tõlkija märkus)

³ Samuti Eesti puhul veidi erandlik, kuid seda talve ajal, mil *iša* on väga varajasel kellaajal. (tõlkija märkus)

da või nende silmis mõnd head eesmärki kaits- ta; hea soovitamine ja kurja keelamine ...“

2. Järgi islami etiketti!

Tuleb olla järjekindel selles, mida islami eti- kett meile enne magamaminekut soovitab, näiteks (a) *duaa* tegemine kämbلائid kokku viies, kolme viimast Koraani suurat retsiteeri- des, seejärel õrnalt kämmaldesse sülitades ja kätega üle näo, pea ja keha tõmmates; (b) nii füüsiliselt kui ka rituaalselt puhas olemine – st *wudu* tegemine enne magamaminekut; (c) peale *wudu* tegemist 2-rakase vabatahtliku palve sooritamine.

3. Palu ärkamiseks abi!

Palu, et su abikaasa, pereliige või naaber sind *fažriks* üles ärataks. Kui oled kord ärkvel, siis tule kohe voodist välja ja ära jää pikutama, sest muidu võid uuesti magama jääda.

4. Võtta kõike islamisse puutuvat südamega!

Kui kord juba kõik islamisse puutuv on saa- nud sulle südameasjast, ei ole islami seadust enam niisama lihtne ignoreerida. Usk peab meie südames olema, meid võimalikult palju- dele headele tegudele innustama ja halbade- st hoidma. Usk on nagu viljapuu, mis kasvatab häid vilju vaid siis, kui selle eest hoolitsetakse – kastetakse, tagasi lõigatakse jne. Vaid nii saa- me end parendada nii isiklikul kui ka sotsiaalsel tasandil. Niisamuti kui hoolitsuseta jäetud vilja- puu metsistub ja selle viljad muutuvad hapuks või mõruks, muutub ka hoolitsuseta usk vilja- tuks. Ei tohi unustada ka seda, et meie süda on ülimalt vastuvõtlik välistele faktoritele nagu üleliigne toit või jook, mida meie silmad näe- vad, mida meie kõrvad kuulevad jne. Kaitskem oma südant igal võimalikul moel välise nega- tiivse mõju eest!

5. Hoidu keelatud ja ebasoovitatavast!

Hoidu kõigest, mis on islamis keelatud ja ebasoovitav, et kaitsta oma silmi, keelt, kõrvu jm kõige selle eest, mis Jumal on meile keela- tuks või ebasoovitavaks teinud. Selle asemel peaksime rohkem tegelema islamis kohustusli-

ke ja soovitatavate asjadega: meie silmad peak- sid rohkem Koraani ja islamialaseid raamatuid lugema, meie kõrvad peaksid kuulma Koraani retsiteerimist ja islamiloenguid, meie meeled peaksid keskendumale Jumala loomingule üle mõtisklemisele, meie keeled peaksid pidevalt Jumalat meenutama ja paluma jne.

Imaam Ibn Ul-Qayyim on öelnud, et patud on haavad ja mõned haavad on surmavad.

6. Mõttele fažri tasupeale!

Kindlasti motiveerib meid *fažriks* üles tõu- ma see, kui meenutame, milline tasu meid ees ootab, kui õigel ajal üles saame ja mõsesse lä- heme. Kui tasu sind ei meelita, siis mõttele karis- tusele.

Uthman ibn Affan (رضي الله عنه) on edastanud: „Ma kuulsin, kui Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „See, kes palvetab iša kogukon- nas, oleks justkui palvetanud poole ööd ja kes palvetab lisaks *fažri* kogukonnas, oleks justkui terve öö palvetanud.“ (Muslim)

Ibn Masud (رضي الله عنه) ütles: „Prohvetile (صلى الله عليه وسلم) räägiti mehest, kes magas läbi terve öö kuni päikesetõusuni (ilma et oleks *fažriks* ärganud), mille peale ta (صلى الله عليه وسلم) lau- sus: „Saatan urineeris selle mehe kõrva,“ või ütles ta: „mõlemasse kõrva.“ (Al-Bukhari, Muslim, An- Nasai) Seda urineerimist võib võtta sõnasõnali- selt, kuna imaam Qurtubi ütles, et saatan tõesti urineerib, on seksuaalvahekorras ja viljastab viisil, mis on teada vaid Jumalale („Fath-ul-Baa- ri“ 3/28). Võrrelge nende nägusid, kes on *fažriks* tõusnud ja õigel ajal palvetanud nende oma- dega, kes ärkavad liiga hilja ja siis end uimaselt tööle veavad ... aga millist nägu lootagi kellelt- ki, kellele saatan on kõrva urineerinud.

7. Mõttele fažri hülgamise kahju peale!

Selleks, et mõista *fažri* hülgamise halbu taga- järgi, nagu näiteks melanhoolia ja depressiiv- sus, paljude religioosete ja ilmalike kasutegu- rite kaotus, tuleb neid kõrvutada kõige positiivsega, mis *fažrist* võita on. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Saatan seob iga magaja kuklasse kolm sõlme. Iga sõlme sõlmimisel lau- sub ta: „Sul on pikk öö magada, seega maga.“ Kui sa aga üles ärkad ja Kõigekõrgemat Jumalat

meenutad, siis tuleb üks sõlm lahti. Kui sa siis wudu teed, tuleb teine sõlm lahti. Ja kui sa palvetama lähed, tuleb kolmas sõlm lahti. Seega tunned sa end hommikul energiliselt ja heas tujus. Vastasel juhul aga tunned sa end masendunult ja laisalt.“ (Al-Bukhari, Malik, Muslim, Abu Dawud)

Fažrile järgnev aeg on täis headust ja õnnistust. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) kasutas seda aega Jumala meenutamiseks kuni päikesetõusu; seejärel palvetas ta 2 rakat. Põlvkonnad peale Prohvetit (صلى الله عليه وسلم) hoidsid sellest sunnast väga tugevalt kinni. Jumalaga suhtlemise rõõmu ja õnnistust ei ole võimalik võrrelda mitte millegiga terves maailmas!



Al-Ghamdi on edastanud, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Oo Jumal, õnnista mu ummat sellel varajasel tunnil!“ Iga kord, kui Prohvet (صلى الله عليه وسلم) kuhugi reisis või ekspeditsioonile läks, alustas ta just sellel varajasel hommikutunnil.

Samuti on fažri palveks ärkamisel palju plusse meie tervisele. Näiteks on kõige kõrgem osoonigaasi (O3) kontsentratsioon õhus just koidu ajal. Hiljem see pikkamisi haihtub ja päikesetõusu ajaks on see täiesti kadunud. See gaas on meie närvisüsteemile väga kasulik,

kuna stimuleerib aju ja annab lihastele energiat. Kui inimene hingab sisse koiduõhku (mida araablased nimetavad *sabaa* tuuleks), tunneb ta end nii nagu ei ühelgi teisel ajal, olgu päeval või öösel. („With Medicine in the Noble Qur’aan“, Abdul-Hameed Dayyaab, lk108.)

8. Hoidu kahepalgelisusest!

Ära kaota aega ja puhasta end kohe ja põhjalikult kahepalgelisusest, kuna fažriks ärkamine ja selle õigel ajal kogukonnas palvetamine tõestab moslemi tugevat usku ja kahepalgelisuse puudumist. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „Tõesti, kahepalgeliste jaoks on kõige raskemad palved, millest kinni pidada, iša ja fažr. Kui nad vaid teaksid, millest nad ilma jäävad, siis nad tuleksid kindlasti, kasvõi põlvili roomates!“ (Al-Bukhari, Muslim)

Prohveti (صلى الله عليه وسلم) kaaslane Abdullah ibn Masud (رضي الله عنه) on kinnitanud: „Tõesti see, kes neilt (st fažrilt ja išalt) puudub, on kahepalgeline.“ (Muslim, Abu Dawud, Ibn Majah, An-Nasai) Ibn Umar (رضي الله عنهما) on öelnud: „Kui näeme, et keegi mees išalt ja fažrilt puudub, muutume ta suhtes kahtlustavaks.“ („Saheeh at-Targheeb wat-Tarheeb“, nr169.)

Seega, parimaks vahendiks inimese usu sügavuse ja aususe usus mõõtmiseks on fažr – kui ta palvetab fažrit nii, nagu ette nähtud, on tal järelikult tugev usk. Kuidas võiks-ki tõsiusklik moslem oma voodis rahulikult magusat und näha, samal ajal kui ta vennad mošees palvetavad ja Koraani loevad? Kuidas võtta tõsiselt moslemit, kes eelistab sooja voodi mõnusid Jumalaga suhtlemisele selleks määratud ajal?

Need olid mõned soovitusel, mis võiks meid aidata fažriks tõusta. Jumal aidaku meil neist kasu saada!



KUIDAS FAŽRIKS TÕUSTA?

Tõlkinud: Aisha

Allikas: <http://productive-muslim.com/how-to-wake-up-for-fajr-part-1/>

Kuidas sina *fažriks* üles saad? Ja ma ei mõtle nii kaks või maksimum kolm päeva, aga kuidas sa järjepidevalt, eksimatult, igapäevaselt *fažriks* üles saad?

Fažriks ärkamise nippe võib leida paljudelt islamilehekülgedelt Internetis. Enamik neist on n.ö ilmalikud (ja neid tuleks kindlasti hea

tulemuse nimel katsetada), aga meie keskenduksime siinkohal n.ö religioossetele nõuannetele.

Mu armsad vennad ja õed, igal päeva loete Al-Fatihats retsiteerides vähemalt 17 korda värssi: „Sind me kummardame ja Sind kutusme appi.“ Kas tahate Jumalat teenida? Jah? Siis on teil abi vaja. Tahate *fažriks* tõusta? Jah? Arvake mida – siis on teil Jumala abi vaja, sest te ei suuda, jah, ma kordan – te ei suu-

da seda teha ilma Jumala abita. Nii, ja nüüd esitage endale järgmine küsimus: Mida ma saaksin teha, et Jumalale näidata, et ma tõesti absoluutselt raudkindlalt tahan *fažriks* ärkata?

On sul kunagi olnud tunne, kui magama lähed, et kindlasti *fažriks* üles saad? Ja kas sul on olnud päevi, kus oled kindel, et magad sisse? Kujuta ette neid kahte stsenaariumi, mille – ma arvan – mõned meist on kindlasti läbi teinud:

1. stsenaarium:

Su *imaan* on laes: palvetasid *witri*, lugesid veidi Koraani ja kuigi *fažrini* on jäänud vaid kaks tundi, oled kindel, et ärkad üles, sest oled oma mõtte, südame ja keha selleks häälestanud. Mõnikord sa ärkad lausa keset ööd, sest arvad, et *fažr* on juba käes, kartes sisse magada.

Kui sinu kogemustepagasis selline kogemus puudub, siis kujuta ette mõnd korda, kui oled pidanud vara lennuki, bussi või rongi peale minema ja kartsid, et magad sisse, seega ärkasid iga natukese aja tagant, et kella kontrollida.

2. stsenaarium:

On päevi, mil sa sügaval sisimas tegelikult ei tahagi üles ärgata ja loodad, et magad sisse, et ei peaks süütundega elama. Kuid Jumal on sulle armuline ja äratab su ikkagi üles ja siis algab lahing järelabelarmi ja saatana tuntud „ainult 5 minutit veel“ trikiga.

Kuidas iga päev 1. stsenaariumi järgida?

Nende kahe stsenaariumi vahe seisneb selles, et ühe kohaselt sul on sügaval sisimas tunne, et ärkad üles ja teise kohaselt, et ei ärka, sest tegelikult sa ei tahagi ärgata ja ei ole valmis saatana vastu võitlema.

Siinkohal tooksin ära mõned praktilised vaimsed nipid, mis aitaksid sul *inšaAllah* alati 1. stsenaariumi järgi elada:

- Tunne Allahit: See on *fažriks* ärkamise võti ja kõige tähtsam nipp. Kui tead, Keda sa kummardad ja tead, et Ta tahab, et sa hommikul Tema jaoks palveks üles tõuseksid, siis ärkad ka üles. Me hakkame 2. stsenaariumi järgima ainult siis, kui ei anna endale aru, kes Jumal on.

- Siirus: Ole oma soovis ärkata siiras. Ära ütle, et *inšaAllah* oleks tore, kui ma üles saaksin vaid kinnita, et ärkad kindlasti *fažriks*! Vahel ma leian, et sellest on abi, kui enne magama-

minekut endaga väikese diskussiooni maha pean ja kinnitan: „Ma ärkan *fažriks* üles! Mind ei huvita kuidas, aga kindlasti ärkan!“

- Wudu enne magaminekut: Ibn Abbas (رضي الله عنه) on edastanud, et Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „*Puhastage neid kehi ja Allah puhastab teid, sest iga sulasega, kes läheb puhtuse seisundis magama, veedab öö ingel ja iga kord kui ta külge keerab, ütleb ingel: „Oo Jumal, andesta Oma sulasele, sest ta läks puhtuse seisundis magama.“* Kas arvad, et sellisel inimesel lastaks sisse magada?

- Witri palve + duaa: Ära enne *witri* palvetamist magama mine ja palu *witri* ajal Jumalat, et ta aitaks sul *fažriks* üles tõusta. Ära unusta: „Sind me kummardame ja Sind me kutsume appi.“

- Loe Koraani: Päeva Püha Koraani värssidega lõpetamine aitab sul kindlasti paremini palveks tõusmisele keskenduda. Prohvet Muhammedil



(صلى الله عليه وسلم) oli kombeks magamaminekueelseks lektüüriks soovitada *suurat Al-Saždat* ja *suurat Al-Mulki* (nr 32 ja 67).

- Meenuta Jumalat, enne kui magama lähed: See kuulub esimese punkti alla, millest juttu oli. Kõik kasulikud *duaad*, mida enne magamaminekut öelda, leiad näiteks raamatust „Moslemi kindlus“ („Fortress of the Muslim“)¹. Võid vajalikud välja printida või paberile kirjutada ja alguses need maha lugeda, aga umbes nädalaga kuluvad need sulle

¹ Kõik magamaminekuga seotud *duaad* raamatust „Moslemi kindlus“ on tõlgitud ka eesti keelde. Võid need leida käesoleva kuukirja duaanurgast või ka meie kodulehelt www.islam.pri.ee – TUGISAMBAD – Palve-SALAAT – Duaa ehk suplikatsioon – Duaakogumik „Moslemi kindlus“ (tõlkija märkus)

nagunii pähe, kui neid igal õhtul loed.

- Ära unusta tasu, mida fažri palvetamise eest saab:

See, kes fažrit palvetab, ei ole kahepalgeline; ta saab Viimsel Kohtupäeval valguse; ta on terve päeva Jumala kaitse all; tema laiskus eemaldatakse temalt ja ta on terve päeva vitaalne ja produktiivne – need on vaid mõned kasutegurid, mida fažri palvetajatele lubatud on. Pea need meeles ja saad kindlasti ülesse!

Veel kasutan ma selliseid nippe:

- Palu mõnel sõbral või pereliikmel end üles äratada:

Minu jaoks toimib see kõige paremini. Lepi kas pereliikme, sõbra või abikaasaga kokku ja aidake teineteist fažriks üles tõusta. Kui sina ärkad enne, siis ära ole isekas ja ärata teised ka üles!

- 1,5 tunni magamise reegel:

Uneteadlased on kindlaks teinud, et iga täiskasvanu üks unetsükkel kestab 1,5 tundi, seega on kõige lihtsam üles ärkida unetsükli lõpus, ehk siis 1,5, 3, 4,5, 6, 7,5, 9 tundi peale magamaminemist. Seega, kui fažr on näiteks kell 5 hommikul ja sina lähed magama kell 12, siis pane äratuskell helise-

ma kell 4.30, sest see annab sulle 4,5 tundi aega magada. Muidugi, kui sul läheb pool tundi aega, enne kui üldse magama jääd, tuleks sul oma arutuses ka sellega arvestada.

- Tee pärastlõunal väike uinak:

Veel üks väga kasulik nipp otse sunnast, mida väga paljud tublid moslemid soovivad – tee pärastlõunal pisike uinak, olgu see kasvõi kõigest 20 minutit. Mina olen 20-minutilise uinaku fänn ja prakti-



seerija olnud juba 3 viimast aastat ja uskuge või mitte, aga see värskendab väga tõhusalt ja annab palju uut energiat.

- Luba endale korralik hommikusöök, kui fažriks üles saad:

Mina olen hommikusöögiinimene, seega kui ärkan vara, tahan ka korralikult hommikust süüa. Mõnikord ootan ma järgmist hommikusööki juba eelmisel pärastlõunal – minu jaoks on see nagu väike igapäevane kingitus, mis mu päevale tugevalt ja rõõmsalt hoo sisse lükkab *inšaAllah*.



- Tunne Allahit

- Siirus

- Wudu enne magamaminekut

- Witri palve + duaa

- Loe Koraani

- Meenuta Jumalat, enne kui magama lähed

- Ära unusta tasu, mida fažri palvetamise eest saab

- Palu mõnel sõbral või pereliikmel end üles äratada

- 1,5 tunni magamise reegel

- Tee pärastlõunal väike uinak

Luba endale korralik hommikusöök, kui fažriks üles saad



7 NÕUANNET, KUIDAS PEALE FAŽRIT ÄRKVEL PÜSIDA

Tõlkinud: Aisha

Allikas: <http://productivemuslim.com/7-tips-on-how-to-stay-up-after-fajr/>

Ei ole midagi hävitavamad meie päeva produktiivsusele kui hilja tõusmine, hooletult riie-tumine ja seejärel oma igapäevase töö juurde jooksmine, mõte alles padjal. Võid püüda ära teha kõike, mis nimekirja sai, aga enne kui aevastadagi jõuad, on juba õhtusöögi aeg käes; *iša* ja uneaeg polegi enam kaugel. Tunned end tõelise luuserina! Probleem seisneb tegelikult selles, et sul oli 2-5 tundi täiesti tasuta lisa-aega, et võimalikult palju ära teha, aga sina magasid selle lihtsalt maha!

Mis ajast ma räägin? Eks ikka sellest ajast, mis *fažrile* järgneb. See on õnnistatud aeg, mille kohta Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) *duaad* tegi: „Oo Jumal, õnnista mu ummat sel varajasel tunnil!“

Siin on 7 nõuannet, mis aitavad sul hommikul peale *fažrit* üles jääda ja seda aega võimalikult kasulikult tarvitada:

1. Mine vara voodisse!

Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) ei ajanud peale *išat* kunagi niisama juttu ja tema majapidamises mindi siis alati magama.

Samamoodi elasid ka meie esivanemad, kui elektrit veel ei olnud ja inimesed elasid päevavalguse järgi.

2. Sõlmi oma kolm sõlme lahti!

Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „*Saatan seob iga magaja kuklasse kolm sõlme. Iga sõlme sõl-mimisel lausub ta: „Sul on pikk öö magada, seega maga.“ Kui sa aga üles ärkad ja Kõigekõrgemat Jumalat meenutad, siis tuleb üks sõlm lahti. Kui sa siis wudu teed, tuleb teine sõlm lahti. Ja kui sa palvetama lähed, tuleb kolmas sõlm lahti. Seega tunned sa end hommikul energiliselt ja heas tu-jus. Vastasel juhul aga tunned sa end masendu-nult ja laisalt.*“ (Al-Bukhari, Malik, Muslim, Abu Dawud)

Pole ime, et saatan üritab meid hoida Jumalat teenimast, aga meie ei pea talle tema kavatsustes alluma. Meil on selleks mitmeid mooduseid: (a) Jumala ülistamine, (b) *wudu* tegemine enne magamaminekut, (c) palve. Peale palvetamist ära mine tagasi voodisse. Kui vaja, siis pese oma nägu külma veega, söö või joo midagi – see aitab reeglina unisuse vastu.

3. Meenuta peale *fažrit* Jumalat!

Kui sa ikka veel tahad oma mugavasse ja

sooja voodisse tagasi pöörduda, siis ära unusta, et parim palve pikendus on *dhikr* ehk Jumala meenutamine. Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „Inglid paluvad Jumala andestust kõigile teist, kuni te olete palvekohas ja gaasi ei väljuta. Nad ütlevad: „Oo Jumal, anesta talle! Oo Jumal, ole talle armuline!”“ (Al-Bukhari)

Mida kauem sa üleval püsid, seda vähem tõenäoline on, et sa uuesti magama lähed. *Duaad*, mida peale palvet ja hommikul öelda, leiad *duaakogumikust* „Moslemi kindlus“ („Fortress of the Muslim“)¹.

4. Palveta *dohat*!

Doha palve on vabatahtlik palve, mida palvetatakse vahemikus umbes 20 minutit peale päikesetõusu kuni 45 minutit enne *dohrit*. Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „Igal hommikul peab igaüks teist iga kondi eest oma kehas almust andma. Iga Jumala ülistus (*subhaanAllah*) on almus, iga Jumala kiitus (*alhamdulillah*) on almus, iga Jumala ainsuse kuulutamine (*lää iläähä illa llaah*) on almus, iga Jumala suuruse kuulutamine (*Allaahu akbar*) on almus, hea soovimine on almus, halva keelamine on almus ja kaks ennelõunal palvetatud rakat on piisav.“ (Muslim) Kes siis sellist tasu ei tahaks? Ja selleks ajaks, kui *doha* palvet on lubatud sooritada, oled juba päris ärkvel ja lisaks oled saanud vahepealset aega Jumala meenutamiseks või Koraani lugemiseks kasutada.

5. Aeg Koraani jaoks!

Peale *fažri* palvet on suurepärase aeg olla Koraaniga kahekesi. Enne kui igapäevased toimetused sinu tähelepanu endale nõuavad, kasuta seda aega, et Koraani lugeda, selle üle mõelda ja seda pähe õppida. Kui hommikune aeg mööda lasta, on hiljem päeva jooksul seda väga raske leida, et Koraaniga tegeleda. Usku-

ge mind, see aeg tuleb kõigile meile tohutult kasuks!

6. Tee trenni!

Varahommikune jalutuskäik või võimlemine paneb meie vere hästi käima ja nii on meil päeva jooksul rohkem energiat, et ärkvel püsida ja kõige olulisega hakkama saada *inšaAllah*.

7. Ülesannete nimekiri!

Kas sinuga on kunagi nii juhtunud – oled varavalges ärkvel; tunned, et võiksid midagi ära teha; vaatad enda ümber ... ja hakkad mõtlema, et mida teha? Kui sul hommikuks plaani ei ole, siis vahid tõenäoliselt niisama mõttetult ringi või lähed uuesti magama. Kasuta oma hommikuid targalt ja koosta selleks puhuks nimekiri asjadest, mis oleks vaja ära teha. Nii saaksid omale eesmärgiks seada näiteks 3-5 ülesannet nimekirjast igal hommikul.

Kui sa peale *fažri* magama ei lähe ja oma aega targalt sisustad, siis selleks ajaks, kui kooli või tööle lähed, oled energiast pulbitsemas, juba Koraani lugenud, Jumalat meenutanud, lisapalve teinud ja oma nimekirjast ülesandeid täitnud. Ja terve päev on sul veel ees, *mašaAllah!*



¹ Kõik magamaminekuga seotud duaad raamatust „Moslemi kindlus“ on tõlgitud ka eesti keelde. Võid need leida käesoleva kuukirja duaanurgast või ka meie kodulehelt www.islam.pri.ee – TUGISAMBAD – Palve-SALAAT – Duaa ehk suplikatsioon – Duaakogumik „Moslemi kindlus“. (tõlkija märkus)

Rubriigi autor: Kauthar

ISLAMIUUDISED



IRAAN TEEB LENNULIIKLUSE PALVUSTE JÄRGI ÜMBER

Allikas: <http://www.ohtuleht.ee/504619> (29.12.2012)

Iraani tsiviillennundusorganisatsioon võttis vastu otsuse, mille kohaselt peavad lennukid hakkama arvestama islamiusus olulisi palvusele kutsumise aegu.

kutsumise ajal lennata ning ei tohi startida ka vähemalt pool tundi pärast seda, vahendab ajaleht Pittsburgh Post-Gazette.

siiski ka segaseks. Näiteks pole selge, kas uute reeglite kohaselt sunnitakse maanduma või kõrvale põikama ka riigist üle lendavaid õhusõidukeid. Samuti ei kutsuta palvusele kõikides kohtades samal ajal, see

See tähendab muu hulgas, et lennukid ei tohi palvusele

Islamiusulisi kutsutakse palvusele viis korda päevas. Mitu asja jääb uute reeglite puhul

oleneb päikese tõusu ning loojumise kellaajast.

MÜÜGIHITT: NAFTARIIGIS SELJATAS PIIBEL „HALLID VARJUNDID“

Allikas: <http://majandus.delfi.ee/news/uudised/muugihitt-naftariigis-seljatas-piibel-hallid-varjundid.d?id=65469888>

Norra kuningriigi mööduva aasta kõige müüdumaks raamatuks on Piibel. Ainuüksi mulu novembris müüdi Norras kokku 157 000 Piibli eksemplari.

Piibli raamatute müügi võidukäik algas pärast seda, kui eelmise aasta oktoobris anti riigis välja uus tõlge heebreata ja kreekakeelsetest väljaannetest.

Seejärel on muutunud piibel Norras bestselleriks.

Norra Piibli Seltsi esindaja Dag Smemo, kes juhtis ka müügihitiks kujunenud Piibli väljaandmist, ütleb, et Piibel on Norras püsinud kauem ja paremal positsioonil müügiedetabelis kui Justin Bieberi biograafia või "hallide varjundite" raamat.

Smemo sõnul olid kreeka- ja heebreakeelsed tekstid väga kvaliteetsed, kuid kuna Piibli uue väljaande tõlkimine on väga vastutusrikas ülesanne igas riigis, siis pidasid nad keelilistes küsimustes nõu väga paljude spetsialistidega.

