

Kristillinen miestenlehti Tosimies

2/16 6,00 €

4 Hauholla ei mokia hävetä

12 Love Story Made in Heaven

20 Muscle Cars of Gospel

15. vuosikerta

► KUSTANTAJA

Faktapro Oy
Jänismäki 1 A
02940 Espoo
puh. (09) 54 79 74 10
fax (09) 512 20 33
info@faktapro.fi

► TOIMITUS

Jänismäki 1 A
02940 Espoo
puh. (09) 54 79 74 10
fax (09) 512 20 33
toimitus@tosimies-lehti.fi

► PÄÄTOIMITTAJA

Kimmo Janas
puh. 050 912 7332
kimmo.janas@tosimies-lehti.fi

► ISSN 1458-3224

► KUVANKÄSITTELY

Faktapro Oy/Petri Janas

► PAINO

Oy Arkmedia Ab
PL 180
65101 Vaasa

► MARKKINOINTIPÄÄLLIKÖ

liikka Löytty
puh. 0400 596 120
iikkaloytty@gmail.com

► ILMOITUSHINNAT 2016

(+ alv 24%)

| | mv | 2-väri | 4-väri |
|-----|---------|---------|---------|
| 1/1 | 1.150 € | 1.350 € | 1.600 € |
| 1/2 | 670 € | 850 € | 1.000 € |
| 1/4 | 400 € | 500 € | 570 € |
| 1/8 | 240 € | 270 € | 350 € |

► TILAUKSET

Kestotilaus: 35 € (6 numeroa/vsk)
Määräaikaistilaus: 40 € (12 kk)
tilausmaksut sis. alv 10 %
tilaukset@tosimies-lehti.fi
www.tosimies-lehti.fi
puh. (09) 54 79 74 10

► KANSI

Perinteisten kamelisafareiden ja pyhillä paikoilla kiertelyn lisäksi voi Jordaniassa harrastaa vaikka riippuliittoa Wadi Rumin mahtavissa maisemissa.

- 3 Pääkirjoitus
- 4 Hauholla ei mokia hävetä
- 8 Siunattu Israel – Sanan lupauksen mukaisesti
- 10 Lentoyhtiö El-Al:n suojautuminen terrorismilta
- 12 Love Story Made in Heaven
Kuinka Jumala yhdisti Kamalin ja Elinan
- 16 Tosimiehiä etsimässä
Miksi Jumala valitsi Juudan?
- 18 Helpotusta diabeteksen hoitoon
- 20 Syömällä Itämeri puhtaammaksi
- 21 Yksi kutsuu, moninaisia kutsuttuja
- 22 Kristityt autoharrastajat saivan oman kerhon
- 23 Keravan ev.lut kirkolla
ajoneuvoharrastajien kirkkopyhä 7.8.2016
- 24 Skandaali tiedemaailmassa
- 25 ICEJ News
- 26 Jumala nosti lokaisesta liejusta
- 29 Tosimiehet Sonkajärvellä
- 32 Tosimies lukee
• Polkupyörällä Jäämerelle
• Mielen hoiva
• Ennen aamenta
- 34 Lyhyestä virsi kaunis
- 35 Sopenen!
- 36 Tosikuvat
Independence Day: Uusi uhka
- 37 Maasturit hippasilla
Toyota Land Cruiser vs SsangYong Rexton



▲ Hämeen Mokiassa luotetaan Jeesuksen apuun.



▲ Esa Silakka on testannut lähes puoli vuotta uutta sokeritason mittauslaitetta, Abbottin FreeStyle Libre Flash -järjestelmää.



▲ Viestelijien todistuspuheenvuoron esittää tällä kertaa Paavo Pihlajaniemi.



▲ Tosimiehet viettivät viikonloppua Sonkajärven leirillä.

Miten tästä eteenpäin?

Kovin on murheellista kuunnella uutisia näinä päivinä; jos ei jossain räjähdä itsemurhapommittajan aikaansaannos, joku mielenterveysongelmista kärsivä lahtaa sivullisia ilman sen pahempia tunnontuskia...

Elämmekö nyt niitä kuuluisia lopunajan päiviä? Kyllähän meno on maailmalla sen verran hurjaa, että pakostakin alkaa silmäillä Ilmestyskirjaa, josko sieltä pystyisi omin voimin tulkitsemaan jotain lohduttavaa.