"Piibli tõlkimine on tundlik teema. Inimesed ütlevad alati, et olemasolev versioon on hea küll. Seetõttu konsulteerisime nii ilmalike kui usklikte, erinevate keeleteadlaste kui luuletaja-

Guardianiga kõnelenud

tega. Arutasime tõlget peaaegu sõna-sõnalt. Ja mul on väga hea meel, et inimesed on rahul. Uut Piiblit ostavad nii ateistid, moslemid kui ilmalikud inimesed ja kiidavad. Rahvas ütleb, et

Piibel on meie kultuuri alustala," rõõmustab Smemo.

Norra Piibli Seltsi direktor Anne Veiteberg rääkis Guardianile, et uus Piibel on kaasaegsemas norra keeles ja seetõttu

lihtsam lugeda. Samas on ta keeleliselt lähemal algsele kreeka- ja heebreakeelsele tõlkele kui vanemad versioonid, mis teeb uue Piibli poeetilisemaks ja kujundlikumaks."

PRANTSUSE SATIIRIAJAKIRI AVALDAS KOOMIKSI PROHVET MUHAMEDI ELUST

Allikas: <http://www.delfi.ee/news/paevauudised/valismaa/prantsuse-satiirajakiri-avaldas-koomiksi-prohvet-muhamedi-elust.d?id=65478574> (02.01.2013)

Prantsuse satiirajakiri, mille toimetust tunamullu prohvet Muhamedi pilavate karikatuuride avaldamise eest süütepommidega rünnati, üllitas kolmapäeval islamirajaja elust pajatava koomiksi.

Nädalikirja Charlie Hebdo toimetaja Stéphane Charbonnier kinnitas, et "Muhamedi elu" pealkirja kandva uue raamatu koostamisel on tehtud põhjalikku eeltööd ning selle eesmärk on hariduslik. Koomiksi koostaja on Prantsuse-Tuneesia sotsioloog, vahendab BNS.

"See on islami heakskiiduga biograafia, sest selle toimetaja

jad on moslemid," ütles eelmisel nädalal Charbonnier.

Ta lisas, et ka kõige üllamad moslemid ei leia raamatust midagi kohatut.

Charlie Hebdo on varem moslemeid prohvet Muhamedi tõganud karikatuuridega raevu ajanud.

Charbonnier' sõnul tekkis tal koomiksi idee 2006. aastal pärast seda, kui üks Taani ajaleht avaldas Muhamedist karikatuurid, mis vallandas mitmel pool islamimaailmas vägivaldseid meeleväljavaldu.

"Enne mõne tegelase üle naermist oleks parem teda tundma õppida. Kui me Jeesu-

se elu kohta teame palju, siis Muhamedi kohta ei tea me midagi," ütles ta.

Kolmapäeval ei ole kuus euroot maksvale koomiksile veel olulist vastukaja tulnud, kuid esmaspäeval nimetas Türgi peaministri Recep Tayyip Erdoğan kõrge poliitnõunik selle avaldamist sihilikuks provokatsiooniks.

Charlie Hebdo kontoris heideti 2011. aastal süütepomm ja selle kodulehele häkiti sisse, sest ajakiri oli avaldanud mitu karikatuuuri prohvet Muhamedist. Charbonnier'le on tehtud tapmisähvardusi ja ta elab politsei kaitse all.

ERINEVAD USUNDID VÄÄRIVAD RIIGILT VÕRDSET KOHTLEMIST

Allikas: <http://rahvahaal.delfi.ee/news/uudised/erinevad-usundid-vaarivad-riigilt-vordset-kohtlemist.d?id=65494798> (06.01.2013)

Eestis on vähemalt seaduse paberite järgi riik ja kirik lahutatud ja eelisseisundis religioon puudub. Vaatamata sel-

lele võime kristlike kaplaneid leida erinevate ametkondade palgalehtedelt. Kõrget esikohata hoiab siin vaieldamatult Ees-

ti Kaitseväge.

Isiklikult pole ma usuvastane võitlev ateist, kaugel sellest, kristlikud moraalnormid kattu-

Ma ei salli lihtsalt silmakirjalikust ja riigi poolt varjatult ühele ususuunale rohelisema teed andmist. Riigi alusdokumentidesse kirjutatu ei ole sugugi kooskõlas tegeliku eluga. Miks peaks ateistlik, maausuline või moslemist maksumaksja maksma palka hingekarjasele, kelle poolt levitatakse sõnum ei pruugi ühtida tema usuliste veendumustega. Tegelikult riigikirikuta ühiskonnas ei peakski, aga praktika räägib teist keelt. Religiooni ja riigi lahususe mõte seisnebki solvumiste vältimises. Vähemalt mulle mõisteta-vas teoorias.

Usk on sisetunde küsimus, igaüks teeb oma valikud ise ja järgib seda, mida südametun- nistus heaks kiidab. Seetõttu on riigil 21. sajandil lausa koha- tu omada kellegi suva järgi vali-

tud usku propageerivaid tasus- ametikohti. Usulisi vajadusi saab rahuldada vaba- tahtlikkuse alusel koondunud kogudustes, seltsingutes või muudes kodanike ühenduste vormides. Mõttekaaslastel on ka täielik voli koguda raha ja ta- sustada pastori või mõne muu usuks vajaliku tegelase tööd ja vaeva.

Kindlasti leidub meie keskel inimesi, kes usuvad jõuluvana ja päkapikke. Kui riik peab vaja- likuks oma aparaadis kristlike kaplanite olemasolu, siis tasuks kaaluda ka jõulutegelaste aas- taringset palkamist. Olgem tol- erantsed ja arvestagem võrdse kohtlemise printsiipi. Muuseas päkapikud võivad osutada vä- gagi kasulikeks olevusteks. Pä- rimuste kohaselt jälgivad need väikest kasvu habemega me- hehakatised terve aasta laste tegemisi ja teevad enne kingi-

koti pakkimist nähtust-kuul- dust jõuluvanale ettekande. Miks mitte kasutada neid pu- namüts näiteks erinevate ametkondade sisekontrolli osakondades. Kõikenägevad silmad selgitavad kiirelt paha- retid välja ja kuri leiab teenitud palga. Korruptandid värisege. Tundub jabur mõttekäik, aga riigi poolt tasustatud kristlikku evangeeliumi kuulutavate kap- lanite taustal ilmselt mitte.

Seda lugu kirjutades ma sii- ralt ei tahtnud solvata kellegi usulisi tundeid. Pean väga lugu usklikest inimestest, kuulugu- nad mistahes konfessiooni või ükskõik millisesse rahumeel- sesse rühmitusse, iseendasse uskujatest rääkimata. Mind häi- rib vaid riiklikult ühe usundi ee- listamine ja sellega seotud töö- kohtade maksumaksjalt kogutud andami eest tasusta- mine.

HUVITAVAT LUGEMIST:

AHTO LOBJAKAS: ISLAMI TEINE TULEMINE. Arvamus (18.01.2013)

<http://arvamus.postimees.ee/1107702/ahto-lobjakas-islami-teine-tulemine/>

AGU UUDELEPP: USKMATUTE USUHULLUDE RIIK. Arvamus (10.01.2013)

<http://www.maaleht.ee/news/uudised/arvamus/agu-uudelepp-uskmatute-usuhullude-riik.d?id=65509750>

OLIN TÜRGIS SUFI. Reisijutt. Eesti Ekspress (19.01.2013)

<http://www.ekspress.ee/news/kohver/uudised/olin-turgis-sufi.d?id=65539648>

METSALASTE KADUV KODU. Reisijutt. Eesti Ekspress (11.12.2012)

<http://www.ekspress.ee/news/kohver/uudised/metsalaste-kaduv-kodu.d?id=65372062>

Minu lugu

Võib-olla vähem kui aasta tagasi ei oleks ma suutnud uskudagi, et minust kunagi moslem saab või seda, et ma sellest üldse huvituks.

Minnes tagasi nüüd aasta või paar, siis olin ma pidevalt vaikne, koguaeg omas mullis nagu öeldakse. Ma mõtlesin pidevalt selle üle, et elul peab ju mingi mõte olema. Mäletan hästi, kui mu sõbranna mainis, et mis mõttega osta endale maja ja uhkeid riideid, kui me ükskord selle kõik kaotame. See tundus mulle väga imelik ja ebaaus. Milleks siis tõesti vaeva näha, kui ühel päeval ma suren ja kõik selle kaotan?

Religioonid on mulle alati huvi pakkunud, aga tol ajal ma ei suutnud seostada mitte ühtegi religiooni sellega, mille peale ma pidevalt mõtlesin. Islamist teadsin, et käiakse Mekas palverännakul, palvetatakse 5 korda päevas, enne palvetamist tehakse *wudu*. Seda me õppisime koolis ajaloo tunnis, kus meil oli teemaks Saudi-Araabia.

Lapsena elas mu naabruskonnas üks pere, kes olid kristlased ja nende laps, kes oli minu- ga ühevanune, käis minuga lasteaias samas rühmas. Ma sain selle tüdrukuga väga hästi läbi ja kui ta hakkas vanemas eas mulle Jumalast rääkima, kuulasin ma ta alati ära. See polnud minu jaoks tüütu või mõttetute teema. Kristluse kohta hakkasin ma ka ise lähemalt uurima ja sugulaste juures oli isegi Piibel olemas ... Ei olnud see ikkagi päris see, mis vastaks minu küsimustele.

2012. aasta mais käisin Saksamaal. Kohtasin seal esimest korda moslemeid. Nad olid väga kenad ja viisakad nii minu kui kõikide inimeste vastu. *Alhamdulillah*, ma pole kunagi vaadanud ühtegi moslemit halva pilguga, mind mee-

dia ei kõigutanud, sest teadsin juba tol hetkel, et nn halbu inimesi leidub ju igas kultuuris.

Lisaks Saksamaale on mul ka interneti kaudu moslemitest sõpru, kellega olen juba üle kahe aasta suhelnud, aga ühel päeval sain teada, et oli juhtunud kurb õnnetus ja üks neist sai surma. Ma olin väga kurb, sest ma olin harjunud, et saan temaga alati rääkida. Me ei rääkinud alati usuteemadel, aga siiski hakkas mul tema usu kohta huvi tekkima.

Rääkisin ka muude moslemitega, küsisin ja uurisin, et mis asi see siis tegelikult on? Sain vastuse igale oma küsimusele, aga siis lõi mulle äkki pähe, et kas Eestis ka moslemeid on? Ma

google'dasin ja leidsin islam.pri.ee lehekülje. Ka seal lugemin päris palju huvitavat.

Seega üritasin ka ühendust võtta Eesti moslemitega. Nii siis sain ka teada Facebooki gruppist, kus on Eesti moslemid. Ma liitusin ja ma ei kahetse.

Tänu islamile olen saanud vastuse igale oma küsimusele ja ei pea enam pead vaevama sellega, mis on elu mõte ja mille/kelle jaoks ma kõike teen. Olgugi, et islam võib mõne jaoks tunduda nii „elu piirav“ usk, olen ma siiski õnnelik, et selle leidsin. Ma vaatan maailma hoopis teise ja parema pilguga, isegi väikesi detaile elus, mida me ei pruugi märgata. *Alhamdulillah!*

Marianna





MINU GHANA (6. OSA)

OUR DAY ehk MEIE PÄEV

Nende koolisüsteem on teisiti jaotatud kui meil. Nendel on 3 semestrit, ja pärast igat õppesemestrit on kuuajane vaheaeg. Seega lõpptulemuseks on vaheaega sama palju kui meil suveheaega üheskoos, aga neil on see siis aasta peale ära jaotatud.

Kolm korda aastas enne vaheajale minekut, on nende jaoks väga tähtis päev. Juba nädal enne on kuulda igalpool hõiskamist 'Our Day! Our Day! Our Day!'

Sel päeval nad jagavad üksteisele kingitusi, linnalapsed ja orbudekodu lapsed siis. Aga peamine probleem on see, et orbudel ei ole midagi vastu anda. Paar päeva enne leidub siin-seal mossitavaid nägusid, kes mõtlevad kurvastuse ja häbiga, et neil ei ole õpetajatele ega sõpradele midagi kinkida. Seega, kui neile eraldada kas või paar küpsist või mõni õun, siis nad on nad taas oma normaalolekus ehk väga õnnelikud ja kingivad need oma õpetajatele või sõpradele. Ja veel

mõnda aega pärast seda päeva leidub igäihel ka mingit väikest oma snäkki, lisaks kolmele fikseeritud toidukorrale – mis nad kingituseks said, seega küpsised ja kommid on hoos sellel ajal. Kõige nunnum on aga see, et neil ei ole endalgi midagi ja see on ka ainus küpsisepakk, mis neil ehk on, aga



nad on valmis selle sulle kinkima, et sa oleksid rõõmus. Jumal õnnistagu neid!



Selle päeva hommik algab varavalges suure söögitegemisega, sest sellel päeval minnakse kooli oma moonaga ja parema toiduga kui tavaliselt. [Muidu on lõunasöök kooli poolt.] -> Seega nende eineks oli riis ja tomatikaste, mis on peaaegu kõigi nende lemmik. Ja lemmik on kindlasti, kui riis on tehtud palli kujuliseks. Maitset see ju ei muuda, aga pall pidavat palju vingem värk olema kui lihtsalt riis. Ja mis tavapärasest erinev, sai igaüks endale ka

ühe praemuna kaasa – tavaliselt seda nad niisama ei saa.

Kui toit käes, pakivad nad endale selle kuskile korvi või kuhu iganes ja sammuvad oma kõige vingemate riietega kooli poole. Ja umbes samal ajal saabub ka linnast koolibuss koos linna lastega ja õige trall võib alata!

Nende päeva hommikul ma otsustasin neile jagada kogu nänni, mis mu sõbrad ja perekond olid minuga almuseks kaasa saatnud. Peopäeva puhul või nii, et kui juba, siis juba ja rohkelt ja uhkelt. Küll *chupa-chupsid* ja uued riided ja uued mänguasjad ja kõik muu ja nalja ja kilkamist siia-sinna sai nii palju, nii palju. Ma lubasin enda tuppa vaid kindla vanusegrupi (nende toad on jaotatud vastavalt nooremad tüdrukud/vanemad tüdrukud ja nooremad poisid/vanemad poisid) alusel, sest nende lastega on täpselt selline lugu, et kui neid on üks-kaks, on nad superarmsad, aga kui neid on kõik 40 korraga, siis on lihtsalt selline tunne, et nad on väike loomakarj. Nad ise teavad ka seda ja ütlevad seda ja naeravad, kui sellest juttu tuleb ja teevad seda 'oi-mina-eitea-küll-midagi' nägu.

Igaüks sai valida mis meelepärane ja ülejäänud läks jagamisele – reeglina nad jagavad kõiki oma asju ja riideid, seega kui üks saab endale, siis teised saavad ikka kasutada. Asi mida ma soovin, et ma oleks veel toonud, on kindlalt pesu – sellega on küll täiesti jama

majas. Riideid nagu jagub – küll koledaid ja katkiseid, aga vähemalt on. Ning teine asi, mille peale ma ei oleks tulnud – sel ajal, kui mina läksin, oli külmahooaeg, seega neil ei ole ÜLDSE sooje riideid. Mina muidugi tõin ka suvehilpe, kuid sain aru et tegelikult nad kõik anuvad pikkade käistega riideid, sest neil oli



enamuse aega nii külm. Paljudel ei ole isegi tekki millega ennast öösel katta vaid nad teevad seda kangapoest saadud riidejupikesega. Seega siit ka asjad, mida järgmisel korral *inšaAllah* meeles pidada.

Asjad kätte jaotatud, läks mürgel ja eputamine lahti. Samal ajal, teine vabatahtlik, üks poiss Prantsusmaalt – Lucas, oli hommikul käbe linnas ära käinud ja ostnud neile ka mulliga jooki, igaüks sai ühe pudeli ja see on samuti nende jaoks jube luksus. Kilkamist oli veelgi rohkem.

Enne seda päeva veetakse kõik toolid ja lauad klassiruumidest koolis välja ja tehakse koolile suurpuhastus. 'Our Day' on siis see päev, kus kõigepealt lapsed lippavad oma toidumoonaga kooli, söövad kõik üheskoos rohkelt ja uhkelt, siis tantsivad natukene ja siis kõik rivistuvad koolis

ja loetakse ette paremusjärjekorras õpilaste tulemused. Muidugi on alati eesmärk saada ju vähemalt esikolmikusse, aga loetakse tulemused kuni viimseni välja, mitte ei teatata vaid kindla kohani.



Ühesõnaga, terve päev on rõõmurohke ja see on päev, mida nad aastaringi ootavad; see trumpab vast üle kõik sünnipäevad, jõulud ja muu sellise. Sest see on NENDE päev ja mitte kellegi teise päev. Nad on nii nunnud!

Õhtu, nagu ikka, saab ka sellel päeval veedetud lõkke ääres lugusid jutustades, lauldes või niisama maisitõrvikuid grillides. Ja muidugi palju naeru ja möllu.





20 nõuannet õdedele enne abiellumist

Tõlkinud: Hawa

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

5. Kui sinul ja sinu abikaasal on vigu või lahkarvamusi, siis uputa need armastuseookeani.

Siis kui Allah löi abikaasad, mehe ja naise, ütles Ta, et neid seob seaduslikult abielu nii nagu Allah Kõige Kõrgem seda käskis. Ta pani sinu, kallid õde, ja sinu abikaasa vahele armastuse ja kiindumuse.

Jumal Kõige Võimsaim ja Majesteetlik ütles: „**Oo teie, kes te usute, olge jumal kartlikud ja otsige võimalusi Talle läheneda ja püüelge Tema teel, et oleksite edukad.**“ (5:35)

Siiski, väga tähtis on meeles pidada, et inimese loomulik viis ja tegemine teevad väga raskeks selle, et kaks inimest nõustuvad kõigega, aga ar-

mastuse, halastuse ja kiindumuse jagamine omavahel ei ole neile raske, kellele Jumal on hea saavutamise lihtsaks teinud. Kui see on selge, siis tea, et sa jagad suhet mehega, kes ei kasvanud üles sinu kodus, sama katuse all. Kõige tõenäolisemalt tal on omad harjumused, teguviisid ja tavad, mis Allah on talle andnud, ja sinul samamoodi. Seega see, et teie soovid ning tavad ei ole samad, ei ole alus edukaks abieluks. Pigem on see kriitilisem, kui on armastus, kiindumus, halastus ja emotsionaalne sobivus. Kui sulle ei meeldi midagi tema juures, siis see ei tähenda, et võid kõigele halvustavalt vaadata, mida ta teeb. Selle asemel, et ta hüljata, ära unusta ta häid omadusi. Kui lahkuksime igast inimesest, kelle tavad ei ole samad nagu meil või kelle soovid ei ole samasugused meie soovidega, siis mitte keegi ei ole piisav, isegi mitte meie vanemad

ja õed-vennad. Keegi ei ole täiuslik.

Mõttele, kuidas sa käitud kodus oma õdede ja vendadega. Kas nendel on samad teguviisid ja omadused kui sul? Üks õde või vend võib olla heasüdamlik, aga tal on see või teine vigu; teine võib olla julge, aga tal on midagi puudu ja nii ka teiste õdede ja vendadega, kes võivad olla halastavad, aga neil on midagi vigu. Seega eira neid vigu ja proovi leida lahendus samal ajal, kui sa mõtled tema headele omadustele ja näitad üles tänulikkust kõige suhtes, mis temas on head.

Seni kuni su abikaasa halvad kombad ja vead ei mõjuta teisi ja ei ole islami seaduse vastased, eira neid, samal ajal teda leebuse ja armastusega nõustades.

Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „*Usklik mees ei tohiks vihata usklikku naist; kui talle ei meeldi mingi*



iseloомуjoon, siis ta on rahul mõne teise iseloомуjoonega.

Selle prohvetliku jutlustuse tähendus on: usklik ei vihka oma abikaasat tema iseloomu pärast, sest kui on midagi, mis talle ei meeldi, siis kindlasti on ka selliseid asju, mis meeldivad. Sama käib selle kohta, kui su abikaasa teeb vigu, kui sinuga suhtleb (kõnes või käitumises). Teise poole vigu ei tohi kunagi ära kasutada, et neid talle nina alla hõõrudes oma õigust nõuda. Enne kui vastad talle kõnes, ingoreerimisega või mõne muu asjaga, küsi endalt: kas ei ole ta mitte seesama mees, keda ma enne armastasin? Kas ei ole see mitte sama mees, kellega ma olen väga palju ka õnnelik olnud?

Pea meeles, et temaga koos veedetud pikk aeg, on märk armastusest, õnnelikkusest ja hoolitsusest. Ja kaalu neid asju enne, kui teed midagi halba. Kas on vaja hävitada teie suhe

ühe vea pärast või teguviisi pärast, mida ta ei teinud ehk isegi tahtlikult?

Abikaasa vigadele läbi sõrmede vaatamine ja samal ajal nende parandada püüdmine on märk intelligentsete inimeste iseloomust. Nagu ütles üks poeet: „*Rumal inimene ei ole liider oma inimeste seas, aga see, kes on liider oma inimeste seas, on see, kes teeskleb, et ta on rumal.*”

Tähendus: Vigadele läbi sõrmede vaatamine, enda valitsemine siis, kui oled vihane, aitab sind, et sa ei ütleks midagi, mida sa pärast kahetsed.

Prohvet (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „*Tugevad ei ole need, kes võidavad tänu oma jõule vaid need, kes suudavad end valitseda, kui nad on vihased.*”

Isegi siis, kui teie südamed eemalduvad ajal, mil olete üksteie peale pahased, ei tohi sa talle vastata samaga, sest ahis-

tamine on Viimsel Kohtupäeval pimedus. Näiteks, kui sa ütled talle peale pikka armastavat abielu kordki vihahoos: „Ma ei ole sind kunagi armastanud ja ma ei ole kunagi olnud rahul, kui ma olen sinuga koos olnud,” siis see võib olla teie abielu lõpp.

Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „*Oo, Jumal, palun aita mul leida õigeid sõnu siis, kui ma olen rahul ja siis, kui ma olen vihane.*”

Seega, ära rõhu oma abikaasat ja ära masenda ennast sellega, et ütled midagi, mida pärast kahetsed.

Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „*Armasta mõõdukalt, sest võib-olla see, keda sa armastad, võib ühel päeval olla see, keda sa vihkad; ja vihka mõõdukalt, sest võib-olla see, keda sa vihkad, võib ühel päeval olla see, keda sa armastad.*”

Seega, kui sulle ei meeldi su abikaasa üks tund, siis tee nii, et see mitte-meeldimine oleks mõõdukas. Ära näita välja kõiki vihamärke, sest sa ei tea, mida su sõnad võivad teha peale aja möödumist. Ära karista end asjadega, mida sa hiljem kahetsed ja ära valmista endale pettumust ja kurbust. Sinu kohustus on rääkida õiglaselt siis, kui oled vihane ja siis, kui oled rahul.

Eriline laps

KIRED JA EFEKTIIVSED LAHENDUSED LASTE HALVA KÄITUMISE OHJELDAMISEKS NING KODURAHU TAASTAMISEKS

Rubriigi autor: Rubaba

Allikas: „Kate Kelly – „Nõutu lapsevanema käsiraamat – kuidas teha lõpp halvale käitumisele. Täieliku võhiku käsiraamat – kuidas kasvatada teismelist ja kuidas kasvata da õnnelikke lapsi.“ (Ersen, 2009).

Jonnid. Löömine. Avalik vastuhakk. Kui laps halvasti käitub, võib see vanemad täiesti nõutuks võtta. Ehkki täiuslikke lapsi pole olemas, on ometi mõjusad meetodid halva käitumise parandamiseks.

Järgnevad nipid ja juhised on välja nopitud 19 pereteemat käsitleva raamatu autori Kate Kelly raamatust „Nõutu lapsevanema käsiraamat – kuidas teha lõpp halvale käitumisele. Täieliku võhiku käsiraamat – kuidas kasvatada teismelist ja kuidas kasvatada õnnelikke lapsi.“

Raamatu autor kirjutab sissejuhatuses nõnda: „Nõutu lapsevanema käsiraamatud on planeeritud ja kirjutatud, keskendudes vanemaks olemise praktilisele poolele. Teil pole vaja vaevata oma pead jonnide põhjuste selgitustega, vaid võite asuda kohe probleemi olemuse kallale... Vanemlikud oskused, mida arendate, ja alus,

mille praegu oma suhetele panete, kestavad terve teie elu jooksul ning siinkirjeldatud meetodid töötavad teie kasuks ühtviisi hästi nii beebikoolis kui lõpupeol.“

- Võib-olla lahendab nii mõnegi teie lastega seotud probleemi, kui lubate neil lihtsalt lapsed olla. Michigani Ülikoolis hiljuti läbi viidud uurimus näitas, et tänapäeval moodustab mängimine vaid 25% lapse vabast ajast, kui 1981a oli see 41%.
- Lapsed, keda on kasvatatud tasakaalus vabaduse ja distsipliini vahel, suudavad täiskasvanutena elu kõige rohkem nautida. Nad oskavad enda eest hoolt kanda, hinnata sotsiaalseid hüvesid ja mõista ka ümbritsevate tundeid, mis omakorda annab neile oskuse ootamatutesse või ebatavalistesse situatsioonidesse sattudes oma käitumist vastavalt vajadusele korrigeerida.
- Paremaid tulemusi saavutavad need vanemad, kes moodustavad lastelt distsipliini nõudes ühisrinde. Üldiselt oleks ideaalne lahendus, kui hetkel halvasti käituva lapse juures viibiv vanem last ise korrale kutsub. „Oota, kui isa koju jõuab, küll siis saad!“ suh-



tumine peaks olema juba ammu möödunud jäänud.

- Laste halvasti käitumisele piiri panemine on tõenäoliselt üks kõige keerulisematest takkudest vanemaksolemise juures. Segavaks võivad saada järgnevad probleemid:
- 1) Püüd kasvatada lapsi vastupidi enda kasvatusel; 2) Soov kanda oma lapsepõlve kombid üle tänapäeva ja frustratsioon sellest, et ajad on muutunud; 3) Erinevused kasvatusstiilide ja -töekspidamiste vahel; 4) Teiste täiskasvanute reaktsioon teie käitumisele, kui te last korrale kutsute; 5) Lapse isikupära; 6) Teadmine, millal järele anda; 7) Mure ühiskonna arvamusel pärast; 8) Viha või ka rae-vaht, kui endast välja lähete. Kuna te olete tavaline inimene, siis on normaalne, et mõnikord kardate, et olukord on kontrolli alt väljunud.
- Lapsevanema ülesandeks on lapsi enesevalitsemisele suunata ja neid sealjuures aidata. Seda tehes avastate, et enamasti lapsed tahavadki hästi käituda ja kui nad on kontrolli kaotanud, siis hindavad nad seda, kui te nende halba käitumist või raevu ohjeldate.
- Parim, mida vanem oma lastele võib anda, on pühendada neile iga päev mõned minutid oma ajast.
- Hästi kohanenud lapsed lähenevad teistele positiivselt meelestatuna, väljendavad selgelt oma soove ja eelistusi, oskavad selgelt, kuid mitte agressiivselt, nõuda oma õiguste ja vajadustega arvestamist ega last end heidutada kiusamisest. Nad on õppinud oma frustratsiooni ja viha sobival moel väljendama ning suudavad oma korda ära oodata, teisi kuulata, läbi rääkida ja kompromisse saavutada. Hästi kohanenud lapsed ei



ole tähelepanusõltlased ja naudivad suhtlemist nii eakaaslaste kui täiskasvanutega.

Neliteist lihtsat reeglit, mis muudavad lapsevanemaks olemise kergemaks:



Esimene reegel: andke head eeskuju. Mõnikord on selleks vajalik ka oma tegevuse lahtiseletamine.

Teine reegel: soodustage pädevust. Märgake lapsi hästi käitumas ja tunnustage neid. Pidage meeles, et nii laste kui täiskasvanute puhul ei leia muudatused aset üleöö.



Kolmas reegel: õpetage sotsiaalseid oskusi. Kui kolmeaastane võib teile tunduda sellise käitumise jaoks liiga noor, siis pidage meeles, et kuidagi peavad lapsed võõra inimesega kohtudes ju reageerima ning et noores eas omandatud sotsiaalsed oskused on märksa eelistatavamad kui võõraste nägemisest erutuses teie käe küljes rippumine, jala taha pugemine või „Emme, emme...“ nuuksumine.



Neljas reegel: lubage lapsel langetada eakohaseid otsuseid. Otsustusõigus peaks sõltuma lapse vanusest ja seda peaks pakkuma nii sageli kui võimalik. Laps, kellel on lubatud kaasa rääkida näiteks selles, mida järgmisel päeval selga panna, ei tõrgu riietamisel nii palju vastu ning võib lõpuks täitsa iseseisvalt pakkida kokku oma garderoobi vanaema juures veedetava nädalavahetuse tarvis. Kuid privileegidega (ja otsustusõiguse omamine on privileeg) kaasnevad ka kohustused. Mida enam leiate aega väikelapse iseseisvuse soodustamiseks, seda rohkem aega hoiate edaspidi kokku.



Viies reegel: jagage kohustusi. Paljud lapsevanemad ei lase oma lastel majapidamistöid teha, kuna mõtlevad, et kergem on töö ise ära teha või nad ei soovi lapsi „koormata“. Siin tasub ümber mõelda. Liigagi tihti eeldavad vanemad, et lapsed lihtsalt imavad endas teadmisi ja mõnikord nad ka teevad nii. Kuid



sageli on vajalik harjutamine. Pole vahet, kui vana on laps või kui raske on majapidamistö, toimige alati ühtemoodi:

- Seletage ja näidake täpselt, kuidas tööd teha,
- Vaadake pealt, kui laps tööd teeb,
- Kiitke last tehtud töö eest,

Tuletage lapsele meelde, mis on ununenud. Kui laps unustab, siis ärge pahandage temaga. Kui teie meelest on tüütu talle asju meelde tuletada, siis looge teile mõlemile mõistetav meeldetuletuste süsteem.

Pere töödessa panustamine tõstab lapse enesehinnangut ja aitab vähendada pere üldist stressitaset.



Kuues reegel: kehtestage piirid. Mõned vanemad kardavad piiride seadmist, sest kardavad laste olemust alla suruda. Kuid niipea, kui olete veetnud aega kellegi teise vabakasvatatud lapsega, näete, kui ebameeldiv võib olla kontrollimatu laps.

Seitsmes reegel: rääkige lastega nii, et nad teid kuulaksid. NB! Kõigepealt pälvige laste tähelepanu. Teie lapsed võivad kuulda teid rääkimas, kuid kui nad öeldule ei kontsentreeru, siis nad ka ei reageeri.



- Pöörduge otse lapse poole;
- Mitme lapse tähelepanu püüdmiseks plaksutage käsi või tehke midagi muud tähelepanu äratavat;
- Saavutage silmside, kui vaja kummarduge selleks lapsega ühele tasandile;
- Eriti väikeste laste puhul väljendage oma soove lihtsalt ja selgitage minimaalselt. Teil on vaja, et nad täidaksid lihtsa ühe- või kaheosalise korralduse.

Kui te olete tõeliselt vihane, siis võib-olla on vaja last füüsiliselt puudutada – hoida tal kätest või õlgade ümbert kinni, selleks, et otse

silma sisse vaadata. Seejärel selgitage lapsele, mida te mõtlete. Rääkige tavalise häälega, sest isegi kui olete marus, ei ole vihasest toonist mingit abi. Sageli jätavad lapsed tähelepanuta selle, mida nad ei taha kuulda. Mida meeldivam on vestlus, seda tõenäolisemalt kuulab laps tähelepanelikult. Üks viis soovitud käitumise saavutamiseks pidevalt keelamata on leida suunamiseks alternatiivseid viise (nt mitte öelda „Lõpeta karjumine!“ vaid „Palun kasuta oma siseruumide häält!“). Lapsi positiivsesse suunda juhtides väldite otsest kokkupõrget nende käitumise pärast ja tekitate neis tunde, et neil oli võimalus ise valida (nt mitte „Ära mängi palli!“ vaid „Mängi palli õues!“).



Kaheksas reegel: õpetage lastele, kuidas ennast väljendada. Väikelaste ja ka meie elu oleks tunduvalt kergem, kui lapsed oskaksid rääkida, mis neile muret teeb. Mida varem õpetada lastele emotsioonide õiget väljendamist, seda kergem on hiljem perekonnal. Lastele emotsionaalseks giidiks olles aitate neil mõista ka seda, mis toimub nende sees. Kuna paljude laste jaoks on täpsete asjaolude selgitamine keeruline, siis aitab teiepoolne probleemi sõnastamine neil seda enda jaoks selgemaks mõelda.

Üheksas reegel: olge ettenägelik ja juhtige lapse mõtted kõrvale. Üks pluss lapsest vanem ja targem olemisel seisneb selles, et teie juba oskate teatud asju ette näha ja ära hoida. Elutarkus on suureks abiks halva käitumisega võitlemisel.



Kümnes reegel: õpetage probleeme lahendama ja kiitke lapsi, kui nad proovivad ise oma probleemidele lahendusi leida.

Üheteistkümnes reegel: näidake tagajärgi. Väikestel lastel pudub arusaam pikaajalistest tagajärgedest, nii et parem tekitage põhjuse ja tagajärje vahele otsene seos. Vanemas eelkooli- ja nooremas koolieas võite alustada hoiatamisega, et kui nad ei kõrvalda probleemi, mis teid pahan-



dab, jäävad nad ilma mõnest oma privileegist või õigusest. Mõned vanemad kasutavad hoia-tussüsteeme: kui laps käitub halvasti esimest korda, saab ta hoiatuse. Teise korra puhul rõhuta vanem oma rahulolematust halva teo kor-dumise pärast ning kolmanda korraga kaotab laps privileegi (Eestis näitab Kanal2 saatesarja „Supernanny“, kus Jo Frost jagab lapsevanema-tele praktilisi näpunäiteid ja sageli ka sekkub ise probleemide lahendamisse. Paljud siin refe-reeritud nipid kattuvad sellega, mida saadetes näha võib. Tõenäoliselt peaksid need saated ka *Youtube*’s näha olema. Oleme oma pedagoogi-dega soovitanud lastega hädas olevatele vane-matele neid saateid vaadata).

12 **Kaheteistkümnes reegel:** olge paindlik ja kui vaja, kasutage läbirääki-mist. Läbirääkimistega tunnistate te fakti, et alati ei teagi just teie kõike kõige pare-mini. Väikesed lapsed võivad teinekord vägagi soovida oma tahet läbi suruda ja kuigi alati ei pea neile vastu tulema, võiks seda mõnikord siiski teha. Igasuguse läbirääkimise puhul peaksid mõlemad osapooled saama võimaluse omi seisukohti selgitada ja neil on õigus, et neid ära kuulataks. See olukord tugevdab lap-se enesehinnangut, muudab neid väitlemisel

osavamaks ja näitab neile, et arvestate ja hin-date nende põhjendusoskust.

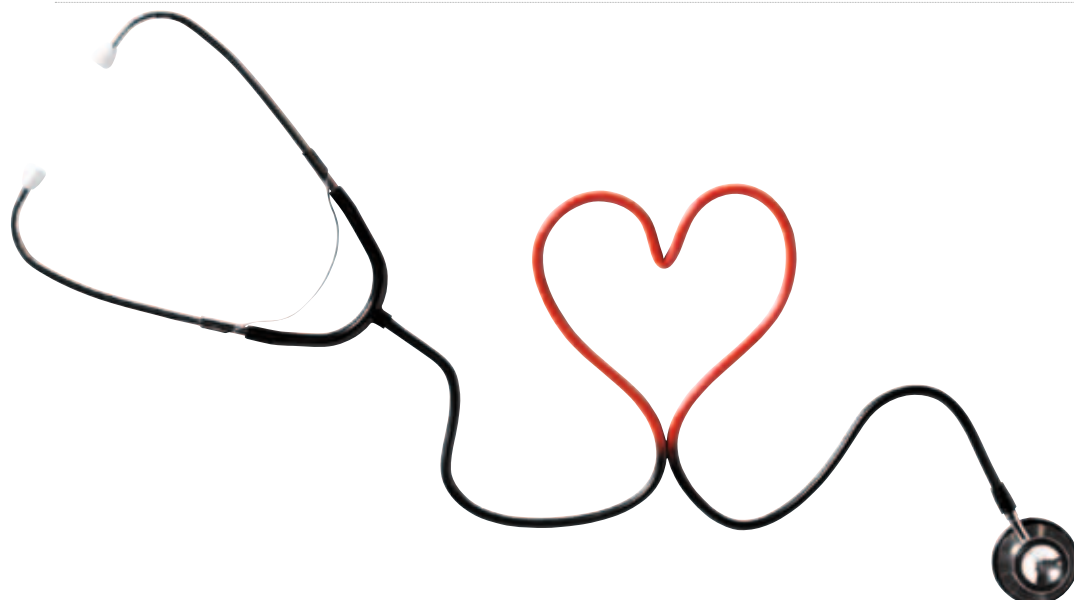
13

Kolmeteistkümnes reegel: kasuta auhin-nasüsteemi. Lapse äraostmine on viga, kuid teatud auhinnasüsteemid võivad ometi kasuks tulla. Auhinnasüsteem eeldab hästi läbi mõeldud plaani. Olu-line on, et mõlemad pooled, nii laps kui vanem, nõustuksid plaaniga, et mingi kindla perioodi jooksul hästi käitumine toob kaasa teatud au-hinna (kleeps vms). Suuremate lastega on ka-sutatud ka müntidega premeerimist, kusjuures on ka kokku lepitud, et iga halvasti käitunud korra eest annab laps ühe münti tagasi. Pari-mateks auhindadeks aga peetakse neid, mida ei osata oodata (nt „Ma olen sinu üle nii uhke, et sa täna kedagi ei löönud, nii et nüüd võiksime minna parki parte söötma“).

Neljateistkümnes reegel: olge järjekindel. Tehke, mida lubate ja lu-bage ainult seda, mida kindlalt teha **14** kavatsete. Järgige seda põhimõtet alati. Nii saavad lapsed aru, et teil on alati tõsi taga ja sellega hoiate aastate jooksul palju aega kokku.

Järgmises ajakirjanumbris jätkan nippide refe-reerimist...





LAPS JA KÜLMETUSHAIGUSED

Rubriigi autor: Annely

Allikas: http://www.terviseleht.ee/200002/2_lapsja.php

Viirusinfektsioonid kimbutavad kõiki inimesi, kuid eriti vastuvõtlikud viirustele on just lapsed. Paljud vanemad on kogunud, et seni kodus olnud laps oli terve kui purikas, kuid läinud lasteaeda, ei möödu teinekord kuudki köha-nohuta. Lasteaialaps on olukorras, kus tema immuunsüsteem on veel nõrk, kuid tõenäosus igapäevaselt erinevate haigustekitajatega kokku puutuda on suurenenud.

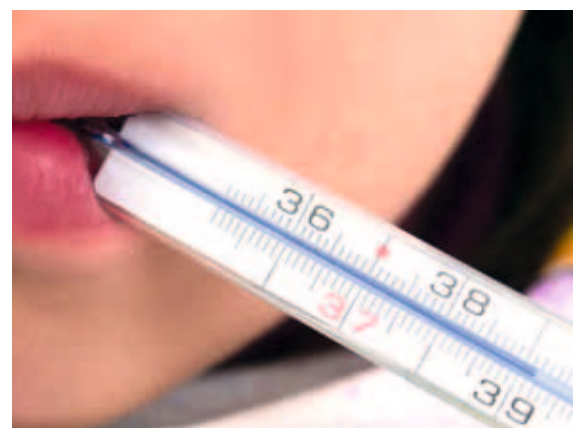
Viirused sattuvad organismi erinevaid teid pidi - toidu, joo- gi, putuka- või loomaham- mustuse kaudu, haige inimese kehavedelikega kokku puutu- des. Kõige tüüpilisem on na- katumine õhu kaudu viirus- osakesi sisse hingates. Viirusosakesi leidub mänguas- jadel, ukselehtedel, telefonito- rul - igal pool, kus haigestunud inimene on rääkinud, köhitud, aevastanud. Nii juhtubki, et

kui lapsed mängivad koos, hoiavad käest kinni, jagavad mänguasju ning hiljem hõõru- vad kätega oma silmi või noki- vad nina, on haigustekitaja or- ganismi sattumine väga tõenäoline. Laste hingamis- teede ja seedetrakti limaskest- al on väga vähe viiruste vasta- seid kaitsekehi ja nende vastupanu haigustekitajatele on nõrk. Lisaks on viirus kõige nakkavam paar päeva enne sümptomite teket, mil lapsel ega tema vanematel pole ai- mugi, et ta on kaaslaste jaoks nakkusohtlik ega tohiks laste- aeda minna. Nii pole ka kõige karmimate reeglitega laste- aias (kus ilmselt nohus ja köhivad lapsed ükselt tagasi saadetakse) võimalik haigu- seid täielikult vältida.

Palavik

Külmetushaiguste üheks es- maseks tunnuseks on palavik. Enne kui aga palavikku ravimi- tega alandama hakata, tuleks

teada, et normaalseks keha temperatuuriks loetakse lastel kaenla alt mõõdetuna veel 37,3 kraadi, suu kaudu 37,4 ja pärasoolest mõõtmisel kuni 38 kraadi. Vaja oleks teada ka lapse kehatemperatuuri terve- na, sest individuaalsed erine- vused normidest on sageda- sed. Unustada ei tohiks seda,



et normaalselt kõigub keha temperatuur ööpäevas umbes kraadi võrra ja kõige kõrgem on see pealelõunasel ajal. Just siis palavikukahtlus tavaliselt ilmnebki.

Kõrgenenud temperatuuri korral ei tohiks ravi eesmärgiks

olla normkraadide saavutamise. Täiesti piisav on kui 1-2 tunniga temperatuur üks kuni poolteist pügalat langeb. Koos ravimitega on lapsele vaja piisavalt juua anda. Toit olgu kerge ja maitsev. Füüsilisi pingutusi tuleb vältida, seega kehalise kasvatuse tunnid, treeningud, võistlused jne ära jätta. Lapsel soovitatakse küll lamada, kuid rangelt voodisolemist nõuda pole vaja. Palavikuga võitleb organism ise. Seega ravida tuleb haigust, mitte palavikku.

Köha

Külmetuse tunnuseks on ka köha, kuid iga köhatuse pole veel haigus. Kümmekond korda päevas köhib ka terve laps. On ju köha nii täiskasvanu kui lapse kaitserefleks hingamisteede vabastamiseks tolmu, bakteritest, võõrkehast. Köha põhjustavate mitmete tervisehäirete kõrval on paraku sagedaseks põhjuseks ka passiivne suitsetamine. Kui pere liikmed kodus hoolimatult suitsetavad, on loomulik, et lapsed sellele köhimisega reageerivad. Eriti kehtib see allergiliste laste kohta, kuid tänapäeval on ju enamik lastest ülitundlikud. Kui kodus enamus vanemaist siiski suitsuga lapsi ei mürgita, siis sageli unustatakse vajalik ettevaatus autos. Väikest õhumahtu arvestades on aga täissuitsetatud auto lapsele eriti ohtlik.

Kõikvõimalike köharavimite (tablettide, siirupite, mikstuuride jne) kõrval pole põhjust unustada esivanemate tarkust. Tärpentiini segatuna ha-

nerasvaga küdeva ahju paistel tänapäeval enam ei määrata, kuid mitmeid ärritavaid vahendeid rindkerele hõõrumiseks köha korral soovivad lastearstid õigustatult. Kasulikud on ka sinepipaberid ja pipraplaastrid, kuid neid tuleks kasutada kodustel lastel. Õhtul plaastriga töödeldud laps on hommikul lasteaias eriti varmas uuesti külmetuma.

Nohu

Nohu on haigus, mille vaevusi saab küll vähendada, aga pole võimalik oluliselt lühendada. Ravi(mid) tuleb iga lapse korral kooskõlastada arstiga. Väikelastele, eriti imikutele ei tohi kunagi meelevaldselt kasutada täiskasvanutele mõeldud tilkasid, salve või aerosoole. Küll on kasu sellest, kui last õpetada varakult õigesti nuuskama - ikka ettepoole kummardades üks ninapool korraga. Ka siis tuleb vältida liigtugevat survet. Märgunud taskurätik nakatab nii tarvitajat kui ümbrust. See pärast sobib nohusel lapsel nii koolis kui kodus kasutada ühekordseid paberrätikuid.

Kokkuvõttes tasub meelde tuletada, et külmetustega kaasnevat nakkusi põhjustavad enamasti viirused. Antibiootikumide kasutatakse vaid mikroobidest põhjustatud haiguste korral. Kontrollimatu antibiootikumide tarvitamine

toob kaasa ravile allumatute ehk resistentsete mikroobide tekke ja vohava levimise. Tulemusena muutub nakkuste ravi väga keeruliseks ja erandjuhtudel koguni võimatuks.

Panen siia kirja mõned vähemtuntud nipid rahvaravi tarkustest, mis aitavad külmetushaiguste korral väga hästi.

Nohu

- koorida sibul, tükeldada, panna tassi, valada peale keev vesi, lasta tõmmata 12 minutit, siis kurnata vedelik teise tassi, kus on ootamas lusikatäis mett, moosi või suhkrut ja juua KOHE, 2-3 minuti jooksul (seistes kasulikud ained hävivad) ja siis magama.

- Algav nohu: kandadele sinepiplaastrid, sokid peale. Hoida paar tundi (lastel vähem), siis kõndida.

- paar tilka aaloemahla ninna ja masseerida.

- roheline tee tõmmis ninna 8 korda päevas.

- jätta küüntest vabastatud küüslaugusüdamikud alles ja kuivatada. Kui nohu hakkab tulema, siis põletada seda sü-



damikku ja hingata põlemise suitsu ninna.

- nohu kardab pesuseepi, panna seebivahtu ninna.

Köha

Hanerasva, tärpentinisalvi, kapsalehte, hautatud kartulit ja sinepiplaastrit oskab kasutada igaüks. Sibula-küüslagumee siirupit teha samuti.

Mõned nipid veel:

- nurmenukutee võtab köha viis korda paremini lahti, kui mistahes purgi- või tabletirohi. Võib teha terve päeva jao valmis ja võtta 1-2 supilusikatäit iga 4-5 tunni tagant. Meega või moosiga magusaks teha.

- mustroika plaaster bronhiidiga on hea. Riivida rõigas, panna marlile, marli seljale rinnale, siis kile ja siis kampsun. Pärast määrada toiduõliga. Ettevaatust, et liiga kaua ei saa, see on päris kange. Juua veega lahjendatud rõikamahla meega.

- Lõigata punane peet poolteks, teha peedipoolikute keskele süvendid, panna sinna suhkur ja peedid seejärel ahju. Peedipoolikute aukudesse tekkiv siirup on hea köharohi.

Mõned soovitusel ja rahvatar- kused veel:

-muretsege koju aaloe või veel parem, kalanhoe. Kalan-

hoed nimetatakse teiseks zenzeniks, see aitab igasuguste hädade vastu. http://www.terviseleht.ee/200005/5_kalanhoe.php

- naistepuna ravib edukalt muude tõbede hulgas ka allergiat. Samuti ravib allergiat õunaäädikas. 1/2 tl õunaäädikat, klaas sooja vett ja maitse järgi mett.

- lutsernipulber on immuunpreparaat

- kui muud käepärast pole, asetada põletusele kiiresti poolik kartul. Seejärel riivida kartulit ja panna haigele kohale. Põletuse puhul aitab väga tõhusalt ka see, kui väga kiiresti rebida toore muna koore siseküljelt kile ja panna põletusele.

- herilase nõelamine - valada vaarikavartele keev vesi, lasta tõmmata 1 tund, kasta sinna lapp ja panna nõelatud kohale. võtab kiiresti nõelamise valu ja jäljed.

- kui tahad saleneda, pese ennast ainult külma veega.

- loputa näonahka soolase veega, see teeb naha pehmeks ja ilusaks

- näol olevale pigmendilai- gule pane metsmaasikat, see teeb lai-

gu heledamaks ja kaotab lõpuks ära

- peavalude vastu aitab puust kammi kasutamine

- peavalu vastu aitab ka helmemassaazh. võta 5 mm. läbimõõduga helmes ja veereta seda ühe käe sõrmega teise käe peopesas, üpris tugevasti samal ajal surudes. ka valutaval kohtadel helmemassaazhi tegemine võtab valu ära.

- koriander ravib põletikulisi ja rähmaseid silmi. 1 sl. koriandrit, sinna klaas keeva vett peale, lasta seista, siis kurnata ja saadud vedelikuga puhastada silmi. Apteegitilli tõmmis aitab ka.

Igas kodus peaks olema väike koduapteek, mis sisaldaks valuvaigisteid, palavikku alan- davaid, nohu ja köha leeven- davaid, külmetuse- ning aller- giavastaseid ravimeid.

Kindlasti on vajalikud haa- vaholdusvahendid, sidumis- materjal ning kraadiklaas.



LOODUSLIK RAVI

Tõlkinud: Khadija

Allikas: KARL VEBER, Läti ajakirjandusest

BANAAN TABLETI ASEMEEL

Toiduained suudavad asendada rohkeid ravimeid, seda enam, et ravimitel võib olla mitte ainult ebasoodne, vaid isegi tervisele ohtlik kõrvalmõju. Üha enam teadlasi maailmas soovivad mitmesuguste haiguste profülaktikaks ja sageli ka ravimiseks kasutada mitte ainult rohtusid, vaid harilikke toitaineid.

Inglise dietoloogid on koostanud ravivate toitainete nimestiku.

Antibiootikumid.

Suur bakteritsiidne aktiivsus, s.o võime hävitada paljusid haigusttekitavaid mikroorganismide on küüslaugul, sibulal, õunal, peedil, mädarõikal,

selleril, oliivõlil, teel, sinepiseemneil.

Antikoagulandid.

Need kõrvaldavad tugevnenud verehüübimist. Vedeldavad verd ja kaitsevad paljude südame ja veresoonkonna haiguste eest. Muuseas, käesoleval ajal kõige populaarsem ja efektiivsem antikoagulant, aspiriin, saadi esialgu taimeriigi saadustest. Seda sünteesiti pajukoorest. Sarnane toime on ka kaneelil, tumedatel viinamarjadel, kalaõlil, arbuusidel, melonitel, punaveinil, köömneil.

Antidepressandid.

Toit võib suurel määral mõjutada meeleolu. Tass kohvi või kuuma šokolaadi, šokolaadikompvek, mesi, ingver, pirn ja küdoonia suudavad tunduvalt vähendada

stressi ja parandada meeleolu.

Hüpotensiivsed vahendid (vererõhu vähendajad).

Veresooni laiendavad greibid, jõhvikad ja nende mahlad, taimeõli (ameerika eriteadlaste arvates on kõige parem linaõli). Need ained pidurdavad teataval määral hormoonide mõju, mis soodustavad vererõhu tõusu.

Antioksidandid.

Neid peetakse asendamatumaiks abilisteks võitluses krooniliste haiguste ja vananemisega. Suure





ja tõstavad orga-
nismi
kaitsevõimet.

pärasteks
profülaktilisteks vahendi-
teks. Rikkalikeks antioksüdan-
tide allikaks on porgand, kap-
sas, kibe pipar, küüslauk, sibul,
spinat, tomat, kala (eriti ram-
mus), ingver, tsitruselised.

Sööge värvikaid puu- ja ae-
dvilju. Nt erkpunaseid por-
gandeid, mitte aga kahvatult
oranže; kollaseid ja violetseid,
mitte valgeid sibulaid. Mida
eredam ja intensiivsem on vil-
jade värvus, seda rohkem on
neis vajalikke antioksü-
dante.

Haavandivastased vahendid.