No, saa siitä irti lohdutusta tai lisäpelkoa, huonoin vaihtoehto on kuitenkin käpertyä sohvan nurkkaan odottamaan lopullista iskuja.

Eikös Raamattu kehota istuttamaan omenapuun, vaikka huominen olisi kuinka epävarma? Turha voivottelu ei auta, ainoa apu taitaa löytyä tuolta Yläkerrasta.

Mutta se ei tarkoita, ettemmekö me voisi kuitenkin tehdä omaa osuuttamme paremman huomisen ja paremman maailman luomiseksi.

Vuodatetaan lähimmäisen rakkautta ympäristöömme ja pyritään löytämään eri tilanteista niitä ilon pilkahduksia. Turha negatiivisuus vain ruokkii itseään.

Kimmo Janas



Hauholla ei mokia hävetä

Kimmo Janas

Vuonna 1998 perustettu Hämeen Mokia ry on kristillisellä pohjalla toimiva yhteisö, joka haluaa auttaa elämän syrjäpoluille harhautuneita lähimmäisiä.

Jouni Heinonen kertoo olleensa armoston juoppo vuoteen 1994 asti. Hän kierteli nuorena ison teräkauppayhtiön asennushommissa ympäri Suomea ja asui hotelleissa. Alkoholin käyttö lisääntyi pikku hiljaa, kunnes tuli seinä eteen.



1990-luvun alussa Heinosella oli yritys Eestissäkin ja tuli harjoittaneeksi kertomansa mukaan myös kaikenlaista laittomuutta.

1990-luvulla perhe myös muutti Espoosta Hauholle.

– Oli joku vuosi ns. raittiina oloa, mutta ei varsinaista raittiutta, joten ei kestänyt. Pohjapetti, kun varsinaista sisältöä ei ollut. Ei tullut tyydytystä, hän muistelee.

Kertaheitolla irti

Heinonen kertoo kyllästyneensä erilaisiin ryhmiin, joissa jäätin loppuiksi ”raittiiksi alkoholisteiksi”.

– Raitis alkoholisti sitoo per-

▼ Oy Aikomus Ab pitää kirpputori Auppaa – entistä K-Kauppaa, jonka nimestä jätettiin mokialaisesti turhat koot pois.

hettä tavattomasti – jankkaa vuodesta toiseen. Siinä eletään koko ajan ns. sairaan ehdoilla. Syntihän siellä on takana, eikä mikään sairaus, Jouni Heinonen huomauttaa.

– Jos Jumala on luonut omaksi kuvakseen, eli Hänellä on se manuaali ja minun kohdallani siellä on joku kosmeettinen häiriö. Pyysinkin, että tuo häiriö korjattaisiin ja voisin vapautua kokonaan tällaisista päihteistä. Ja se kävi kerralla, hän selvittää.

Jouni Heinonen oli myös kova tupakoimaan, yli 2 askia päivässä, kävi jopa yöllä tupakalla. Kahdeksan päivää uskoontulonsa jälkeen hän kokeili Jumalaa ja



pyysi antamaan voimaa.

– 3 päivän kuluttua en enää edes muistanut, kummalla kädellä olin pitänyt tupakkaa, hän naurahtaa. – Eikä ole viinaakaan tehnyt mieli 1994 jälkeen.

Perusarvot kuntoon

– Aloin ensiksi saarnata juovuspäissä, muistelee Jouni Heinonen uskoontuloaan. – Minulle tuli tieto, että me pojat tehdään väärin. Ryyppyporukka ei tietenkään jaksanut kuunnella moralisointiani. Sanoin, että me eletään ihan oikeasti väärin.

Kun juopon omatunto alkaa painaa, ei sellaisessa porukassa ole mukava ryyppätä.

Näin kävi Heinosellekin. Hän tajusi ettei elämäntyyliensä ollut

järkeä, mutta viinan himo oli niin kova, ettei sieltä lähdetty niin vain.

– Ja kun aletaan juoda, ei ole mitään järkeä juoda vain yksi ilta, vaan sitä jatketaan niin kauan kuin jaksetaan, hän tarkentaa.

Sitten kun menee pohjasta läpi, ei enää millään ole väliä, sellaiset kaverit eivät Heinosen mukaan tunne morkkista, he hyväksyvät vallitsevan tilanteen. Pää pehmenee ajan mittaan. Minuus juodaan pois.

– Vasta uskoontulon myötä tuli minullekin rauha ja sain perusarvot kuntoon, hän kertoo.

Jeesusta oudokutaan

– Ajattelin uskoontultuani, ettei tarvitse enää olla näiden päihdeasioiden kanssa tekemisissä, mutta toisin kävi, hän hymähtää.

Jouni Heinonen pääsi vuonna 1995 työharjoitteluun Toivolan kotiin, jossa oli 15 vankilasta vapautunutta miestä. Seuraava rasti oli A-klinikka, Hämeenlinnan kaupungin päihdehuolto.

– Olin tukiasuntohoitaja ja piti saada miehille tekemistä.

Hän alkoi kehittää tällaista työmuotoa, josta kehittyi vuonna 1998 perustettu Hämeen Mokia ry.

Aluksi ei kaupungilla kuulemma haluttu edes ottaa vastaan, kun Heinonen kertoi tuleviani julistamaan Jeesusta.

– Matti Hämäläinen oli silloin johtajana ja hän ymmärsi. Kertoi nähneensä muutoksia ihmisissä, joita ei kukaan osaa selittää, Heinonen muistelee.

Kaupungin koneistossa pyritään auttamaan virallisesti ilman hengellisiä viittauksia. Toisaalta siellä on esim. akupunktiota, mutta sitä ei nähdä uskomuksina.

– Kun puhut Pekasta ja Paa-vosta, kaikki on OK – mutta kun mainitset nimen Jeesus, tulee syvä hiljaisuus ja ihmetys, hän hymähtää.

Hämeenlinnan kaupunki on-



▲ – Laitteistoon on satsattu arviolta noin 100.000 euroa. Se toimii tavallaan karpäpaperina nuorille. Ensireaktio on usein, että wau, Jouni Heinonen kertoo.

kin ollut erittäin hyvä yhteistyökumppani, eikä mitään ongelmia ole ollut. On nähty, että Mokiasia tämä kuvio toimii.

Kristillinen sisältökokonaisuus

Mokia ei ole minkään seurakunnan järjestö, mutta motto ”Jeesus auttaa” kertoo arvomaailman varsin selvästi. Työsuhteessa



oleviltä toivotaan myös kristillistä vakaumusta.

– Ilmoitin toiminnan alussa, että meidän työkuva on julistaa Jeesusta Kristusta ja ihmisen elämänmuutos tapahtuu uskoontulon kautta. Silloin pystytään rakentamaan tulevaisuutta, Jouni Heinonen kertoo. – Meillä on lyhyt terapia; aloita alusta, mitä Raamattu sanoo ja pyydä anteen-



► Kino Wanhakopin äänitysstudio sijaitsee turvallisesti KOP:n entisessä pankkiholvissa.

si. Tulevaisuutta lähdetään kirjoittamaan puhtaalle paperille.

Sen aikaisen päihdehuollon kanssa oli sovittu, että saadaan tehdä hengellistä työtä, mutta jos sitä tehdään helluntaiseurakunnan tai luterilaisen kirkon kanssa, siellä on maksaja.

– Jos me teemme päihdetyötä kristillisessä sisältökokonaisuudessa, niin sen kaupunki hyväksyy yhtenä muotona, Heinonen toteaa.

Vuosien saatossa noin tuhat ihmistä on kulkenut Mokia toiminnan kautta.

– Tämä on tila, jossa voi pysähtyä miettimään muutosta. Tavallisia ihmisiä, jotka pysähtyvät tähän omassa elämäntilanteessaan – kuka pidempään, kuka lyhyempään.

Vuodessa noin 100 miestä ja naista käy Mokiassa.

Jeesus auttaa

Hämeen Mokia ry toimii yhteistyössä Hämeenlinnan kaupungin, ELY-keskuksen, TE-toimiston ja Työvoiman palvelukeskuksen kanssa. Rahoitusta on saatu niin kaupungilta, ELY-keskuksen hankeista kuin oman sosiaalisen yritystoiminnan kautta. Mokian saamalla avustuksella maksetaan lähinnä palkkoja, mutta mistä saada varat tilakustannuksiin, laitteistoihin jne.