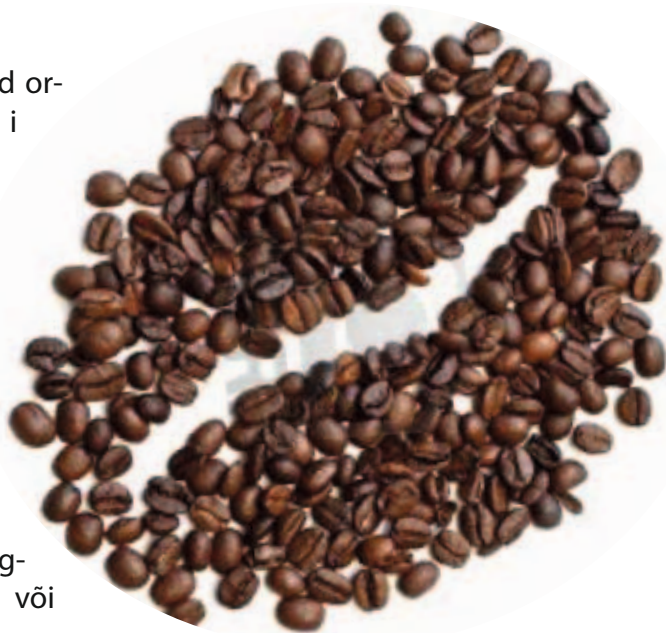
Maole on eriti väärtuslik
värske kapsas, milles leidub
U-vitamiine, banaanid, in-
gver ja roheline tee, mis
mõjub mao limana-
hale soodsalt.

Immuunsti- mulaatorid.

Kui soovite tu-
gevdada oma
immuunsüsteemi,
sööge sagedamini
jogurtit ja küüslauku.
Nendes on erilisi ain-
eid, mis aktiveerivad
immuunsüsteemi tegevust

Valuvastased vahendid.

Looduse anal-
geetikuks on tee ja
kohv, mille koostis-
es on kofeiin, ingver,
kui ka piparmünt,
mida võib kasutada
lisandina mitmesug-
ustele toitude juures või
valmistada teed.



Une vahendid.



Enne magamamine-
kut on soovitatav süüa veidi
mett, apelsinikoort või juua
sooja piima. Neil aineil on ra-
hustav toime.



ELU EESMÄRK - PARADIIS

Rubriigi autor: Amina Iirimaalt

KANNATLIKKUSE TUGEVDAMISE VIISID

Õilsate ja alatute inimeste saatus

Iga inimene peab harjutama kannatlikkust, et ta oskaks raskustele vastu astuda, teeb ta seda siis omal soovil või vastu tahtmist. Õilis inimene rakendab kannatlikkust hea meelega, kuna ta mõistab selle tulu ja teab, et teda premeeritakse tema kannatlikkuse eest ja arvustatakse tema pea kaotamise pärast. Ta teab, et kui tal on kannatlikkusest vajaka, siis kärsitus ja kabuhirmu tundmine ei ole talle sugugi selleks pidepunktiks, mis annaks talle kaotatud võimalused tagasi ega eralda teda talle vastukarva asjast. Saatuses määratud asjad juhtuvad ja mitte-määratud asjad tee peale ei satu ning sisuliselt paanika ja kannatamatus kutsuvadki kahju esile.

Üks tark mees on öelnud: „Arukas mees teeb häda ajal seda, mida rumal mees teeb pärast kuu möödumist (st pöördub kannatlikkuse poole).“

Vääritu mees tegeleb kannatlikkusega vaid sellel pe-

rioodil, kui talle koidab, et ta ei oma absoluutselt muud valikut. Ta silmad lähevad siis lõpuks lahti peale seda suurt hulka raisatud aega, energiat, paanitsemist ja pingutusi, et läbematus ei vii teda kuhugi ning seejärel ta praktiseerib kannatlikkust samamoodi nagu seda teeb too isik, kes sellega meeletult hästi toime tuleb.

Üllal inimesel on kannatlikkust Allahi kuuletumises ent see, kellel õilsus puudub, treenib kannatlikkust hoopis saatanale allumises. Seega nurjatuil inimestel on suurim kannatlikkus nende enda isemeelsete tujude ja ihade järgimises. Samas puudub neil kannatlikkus, kui on vaja kasvõi mõned sendid Allahi nimel kulutada. Nad taluvad hulgaliselt raskusi, et oma soovide ja himude järgi tantsida, kuid ei suuda vastu pida isegi kõige kergemale raskusele, et oma Isandale meeldida. Nad kannatavad paheliste tegude teostamiseks laimudki välja, kuid Allahi huvides neil ei leidu kannatlikkust teotuste üle elamiseks. Taolised inimesed väldivad hea kohustamist ja

kurja keelustamist, kuna neil on põhimõtteliselt hirm naha, et mis küll inimesed neist lobisevad, kuid samas on nad alati mingil kombel valmis oma enda au paljastama, et poriga pilduda. Oma tujudele ja soovidele truiks olemisele on neil muidugi kannatlikkus number üks. Nad ei ole end ette valmistanud Allahi alistumise kannatlikkuseks, kuid saatanale ning nende enda kapriisidele ja ihaldustele andumiseks omavad nad märkimisväärset kannatlikkust. Sellised inimesed ei ole Allahi silmis iialgi suurepäraseid ning Ülestõusmispäeval nad ei tõuse üles koos õilsate ja sündsatega.

Kannatlikkuse tugevdamise viisid

Kannatlikkus on kohustuslik ning Allah jagas meile viisid ja abinõud kannatlikkuse headuse omandamiseks ja kindlustamiseks. Kui Allah on meid juhendanud midagi tegema, siis Ta on jaganud ka selle sooritamiseks abi ja tuge ning vahendid selle lõpule viimiseks. Igale haigusele on Ta loonud ka ravi. Isegi kui kannatlikkus on täiesti

üle jõu käiv, siis pole selleni võimatu jõuda.

Kannatlikkus koosneb kahest elemendist – teadmisesest ja teost – ning nendest kahest alusest on ammutatud kogu hingeliste ja kehaliste murede ravimid. Teadmine ja tegu kombineerituna on loomulikult iga kell olulised.

Teadmine

Teadmise väärtus on oluline Allahi käskude tasude mõistmiseks. On oluline, et teame, mida siis ikkagi need keelualused asjad sisaldavad, mis kutsuvad esile kahju, ebatäiuslikkust ja kurjust.

Kui inimene seda taipab ja ta liidab sinna hulka tugeva tahtejõu ning vaimse edusammu soovi ja täieliku inimese elamissoovi, siis usku, et kannatlikkuse väärtuse saavutamine muutub ülimalt lihtsaks.

Kannatlikkuse kibedustunne muutub seejärel meeldivaks ja kannatlikkuse kannatus vormub rõõmuks.

Tegu

Kannatlikkus on ühelt poolt üks järelejätmatu heitlus aru ja religiooni ajede ja teiselt poolt kapriiside ja himude motiivide vahel. Kui inimene tahab mõistust ja

usku, et kapriise ja ihasid vältuda, siis selleks ta peab esimesi kindlustama ja viimaseid nõrgestama. Täpselt nõnda nagu käib heale tervisele kaasa aitamine ja haiguse kaalu vähendamine.

Näiteks, kellel on suur soov kõrvalehüppeks, peab selle vastu meetmed kasutusele võtma. Tal võib olla nii tugev seksuaaliha, et ta lihtsalt ei ole võimeline üleaisalöömist vältima või ehk ta ei soorita iseenesest seda tegu, kuid ta on võimetu naistest mõtlemist lõpetama või ta on suuteline naiste jälgimist katkestama, kuid ei saa kuidagi intiimvahekorda peast ja seda kuni selleni, et kogu tema mõttemaailm pulbitseb sellest teemast ning selle elu ja teispoolsuse asjadele pole tal peas ruumi. Kui ta ikka päris tõsiselt soovib sellele haigusele ravi leida, siis ta peab järgima järgnevaid samme:

1. Ta saab välja uurida, millised toidud suurendavad seksuaalkirge; nii saab ta vähendada nende tarbimist või need hoopis kõrvale jätta. Kui see ei toimi, siis saab ta paastuda, sest paastumine alandab samuti sugutungit, eriti siis, kui söödud toit paastu katkestamise ajal on mõõdukas.

2. Ta peaks langetama oma pilgu ja vältima naiste vaat-

amist, sest naiste uudistamine võib seksuaaliha esile kutsuda. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) hoiatas: „(Naiste) vaatamine on üheks saatana nooleks.“ Kui pilku ei langetata, siis saatanal on vaba voli nendele valitud märklaudadele noolte sihtimiseks. Nõnda ongi inimese süda paljastatud nendele nooltele ja millest ükskõik võib olla talle fataalne.

3. Ta peaks nautima üksnes lubatud (abielus) intiimvahekorda, sest igal Allahi loodud kihul on lubatud väljapääs ja see on parimaks tohterduseks millele Prohvetki (صلى الله عليه وسلم) osutas.

4. Ta peaks sellest kahjust ja halvast endale aru andma, mis võib talle selles maailmas osaks saada, kui ta viib täide oma seksuaalihasid sellisel lubamatul moel. Isegi kui Paradiis ja Põrgu ei eksisteeriks, siis see võimalik põhjustatud kahju selles ilmas peaks olema talle piisavaks hoiatuseks, mis teda pidurdaks. Selliste tegude põhjustatud kahju on niivõrd suur, et seda saab vaevu koguseliselt väljendada, ent armutung teeb osad inimesed pimedaks.

5. Talle peaks sellesse kisatususse vedanud isiku inetus silme ette tulema, eriti

Allikas: <http://abdurrahman.org/character/patiencequransunnah.html>

kui on teada, et sellel naisel on veel teisigi partnereid. Tal peaks olema niigi palju uhkust, et ta koerte ja huntidega samast kohast ei jooksi!

Mõistuse ja usu stiimuli tugevdamine

Aru/religiooni ja tujude/i hade vahelises võitluses on meie kasutuses alljärgnevad relvad:

1. Me peaksime Allahi suursugust ja au meeles pidama ning tunnetama, et Ta on liialt suur ja tähtis, et Tema vastu patustada, kuna Ta on Kõike-Nägija ja Kõike-Kuulja. Kesiganes mõtleb Allahi ülevuse peale, ei tunne ka kerget valede tegude teostamisel.

2. Kui me väidame, et meil on armastust Allahi vastu, siis just sellepärast me ei tohiks Tema käske täitmata jätta. Kui inimene väidab, et ta armastab Teda, siis ta peaks olema Talle sõnakuulelik. Armastusest Allahi vastu halbade tegude vältijad on Allahi silmis kõige kõrgema staatusega. Need, kes keelduvad halbade tegudest ja kuuletuvad Allahile armastusest Tema vastu, erinevad suuresti nendest, kes

teevad seda karistuse kartusest.

3. Me peaksime oma mõtet suunama Allahi õnnistustele ja soosingutele, kuna üks viisakas ja suuremeelne inimene ei lööks inimeselegi kunagi nuga selga, kes teda heatahtlikult kohtleb. Vaid alatud ja madalad isikud laseksid sellel sündida. Nii et Allahi õnnistuste ja teenete meenutamine aitab mõista, et me ei tohiks minna Tema käskudele vastu ega midagi kohatut toime panna.

4. Me peaksime Allahi karistust ja raevu kartma, kuna Ta on tige selle inimese peale, kes jätkuvalt teostab valesid samme.

5. Me peaksime mõtisklema sellest, et mida küll sellel ekslikul tegijal on siin ja järgmises elus kaotada. Usu kaotamine peaks olema talle küllaldaseks mõtlemisaineks, millest kõige väiksem kogus on väärt enam kui absoluutselt kõik siin maakeral. Kuidas on keegi üldsegi valmis oma usku vahetama mõne lühikese naudinguhetke vastu, mille tagajärg võib igavesti kesta? Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Abielurikkuja ei ole abielurikkumise ajal usklik.“ Üks Prohveti (صلى الله عليه وسلم) kaaslane on selgitanud: „Tema usk tõmmatakse

temast välja, kuni see läheb ta pea kohale nagu pilv. Kui ta pattu kahetseb, siis ta usk naaseb temasse.“

6. Me peaksime nautima saatana lüüasaamist ja tema üle võidutsemist, sest temast ning meie ihadest ja tujudest jagusaamine on väga hinnatav ja rõõmus sündmus. See on nagu saaksime me nohust terveks ja meie tervis sellest ka üldiselt paraneks.

7. Me peaksime meeles pidama seda tasu, mida Allah on töötanud kapriiside ja himude kontrollijatele ja keelatud asjadest hoidujatele.

8. Me peaksime mõtisklema sellest erilisest Allahi kaaslusest millest on juttu Koraanis 2:153, 16:128 ja 29:69.

9. Me ei tohiks kunagi surma unustada, sest see võib meid hoiatamata külastada igal hetkel.

10. Me peaksime lõpetama isegi halbade asjade peale mõtlemise. Isegi kui need meile pähe turgatavad, ei tohiks me neil sinna peatuspaika lubada, sest nendest võivad kasvada lootused ja soovid, mille järgi talitada

ning ennast ja teisi selle käigus hukule mõista.

11. Me peaksime järk-järgult tugevdama oma religioosset motivatsiooni tujude ja ihade vastuvõitlemiseks. Kui me juba kord oleme mekkunud nende nurjumist, siis meie meelegi kindlus ja tahte jõud kogub aina enam jõudu juurde.

12. Me peaksime suunama oma mõtted nendele Allahi märkide kaalutlemisele, millele ta meid julgustas, paiknegu need siis Koraanis või kõiksuses meie ümber. Kui need on lakkamatult meie südames ja mõtetes olemas, siis see aitab meil saatana sosinate ees ukse kinni lüüa. Kõige suuremaks allajääjaks on see, kes Allahi, Tema Raamatu ja prohvetite peale mõtlemise asemel peatub saatana juures ja valib tema ideed.

13. Me peaksime endale meenutama seda üürikest aega siin maa peal. Keegi meist ei taha tunda, et kõik, millega ta on selles elus hakkama saanud, on vale ja negatiivne, välja arvatud see isik, kellel puudub vaimne püüdlus, kes on ettevaatamatu ning kelle süda on kustunud. Lõpuks kisubki sellise

inimese süda valust rinnus kokku, kui ta mõistab, et tema teod juhivad karistuse, mitte kasuni. Isegi inimene, kellel on rohkelt häid tegusid tagavaraks, tunneb seda kahjutunnet, kui mõistab, et oleks võinud veelgi paremini teha.

14. Me peaksime teadma, et Allah lõi meid elama surmata igavest elu; alandusteta uhkuse ja hõlpsuse elu; hirmuta turvalist elu; vaesusetarikkalikku elu; valuta rõõmsat elu ja vigadeta täiuslikku elu. Allah testib meid siinses elus, mis lõppeb surmaga; uhkuseluga, millega käib kaasas häbistus ja alandus; kartusega nakatanud eluga; kus rõõm ja muretus käib läbi kurvastuse ja piinaga. Nii paljud inimesed näevad eksikombel selles elus kerget elujõudu ja lõbu, kuid suuremal osal ei õnnestu selleni tõustagi. Ja need, kellel see õnnestubki, näevad seda peagi haihtumas. Prohvetid kutsusid inimesi külluse

muutumatusse ellu ja sellel, kes selle kutse vastu võtab, on selles maailmas parimad elutunnid, isegi paremad kui kuningatel ja nende järgijatel. Selles elus Allahi reeglite järgi elamine ongi tõeliseks katseks, millest saatan meid läbi kukutada üritab.

Kuid üksnes teadmine ei ole piisav. Me peame kas või nahast välja pugema ja andma endast parima, et me suudaksime sihi ja kõrgeima astme sadulasse saada. Kõige etemaks viisiks on meie elu juhtivate harjumuste ära lökamine, sest need on kardinaalseteks tõketeks, mis ei lase edukusel võita. Samuti peaksime kiusatuste ja võrgutuste paikasid vältima nagu Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Hoiduge Anti-kristusest eemale, kui te temast kuulete.“ Parimaks vale kaitsmiseviisiks ongi kõigest eemale hoidumine, mis võib selle valeni juhtida.

Üks saatana meelistrikk on näidata meile valet koos osalise tõega.

Me võime arvata, et see on hea, kuid lähenedes kukumegi lõksu. See vigur aga ei tüssa neid, kes on küllaldaselt selge peaga ja tunnevad Allahi seadust.



Lugeja küsib,



lugeja vastab!



Kuidas saad hakkama fažri palvetamisega? Milliseid nippe tead / kasutad õigeks ajaks tõusmiseks? Mida fažr sulle annab või mida see sult võtab? Mis on sinu meelest põhjuseks, miks Jumal meile selle palveaja on määranud?

Kuidas saad hakkama fažri palvetamisega?

Alhamdulillah, minu jaoks ei ole see üldse probleem. Pärast šahaada ütlemist, esimesed paar kuud ma ei ärrganud fažri ajaks ülesse, vaid palvetasin fažri pärast ärkamist. Mäletan, et olin parasjagu reisil, kui mulle täiesti nagu väikselgest taevast tuli pähe küsimus või mõte, et teisi palveid (päevaseid) ma ei ohverdaks ju iialgi ja tean, et poen kas või nahast välja või roomaksin kohale, peaasi et palve saab tehtud ja seda oma õigel määratud ajal; kuidas ma siis fažri palvesse nii teisiti suhtun? Kuidas see on õiglane? Pärast seda alhamdulillah seadsin oma eesmärgiks alati fažri palve õigel ajal palvetada.

Milliseid nippe tead / kasutad õigeks ajaks tõusmiseks?

Kõige alguses, kui ma olin võtnud otsuse fažri palvetama hakata, jätsin ma enne maga-

ma minekut alati tule põlema, sest praktika näitas, et kui tuli oli kustus, siis ei suutnud ma ka ennast üles ajada, kuigi kuulsin äratuskella ning kuigi ma ju tegelikult ärkasin hetkeks ülesse. Seega mind aitas alguses väga tulede põlema jätmine kuni palveni.

Teine asi – ma mäletan, et olin ühes islami jututoas ja üks moslem ütles, et tema ärkab fažriks sel viisil: ta on enda jaoks mõtestanud selle, kui kohtumise Jumalaga ja mõelda vaid, sinu Looja, sinu Jumal, kellesse sa ju usud iga oma kübemeaga, ootab sind teie kohtumisele kokkulepitud ajal, st tema ilmus kohtumisele, ja sina ei ilmu!

Mida fažr sulle annab või mida see sult võtab?

Mäletan selgesti ühest Yasmin Mogahedi loengus öeldut, et ilmselgelt tuleks hoiduda halvast seltskonnast, aga isegi, kui sinu ümber on kõige parem seltskond, olgu need

kas või kõige targemad islamoloogid ja parimad moslemid, siis ei ole sellist kvaliteet-aega nagu sinu üks-ühele aeg Jumalaga. Ja see on minu jaoks nii tõsi.

Fažr on minu jaoks täpselt see üks-ühele aeg Jumalaga ja aeg päevast, millal ma tunnen, et ma olen Temale kõige lähemal. See on see aeg, kui väljas on veel pime, ma tean et keegi ei oota mind kuskil, keegi ei helista mulle, keegi ei kutsu mind, terve maailm mu ümber magab ja ma tunnen, et oleme vaid mina ja Jumal.

Ma teen fažri järel alati pikema *duaa* kui tavaliselt. Pärast seda, kui ma kuulsin *hadiith*ist, mis ütleb, et fažri eelne vabatahtlik 2-rakane palve on parem kui TERVE see maailm ja KÕIK mis selles on, palvetan ma alati fažri eelset palvet. Ma mäletan, et mind liigutas see *hadiith* lausa pisarateni. Mõelda vaid, TERVE see maailm meie ümber ja absoluutselt

KÕIK mis selles on; see on ju kõik NII imeline ja üks pisi-pisikene, 2-rakane palve, mis võtab 2 minutit sinu 24-tunnisest ööpäevast, on PAREM kui KÕIK see! *Alhamdulillah*, juba pealgalt see mõte on nii ilus. Ma armastan Meie Jumalat.

Ja alati käib jutt ja eesmärk Koraan vähemalt aastaga läbi lugeda. Siiani olen paastunud kaks ramadaani ja mõlemal korral olen Koraaniga jõudnud umbes-täpselt vaid poole peale ja see kurvastab mind, *wallahi*. Oleme küll jaganud ära päev-päevale, kui palju peaks lugema, aga ma ei ole kunagi suutnud selle eesmärgiga sammu pidada. Hommikuti on kas liiga kiire, päeval ei suuda süveneda, öhtul on uni – *audhu billah. Alhamdulillah*, nüüd ma olen seadnud selleks ajaks justnimelt oma öise kohutumise Jumalaga. Peale fažri palvet loen alati natukene, siis on mul ka päeva parim keskendusvõime ja siis uinun taas. *Bismik allahumma ämuutu wa ähjää*.

Mis on sinu meelest põhjuseks, miks Jumal meile selle palveaja on määranud?

Elu näitab, et fažri palve on vaieldamatult kõige raskem palve kaasmoslemitele, mis muudab mind veelgi enam tänulikuks, et minu jaoks *alhamdulillah* ärkamine ei ole probleem. *Subhaanallah*, ma loodan, et see jääb ka nii, seniks kuni ma elan.

Kahjuks aga on see palve see, mille palvetamisest kõige sagedamini kõrvale viilitakse, sest uni on lihtsalt liiga magus.

Seega ma arvan kindlasti, et see palve on määratud meie usu ja meie prioriteetide testimiseks, kas me loobume oma magusast unest, kuigi see on meie jaoks keeruline, oma Jumala nimel või me eelistame oma enda naudinguid Jumalale.

E.

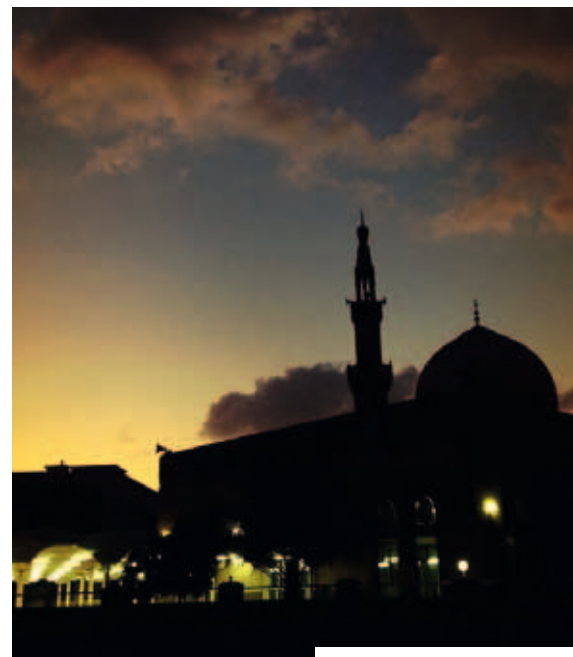
Minu meelest on fažri palve kõige olulisem palve moslemite jaoks ja ühtlasi kõige raskem neile, kellel on nõrk usk (*imaan*). Fažr näitab moslemi usu tugevust. Sa suudad end kontrollida. Kui suudad leida endas jõudu, et õigel ajal üles tõusta ja palvetada, siis võid end ka oma usus mugavalt tunda. Vastasel juhul tuleb sul midagi oma elus muuta.

Minu jaoks on selle palve tähtsus meie usus vägagi selge. Psühhotreeningus kasutakse väga levinult üht meetodit psühholoogiliste või isegi füüsiliste tulemuste saavutamiseks, mis kujutab endast iga kahe tunni järel üles tõusmist ja valjusti selle kordamist, mida tahetakse muuta. On ilmselge, et kui palvetaksime Jumalale iga kahe tunni tagant, siis me ei saakski patustada, sest me ei saaks oma Loojat ja sidet Temaga unustada. Ja kui me ka patustaksime, siis mõtleksime kohe oma patude peale ja paluksime andestust sellelt, Kes võib kõik andestada.

Üks minu lemmikhadiithe on ka selle kohta. Selle on edastanud Aisha (رضي الله عنها). Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Kui supleksite

viis korda päevas jões, kas jääks teie külge siis kübekegi mustust?“ Sama käib ka palve kohta – palvetamine puhastab meie vaimu ja hinge.

Fažriks tõusmise nipid on sunnast hästi teada, seega ei saa ma midagi uut öelda – meie usk on täiuslik ja võime sellest leida kõik vajalikud soovitused. Tuleb teha (öhtul enne magama minemist) ablutsioonid, *duaad* ja loomulikult on ka kavatsus tähtis. Viis



sin läbi väikese eksperimendi: ühel korral proovisin üles ärgata ilma ablutsioonide ja *duaata*, teisel korral tegin öhtul ablutsioonid ja *duaad*. Esimene eksperimendipäev oli vähem edukas kui teine, mil suutsin väga heas seisukorras ärgata. Samuti on oluline õigel ajal magama minna. Hommikune ärkamine on raske meie eluviisi tõttu.

Mis kasu ma fažrist saan? Olen võitnud palju vaba aega, sest katsun peale fažri enam mitte magama minna (kui see

just väga vara ei ole) ja midagi kasulikku teha, nagu näiteks nõusid pesta, raamatuid lugeda jne. Samuti olen hakanud igal hommikul peale fažri Püha Koraani lugema – igal hommikul üks hizb (1-2 lk). Praeguseks olen jõudnud juba Raamatu keskpaika. Loen raskustega araabia keelt, aga tänu pidevale harjutamisele olen kõvasti arenenud, *alhamdulillah!*

K.

Hetkel pole mul fažri palvetamisega mitte mingeid probleeme, kuna elan koos teiste moslemitega mitte oma perega. Lihtsalt panen oma telefonis äratuse umbes fažri *adhaani* ajaks ja ärkan siis ka üles. Siis, kui ma olen pere juures, palvetan fažrit: 1) siis, kui kedagi kodus ei ole, 2) proovin ilma äratuseta üles ärgata, 3) palvetan hommikul, üles tõustes; sest näiteks kell 3.00 fažri palve tegemine oleks minu peres mõeldamatu. Mind visatakse lihtsalt kodust välja, sest minu äratuskell ärataks ka

minu mitte-moslemitest pereliikmed üles.