Hyvien yhteistyökumppaneiden lisäksi on Heinosen kertoman mukaan Jumalan johdatusta nähty monasti Mokia toiminnassa, mm. tilojen hankinnassa.

Yhdistyksen toiminnot ovat keskittyneet Hauhon keskustassa sijaitseviin toimipisteisiin.

Keskuspisteessä sijaitsevat yhdistyksen ruokala, jossa päivittäisten ruokailijoiden määrä liikkuu 60-80 välissä.

Kino Wanhakop

Samassa yhteydessä on yhdistyksen toimistot sekä nuorisotoiminnan tilat.

Nuorisohanke on nimeltään Kino Wanhakop, koska tilat sijaitsevat vanhoissa KOP:n tiloissa. Toimintaa varten on rakennettu editointihuone ja levytystudio.

Nuoria ollut mukana projekteissa Heinosen kertoman mukaan parikymmentä henkeä puolen vuoden jaksoissa. Nuoret



▲ Varikolla hallin seinät on annettu tilataiteen tekijöiden käyttöön.

▶ Sellukuitupyyhettä paketoidaan ja laitetaan myyntiin.

▶ säveltävät omia kappaleita ja tekevät musavideoita jne. Musiikki- ja videotuotantoon on varustettu myös kaksi 9-paikkaisia Mercedes-Benz Sprinteriä.

– Nuoret järjestävät konsertteja. Mukana on ollut nimekkäitä artisteja kuten Musta Barbaari, Jusuf, Harri Marstio ja Kari Peitamo. Ollaan yhdessä ja suunnitellaan uraa jne. Mukaan tulevien nuorten on saatava kokea, että ollaan tosissaan ja välitetään. Siksi olemme panostaneet esimerkiksi musiikki- ja kuvauskalustoon, Heinonen painottaa.

Rekvisiittaa löytyy savukoneista ja kumiveneistä golf-välineisiin ja peruukskeihin.



Kino Vanhakop -nimellä löytyy YouTubea paljon filmejä. Filmejä tehty mm. Hämeenlinnan kaupungille.

Auppa ilman K:ta

Entisen K-kaupan tiloihin on

▼ Fidalta noudettavat ylijäämävaatteet lajitellaan ja paalataan toimitettavaksi ulkomaille.

perustettu 600 neliön kokoinen Auppa -kirpputori, jossa tukiyritys Aikomus myy myös uutta tavaraa.

Lahjoituksia saadaan eri tahoilta. Mukana on toki myös vuokratyöitä. Vielä 2013 kirppu-

▼ Keskuksen miehiä kahvitaulla.

torin kauppa oli kannattavaa, nyt kuitenkin pikkuhiljaa hiipunut.

– Kirpputori on kuitenkin tärkeä kylän sosiaalisena keskuksena, Jouni Heinonen huomauttaa.

Vaatteita ja robotteja

Mokia osti nelisen vuotta sitten kaupungilta ränsistyneen varikon, joka on nyt kunnostettu – valettu betonilattioita, lämpöeristetty halleja jne. Omaa työtä on saatu korjauksiin, maalauksiin jne.

– Hyötynä on, että saamme näin miehille tekemistä. Emme tehdä ulkopuolisille, joten ei tule sanomista ja saadaan kunnolliset tilat toimintaa varten, Heinonen selvittää.

Varikon autokorjaamossa on lähdössä remonteerattu Mercedes-Benz Vito Bulgariaan romaniseurakunnalle, jota Mokia tukee säännöllisesti.

Varikon suurimmassa hallissa lajitellaan Fidalta tulleita ylijäämävaatteita ja paalataan ne 250 kg painoisiksi paaleiksi. Heinonen kertoo juuri lähteneen 25 tonnin kontti kesävaatteita Arabi-Emiraatteihin.

– Yhdessä vaiheessa asiakkaita oli jopa 22 maasta, mutta toiminta alkoi mennä businsekseksi. Hävisi hengellisyys ja 23 työntekijän kanssa tuli työnantaja/työntekijä-kiista, joka kaatoi homman, Heinonen naurahtaa.

Talvivaatteet ovat kuitenkin ongelmana, koska niitä ei saada menemään eteenpäin kesävaatteiden tyyliä.

– Olemme miettineet lahjoittavamme ne Ukrainaan, jos vain löytyisi taho, joka veisi ne perille.



▲ Lakanen on varsinainen tosimities.

Varikkoalueella toimii myös nuorille tarkoitettu robopaja, jossa tutustutaan erilaisiin arkipäivän asioihin fysiikan ja tekniikan näkökulmasta. Vetäjä Mika Koskunen tosin valittelee, että nuorilla ei riitä välttämättä innostusta sitoutua pitkäksi aikaa johonkin projektiin.

Eteenpäin eläväisen mieli

– Haluaisin viedä näitä ihmisiä myös erilaisille elämysmatkoille. Pari extreme-matkaa onkin tehty esim. Siperiaan ja kotimaassa

▼ Mika Koskunen vetää robopajaa, jossa kehitellään erilaisia robotiikkaan liittyviä ideoita. Tuloksena on syntynyt mm. Liikkuva koulu –hankkeen tilaama ohjelmoitava kuntopyörä.



Ilomantsissa on käyty porukalla poimimassa marjoja. Matkoilla aina aamunavaus ja puhutaan myös Jeesuksesta, Jouni Heinonen kertoo.

Näitä matkoja varten on 10 hengen makuupaikoilla, keittiöllä ja wc:llä varustettu bussi odotamassa varikon kaarihallissa.

Hieman Hauhon keskustan ulkopuolella, Pälkäneen tien varressa sijaitsevalla vanhalla sahan alueella sijaitsee lisäksi nuorten rakentama paintball-rata, puuvarasto sekä toinen autokorjaamo.

Raimo Peräkylä Oy
MAARAKENNUKSEN LAADUNVALVONTA & TESTAUS
raimoperakylaoy.fi

Tule mukaan tavoittamaan saavuttamattomia kansoja!



ER EKSAKTI-RAKENNE OY
Patomäentie 48, 15610 Lahti

- Rakennamme omakoti- ja rivitalot
- Avaimet käteen palvelu
- Remontit ja saneeraukset
- Rakennuspuusepän työt
- Kalusteasennukset
- Märkätila rakentaminen

Teemme kaikki rakennustyöt laadukkaasti, hyvällä viimeistelyllä. Tavoitteenamme on tyytyväinen asiakas.

KYSY TARJOUSTAMME

0400 887 331, kari.kankkunen@er.inet.fi

SADEVESIJÄRJESTELMÄT JA LVI-ASENNUKSET

Kourut, tikkaat, kattosillat, lumiesteet, piipunhatut ja -pellitykset.

www.sadeko.fi

SADEKO

H ja T Jukarainen Ay



Siunattu Israel – Sanan lupauksen mukaisesti

Fredrik Ekholm

Israel tehtäväni jatkuvat eri tavalla. Koen, että on arvokasta tehdä työtä Israelin hyväksi. Koen sen myös kutsumustehtävänä. Uskon, ettei tämä tehtävä ole tarkoitettu vain muutamille Israel-faneille, vaan meille kaikille kristityille.

Tehtäviini näinä päivinä kuuluu paljon diplomaattisten kontaktien ylläpitoa. Myös kristittyjen kesken. Tuemme myös jatkuvasti ystävämme, leskinaisen tekemää orpo-/nuorisotyötä. Saamme näin tehdä erilaista työtä ja rakentaa siltoja sekä käydä ovista, jotka Jumala avaa.

Kun Jumala kutsui minut noin

26 vuotta sitten Israel-työhön, se tuli yllättäen minulle konkreettiseksi tehtäväksi, aivan erityisellä ja koskettavalla tavalla. Järjestimme siihen aikaan suuria kaksikielisiä Israel-juhlia ja keräsimme varoja exoduksen toteuttamiseen.