Ega mingeid erilisi nippe ma ei kasutagi. Lähen magama sellisel ajal, et tean, et fažri palveks olen ma end mingil määral välja puhunud, mitte ei lähe magama 1 tund enne fažri palvet, lootes, et ma äratuse peale ka üles ärkaks. Fažr annab *hasanasid* ja see on kohustuslik palve. Seega siis fažri palvet tehes täidan ma vajalikke nõudeid, mida pean täitma, et olla moslem.

Fažri palve tegemine võtab võib-olla mult pattusid vähemaks, võtab minu uneaega vähemaks ja võtaks minult ka kodu, kui teeksin seda pere juuresolekul.

Jumal määras meile sellise palveaja, kuna hommikul vara (või öösel) ei ole kerge tõusta ja tahaks edasi magada. Aga Jumala nimel me teeme seda ja seega väljendame ka oma valmisolu Teda teenida. See on džihaad meie jaoks, võitlus endas – kas magada mõnusalt edasi või poolunisenä palvet tegema minna.

A.

Fažri palvetamisega saan hakkama mitte nii nagu kogu aeg peaks. Püha häbi on, et alati ei ole seda õigel ajal sooritanud. *SubhaanAllah*, kui mugav inimene võib olla ja satub saatana löksu. *SubhaanAllah*, kui aga silmi lahti ei tee hommikul ja fažr jääb palvetamata ja sinu õlul on veel hulk õigeaegselt palveta-

mat palveid, mida siis Allahile vastata? Süda jookseb verd nende aegade pärast, kui ei ärkanud fažrit palvetama. On ju küll alarm kapi peal ja all toas *adhaanikell*, aga tihtipeale panen läbi une alarmi kinni, *adhaani* ei kuule ja rändan unemaal edasi. Kohutav! *Astagfirullah*. Kuidas küll inimene paastukuul fažri ajaks nii usinasti ärkab?!? Peaksingi tihedasti paastuma, siis ehk saaksin selle asja korda *inšaAllah*.

Tean selliseid nippe, et pane alarm kaugemale kui öökapp, et siis pead üles tõusma, et see kinni panna. Aga kui kohe pehmel sammul tagasi sooja teki alla end sättid, siis on ikka „lahe“ küll. Ka lambi põlema panemine aitab. Hästi mõjub vee pritsimine näkku. Sina mehele ja mees sulle, miks mitte väike veesõda varahommiku korda saata, kui see toimib ja saad jalad alla, et Allahit teenida ning su terve päev on lilleline, *inšaAllah*. Veel tean, et varakult magamaminemine on hea, aga ...

Fažri õigeaegne palvetamine annab mulle sära. Fažri palvetamine ei võta midagi ära, küll aga eemaldab palju, kui ma seda õigeaegselt ei palveta. See palveaeg on määratud Tema järgijate testiks ja suureks katsumuseks. Ma ikka usun, et fažri õigeaegselt palvetamine näitab, kui palju sa tegelikult Allahit armastad ja mis kohale Ta asetad! Andku Allah meile rohkelt jõudu ja jaksu ning andestagu meile need magatud koidikupalve-



ajad. Allah õnnistagu suuresti tragisid fažri palvetajaid!

A.

Fažri palve on kahtlemata olulisim viiest kohustuslikust palvest. See on ajal, mil moslemil on raske unest loobuda, et oma kohustust Allahi ees täita.

Kui ma mõtlen enda konverdiaja algusaastatele, siis on lausa piinlik nii Allahi, enda kui ka laste ees, et kohati hommi-kuti sihilikult sisse magan. Lihtsalt on mingi raske koorem, mis ei lase ärgata.

Mäletan end kunagi ohjel-damatult nutmas, et magasin kogemata sisse hommikuse palve; samuti hämmeldumas islamiriigis olles, kuidas saab sisse magada, kui mošee valju-hääldi on praktiliselt magamistoa akna kõrval!

Aastad läksid, sündisid lapsed ja hommikused fažri palved hakkasid augustuma. Rahutud, unetud ja vaevarikad ööd murdsid ka minu ning tekkis mõõn, kus lihtsalt füüsilisel koormal oli tipp saavutatud. Ei jõudnud enam ärgata! Naistele, kel on pisikesed lapsed, on fažri palve suur džihaad!

Mäletan aega, kus elasime kohas, mis oli kui kurjast vae-vatud – ei olnud hingelist rahu, stabiilsust, kannatlik-kust; tulemuseks – harvad fažri palved õigel ajal. *Audu bil-*

lahi mina šaitani ražeem, kaitsku Allah moslemeid sel-liste kohtade eest!

Mitu aastat oli see eluase mulle kui karistuseks, proovi-kiviks, koormaks ja kannatlik-kuse testiks – kas annan alla ka teiste palvetega? Ma ei mur-dunud! *Alhamdulillah!*

Nüüdseks oleme vahetanud elukohta ja alates esimesest fažri palvest uues kodus olen suutnud 99% hoida kinni õi-gest ajast. *Allahu Akbar!*

Minu mureks on aga roh-kem see, et lapsi fažri palveks äratada. Suurema lapsega pole probleeme. Ta ärkab vaik-selt ja piisavalt ruttu. Olen püüdnud teda talvisel ajal äratada, et hommikupalve koos sooritada. Laste iseloomud on erinevad – üks heatujuline ja vaikne ärkaja, teine pahur ja jonnakas. Ka lapsi peab harju-tama palveks ärkama. Neile peab seletama, et meie elurüt-mi peab kohandama palvete järgi ja mitte vastupidi. *InšaAl-lah*, õnnestuks see meil ka su-visel ajal.

Ma tunnen, et naistel lasub suur kohustus pere hommiku-palveks äratada. Kas peab see nii olema?

K.

Ausalt öeldes on väga raske fažri palveks üles tõusta, seda eriti suvel, kuna fažr on väga varakult. Et oleks kergem faž-

riks tõusta, arvan, et kõige pa-rem nipp on minna nii varakult magama, kui see võimalik on, sest siis oleme fažri palveks jõundud piisavalt magada ning tunneme end hästi. Selle-pärast palvetas Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ka ööpalveid.

Fažri palve tugevdab inime-se usku Jumala olemasolusse, õpetab meid oleme kannatli-kud, palve puhastab meie sü-dant, toetab hinge, aitab üles leida inimeses peituvad head omadused ja surub alla kurja. Palve ajal oleme Jumalale veel lähemal, palve muudab meid rahulikuks. Kes palvetab fažri palvet, on Jumala kaitse all.

Nagu on teada, on meie ko-hal 7 taevast ja iga kord, kui me fažrit palvetame, tuleb Al-lah lähimasse taevasse.

A.







Tuureesia köök

Kokk: Karima

Allikas: <http://karimasfood.blogspot.com>



Praetud tuulehaugid

- * puhastatud tuulehaugid
- * sool
- * pipar
- * vürtsiköömned jahvatatult
- * sidrunimahl (1 sidrun)
- * paar spl oliivõli

Praadimiseks:

- * jahu
- * õli

Lõika kalad väiksemateks tükkideks - mina lõikasin kolmeks. Pead jätsin külge; ainult suu lõikasin lühemaks. Segasin köömned, õli, soola ja pipra kaladega kokku ning kallasin peale sidrunimahla. Lasin kaetuna seista umbes ühe tunni.

Enne praadimist lasin panni õliga kuumaks, kalad paneerisin jahas. Praadisin kalad mõlemalt poolt kuldseks. Serveerimisel lisasin sidruni sektoreid ja majoneesi.



Türgi köök

Kokk: Zeynep

Allikas: „Türgi Köök“, Gönül Paksoy;
foto - www.borektarifleri.net/tarifi/su-boregi-tarif.html



Keedupirukas ehk Su Böreği

- * 700 g jahu
- * 4 muna
- * 200 g võid
- * 400 g valget fetajuustu laadset juustu
- * puur peterselli
- * 1 tl musta pipart
- * soola
- * 2-3 sl õli
- * 500 ml vett

Pane 120 g jahu kõrvale. Ülejäänud sega kokku soola ja munadega, nii et moodustub tihke tainas. Jäta pooleks tunniks seisma. Samal ajal haki petersell ja valmista täidis: sega hakitud petersell kokku juustu ja musta pipraga. Jaota taigen üheksaks võrdseks osaks, raputa üle jahuga ja rulli iga osa lahti õhukeseks ahjuvormisuuruseks (retseptis on kasutatud 40cm läbimõõduga vormi) yufka'ks. Pane vesi suurde potti, lase keema ja lisa 2tl soola. Pane keevasse vette ükskhaaval seitse lahtirullitud taigatükki, hoia 1 minut, tõsta siis välja ja kasta külma vette. Kuivata hoolikalt. Määri ahjuvorm õliga ja aseta põhjale üks läbikeetmata taigatükk. Sulata või ja määri sellega taigen. Läbikeetmata taignale laota peale kaks keedetud taigatükki, kihtide vahed määri taas võiga (halal õli). Kolmele taigakihtile vala peale pool valmistatud täidist. Korda sama veel üks kord. Laota ahjuvormile üheksas yufka, mis on taas keetmata taignast. Määri taigen pealt võiga (halal õliga) hästi kokku. Aseta vorm eelsoojendatud 160-170 kraadisesse ahju ja küpseta umbes 25 minutit, kuni pirukas muutub pealt pruunikaks. Seejärel lase natuke seista, lõika tükkideks ja serveeri.

Pudrupotike, keeda!



Maroko köök

Kokk: Sarah

Allikas: <http://killukemarokot.wordpress.com/2013/01/05/meie-lemmik-shokolaadikook/>

Šokolaadikook

- * 1 1/2 klaasi jahu
- * 2 muna
- * 1 klaas suhkrut
- * 3-4 spl kakaod
- * 2 tl küpsetuspulbrit
- * 3/4 tl söögisoodat
- * 1/2 tl soola
- * 1/2 klaasi sulatatud võid
- * 1 klaas maitsestatamata jogurtit
- * 1/2 kl piima
- * 1 tl vanillsuhkrut
- * 1/4 klaasi kanget kohvi (panin 1 tl lahustuvat kohvi ja valasin 1/4 klaasi kuuma vett peale)

Katmiseks:

- * 100 g tumedat šokolaadi (sulatatud veevannil)

Sõelu ja sega omavahel kõik kuivained: jahu, küpsetuspulber, söögisooda ja kakao; lisa juude suhkur ja vanillsuhkur.

Teises kausis klopi munad vispliga (ära vahusta), lisa sulatatud või, maitsestatamata jogurt, piim ja kohvi. Sega omavahel.

Lisa kuivained munasegule, sega korralikult kas visplit kasutades (mitte elektrimiksrit) või puulusikaga.

Määri ümmargune lahtikäiv koogivorm võiga, raputa põhjale veidike jahu ja vala segu vormi.

Küpseta ahjus 180° – 200° C juures umbes 30 minutit. (Väga vabandan, kuna ma täpset küpsemise aega ei mäleta aga panin koogi ahju 200° C juures ja küpsetasin umbes 15 minutit, seejärel keerasin temperatuuri 180° – 190° C peale ja küpsetasin kuni puuwardaga kooki keskelt torgates eemaldus varras puhtana, kuigi kook oli veel keskelt katsudes veidi pehme, aga mitte vedel, see tagab samuti koogi mahlasuse.

Lase koogil jahtuda, samal ajal sulata šokolaad veevannil. Vala kook üle sulatatud šokolaadiga. Head isu!

89. Suura – الفجر – Āl-Fažr – Koit (30 äjät)

	Jumala, kõige Armulisema, Halastavama nimel.	<i>bismilläahi r-rahmäani r-rahiiim.</i>	بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
1	Koidu nimel	<i>wa l-fažri</i>	وَالْفَجْرِ
2	ja kümne öö nimel	<i>wa läjäälin 'aşr.</i>	وَلَيَالٍ عَشْرٍ
3	ja paaris ja paaritu nimel	<i>wa š-šaf'i wa l-wätr.</i>	وَالشَّفَعِ وَالْوَتْرِ
4	ja öö nimel, kui see möödub,	<i>wa l-läili idää jäsr.</i>	وَاللَّيْلِ إِذَا يَسْرُ
5	eks ole selles vanne neile, kes mõistavad.	<i>hāl fii däälikä qasamul-liđii ħižr.</i>	هَلْ فِي ذَلِكَ قَسَمٌ لِّذِي حِجْرِ
6	Kas sa ei näinud, mida su Isand tegi Adi (<i>rahva</i>)ga	<i>ä läm tara käifä fä 'älä rabbukä bi- 'ääd.</i>	أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِعَادٍ
7	ja Iramiga, kellel olid kõrged sambad,	<i>irämä dääti l- 'imääd.</i>	إِرَمَ ذَاتِ الْعِمَادِ
8	mille sarnast sellel maal pole loodud,	<i>älläti läm juĥlāq miĥluhää fii l-bilääd.</i>	الَّتِي لَمْ يُخْلَقْ مِثْلُهَا فِي الْبِلَادِ
9	ja Thamudi (<i>rahva</i>)ga, kes raius (<i>oma kodud</i>) orus kaljusse,	<i>wa tämuudä l-läđiinä žääbuu š-šaĥra bi-lwääd.</i>	وَتَمُودَ الَّذِينَ جَابُوا الصَّخْرَ بِالْوَادِ
10	ja postide omaniku vaaraoga	<i>wa fir 'awnä đii l-äutääd.</i>	وَفِرْعَوْنَ ذِي الْأَوْتَادِ
11	ja (<i>nendega,</i>) kes (<i>teistel</i>) maadel (<i>Jumala</i>) seadust rikkusid	<i>älläđiinä tağauu fii l-bilääd.</i>	الَّذِينَ طَغَوْا فِي الْبِلَادِ
12	ja palju paha tegid?	<i>fä-äktäruu fihää l-fäsääd.</i>	فَأَكْثَرُوا فِيهَا الْفَسَادَ
13	Su Isand lasi neile langeda karistuse piitsa.	<i>fä-šabbä 'äleihim rabbukä säwta 'ađääb.</i>	فَصَبَّ عَلَيْهِمْ رَبُّكَ سَوْطَ عَذَابٍ
14	Tõesti, su Isand on jälgimas.	<i>innä rabbäkä lä-bi-l-miršaad.</i>	إِنَّ رَبَّكَ لَبِالْمِرْصَادِ
15	Aga inimene, kui ta Isand ta proovile paneb, jagades talle au ja heldust, ütleb: „Mu Isand on mind austanud!“	<i>fä ämmä l-insäanu idää mää btäläähü rabbuhu fä-äkrämähü wa nä ' 'ämähü fä-jaquulu rabbii äkrämän.</i>	فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ
16	Kui aga Ta paneb ta proovile, piirates ta moona, ütleb ta: „Mu Isand on mind alandanud!“	<i>wa ämmä idää mää btäläähü fä-qadara 'äleihi rizqahu fä-jaquulu rabbii ähäänän.</i>	وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ



17	Ei, aga te ei kohtle orbusid lahkelt	källää bäl-lää tukrimuunä l-jätiim.	كَلَّا ۚ بَلْ لَا تُكْرِمُونَ الْيَتِيمَ
18	ega innusta üksteist vaeseid toitma.	wa lää tähääḍḍuunä 'älää ṭa 'aami l-miskiin.	وَلَا تَحَاضُونَ عَلَىٰ طَعَامِ الْمَسْكِينِ
19	Te õgite aplalt pärandust	wa tä'kuluunä t-turääṭä äkläl-lämmä.	وَتَأْلُونَ الْثَرَثَ الْأَلَمَّا
20	ja armastate piiritult vara.	wa tuḥibbuunä l-määlä ḥubbän žämmä.	وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا
21	Aga ei, kui maa on põrmuks pudenenud	källä iḍää dukkāti l-arḍu dākkän dākkä.	كَلَّا ۚ إِذَا دُكَّتِ الْأَرْضُ دَكًّا دَكًّا
22	ja su Isand tuleb rivistatud inglitega,	wa žā'ä rabbukä wa l-mäläku ṣaffan ṣaffä.	وَجَاءَ رَبُّكَ وَالْمَلَكُ صَفًّا صَفًّا
23	sel päeval, kui põrgu on lähedale toodud, sel päeval tuleb inimesel meelde, ent mis on (kasu) sellest meenutusest?	wa ži'ää jäwmäiḍin bi-žähännämä. jäwmäiḍin jätädākkäru l-insäanu wa ännä lähu l-ḍikraa.	وَجِيءَ يَوْمَئِذٍ بِجَهَنَّمَ يَوْمَئِذٍ يَتَذَكَّرُ الْإِنْسَانُ وَأَنَّىٰ لَهُ الذُّكْرَىٰ
24	Ta ütleb: „Oh, oleks ma ometi midagi säästnud oma (siinse) elu jaoks?“	jaquulu jää-läitänii qaddämtu li-ḥajāti.	يَقُولُ يَا لَيْتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي
25	Ja tol päeval ei karista keegi nii, nagu Tema karistab	fä-jäwmäiḍil-lää ju 'äḍḍibu 'äḍäbähu äḥäd.	فَيَوْمَئِذٍ لَا يُعَذِّبُ عَذَابَهُ أَحَدٌ
26	ja keegi ei ahelda nii, nagu Tema aheldab.	wa lää juuṭiqu waṭääqahu äḥäd.	وَلَا يُوثِقُ وَتَاقَهُ أَحَدٌ
27	Oh hing, kes sa oled rahu,	jää äjjätuhää n-näfsu l-muṭmä'innä.	يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ
28	tule tagasi oma Isanda juurde, rõõmus ja rõõmustav.	ärži 'ii ilää rabbiki raaḍiiätäm-märḍiiä.	ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً
29	Astu Mu sulaste manu	fä-dḥulii fi 'ibäadi.	فَادْخُلِي فِي عِبَادِي
30	ja sisene Mu paradiisi.	wa-dḥulii žännätii.	وَادْخُلِي جَنَّتِي

1 – Ali (رضي الله عنه), Ibn Abbas (رضي الله عنه), Ikrimah (رضي الله عنه), Mujahid ja As-Suddi on öelnud: „See tähendab lihtsalt hommikut.“ (At-Tabari 24:395, Al-Baghawi 4:481)

Masruq ja Muhammad ibn Kaab on edastanud, et *al-faḥr* käib siin eriti just ohverduspäeva kohta, mis on viimane kümnest ööst (vt. järgm. värss). (Al-Qurtubi 20:39)

Õpetlased on öelnud, et faḥr on siin valitud mitmel põhjusel: 1) on aeg, millel on eriline õnnistus – mis muudab öö päevaks; 2) üks olulisemaid palveid, millest kinni pidada (Prohvet Muhammed (صلى الله عليه وسلم) on öelnud, et kui me vaid teaks, mis õnnistus selles on, roomaksime palvele), peabki olema eriline, sest selleks palveks me ronime soojast voodist välja, teeme külma veega *wudu*, palume Jumalat jne = näitab meie tugevat või nõrka *imaani* (usku) ja kes ei tõuse, selle kõrva pissib autentse *hadiithi* järgi saatan; 3) sel ajal algab paastuajal paast; 4) sümboliseerib aega, mil päike hakkab tõusma, valgus katab maad jpm.

2 – Ibn Abbas (رضي الله عنه), Ibn Zubayr (رضي الله عنه), Mujahid ja teised on öelnud, et need kümme ööd tähistavad *dhu-l-hižža* kümmet esimest päeva. (At-Tabari 24:396)

Need on parimad 10 päeva aastas, isegi paremad kui ramadaani 10 viimast päeva.

Ibn Abbas (رضي الله عنه) andis edasi, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) oli öelnud: „*Ei ole paremaid tegusid kui need, mis on korda saadetud nendel kümnel päeval.*“ Kaaslased küsisid: „Isegi mitte džihaad?“ Muhammed (صلى الله عليه وسلم) vastas: „*Isegi mitte džihaad, välja arvatud mehe puhul, kes lahkub kodunt, riskeerib oma elu ja varaga ning naaseb tühjade kätega Isanda nimel.*“ (Al-Bukhari)

- Neil päevil on kõigil soovitatav püüda rohkem palvetada, Jumalat meenutada (*dhikr*), perega suhelda, almust anda, head soovitada ja halba keelata.

- Ibn Omar (رضي الله عنه) ütles: „*Ei ole Jumala juures olulisemaid päevi, millede teod oleksid*

Ta poolt rohkem armastatud, kui need kümme päeva. Seega korrake neil päevadel „*allaahu akbar*“, „*lää ilääha illallaah*“ ja „*älhämdu lillääh*.“» (At-Tabaraniy – „*Mu’jam Al-Kabir*“)

- Ibn Omar (رضي الله عنه) ja Abu Huraira (رضي الله عنه) käisid neil kümnel päeval turul ja kordasid: „*allaahu akbar*“ ja inimesed kordasid nende järgi (igauks omaette).“ (Al-Bukhari)

- Neil päevil tuleks pühendada end ka paastule. Prohvet Muhammedi (صلى الله عليه وسلم) naised on edastanud, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) paastus 9 esimest *dhu-l-hižža* päeva, *ašura* päeval ja kolmel kuu (keskmisel) päeval.“ (Imam Ahmad, Abu Dawud, An-Nassa’yy)

- Arafati päeva (9. *dhu-l-hižža* päev) paast on väga soovitatavaks *sunnaks* neile, kes ise palverännakul ei ole. Prohvet (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „*Looda Jumalalt tasu, et see paast kustutaks su möödunud ja tulevase aasta patud.*“ (Muslim)

- Abu Hurayra (رضي الله عنه) on edastanud, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) on öelnud: „*Omra kustutab selle ja eelmise omra vahelised patud ja Jumala poolt vastu võetud hadž ei anna muud tasu kui paradiisi.*“ (Al-Bukhari, Muslim)

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

Aid ul-adha algab *dhu l-hižža* (palverännaku kuu) 10. päeval (täpselt 70 päeva peale ramadaani) ning kestab kokku kolm päeva. Seda püha peetakse meenutamaks prohvet Aabrahami (عليه السلام) kuulekust, kui ta oli nõus oma poja Ismaeli (عليه السلام) Jumalale ohverdama. Jumal aga saatis Aabrahamile (عليه السلام) viimasel hetkel poja asemel ohverdamiseks oina. Selle mälestuseks ohverdavadki moslemid üle kogu maailma just sel päeval lamba, kitse või kaameli ning jagavad ohvriliha kolmeks, jättes

ühe osa endale piduroaks, kinkides teise osa lähedastele ning annetades kolmanda osa vaesetele.

3 – Erinevad õpetlased tõlgendavad „paaris” ja „paaritu” erinevalt: 1) „paaris” on ohvrianni päev, st 10. *dhu-l-hižža* ja „paaritu” on *Arafati* päev, st 9. *dhu-l-hižža*. 2) „paaris” on kõik loodu (sest Jumal on öelnud, et on loonud kõik paaris) ning „paaritu” on Jumal ise (sest on *hadiith*, mis ütleb, et Jumal on *witr* (paaritu) ja armastab *witrit*). 3) kohustuslikest palvetest *maghrib* on „paaritu” ja teised kõik on „paaris” arvu *rakadega*. (Koraani tähenduse tõlge, Al-Hilali & Muhsin Khan)

4 – Vihje sellele, kuidas öö kogu aeg liigub, hetkest mil *maghrib* algab, liigub pidevalt *fažri* suunas.

5 – Jumal vihjab pidevalt Koraanis sellele, et need, kes mõtlevad, kellel on teadmised, neile on piisavalt tõendeid Koraanis ja maailmas, et uskuda, käia õigel teel jne.

6 – Aadi rahvas

7 – Teine nimi vanale Aadi rahvale, kelle juurde saadeti prohvet Huud (عليه السلام). (Koraani tähenduse tõlge, Saheeh International).

Väga ammu oli kord aeg, kui Lõuna-Araabias elas üks suur hõim. Neid nimetati Aadiks. Nad olid prohvet Noa lapselapse Irami järeltulijad. Nende esiisad olid kunagi koos teiste prohvet Noa järgijatega kolinud tänapäeva Jeemeni aladele. Nad olid väga rikkad ja väga nutikad ja suutsid teha palju asju. Enne rikkaks saamist olid nad olnud väga jumalakartlikud, kuid rik-

kus muutis neid ja neist said ebajumalakumardajad. Nende linn oli tuntud oma paljude sammaste poolest.

Mida aeg edasi, seda uhkemaks Aadi rahvas muutus ja seda vähem mõtlesid nad Jumalale. Nad arvasid, et neil ei olegi Jumalat vaja, kuna neil oli palju raha ja võimu. Nad arvasid, et nad on väga kavalad, aga tegelikult olid nad rumalad ja hakkasid aina rohkem halbu ja rumalaid asju tegema.

Siiski oli nende hulgas veel üks hea mees, keda kutsuti Huudiks ja kes Aadi rahva halbade tegudega ei nõustunud. Ta püüdis oma rahvaga rääkida, neid hoiatada ja manitseda, et nad õigele teele tagasi pöördusid ja Jumalalt andestust paluksid: „Teenige Jumalat, oo mu rahvas!” aga nad ei tahtnud teda kuulda. Huud ütles, et nad saavad Jumalalt karistada, kui nii edasi jätkavad, aga see ei lugenud Aadi rahvale midagi – nad arvasid, et on targemad ja kavalamad kui Jumala enda sõnumitooja.

Jumal käskis Huudil kõik head inimesed ühte suurde koopasse viiga. Järgmisel päeval puhkes hirmus torm ja hävitas kõik. Ainult head inimesed, kes kuulasid Jumala prohvetit Huudi, said päästetud.

(Koraanis: 11:50-60, 46:21-25)

Miks *dhääti l'imääd*? Osad ütlevad, et: 1) nad ise olid suured kui sambad, 2) nende ehitussüsteem oli selline. Tänapäeval avastatud, mis arvatakse olevat Irami rahva linna varemad, mille kohta beduiinid ütlesid, et siin on üks hävita-

tud rahvas. Ainus koht, kus sellest juttu on, on Koraan.

8 – Ibn Zaydi (رضي الله عنهما) arvates on selles värsis juttu eelnevalt mainitud sammastest. (At-Tabari 24:406)

Qatadah (رضي الله عنه) arvates on selles värsis juttu Aadi rahvast. (At-Tabari 24:406)



9 – Ibn Abbas (رضي الله عنه) ütles: „Nad nikerdasid ja raiusid sinna.“ (At-Tabari 24:408)

Thamudi rahva ehitisi võib siiani näha, need seisavad mägedesse raiutuna.

Prohvet Saalihi (عليه السلام) valis Jumal välja Põhja-Araabias elava Thamudi rahva seast, et ta oma rahvast hoiataks. Saalih (عليه السلام) oli väga pettunud, nähes kuidas ta rahvas käitus ja palus neil ainuüksi Jumalat kummardada, öeldes: „Pidage meeles, et Ta tegi teist Aadi pärijad ja andis teile kodu. Te olete ehitanud maju tсандikule ja uuristanud neid välja kaljudest. Mee- nutage siis teil lasuvad Jumala õnnistust ja ärge täitke maad, mille Jumal on teile andnud, kur- jaga. Kas te ei karda siis Jumalat? Tõesti, ma olen teie sõnumitooja! Kartke siis Jumalat ja järgnege mulle!“ Kuid Thamudi hõimu vane- mad olid oma tavade üle uhked ega tahtnud neist loobuda. Nad ei uskunud Viimsesse Koh- tupäeva. Nad nimetasid Saalihid rumalaks va-

letajaks ja rääkisid kõigile, et Saalihit ja tema järgijaid ei tohi usaldada.

Jumal otsustas nad proovile panna ja saatis neile emakaameli, teatades, et kui nad peaksid talle viga tegema, ootab neid range karistus. Thamudi rahvas aga ei hoolinud sellest ja tap- pis emakaameli, öeldes uhkelt Saalihile, et kui ta tõesti on Jumala sõnumitooja, siis lasku nüüd oma karistusel nendele langeda. Saalih aga teatas neile, et neil on oma kodudes elada jäänud vaid kolm päeva, enne kui Jumala tahe täitub. Selle asemel, et oma pattu kahetseda, hakkasid aga Thamudi inimesed Saalihi tap- mist kavandama. Kuid enne kui nad jõudsid oma öela plaani ellu viia, hävitas Jumal nad to- hutu maavärinaga. (Koraanis: 7:73-79, 11:61-68, 26:141-159, 27:45-53, 91:13)

10 – Mujahid ütles: „Ta (st vaarao) naelutas inimesed postide külge.“ (At-Tabari 24:409)

äl-äütääd võib tähendada ka tema omandatud võimu, näiteks armeesid. Ibn Abbas (رضي الله عنه) üt- les: „*äl-äütääd* on armeed, mis tema käske peale su- rusid.“ (At-Tabari 24:409), kuna ta oli oma võimuga rahva ja piirkonna maasse kinnitanud, alandanud, nagu vaiadega (*nail down*).

11 & 12 – võib tähendada neid, kellest juttu või ka viidates kõigile teistele pahategijatele ja türanni- dele.

15 – Ta on rohem uhke kui tänulik, kuna arvab, et Jumal on teda õnnistanud tänu talle endale. (Ko- raani tähenduse tõlge, Saheeh International) Ka õn- nistus võib olla katsumus. Allah tahab näha, mida me teeme, kuidas reageerime. Kas arvame, et ole- me ise targad, või et Allah peab meid eriliseks, *audu billah*, teistest kõrgemaks, unustame Allahit tänada jne.

16 – Kui midagi on raske, siis hakkab inimene kohe virisema. Ta ei suuda mõista, et 1) see võib tal- le olla hea, kuigi ta seda ei tea; 2) see kõik on test, et näha meie usku ja meie reageeringud. Võidelgem selle nimel, et õigesti reageerida, meenutada!

Kellele Jumal tahab head, sellele ta saadab teste. Kellel on kõrgem *imaan*, kes on tugevam, sellel on suuremad võimed = sellel ka suuremad testid. Ju- mal on õiglane. Ka mida lähemal oleme Jumalale, seda enam saatan proovib meid enda poole võita.

Prohvet liobit (عليه السلام) testiti 17 aastat. KÕIKE prooviti!

17 – St, asjad ei ole nii, nagu sa arvad. Jumal saadab pigem nii au kui alandust vaid inimeste proovilepanekuks. Tõeline tasu tuleb alles Teispooluses. (Koraani tähenduse tõlge, Saheeh International)

Seega, kui meiega midagi halba juhtub, EI OLE see karistus Jumalalt. *Allahu alim!* Aga Jumal kinnitab meile Koraanis – *källä!!!*



Prohvet (صلى الله عليه وسلم) on öelnud, et kõige enam testitakse prohvelteid, siis neid, kes neile kõige enam sarnanevad, siis neid, kes neile kõige enam sarnanevad jne.

Sahl ibn Said (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Orvu hooldaja ja mina saame Paradiisis olema nagu need kaks,“ ja ta pani oma nimetissõrme ja keskmise sõrme kokku. (Abu Dawud 5:356, Muslim 2983)

19 – need, kellel on rohkem jõudu, võtsid ära pärandi nendelt, kes nõrgemad – orvud, vaesed, naised jne. Jumal hoiatab neid!!!

20 – Rikas olemises ja vara armastamises iseenesest ei ole midagi halba. Kui me peame oskama pi-

dada piiri ja peame oskama seda kasutada õigetel eesmärkidel.

23 – Jumal on maininud, et INIMESEL tuleb meelde, mitte uskmatul ... KÕIGI üle mõistetakse kohut. Keegi ei pääse automaatselt lihtsalt sellepärast, et ta ei ole *kääfir!!!*

Meenutada tuleb enne, häid tegusid tuleb teha enne, palvetada tuleb enne, almust anda, paastuda, end parandada, oma lapsi õpetada jne, sest kui See Päev on käes, siis on eksam läbi ja midagi oma eksamitöös enam muuta ei saa, midagi lisada pole võimalik.

24 – *hjäätä* = minu elu; siin on mõeldud tõelist elu ehk teispooluse elu. Praegune elu on vaid surm, sest kõik me suureme ja kui oleme surma mõistetud, oleme samahästi kui surnud juba. *Suurat ul-mulkis* seisab: *khalaqa l-mawta wal-hjäätä* – lõi surma ja elu = surma enne.

St, kui ta ei ole olnud piisavalt jumalakartlik, kahtseb ta seda ja kui ta on isegi olnud väga jumalakartlik ning teinud palju häid tegusid, soovib ta Viimsel Kohtupäeval ikka, et oleks teinud rohkem. Muhammad ibn Abi Amirah (رضي الله عنه) jutustas: Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Isegi kui hea Jumala sulane oma sünni päevast kuni surma päevani kogu aja näoli (palves) kummardades vee-daks, põlgaks ta Viimsel Kohtupäeval siiski seda tegu ning sooviks, et ta tagasi siinsesse ellu saadetaks, et tal oles võimalik rohkem tasu välja teenida.“ (Ahmad 4:185)



صحيح البخاري
The Translation of the Meanings of
Sahîh Al-Bukhâri
Arabic-English
Volume 1

The Translation of the Meanings of
Sahîh Al-Bukhâri
Arabic-English
Volume 2

Translated by
Dr. Muhammad
Muhammad

9. **Kitaab mawaaqiit us-salaat** (palveaegade raamat) – valitud **hadīthe fažri** kohta

527. Abdullah (رضي الله عنه) jutustas: „Ma küsisin Prohvetilt (صلى الله عليه وسلم): „Milline tegu on Jumalale kõige meelepärasem?“ Ta vastas: „Õigel ajal palve sooritamine.“ Ma küsisin: „Ja mida järgmiseks?“ Ta vastas: „Oma vanematega hea ja kohusetundlik olemine.“ Ma küsisin jälle: „Ja mida järgmiseks?“ Ta vastas: „Jumala nimel püüdlemisest osa võtmine.“ Abdullah (رضي الله عنه) lisas: „Seda ütles Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ja kui ma oleks veel küsinud, oleks Prohvet (صلى الله عليه وسلم) veel rääkinud.“

541. Abu Al-Minhal jutustas: „Abu Barza (رضي الله عنه) ütles: „Prohvetil (صلى الله عليه وسلم) oli kombeks *fažri* palvetada siis, kui tundis enda kõrval istuva inimese ära ja ta luges 60-100 Koraani värssi. Ta palvetas *dohri* kohe, kui päike veidi seniidist oli kõrvale kaldunud ja *asri* ajal, kui võis Mediina kõige kaugemas kohas ära käia ja päike oli ikka veel kuum. (Alledastaja unustas, mis ta *maghribi* kohta ütles.) Tal ei olnud midagi *iša* öö kolmandikuni või keskööni edasilükkamise vastu.“

554. Qais jutustas: „Jarir (رضي الله عنه) ütles: „Me olime koos Prohvetiga (صلى الله عليه وسلم) ja ta vaatas täiskuuöö kuud ja ütles: „Tõesti, te näete oma Isandat nagu näete seda kuud ja teil ei saa olema mingit probleemi Tema nägemisega. Ja kui te saate vältida enne päikesetõusu (*fa-*

žr) ja enne päikeseloojangut (*asr*) palve mahamagamist, siis peate seda tegema.“ Siis ta retsiteeris Jumala sõna: „... ja ülista oma Isanda kiitust enne päikesetõusu ja enne loojangut.“ (50:39) Ismail ütles: „Palvetage neid palveid ja ärge neid maha magage.“

555. Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Inglid tulevad teie juurde üksteisejärel ööl ja päeval ja nad saavad kõik kokku *fažri* ja *asri* palvete ajal. Need, kes on teiega öösel olnud, tõusevad (taevasse) ja Jumal küsib nende käest, kuigi Ta teab teie kohta juba kõike: „Mis olukorda te mu sulased jätsite?“ Inglid vastavad: „Kui me nende juurest lahkusime, siis nad palvetasid ja kui me nende juurde jõudsime, siis nad palvetasid.“

556. Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Kui kellelgi teist õnnestus enne päikeseloojangut üks *raka asri* palvetada, siis palvetagu ta oma palve lõpuni (st see palve on kehtiv). Kui kellelgi teist õnnestus enne päikesetõusu üks *raka fažri* palvetada, siis palvetagu ta oma palve lõpuni.“

560. Jabir ibn Abdullah (رضي الله عنه) jutustas: „Prohvetil (صلى الله عليه وسلم) oli kombeks *dohri* keskpäeval; *asri* ajal, mil päike oli veel ere; *maghribi* peale päikeseloojangut ja *iša*t erineval ajal

palvetada. Iga kord, kui ta nägi, et inimesed olid (*išaks*) kogunenud, palvetas ta vara ja kui inimesed hilinesid, jättis ta palve hilisemaks. Ja neil või Prohvetil (صلی اللہ علیہ وسلم) oli kombeks *fažri* palvetada, kui oli veel pime.“

20. peatüki sissejuhatus: Abu Huraira (رضي الله عنه) jutustas: „,Prohvet (صلی اللہ علیہ وسلم) ütles: „Kõige raskemad palved kahepalgeliste jaoks on *iša* ja *fažri*.“ Ta lisas: „Kui nad oleksid teadnud, mis *iša* ja *fažri* (st nende tasud) on, oleks nad osa võtma tulnud, isegi, kui oleksid pidanud roomama.“ (Järgneb korдав diskussioon.)

574. Abu Musa jutustas: „,Jumala Sõnumitooja (صلی اللہ علیہ وسلم) ütles: „Kes palvetab (õigeaegselt) kahte jahedat palvet (st *asrit* ja *fažrit*), see siseneb Paradiisi.“

578. Aisha (رضي الله عنها) jutustas: „,Usklikel naistel oli kombeks, kattelinadega kaetult, Jumala Sõnumitoojaga (صلی اللہ علیہ وسلم) *fažri* palvetamas käia. Peale palve lõpetamist naasesid nad koju, ilma et keegi neid pimeduse tõttu ära oleks tundnud.“

582. Ibn Umar (رضي الله عنه) jutustas: „,Jumala Sõnumitooja (صلی اللہ علیہ وسلم) ütles: „Ärge palvetage päikesetõusu ja päikeseloojangu ajal.“¹

¹ St täpselt sel ajal, kui päike tõuseb või loojub, kuna muidu oleks justkui tegemist päikesekumardamisega.

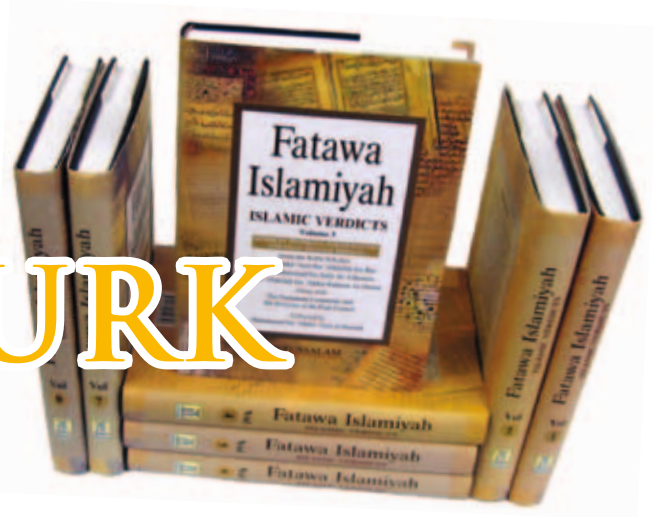
583. Ibn Umar (رضي الله عنه) jutustas: „Jumala Sõnumitooja (صلی اللہ علیہ وسلم) ütles: „Kui päikese nurk horisondi tagant paistma hakkab (ja sul on *fažr* veel tegemata), lükka palvet edasi, kuni see on kõrgel ja kui päikese nurk (horisondi taha) kaob, lükka palvet seni edasi, kui see loojub (st kaob üleni horisondi taha).“

592. Aisha (رضي الله عنها) jutustas: „,Jumala Sõnumitooja (صلی اللہ علیہ وسلم) ei jätnud kunagi enne *fažri* kahte *rakat* ega peale *asri* kahte *rakat* ei avalikult ega omaette palvetamata.“

595. Abu Qatada jutustas: „,Ühel öhtul reisisime me Prohvetiga (صلی اللہ علیہ وسلم) ja ühed ütlesid: „Me sooviksime, et Jumala Sõnumitooja viimastel öötundidel meiega koos puhkaks.“ Ta vastas: „Ma kardan, et te uinute ja magate (*fažri*) palve maha.“ Bilal (رضي الله عنه) ütles: „Ma ajan teid üles.“ Kõik jäid magama ja Bilal puhkas vastu oma ratsalooma oma selga ja uni murdis ka tema. Prohvet (صلی اللہ علیہ وسلم) ärkas, kui päikese nurk oli juba väljas ja ütles: „Oo Bilal, mida sa lubasid!“ Ta vastas: „Ma pole iial niimoodi maganud.“ Prohvet (صلی اللہ علیہ وسلم) ütles: „Jumal võttis te hinged, millal soovis ja tagastas need, millal soovis. Oo Bilal, tõuse üles ja kuuluta palveks *adhaani*.“ Prohvet (صلی اللہ علیہ وسلم) sooritas rituaalse pesemise ja kui päike oli välja tulnud ja eredaks läinud, tõusis ta ja palvetas.“

FATWANURK

fažri palve



Tõlkinud: Amina ja Aisha

Allikas: www.fatwa-online.com, www.fatwaislam.com

FAŽRI PALVE HÜLGAMINE

Küsimus: Mida arvata *fažri* palve hülgamisest?

Vastus: Kui küsimuses on see, et seda ei sooritata kogukonnas, siis see on *haram* ja patt, sest kõigil meestel on kohustuslik kogukonnas palvetada.

Kui küsimuses on see, et palvetamine üldse hülgatakse või *fažrit* palvetatakse peale päikesetõusu, siis selline inimene on väga suures hädas, kuni selleni välja, et osade õpetlaste arvamuse kohaselt on need moslemid, kes ilma kehtiva põhjusega palve kuni selle palveaja lõpuni edasi lükkavad, uskmatud!!! Seega peaks igaüks, kes taolist pattu teeb, Jumalalt an-

destust paluma ja end parandama.

Šeik ibn Uthaymeen

„Fataawa Manaar al-Islaam“, köide 1, lk 133, küsimus 101.

TA KEELAB MEIL ENNE FAŽRIT KORAANI LUGEDA

Küsimus: Meie mošees on üks tähtis šeik, kellel on teatud asjades oma kindel arvamus. Näiteks ei luba ta meil enne *fažrit* Koraani lugeda. Ta ütleb, et see aeg on Jumala meenutamiseks ja palumiseks ning mitte Koraani lugemiseks. Mida sellest arvata?

Vastus: Koraani võib lugeda igal ajal, ka enne igat palvet. Kui lugeja ümber on aga inimesi, kes parasjagu palvetavad või Jumalat meenutavad, siis peaks Koraani retsiiteerija Koraani lugema vaikelt

ja mitte häälega, et mitte teiste keskendumisvõimet segada. Parem oleks taolises olukorras Koraani mitte lugeda ja samuti Jumalat meenutada.

Šeik Ibn Baaz

„Fataawa tata'allaq bi-Jamaa'atil-Masjid“, küsimus 20, lk 19.

„Majmoo Fataawa“, köide 4, lk 162.

KUI UNUSTAD FAŽRI ADHAANIS ÖELDA „PALVE ON PAREM KUI UNI“

Küsimus: Mida arvata sellest, kui muessin unustab *fažri adhaanis* öelda „palve on parem kui uni“?

Vastus: Sellisel juhul on selle muessini *adhaan* korrektne, kuna „palve on parem kui uni“ ütlemine *fažri adhaani* ajal on sunna ja mitte kohustuslik

tegu. Kui seda *fažri adhaani* ajal öelda, siis on see parem, aga kui seda ei öelda, siis ei ole sellest midagi hullu.

Šeik ibn Uthaymeen

„I'laam al-Mu`asireen bi-Fataawa Ibn `Uthaymeen“, lk 51.

MIS AITAKS MEIL FAŽRIKS TÕUSTA?

Küsimus: Mis aitaks moslemil *fažri* palveks tõusta, eeldades, et ta läheb vara magama, aga ikkagi ei suuda õigel ajal tõusta?

Vastus: Iga moslemi kohustuseks on olla jumalakartlik ja palvetada kõik viis igapäevast palvet nende jaoks määratud aegadel; meeste puhul mõnes teiste moslemitega koos. Igaüks meist peab andma endast maksimumi, et seda saavutada ja ka *fažrit* kogukonnas palvetada.

Selle saavutamiseks tuleks õigel ajal magama minna, nii et uni saaks täis. Tuleb seni katsetada, kuni õige aeg on leitud ja moslem on võimeline



oma palvet kogukonnas sooritama. Samuti peaksime Jumalalt abi ja kaitset paluma.

Šeik ibn Baaz

KUI FAŽRI ADHAAN KÕLAB WITRI PALVETAMISE AJAL

Küsimus: Üks mees palvetas *witrit* ja selle palve ajal kutsus muessin juba *fažri* palvele. Mida sellisel juhul teha?

Vastus: Kui *adhaan* kõlas sel ajal, kui ta *witrit* palvetas, siis peab ta oma *witri* lõpuni

palvetama ja selles ei ole mingit pattu.

Šeik ibn Uthaymeen

„Fatawa Islamiyah“, köide 2, lk 314.

VÄSIMUS FAŽRI AJAL

Küsimus: Jumal on Koraaanis öelnud, et palvetama ei tohiks minna, kui ollakse uimane kuni selleni, kui mõistame, mida ütleme (4:43). Kas siia alla käib ka *fažri* aegne hommikune uimasus? Mida selle korral ette võtta?

Vastus: Need, kes *fažri* ajal end veel väga uimaselt tunnevad, peaksid varem magama minema; siis oleksid nad *fažri* ajal ka virgemad.

Šeik ibn Uthaymeen

„Fatawa Islamiyah“, köide 2, lk 386.



„MOSLEMI KINDLUS - duaasid Koraanist ja sunnast“

Said ibn Wahf Al-Qahtani Said ibn Wahf Al-Qahtani

Tõlkinud ja koostanud: Aisha

FAŽRI ÖNNESTUMISEKS

1. ÄRKAMISEL

1.  l-h mdu li-ll  hi l-lathii  hja n   b  d  m    m  t n   wa il ihi n-nu uur. – Kiitus olgu Jumalal, Kes annab meile elu peale seda, kui on meile andnud surma ja Tema juurde on tagasip  rdumine.¹

2. l   il  h  illa llaahu wahdahu l    ariik  l hu, l hu l-mulk wa l hu l-h md, wa huwa  l   kulli  ai in qadiir. subhaan allaahi wa l-hamdu lill  hi wa l   il  h  illa llaahu wa llaahu akbar wa l   h wla wa l   quwwata ill   bill  hi l- lilji l- dhiim, rabbi ghfir lli. – Pole kedagi, kes oleks v  rt kummardamist peale Jumala, Kellel ei ole kaaslasi. Temale kuulub  lemv  im ja Temale kuulub  listus ja Tema on k igeks v  imeline.  listus olgu Jumalal. Kiitus olgu Jumalal.

¹ Al-Bukhari, Fath Al-Bari 11/113, Sahih Muslim 4/2083.

Pole kedagi, kes oleks v  rt kummardamist peale Jumala. Jumal on suurim. Pole ei v  ge ega v  imu peale Jumala – K rge, V  imsa. Mu Isand, andesta mulle!²

3.  l-h mdu li-ll  hi l-lathii   f  anii fii  s dii wa radda  l jja ruuhii wa  thina lii bi-dhikrihi. – Kiitus olgu Jumalal, kes andis mu kehale j udu ja tagastas mulle mu hinge ja andis mulle v  imaluse Teda meenutada.³

4. inn  fii khalqi s-s m w  ti wa l-ardi wa khtil  fi l-l ili wa n-nahaari l  j  til li-uuti l- lb  b.  ll thiin  jatkuruuna llaaha qijj m n wa qu udan wa  l    unuubihim wa j t f kk ruun  fii khalqi s-sa-

² Iga hele, kes seda  tleb, andestatakse ja kui ta palub midagi Jumalalt, siis ta palvele vastatakse. Kui ta seej rel teeb wudu ja palvetab, siis ta palve v  etakse vastu. SAI-Bukhari, Fath Al-Bari 3/39, lbn Majah 2/335.

³ At-Tirmidhi 5/473; vt ka Al-Albani „Sahih At-Tirmidhi“ 3/144.

maawaati wa l-adri rabban  m   kh l qt  h  d  baatila s-subhaanaka faqin    dh  b  n-naar. rabban   inn k  m n tudkhili n-naara faqad  khz it hu wa m   liz-aalimiin  min ansaar. rabban   inn n   s mi n   mun  dii n jun  dii lil-im  ni  n  minuu bi-rabbikum f   m nn . rabban   f ghfir l n   dhu-nuub n   wa k ffir  nn   s ii  tin   wa tawaffan   m    l-abraar. rabban   wa   tin   m   wa tt n    l   rusulik  wa l   tukhzin   j um  l-qijj  m . inn k  l   tukhlifu l-mi  d. f st  z b  l hum rabbuhum  nnii l   udii u  m l    mili m-minkum min dakarin  u un th  . b  dukum min b  d. f - ll dhiin  h   ru wa ukhri uu min di  rihim wa uudhuu fii s biili wa qaatalu wa qutiluu l -uk ffir nn   nhum s jji  tihim wa la-udkhil nn hum  n-n tin t  rii min t  htih   l-anhaaru th w  b m min  indi ll  h. wallaahu  ind hu

husnu th-thāwāb. lāa jag-hurrannākā taqallubu llādhiinā kāfāruu fii l-bilāād. nātāā'un qaliilun thumma ma'waahum žāhānnām. wa bi'sā l-mihāādu. lāākini llādhiinā ttaqauu rabbahum lāhum žānnāātun tazrii min tāhtihāā l-anhaaru khaalidii-na fiihāā nuzulām min 'indi llāāh. wa mää 'indi llāāhi khāirul lil-abraar. wa innā min āhli l-kitāābi lāmān ju'minu bi-llāāhi wa mää unzilā ilāikum wa mää unzilā ilāihum khaaš'iinā li-llāāhi lāā jāštāruunā bi-ājāāti llāāhi thāmānān qaliilān ulāā'ikā lāhum āžrahum 'indā rabbihim. inna llaaha sari'ū l-hisāāb. jā'ājuhāā llādhiinā āmānu sbiruu wa saabiru wa raabituu wa ttaqu llaaha lā'āllākum tuflihuun. – Tõesti, taevaste ja maa loomises ja öö ja päeva vaheldumises on märgid neile, kes mõistavad. Need, kes meenutavad Jumalat nii seistes, istudes kui pikutades ning mõtisklevad taevastes ning maa peal oleva loodu üle (*tõdevad*): „Meie Isand, Sa ei ole seda (kõike) loonud asjata. Au olgu Sul! Päästa meid (põrgu)tule karistusest!“ Meie Isand, tõesti seda, kelle sa lased Tulle siseneda, oled sa häbistanud ja halvategijaile ei ole abistajaid. Meie Isand, me tõesti kuulsime kutsujat usku kutsumas: „Uskuge oma Isandasse!“ ja me uskusime. Meie Isand, andesta meile meie patud ja eemalda meist meie halvad teod ja lase meil surra koos jumalakartlikega. Meie Isand, anna meile see, mille sa meile lubasid läbi Oma sõnumitoojate ja ära häbista meid Ülestõusmispäeval. Tõesti, Sa

ei murra oma lubadust. Ja nende Isand vastas neile: „Ma ei lase iial kaotsi minna ühegi töötaja tööd teie hulgast, meestest ega naistest, te olete teineteisest. Seega need, kes rändasid välja või visati nende kodudest välja või said Minu nimel viga või võitlesid või said surma, neilt eemaldan ma kindlasti nende halvad teod ja võtan nad kindlasti vastu aedadesse, mille all voolavad jõed, tasuna Jumalalt ja Jumala juures on parim tasu. Ära lase end petta nende liikumisest üle maa, kes ei usu. (See on vaid) väike nauding; seejärel saab nende pelgupaigaks Põrgu ja nārune on see puhkepaik. Kuid neile, kes kartsid oma Isandat, on aiad, mille all voolavad jõed. Nad jäävad igaveseks sinna peatuspaika Jumalalt. Ja see, mis on Jumalalt, on jumalakartlikele parim. Ja tõesti, Raamatu rahva hulgas on neid, kes usuvad Jumalasse ja mis sulle alla saadeti ja mis neile alla saadeti. (*Nad on*) alandlikud ega vaheta Jumala märke (või värse) vähese tasu vastu. Neile on nende tasu nende Isanda juures. Tõesti, Jumal on arvepidamises kiire. Oo teie, kes te usute, jääge kindlaks (*oma usus*) ja pidage vastu (*kannatlikkuses, oma vaanelasele ja kirgedele*) ja jääge paigale (*vaenlasega silmitsi ja mošees palvetades*) ja olge jumalakartlikud, et võiksite olla edukad.⁴

27. MEENUTUSI HOMMIKUKS JA ÕHTUKS

⁴ 3:190-200, Sahih Al-Bukhari, Fath Al-Bari 8/237, Sahih Muslim 1/530.

Kogu kiitus kuulub vaid Jumalale ja rahu olgu sellel, kelle järel ei tule enam ühtki prohvetit.⁵

75. (audhu billāāhi mina š-šaitaani ražiim) allaahu lāā ilāāhā illā huwa l-hājjū l-qajjuum, lāā tā'khudhuhu sinātun wa lāā nāum, lāhu mää fii s-sāmāwāāti wa mää fi l-ard, mān dhāā āllādhii jāšfā'u 'indāhu illāā bi'idhnihi, jā'lāmu mää bāinā āidihiim wa mää khālfāhum, wa lāā juhituunā bi-šāi'in min 'ilmihī illāā bimāā šāā', wasi'ā kursijuhu s-sāmāwāāti wal-ard, wa lāā jā'uduhu hifzuhumāā, wa huwā l-'ālijū l-'aziim. – (Otsin kaitset Jumalalt neetud saatanast eest.) Jumal – ei ole jumalust peale Tema, Igavese, (kõige eksisteeriva) Alalhoidja. Tema üle ei võta võimust ei tustast ega uni. Temale kuulub kõik, mis on taevastes ja kõik, mis maa peal. Kes on see, kes saaks Temalt paluda ilma Tema loata? Ta teab, mis on neil (Tema loomingul) käes ning mis neil ees seisab ja mis tuleb pärast neid ning nad ei adu midagi Tema teadmistest, välja arvatud see, mida Ta soovib. Tema järi ulatub üle taevaste

⁵ Anas (raa) ütles, et ta kuulis Prohvetit (saws) ütlemas: „See, kui istun inimestega ja meenutan Kõikvõimast Jumalat hommikupalvest (st fažrist) päikesetõusuni on mulle armsam, kui nelja orja vabastamine Ismaeli laste hulgast. See, kui istun inimestega ja meenutan Jumalat pärastlõuna palvest (st asrist) kuni päikeseloojanguni on mulle armsam, kui nelja orja vabastamine Ismaeli laste hulgast.“ (Abu Dawud 3667; Al-Albani klassifikatsiooni järgi *hasan hadith* – „Sahih Abu Dawud“ 2/698)

ja maa ja nende hoidmine ei väsita Teda. Ja Ta on Kõrgeim, Suurim.⁶

76. bismi lläähi r-rahmää-ni r-rahiim. qul huwa llaahu ahad, allaahu samad, läm jälid wa läm juuläd, wa läm jäkun lähu kuufuwan ähäd. – Jumala, Armulisima ja Halastavaima nimel. Ütle: Ta on Üks ja Ainus Jumal, Iseseisev ja Iga-vene Jumal. Ta ei ole eostanud ega ole eostatud ja Talle ei ole kedagi võrdset.⁷

bismi lläähi r-rahmääni r-rahiim. qul a'uudhu bi rabbi l-falaq, min šarri mää khalaq, wa min šarri ghääsiqin idhää waqab, wa min šarri n-näffääthääti fi l-uqad, wa min šarri hääsidin idhää häsääd. – Jumala, Armulisima ja Halastavaima nimel. Ütle: Ma otsin kaitset koidu Isandalt kurja eest, mis Ta on loonud ja pimeneva öö kurja eest, kui see varjub ja sõlmedesse puhujate kurja eest ja kadeda kurja eest, kui ta kadestab.⁸

bismi lläähi r-rahmääni r-rahiim. qul a'uudu bi rabbi n-nääs, mäliki n-nääs, iläähi n-nääs, min šarri l-waswaasi l-khännääs, ällädhijuwawisu fii suduuri n-nääs, min äžinnäti wa n-nääs. – Jumala, Armulisima ja Halastavaima nimel. Ütle: Ma otsin kaitset inimeste Isandalt, inimeste Kuningalt, inimeste Jumalalt, ta-

6 Koraan 2:255. Igaüks, kes seda lausub hommikul, on džinnide eest kaitstud kuni õhtuni, mil ta magama heidab ja igaüks, kes lausub seda õhtul, on džinnide eest kaitstud kuni hommikuni, mil ta ärkab. Al-Hakim 1/562.

7 Koraan 112:1-4

8 Koraan 113:1-5

ganeva sosistaja (Saatana) kurja eest, kes sosistab inimeste rinda inimeste ja džinnide seast.^{9 10}

77. asbahnää wa-asbaha l-mulku lilläähi wal-hämdu lillääh, lää iläähä illallaahu wahdahu lää šariikä läh, lähu l-mulk wa lähu l-hämdu wa huwa 'älää kulli šai'in qadiir, rabbi äs'alukä khairä mää fii häädhä l-jäumi wa khairä mää bädäh, wa a'uudhu bikä min šarri mää fii häädhä l-jäumi wa šarri mää bädäh, rabbi a'uudhu bikä minä l-käsäl, wa suu'i l-kibar, rabbi a'uudhu bikä min 'adhääbin fii n-naari wa 'adhääbin fii l-qabr. – Me oleme jõudnud uue päeva hommikusse¹¹ ja selles kuulub kogu ülemvõim Jumalale. Kiitus olgu Jumalal. Ei ole ühtki kummardamist väärivat jumalust peale Jumala, Kes on Ainus ja Kel pole kaaslasi. Talle kuulub ülemvõim ja Talle kuulub kiitus ja Ta on suuteline kõike tegema. Mu Isand, ma palun Sinult sellest päevast head ja järgnevatest päevadest head ja ma otsin Sinult kaitset selle päeva halva eest ja järgnevate päevade halva

9 Koraan 114:1-6

10 Igaüks, kes neid kolm korda araabia keeles igal hommikul ja õhtul retsiteerib, on kõige eest kaitstud. Abu Dawud 4/322, At-Tirmidhi 5/567, vaata ka Al-Albani „Sahih At-Tirmidhi“ 3/182.

11 Õhtul tuleks selle asemel öelda: „amsainaa wa amsa l-mulku lilläähi“ ehk „Me oleme jõudnud uude päeva (sest islami süsteemi järgi vahetub kuupäev maghribiga, mitte 00:00) ja selles kuulub kogu ülemvõim Jumalale.“

eest.¹² Mu Isand, ma otsin Sinult kaitset laiskuse ja vana ea abituse eest. Mu Isand, ma otsin Sinult kaitset Põrgutule karistuse ja hauakaristuse eest.¹³

78. allaahumma bikä asbahnää wa bikä ämsainää wa bikä nähjää wa bikä nämuutu wa iläikä n-nušuur. – Oo Jumal, tänu Sulle me näeme hommikut ja tänu Sulle näeme me õhtut,¹⁴ tänu Sulle me elame ja tänu Sulle me sureme ja Sinu juurde viib meie viimne tee.¹⁵

79. allaahumma äntä rabbi lää iläähä illa änt, khäläqtanii wa änää 'äbduk, wa änää 'älää 'ahdikä wa wa'dik mää stata'tu, a'uudhu bikä min šarri mää sana'tu, äbuu'u läkä bi-ni'mätikä 'äläjjä, wa äbuu'u bädhänbii fääghfir lii fä-innähu lää jäghfiru l-dhunuubä illä änt. – Oo Jumal, Sa oled mu Isand, ei ole ühtki kummardamist väärivat jumalust peale Sinu. Sina löid minu ja ma olen Sinu sulane. Ma pean Sinu lepingut ja oma vannet Sulle nii palju, kui

12 Õhtul tuleks selle asemel öelda: „rabbi äs'alukä khairä mää fii häädhihi l-läiläti wa khairä mää bädähää, wa a'uudhu bikä min šarri mää fii häädhihi l-läiläti wa šarri mää bädähää“ – „Mu Isand, ma palun Sinult sellest ööst head ja järgnevatest öödest head ja ma otsin Sinult kaitset selle öö halva eest ja järgnevate ööde halva eest.“

13 Muslim 4/2088.

14 Õhtul tuleks selle asemel öelda: „allahumma bikä ämsainää wa bikä asbahnää wa bikä nähjää wa bikä nämuut, wa iläikä l-masiir“ – „Oo Jumal, tänu Sulle näeme me õhtut ja tänu Sulle näeme me hommikut, tänu Sulle me elame ja tänu Sulle me sureme ja Sinu juurde viib meie viimne tee.“

15 „Sahih At-Tirmidhi“ 3/142.

vähegi suudan. Ma otsin Sinult kaitset halva eest, mis olen teinud. Ma võtan vastu Su õn-
nistused mulle ja oma halvad
teod. Andesta mulle, kuna
keegi ei saa patte andestada
peale Sinu.¹⁶

**80. *allaahumma innii as-
bahtu ušhidukä wa ušhidu
hämälätä 'aršik, wa
mälää'ikätukä wa žämii'ä
khalqik, ännäkä äntä llaahu
lää iläähä illa äntä wahdäkä
lää šäriikä läk, wa ännä mu-
hammadän 'abdukä wa ra-
suuluk.*** – Oo Jumal, olen näi-
nud uut hommikut¹⁷ ja kutsun
üles Sind, Sinu Trooni kand-
jaid, Sinu ingleid ja kogu loo-
mingut tunnistama, et tõesti
Sina oled Jumal, pole kedagi
kummardamist väärivat peale
Sinu, Ainsa, Kellel pole kaas-
lasi ja et Muhammed on Sinu sul-
ane ja Sinu Sõnumitooja. (4x
araabia keeles)¹⁸

**81. *allaahumma mäa as-
baha bii min ni'mätin äw bi-
ähädin min khalqikä fämin-
kä wahdäkä lää šäriikä läk,
fäläkä l-hämdu wa läkä š-
šukr.*** – Oo Jumal, kogu õnnis-
tus, mis mina või ükskõik kes

16 Igaüks, kes veendunult
seda õhtul loeb ja öö jooksul sureb,
siseneb Paradiisi ja igaüks, kes
veendunult seda hommikul loeb ja
päeva jooksul sureb, siseneb
Paradiisi. Al-Bukhari 7/150, An-Nasai,
At-Tirmidhi.

17 Õhtul tuleks selle asemel
öelda: „*allaahumma innii ämsäitu...*“
– „Oo Jumal, olen lõpetanud taas
kord päeva...“

18 Selle, kes seda neli korda
ütleb, päästab Jumal Põrgutulest. –
Abu Dawud 4/317; ka Al-Bukhari „Al-
Adab Al-Mufrad“, An-Nasai „Amalul
Yawm wal-Laylah“ ja Ibn As-Sunni.
Nasai ja Abu Dawudi edastusketid
on *hasan* – Ibn Baz, lk 23.

Sinu loomingust oleme sel
hommikul¹⁹ saanud, on vaid
Sinult, Sul pole kaaslasi. Kogu
ülistus olgu Sul ja kogu tänu
olgu Sul.²⁰

**82. *allaahumma 'ääfinii fii
bädänii, allahumma 'ääfinii
fii säm'ii, allahumma 'ääfinii
fii basarii, lää iläähä illä änt.
allahumma innii a'uudhu
bikä min 'ädhääbi l-qabr, lää
iläähä illä änt.*** – Oo Jumal,
hoia minu keha. Oo Jumal,
hoia minu kuulumist. Oo Jumal,
hoia minu nägemist. Ei ole
ühtki kummardamist väärivat
jumalust peale Sinu. Oo Jumal,
ma otsin Sinult kaitset uskma-
tuse ja vaesuse eest ja ma ot-
sin Sinult kaitset hauakaristu-
se eest. Pole ühtki
kummardamist väärivat juma-
lust peale Sinu. (3x arabia
keeles)²¹

**83. *häsbijä llaahu lää ilä-
hä illä hu, 'äläihi täwäkkältu
wa huwa rabbu l-'arši l-az-
hiim.*** – Jumal on mulle piisav.
Pole kedagi kummardamist
väärivat peale Tema. Teda ma
usaldan, Ta on Majesteetliku

19 Õhtul tuleks selle asemel
öelda: „*allaahumma mäa ämsää
bii...*“ – „Oo Jumal ... oleme sel õhtul
saanud...“

20 Igaüks, kes seda hommikul
ütleb, on sel päeval täitnud oma
kohustust Jumalat tänada ja igaüks,
kes seda õhtul ütleb, on selleks ööks
täitnud oma kohustust Jumalat
täna. Abu Dawud 4/318, An-Nasai
„Amalu l-Yawm wa l-Laylah“ (nr 7),
Ibn As-Sunni (nr 41), Ibn Hibban (nr
2361). Edastajatekett on *hasan* – Ibn
Baz, lk 24.

21 Abu Dawud 4/324, Ahmad
5/42, An-Nasai „Amalu l-Yawm wa
l-Laylah“ (nr 22), Ibn As-Sunni (nr 69),
Al-Bukhari „Al-Adab Al-Mufrad“.
Edastajatekett on *hasan* – Ibn Baz, lk
26.

Trooni Isand. (7x arabia
keeles)²²

**84. *allaahumma innii
äs'älukä l-'äfwä wal-'ääfiä fii
d-dunia wa l-aakhira, alla-
humma inni äs'älukä l'äfwä
wa l-'ääfiä fii diini wa dunjäii
wa ählii, wa määlü, allaa-
humma stur 'äurätii, allaa-
humma hfaznii min bäini jä-
däjjä, wamin khälfii, wa 'än
jämiini, wa 'än šimäälii, wa
min fauqii, wa a'uudu bi-
'äzämätikä än ughtäälä min
tähtii.*** – Oo Jumal, ma otsin Su
andestust ja Su kaitset siinses
ilmas ja järgmises. Oo Jumal,
ma otsin Su andestust ja Su
kaitset oma usus, oma maistes
asjades, oma perekonnas ja
oma tervises. Oo Jumal, hoia
mu saladusi ja kaitse mind
ahastuse eest. Oo Jumal, hoia
mind selle eest, mis on mu ees
ja taga ja minust vasemal ja
minust paremal ja minu kohal.
Ma otsin kaitset Sinu Võimsus-
es, et mind keegi alt pikali ei
lööks.²³

**85. *allaahumma 'äälimä l-
ghäibi wa š-šähädäti faati-
rä s-sämääwääti wa l-ardi,
rabba kulli šäi'in wa mäliikä-
hu, äšhädu ä-l-lää iläähä il-
laa äntä, ä'uudu bikä min
šarri näfsii, wa min šarri š-
šaitaani wa širkihi, wa än
aqtarifä 'älää näfsii suu'än,
äu äžurrähu ilää muslim.*** –
Oo Jumal, nägematu ja selge
Teadja, taevaste ja maa Tegija,

22 Jumal annab sellele, kes
seda hommikul ja õhtul 7x ütleb,
mida iganes too tahab siinses ja
järgmises ilmas – Ibn As-Sunni (nr
71), Abu Dawud 4/321. Mõlemad
omistatakse otse Prohvetile (saws)
(st on *marfu*). Edastajatekett on
sahih – Ibn As-Sunni.

23 „Sahih Ibn Majah“ 2/332,
Abu Dawud.

kõige Isand ja Omanik, ma tunnistan, et ei ole kedagi, kes väärriks kummardamist peale Sinu. Ma otsin kaitset Sinu oma hinge kurja eest ja Saatan ning tema abiliste kurja eest. (Ma otsin Sinult kaitset) kurja minu hinge toomise ja ühelegi moslemile liiga tegemise eest.²⁴

86. bism illäahi ällädhi lää jadurru mä'a smihi šai'u fii l-ardi wa lää fii s-sämää'i wa huwa s-samii'u l-'äliim. – Jumala nimel, Kelle nimega miski ei saa kurja teha ei maa peale ega taevastes ja Ta on Kõikekuulja, Kõiketeadja. (3x)²⁵

87. radiitu billäahi rabbän, wa bil-isläämi diinän, wa bi-muhammedin (salla llaahu aleihi wa sälläm) näbijjän. – Ma olen rahul Jumalaga oma Isandana, islamiga oma usuna ja Muhammediga (Jumala õnnistus ja rahu olgu temaga) oma prohvetina. (3x)²⁶

88. jä häjju jä qäjjuumu bi-rahmätikä astaghiithu aslih lii šä'nii kullähu wa lää tä-

24 „Sahih At-Tirmidhi“ 3/142, Abu Dawud.

25 „Igaüks, kes ütleb seda hommikul kolm korda, sellega ei saa mingi õnnetus enne õhtut juhtuda ja igaüks, kes ütleb seda kolm korda õhtul, sellega ei saa mingi õnnetus enne hommikut juhtuda.“ Abu Dawud 4/323, At-Tirmidhi 5/465, Ibn Majah 2/332, Ahmad. Ibn Majah edastajatekett on *hasan* – Ibn Baz, lk 39.

26 „Jumal on lubanud, et igaüks, kes seda igal hommikul või õhtul kolm korda ütleb, saab Viimsel Kohtupäeval rahul olema.“ Ahmad 4/337, An-Nasai, „Amalul-Yawm wal-Laylah“ lk 4, Ibn As-Sunni (nr 68), At-Tirmidhi 5/465. Selle edastajatekett on *hasan* – Ibn Baz, lk 39.

kilnii ilää näfsii tarfätä 'äin. – Oo Igielav, oo Igavene, Sinu armust kutsun ma Sind mu asju õigeks seadma. Ära pane mind vastutavaks mu hinge eest isegi silmapilguks.²⁷

89. asbahnää wa asbaha l-mulku lilläahi rabbi l-'äälämiinā allaahumma innii äs'älukä khäirä häädhä l-jäumi fätähähu, wa nasrahu wa nuurahu wa barakatahu wa hudäähü, wa ä'uudhu bikä min šarri mäa fiihi wa šarri mäa bädäh. – Me oleme astunud uude päeva ja koos sellega kogu Jumala, kõige olemasoleva Isanda, valitus-
susalasse. Oo Jumal, ma palun Sinult selle päeva head²⁸, selle võitu, selle abi, selle valgust, selle õnnistusi ja selle juhtimist. Ma otsin Sinult kaitset kurja eest, mis sellest on ja kurja eest, mis sellele järgneb.²⁹

90. asbahnää 'älää fitrati l-isläämi wa 'älää kälimäti l-ikhlaasi, wa 'älää diini nabijjinää muhämmäd (salla allaahu aleihi wa sälläm), wa 'älää milläti äbiinää ibraahimä, häniifän muslimän wa mäa käänä minä l-mušrikiin. – Me oleme astunud uude päeva³⁰ loomulikis islami usus, siiras Jumala teenimise usus,

27 Selle edastajatekett on *sahih*; Al-Hakim 1/545, vaat. ka Albani „Sahihut-Targhib wat-Tarhib“ 1/273.

28 Öhtul tuleks öelda: „*allaahumma innii äs'älukä khäirä häädhihi läiläti*“ – Oo Jumal, ma palun Sinult selle öö head.

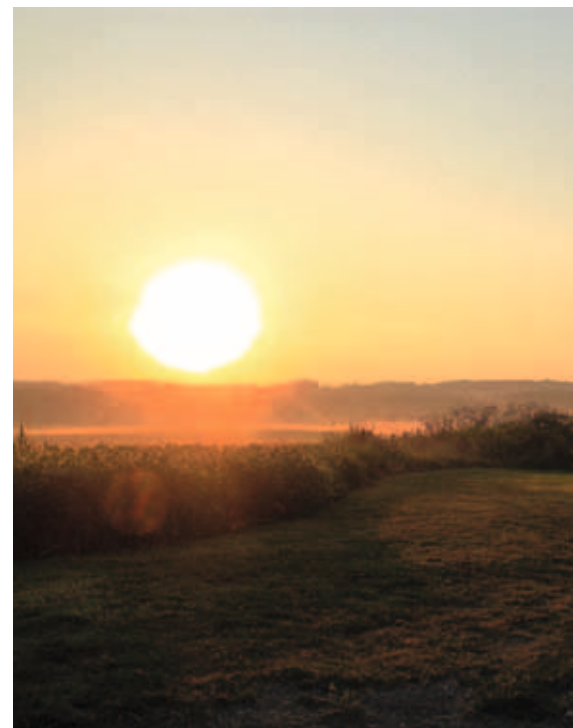
29 Abu Dawud 4/322. Selle edastajatekett on *hasan*. Vaat. ka Ibn Al-Qayyim „Zadul-Ma'ad“ 2/273.

30 Öhtul tuleks öelda: „*amsäinää 'älää ...*“ – Me lõpetame selle päeva ...

meie prohveti Muhammedi (Jumala õnnistus ja rahu olgu temaga) usus ja meie isa Aabrahami usus. Ta oli (Jumala teenimises) puhas ja moslem. Ta ei olnud nende hulgast, kes kummardavad Jumala kõrval teisi.³¹

91. subaana llaahi wa-bi-hamdih – Kiitus olgu Jumalal ja ülistus olgu Tal.³²

92. lää iläähä illallaahu wahdahu lää šariikä läh, lähu l-mulku wa lähu l-hämdu wa huwa 'älää kulli šai'in qadiir. – Ei ole kedagi kummardamise väärilist peale Jumala, Ainsa, Kel pole kaaslasi, Temale kuulub riik ja Temale kuulub ülistus ja Temal on kõi-



31 Ahmad 3/406-407, 5/123, An-Nasai „Amalul-Yawm wal-Laylah“ nr 34, At-Tirmidhi 4/209.

32 „Igaüks, kes ütleb seda 100 korda hommikul ja õhtul, sellest ei ole Ülestõusmispäeval keegi tegudes üle, välja arvatud see, kes seda on rohkem öelnud.“ – Al-Bukhari 4/2071.

gi asjade üle võim.^{33 34}

93. lää iläähä illallaahu wahdahu lää šariikä läh, lähu l-mulku wa lähu l-hämdu wa huwa 'älää kulli šai'in qadiir. – Ei ole kedagi kum-mardamise väärilist peale Jumala, Ainsa, Kel pole kaaslas, Temale kuulub riik ja Temale kuulub ülistus ja Temal on kõigi asjade üle võim.³⁵

94. subhaan allahi wa-bi-

33 Igaühele, kes seda hommikul või õhtul 10 korda retsiteerib, kirjutab Jumal tasuks kümme *hasanat*; annab talle andeks kümme pahategu; annab talle sama tasu, mis sellele, kes on vabastanud kümme orja ja kaitseb teda saatana eest. – An-Nasai „Amalul-Yawm wal-Laylah“, nr 24. Abu Huraira (رضي الله عنه) on edastanud, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Jumal paneb kirja 100 *hasanat* igaühele, kes ütleb „(selle *duaa*)“ kümme korda hommikul; ja Ta annab talle andeks sada pahategu. Ta saab sama tasu, mis orja vabastaja ja teda kaitstakse saatana eest kuni ehani. Igaüks, kes seda õhtul ütleb, saab sama tasu.“ – Ahmad 8/704, 16/293; Albani 1/272. Selle edastamiskett on *hasan* (hea) – Ibn Baz, lk 44.

34 Igaüks, kes seda hommikul ütleb, saab sama tasu kui Ismaeli laste hulgast pärit orja vabastaja. Talle kirjutatakse üles kümme *hasanat* ja talle andestatakse kümme pahategu, ta tõestatakse kümme astet kõrgemale ja teda kaitstakse saatana eest õhtuni. Igaüks, kes seda õhtul ütleb, saab sama tasu hommikuni. – Abu Dawud 4/319, 3/957, Ahmad 4/60, Ibn Majah 2/331, Ibn Al-Qayyim „Zadul Ma'ad“ 2/388.

35 Igaüks, kes seda 100 korda päevas ütleb, saab sama tasu, mis kümne orja vabastaja. Talle kirjutatakse sada *hasanat* ja sada pahategu kustutatakse ära. Teda kaitstakse saatana eest õhtuni. Keegi ei saa ette näidata midagi paremat kui see, välja arvatud see, kes ütleb seda rohkem. – Al-Bukhari 4/95, Muslim 4/2071.

hamdihi: 'ädädä khälqihi, wa ridaa näfsihi, wa zinätä 'aršihhi wa midäädä kälimäätihi. – Kiitus olgu Jumalal ja ülistus olgu Tal: Ta loomingu arvu jagu, Ta isiku rahulolu jagu, Ta trooni kaalu jagu ja Ta sõnade ulatuse jagu.³⁶

95. allahumma innii äs'älukä 'ilmän nääfi'an, wa rizqan tajjibän, wa 'ämälän mutawabbälän. – Oo Jumal, ma palun Sinult kasulikke teadmisi, head moona ja vastu võetavaid tegusid.³⁷

96. astaghfiru llaaha wa ätuubu iläih. – Ma otsin Jumala andestust ja pöördun kahetsuses Tema poole.³⁸

97. a'uudu bi-kälimääti lläähhi t-täämmääti min šarri määh khalaq. – Ma otsin kaitset Jumala täiuslikest sõnadest kurja vastu, mis Ta on loonud.³⁹

98. allaahumma salli wa sälläm 'älää näbjjinää muhämäd. – Oo Jumal, rahu ja õnnistus olgu meie prohvetil

Muhammedil.⁴⁰

28. MIDA ÖELDA ENNE MAGAMIST

(Aseta peopesad kausiks kokku, puhu kergelt nendesse ja retsiteeri:)

99. bismi lläähhi r-rahmääni r-rahiim. qul huwa llaahu ahad, allaahu samad, läm jälid wa läm juuläd, wa läm jäkun lähu kuufuwan ähäd. – Jumala, Armulisima ja Halastavaima nimel. Ütle: Ta on Üks ja Ainus Jumal, Iseseisev ja Iga-vene Jumal. Ta ei ole eostanud ega ole eostatud ja Talle ei ole kedagi võrdset.⁴¹

bismi lläähhi r-rahmääni r-rahiim. qul a'uudhu bi rabbi l-falaq, min šarri määh khalaq, wa min šarri ghääsiqin idhää waqab, wa min šarri n-näffääthääti fi l-'uqad, wa min šarri hääsidin idhää häsäd. – Jumala, Armulisima ja Halastavaima nimel. Ütle: Ma otsin kaitset koidu Isandalt kurja eest, mis Ta on loonud ja pimeneva öö kurja eest, kui see varjub ja sõlmedesse puhujate kurja eest ja kadeda kurja eest, kui ta kadestab.⁴²

bismi lläähhi r-rahmääni r-rahiim. qul a'uudu bi rabbi

36 Muslim 4/2090

37 Ibn As-Sunni, nr 54; Ibn Majah, nr 925. Selle edastamiskett on *hasan* (hea) – Ibn Al-Qayyim 2/375.

38 Lugada 100 korda päeva jooksul. – Al-Bukhari, Al-Asqalani „Fathul-Bari“ 11/101, Muslim 4/2075.

39 Igaüks, kes seda õhtul kolm korda ütleb, on kaitstud putukahammustuste vastu. – Ahmad 2/290, An-Nasai „Amalul-Yawm wal-Laylah“ nr 590, At-Tirmidhi 3/187, Ibn As-Sunni nr 68.

40 Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Igaüks, kes ütleb kümme korda mulle õnnistusi hommikul ja kümme korda õhtul, selle eest kosten ma Viimsel Kohtupäeval.“ At-Tabarani on selle *hadithi* edastanud kahe edastajateketiga, millest üks on usaldusväärne. Vaata Haythami „Majma'uz-Zawa'id“ 10/120 ja Al-Albani „Sahihut-Targhib wat-Tarhib“ 1/273.

41 Koraan 112:1-4

42 Koraan 113:1-5

n-nääs, mäliki n-nääs, ilääh
n-nääs, min šarri l-waswaasi
l-khännääs, ällädhi juwaswi-
su fii suduuri n-nääs, min ä-
žinnäti wa n-nääs. – Jumala,
Armulisima ja Halastavaima
nimel. Ütle: Ma otsin kaitset in-
imeste Isandalt, inimeste Kun-
ingalt, inimeste Jumalalt, ta-
ganeva sosistaja (Saatana)
kurja eest, kes sosistab inimes-
te rinda inimeste ja džinnide
seast.^{43 44}

100. allaahu lää iläähä illä
huwa l-häjju l-qajjuum, lää
tä'khudhuhu sinätun wa lää
näum, lähu mää fii s-sä-
määwääti wa mää fi l-ard,
män dhää ällädhii jäšfä'u
'indähu illää bi'idhnihi,
ja'lämu mää bänä äidiihim
wa mää khälfähum, wa lää
juhituunä bi-šäi'in min 'ilmihi
illää bimää šää', wasi'ä kur-
sijuhu s-sämääwääti wal-
ard, wa lää jä'uduhu hifzu-
humää, wa huwä l-'äliju
l-'aziim. - Jumal – ei ole juma-
lust peale Tema, Igavese, (kõi-
ge eksisteeriva) Alalhoidja.
Tema üle ei võta võimust ei tu-
kastus ega uni.

Temale kuulub kõik, mis on
taevastes, ja kõik, mis maa
peal. Kes on see, kes saaks Te-
malt paluda ilma Tema loata?
Ta teab, mis on neil (Tema loo-
mingul) käes ning mis neil ees
seisab ja mis tuleb pärast neid
ning nad ei adu midagi Tema
teadmistest, välja arvatud see,
mida Ta soovib. Tema järi ula-
tub üle taevaste ja maa ja nen-
de hoidmine ei väsita Teda. Ja

Ta on Kõrgeim, Suurim.⁴⁵

101. ämänä r-rasuulu bi-
mää unzilä iläihi mirrabihi
wa l-mu'minuun. kullun
ämänä bi-llääh
wa mälää'ikätihi wa kutubihi wa
rusulihi lää nufarriqu bänä
ähädim-mir-rusulih. wa qaa-
luu sämi'nää wa ata'nää.
ghufräänäkä rabbanää wa
iläikä l-masiir. lää jukällifu
llaahu näfsän illää wus'ähää.
lähää mää käsäbät wa 'älei-
hää mää äktäsäbät. rabba-
nää lää tu'äkhidnä in-näsi-
nää äw akhtaa'nää.
rabbanää wa lää tähmil
'äleinä isran kämää hämäl-
tähu 'älää llädhiinä min qab-
linää. rabbanää wa lää tu-
hämminää mää lää taaqatä
länää bih. wa'fu länää war-
hamnää. äntä mäwläänää
fänsurnää 'älää l-qawmi
lkääfiriin. – Sõnumitooja usub
sellesse, mis ta Isand on talle
alla saatnud ja nii (usuvad) ka
usklikud. Igaüks usub Juma-
lasse, Tema inglitesse, Tema
Raamatutesse ja Tema sõnu-
mitoojatesse. Nad ütlevad:
„Me ei tee Tema sõnumitooja-
te vahel vahet,“ ja nad ütlevad:
„Me kuuleme ja kuuletume.
(Me palume) Su andestust,
meie Isand, ja Sinu juurde me
pöördume tagasi.“ Jumal ei
koorma kedagi enamaga kui
ta kanda suudab. Ta saab tasu
selle (hea) eest, mis on teeni-
nud ja teda karistatakse selle
(kurja) eest, mis ta on teeni-
nud. Meie Isand, ära karista

⁴⁵ Koraan 2:255. Igaühele, kes
seda magama minnes retsiteerib,
saadab Jumal kaitsja kuni
hommikuni, mil ta tõuseb, nii et
saatan ei saa teda öösel puudutada.
Al-Bukhari – Al-Asqalani „Fathul-
Bari“ 4/487.

meid, kui unustame või eksi-
me. Meie Isand, ära koorma
meid nii, nagu koormasid
neid, kes olid enne meid. Meie
Isand, ära koorma meid ena-
maga, kui meil on jõudu kan-
da. Andesta meile ja anna mei-
le armu. Halasta meie peale.
Sina oled meie Kaitsja ja aitad
meid uskmatu rahva vastu.⁴⁶

102. bi-smikä ... rabbii
wada'tu žänbi, wa bikä
arfä'uhu, fä-in ämsäktä näf-
sii farhämähää, wa in arsältä-
hää fähfäzhää, bimää
tähfäzu bihi 'ibädäkä s-saa-
lihiin. – Sinu nimel⁴⁷ mu Isand,
ma heidan pikali ja Sinu nimel
ma tõusen. Ja kui Sa mu hinge
võtad, siis halasta sellele ja kui
Sa selle tagasi saadad, siis
kaitse seda, nagu Sa kaitsesid
Oma õiglaseid sulaseid.⁴⁸

103. allaahumma innäkä
khalaqtä näfsii wa äntä
täwäffäähää, läkä mämäätu-
hää wa mähjäähää, in ähjäi-
tähä fähfädhää, wa in ämät-
tähä fähghir lähää.
allahumma innii äs'älukä l-
'ääfiä. – Oo Jumal, Sa oled
loonud mu hinge ja võtad sel-
le ka tagasi. Sulle kuulub selle
surm ja selle elu. Kui Sa annad
sellele elu, siis kaitse seda ja

⁴⁶ Koraan 2:285-286. Nendest
kahest värsist piisab retsiteerimiseks
õhtul enne magama minemist. Al-
Bukhari – Al-Asqalani „Fathul-Bari“
9/94, Muslim 1/554.

⁴⁷ Kui keegi voodist tõuseb ja
hiljem sellesse naaseb, peaks ta oma
voodi rõivaga kolm korda üle
pühkima ja Jumala nime nimetama,
sest ta ei või ial teada, kes või mis
võis peale teda tema voodisse
pugeda. Ja kui ta pikali heidab,
peaks ta ütleva ...

⁴⁸ Al-Bukhari 11/126, Muslim
4/2084.

⁴³ Koraan 114:1-6

⁴⁴ Al-Bukhari – Al-Asqalani
„Fathul-Bari“ 9/62, Muslim 4/1723.

kui lased sel surra, siis andesta sellele. Oo Jumal, ma palun Sult jõudu.⁴⁹

104. allaahumma qinii 'äd-hääbäkä jäwmä täb'äthu 'ibäädäk. – Oo Jumal, päästa mind oma karistusest tol Päeval, kui Oma sulastel lased üles tõusta. (3x arabia keeles)^{50,51}

105. bismika Ilaahumma amuutu wa ähiää. – Sinu nimel, oo Jumal, ma suren ja elan.⁵²

106. Subhaana Ilaah, wa I-hämdu lillääh, wa Ilaahu akbar. – Au olgu Jumalal (33x arabia keeles), kiitus olgu Jumalal (33x arabia keeles), Jumal on Suurim (34x arabia keeles).⁵³

107. allaahumma rabba s-sämääwääti s-säb'a wa rabba I-'arši I-'aziim, rabbanää wa rabba kulli šai'in, fäaliqä I-häbbi wa n-näwää'a, wa munzilä t-täwrääti wa I-inžii-li, wa I-furqaani, ä'uudhu bikä min šarri kulli šai'in äntä ääkhidhun bi-naasiätihi. allaahumma äntä I-awwalu fä-läisä qabläkä

49 Muslim 4/2083, Ahmad 2/79.

50 „Kui Prohvet (صلى الله عليه وسلم) tahtis magama minna, pani ta oma parema käe põse alla ja ütles ...“

51 Abu Dawud 4/311; vaata ka Al-Albani „Sahih At-Tirmidhi“ 3/143.

52 Siin on suremine ja elamine magamise ja ärkveloleku metafoorid, mis selgitab, miks asjade tavaline seis on siin vastupidiseks pööratud. Teistes kontekstides, kui surma on mainitud enne elamist, vaata Koraanist näiteks 2:258, 3:156, 7:158. Vaata ka Al-Asqalani „Fathul-Bari“ 11/113, Muslim 4/2083.

53 Al-Bukhari – vaata Al-Asqalani „Fathul-Bari“ 7/71, Muslim 4/2091.

šai'un, wa äntä I-aakhiru fä-läisä bädäkä šai'un, fä-äntä z-zaahiru fä-läisä fauqakä šai'un, wa äntä I-baatinu fä-läisä duunäkä šai'un, qdi 'ännää d-diinä wa äghninää minä I-faqr. – Oo Jumal; seitsme taeva ja võimsa trooni Isand; meie ja kõige Isand; seemne ja datlikivi Lõhestaja; Toora, Evangeeliumi⁵⁴ ja Furqaani (Koraani) Ilmutaja; otsin Sult kaitset kõige kurja eest, mida Sa tukast haarad.⁵⁵ Oo Jumal, Sa oled esimene ja pole kedagi enne Sind; Sa oled viimane ja pole kedagi peale Sind. Sa oled Kõrgeim ja pole midagi Sinu kohal; Sa oled Lähedaseim ja midagi pole Sinust lähemal. Eemalda meilt meie võlad ja rikasta meid vaesuse eest.⁵⁶

108. alhamdu li-llähi lladhii at'amanää wa saqaanää, wa käfäänää, wa äwäänää, fäkum mimmän lää kääfiä kähu wa lää mu'wiä. – Kiitus olgu Jumalal, Kes on meile taganud söögi ja joogi, Kes on piisav ja Kes on meile andnud eluaseme ja kui palju on neid, kel pole moona ega eluaset.⁵⁷

109. allaahumma 'äälimä I-ghäibi wa š-šähädäti faatira s-samaawaati wa I-ardi, rabba kulli šai'in wa mäliikähu, äšhädu än lää iläähä illa äntä, ä'uudhu bikä min šarri näfsii wa min šarri š-šajtaani wa širkihi, wa än aqtarifä 'älää näfsii suu'an äu äžurahu ilää muslim. – Oo Jumal,

54 Jeesusele ilmutatud pühakiri.

55 Vaata Koraan 96:15, kus tukast haaramine eelneb Pörgusse viskamisele.

56 Muslim 4/2084.

57 Muslim 4/2085.

ennenägematu ja nähtava Teadja, taevaste ja maa Tegija, kõige Isand ja Omanik, ma tunnistan, et ei ole kedagi teist kummardamist väärivat peale Sinu. Ma otsin Sinult kaitset oma hinge kurja eest ja saata-na ja tema abiliste kurja eest; enese hinge vastu patustamise eest ja ühelegi moslemile haiget tegemise eest.⁵⁸

110. Retsiteeri arabia keeles suured 32 (*As-Sažda*) ja 67 (*Al-Mulk*).

111. allaahumma äslämtu näfsii iläikä, wa fawwadtü amrii iläikä, wa waššähtü wašhii iläikä, wa älsä'tu zahrii iläikä, raghbätän wa rahbatän iläikä, lää mälsän wa lää mänžää minkä illää iläikä, äämäntü bi-kitääbikä lladhii änzältä wa bi-näbijjikä lladhii arsältä. – Oo Jumal, ma allutan end Sulle, usaldan Sulle oma asjad, pöördun Sinu poole ja heidan pikali, sõltudes Sinust, lootes Sinule ja kartes Sind. Pole varjupaika ega pääseteed peale Sinu. Ma usun Su Raamatusse (Koraani), mille Sa ilmutasid ja Prohvetitse, kelle Sa saatsid.^{59,60}

58 Abu Dawud 4/317; vaata ka Al-Albani „Sahih At-Tirmidhi“ 3/142.

59 „Enne voodisse minekut tee wudu nagu palve jaoks, seejärel heida paremale küljele ja ütle: ...“

60 Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „Kes iganes seda ütleb ja unes sureb, see on surnud loomuliku ainujumalakummardamise seisus (*fitras*).“ Al-Bukhari - vaata Al-Asqalani „Fathul-Bari“ 11/113, Muslim 4/2081.



MA KÄIN ISLAMIÜLIKOOIS

Rubriigi autor: Eileen

Allikas: „The fundamentals of Tawheed” - dr Abu Ameenah Bilal Philips (kursus: Aqeedah 101, Islamic Online University)

ŠIRK TAWHIID AL-IBAADA

tawhiid al-uluhiya/al-ibaada – Jumala kummardamise ainsuse säilitamine -> tõendamine, et Jumal on ainus, kellel on õigus olla kummardatud.

širk tawhiid al-ibaada – Selles širki kategoorias, kummardamine ning ülistus on suunatud kellegi/millegi muu kui Jumala poole. St tasu otsitakse loodult, mitte Loojalt. Sellel kategoorial, nagu eelmistelgi, on kaks aspekti:

1. Aš-širk al-akbar [suur(im) širk]

Sedasorti širk ilmneb sellisel juhul, kui mistahes kummardamine on suunatud kellegile või millegile muule kui Jumalale. See on kõige ilmselgem ebajumalakummardamine, millest Jumala poolt saadetud prohvetid inimkonda läbi ajaloo hoiatanud on.

„Me oleme tõesti saatnud igale kogukonnale (rahvale) sõnumitooja (sõnumiga):

„Kummardage Jumalat ja vältige ebajumalaid ...” (16:36)

Taghut tähendab tegelikult ükskõik mida, mida kummardatakse ühes Jumalaga või Jumala asemel.

Näiteks, armastus on üks kummardamise vorme, mis oma täiuslikkuses peaks olema suunatud vaid Jumala poole. Islamis väljendub armastus Jumala vastu täielikus kuuletumises Temale. See ei ole sedatüüpi armastus, mida inimene tavaliselt loodu – oma vanemate, laste, toidu jne – vastu tunneb. Seda tüüpi armastust Jumalale omistades me alandame Teda loodu tasemele ja see on **širk al-asma was-sifat** kategoorias. St armastus, mis on kummardamine, on täielik alistumine.

Jumal käskis Prohvetil (صلى الله عليه وسلم) usklikele öelda: **„Ütle (oo Muhammad): ‘Kui sa (tõeliselt) armastad Jumalat, järgi mind (prohvetit)! Jumal armastab siis sind ja andestab sinu patud. Ja Jumal on Kõige Andestavam, Halastavam.’ (3:31)**

Ja Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles oma kaaslastele: *„Keegi teist ei usu tõeliselt enne, kui ma*

saan tema jaoks rohkem armastatuks kui ta laps, ta isa ja kogu inimkond.” (Al-Bukhari)

Armastada Prohvetit (صلى الله عليه وسلم), ei tähenda teda armastada tema humaansuse, vaid tema sõnumi jumaliku päritolu eest. Nagu ka Jumala armastus, väljendub see samuti täielikus kuuletumises. Jumal ütles viimises ilmutuses: „**Igaüks, kes kuuletub Sõnumitoojale, on tõepoolest kuuletunud Jumalale ...**” (4:80) ja „**Ütle: „Kuuletuge Jumalale ja kuuletuge Prohvetile ...**” (3:32)

Kui inimene lubab oma armastusel millegi/kellegi vastu tulla tema ja Jumala vahele, siis ta tegelikult kummardab seda asja. Sedamoodi võib raha saada kellegi jumaluseks või isegi kellegi ihad võivad saada tema jumaluseks.

Prohvet (صلى الله عليه وسلم) ütles: „*Dirhami (raha) kummardaja jääb alatiseks armetuks.*” (Al-Bukhari)

Jumal ütles Koraanis: „**Kas oled näinud seda, kes võtab jumaldamiseks iseene ihad? ...**” (25:43)

Selle kategooria širkile (ibaada e kummardamise) on pandud palju rõhku just seetõttu, et see on vastuolus inimese loomise eesmärgiga. Meie eesmärk siin ilmas on ju vaid Jumalat teenida ja see on ka ainus põhjus, miks meid üldse loodi. Nagu Jumal on Koraanis öelnud: „**Ja ma ei ole loonud džinne ja inimesi millekski muuks, kui vaid Minu kummardamiseks.**” (51:56)

Suur(im) širk on seega kõige suurem vastuhakk universumi Loojale ja see on ülim patt. See patt on nii suur, et põhimõtteliselt nullib kõik hea, mida inimene muidu on teinud ja garanteerib talle igavese hukatuse Põrgus.

Tagajärjena, väärreligioonid baseeruvad sellel širki vormil. Kõik inimeste loodud süsteemid kutsuvad ühel või teisel viisil oma järgijaid kummardama loodut. Kristlasi kutsutakse kummardama meest, Jumala prohvetit nimega Jeesus – nad väidavad, et ta oli Jumala kehastus.

Katoliiklased palvetavad Maarja („Jumala ema”) poole, inglite poole (nagu näiteks Miikael, keda austatakse 29. septembril Püha Miikaelina) ja ka pühakute poole.

Moslemid, kelle praktika langeb samuti širki embusesse, on need, kes palvetavad Prohvet Mohammedi (صلى الله عليه وسلم), või sufi pühakute poole, uskudes et nad saavad nende kutsetele vastata, kuigi Jumal on selgelt Koraanis öelnud: „**Ütle: „Kas olete mõelnud, et kui teieni jõuab Jumala karistus või teieni jõuab (Viimne) Tund, kas palute abi siis kellelki teiselt peale Jumala, kui olete õiglased?**” (6:40)

2.Aš-širk al-asghar [väike širk]

Mahmood ibn Lubayd on edastanud, et Jumala sõnumitooja (صلى الله عليه وسلم) ütles: „*Ma kardan teie jaoks kõige enam väikest širki. Tema kaaslased küsisid: „Oo Jumala Sõnumitooja, mis on väike širk? Ta vastas, ar-rija (eputamine). Tõesti, Jumal ütleb Viimsel Kohtupäeval, kui inimesed võtavad vastu oma tasusid, „Minge nende juurde, kelle ees te eputasite materiaalses maailmas ja vaadake, kas te leiate neilt mingit tasu.”* (Ahmad)

Mahmood ibn Lubayd on veel edastanud, et Prohvet (صلى الله عليه وسلم) tuli välja ja teatas: „*Oo inimesed, hoiduge salajasest širkist*” Ja inimesed küsisid, ‘*Oo Jumala Sõnumitooja, mis on salajane širk?*’ Ta vastas, ‘*Kui inimene tõuseb palveks ja siis pingutab, et seda ilustada, sest inimesed vaatavad teda – see ongi salajane širk.*”

Ar-Rija’

Rija’ on see, kui inimesed otsivad, et nende kummardamine ja ‘heated’ oleksid inimese poolt ülistatud. See patt eemaldab kõik tasu, mida inimene oleks muidu antud heateo sooritamise eest Jumala juures teeninud. See on väga ohtlik, kuna inimloomusele on täiesti loomulik ihaldada ja nautida teiste ülistust.

Religioosete toimingute tegemine eesmärgiga avaldada teistele muljet on midagi, millest me peaksime alati hoiduma. See on eriti suu-

reks ohuks nendele usklitele, kelle eesmärk on iga oma elu aspekt muuta Jumala ülistuseks.

Kusjuures, tõenäosus, et üks tõeline usklik teadlikult sooritaks *aš-širk al-asgharit* on väike, kuid tõenäosus, et ta seda siiski sooritab on suur, sest see on niivõrd varjatud. Ainus asi, mis loeb, on kavatsus ja kavatsus on kerge muutuma.

Ibn 'Abbas on öelnud: „Širk on enam varjatud, kui mustal kivil roomav must sipelgas kuupaisteta ööl.”

Seega, tuleb näha suurt vaeva, et olla oma kavatsustes kindel; et need oleksid siirad ning puhtad. Jumala nime mainimine aitab seda kahtlemata kindlustada, nagu me teame, peaksime mainima Jumala nime kõikide tähtsate toimingute tegemisel.

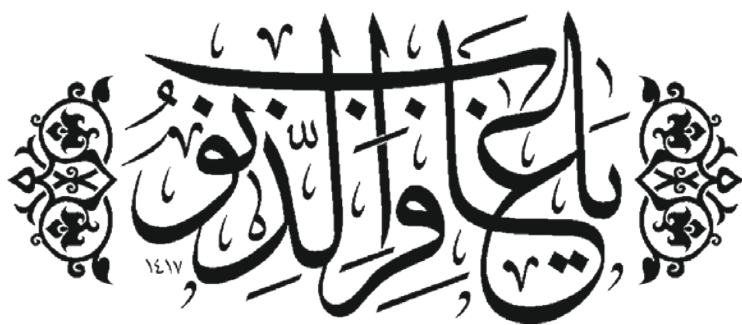
Samuti on Prohvet (صلى الله عليه وسلم) meile edastanud mitmeid *duaasid*, mida öelda näiteks enne ja pärast söömist, joomist, magamist,

seksuaalvahekorda ja isegi tualetis käimist, et muuta neid igapäeva tavategevusi osaks oma jumalakummardamisest; et oleksime alati valvel ja alati mõtetes Jumalaga. Selles teadlikkuses e *taqwas* peitub kavatsuste siirus.

Prohvet (صلى الله عليه وسلم) pakkus samuti kaitset vältimatu *širki* vastu, õpetades meile palveid, mida võime lausuda igal ajal.

Abu Musa ütles: „Ühel päeval pidas Jumala Sõnumitooja jutluse, öeldes: „*Oo inimesed, kartke širki, kuna see on varjatud, kui sipelga roomamine.*” Need, keda Jumal tahtis, küsisid: „Ja kuidas seda vältida, kui see on varjatud, kui sipelga roomamine, oo Jumala Sõnumitooja?” Ta (صلى الله عليه وسلم) vastas: „Öelge:

„*Allahumma innö nä'uudu bikä än nušrikä šai'än nä'lämuh, wa nastaghfirukä läimää lää nä'lämuh.* (Oo Jumal, me otsime sinult kaitset teadlikult *širki* sooritamise eest, ja me otsime sinu andestust selle eest, mida me ei tea.) (Ahmad)



LASTELEHT



LIIV JA KIVI

Tõlkinud: Khadija

Allikas: <http://www.islamcan.com/increaseiman/islamic-stories-page-7.shtml>

Kaks sõpra, Ismail ja Ibrahim, kõndisid kõrbes. Päike kõrvetas armutult nende päid. Sõbrad olid väga janused ja hakkasid omavahel sõnelema. Nende sõnelus muutus aina vihasemaks ja Ismael lõi vihahoos Ibrahimile vastu nägu. Ibrahimil oli hinges valus ent ei lausunud sõnagi vaid kirjutas liivale: „Minu parim sõber lõi mind täna näkku.”

Nad kõndisid edasi, kuniks jõudsin oasini. Nad otsustasid peatuda ja end kasta. Sel ajal, kui Ibrahim vette hüppas ja end pesema hakkas, istus Ismail liivale ning puhkas. Äkitselt hakkas Ibrahim vees karjuma. Talle oli kramp jalga löönud ja ta suutis end vaevu vee pinnal hoida. Ta oli uppumas.

Ismail hüppas vette ja tõi ta õrnalt kaldale. Kui Ibrahim oli šokist taastunud, kraapis ta sõnumi lähimale kivile: „Täna pääsis mu parim sõber mu elu.”

Ismail, olles nii löönud kui ka päästnud oma parimat sõpra Ibrahimile, küsis temalt: „Miks peale seda, kui ma sulle haiget tegin, kirjutasid sa liivale, aga nüüd hoopis kivile?”

Ibrahim naeratas ja vastas: „Kui sõber meile haiget teeb, peaksime kirjutama tema teod liivale, et andestav tuul saaks selle laiali puhuda, kui aga sõber teeb midagi head, peaksime selle kivisse graveerima, kuhu see jääb igaveseks mälestuseks.”



ÜMBERLÕIKUS

IQRA



KULTUURIKESKUS IQRA

Turu 7

51004

Tartu

EESTI/ESTONIA

Kontakt keskus@islam.pri.ee

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: EEUHEE2X

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 Embassy)

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.