En ollut suunnitellut lähteväni Israel-työhön, koska olin yksityisrittäjä, jo silloin monessa mukana. Jumala kuitenkin kutsui niin selvästi ja koskettavalla tavalla. Ja kun sain nähdä, kuinka Raamatun ihmeet täyttyivät ja juutalaiset pääsivät kotiin Israeliin. Oli todella koskettava kuulla, itku tuli ja iho meni jopa kanalihalle. Olen kiitollinen siitä, että tottelin, koska olemme perheenä ja yritysoiminnassani saaneet kokea siunausta siitä, että aloitimme työn käytännöllä Israelia, luvattua maata.

Israel-rakkaus on vetänyt meitä Israeliin viitisenkymmentä kertaa ja olemme noin 25 vuoden ajan saaneet seurata sen maan kehity-

tymistä. Monet voivat varmaan todeta saman asian, jotka ovat Israeliin vierailleet. Olemme myös saaneet ystäviä Israelista vaimoni Kerstinin kanssa.

Israelilaiset yrittäjät vierailulla Suomessa

Finland-Israel Trade Association (FITA – Suomi-Israel Kauppayhdistys), Israelin suurlähetystö ja Suomen suurlähetystö Israeliin järjestivät yritysten edustajien vierailun Suomeen 7.-10.6.

Israelilaiset tapasivat suomalaisia yrittäjiä Finland-Israel Trade Association Summer Eventissä Hotel Helkassa 7.6. Tällä kertaa mukana oli myös muutamia Israelin arabiyrittäjiä. Minulla oli etuoikeus puhua alussa ja toin esille mm. seuraavia asioita:

Israelin BKT:n nousu 2,8 % on korkeampi kuin OECD-mailla, huolimatta sodista, boikotista ja muista uhkista. Taloudellinen kasvu on ollut uskomatonta.

Israelin työttömyys on vain 5,2 %, joka on vähemmän kuin

EU ja OECD-mailla. Se on ihme, koska Israelin väkiluku on kymmenen kertaa suurempi kuin maan itsenäistymisen aikaan 1948. Itsenäistymisen jälkeen Israelin väkiluku on noussut 800.000:sta 8,5 miljoonaan. Tästä väkiluvusta 1,75 miljoonaa on arabeja, jotka myös työllistetään. Suurin muuttoaalto Israeliin oli itsenäistymisen jälkeen sekä 1990-luvulla.

Syntyvyys verrattuna muihin OECD maihin on ykkössijalla, noin 2,65/nainen. Melkein kaikissa EU-maissa luku on alle 2. Tulkitsemme tämän siten, että israelilaiset uskovat tulevaisuuteen, vaikka naapurimaat uhkaavatkin tuhota heidät. Palestiinan hallinto, joka haluaa itselleen Länsirannan ja puolet Jerusalemista, ei jää vaatimuksiinsa. He haluavat lopulta koko Israelin, sillä heidän mielestään koko Israel on miehitetty.

Israelin valtion velan määrä 67 % BKT:sta, joka on paljon vähemmän kuin EU:lla ja USA:lla.

Vienti on kasvanut vuoteen 2014 asti, mutta vuonna 2015 laski tuotteiden osalta 8 %, EU-rajoitusten ja BDS:n vuoksi. Timo Soinin mukaan Suomi ei boikotoi Israelia. Näin hän sanoi Benjamin Netanjahulle Israel-vierailulla kesäkuun alussa.

Israelin viennistä ja kaupasta USA n. 25 %, Aasia n. 25 % ja Eurooppa n. 29 %. Hi-Tech and Medical Hi-Tech –tuotteiden osuus on 80 % viennistä.

Tutkimuksen ja kehityksen (R&D) osuus on 4 % Israelin BKT:sta, mikä on korkein maailmassa. Suomi on kolmas. Suomella ja Israelilla on paljon yhteistä: pieni maa, sinivalkoinen lippu, paljon tuotekehitystä, innovaatioita ja korkeaa laatua. Lisäksi hyvät arvot ja etiikka.

Israelilaiset tekevät eniten pääomasijoituksia maailmassa; 170 USD per henkilö. Suomi on kuudentena 25-30 USD:lla per henkilö. Israel on Nasdaq:n pörssissä toisena Kiinan jälkeen. Israeliin on 5.000 start up-yritystä ja jo pelkästään Tel Avivissa syntyy vuosittain lähes 700 uutta.

Menestyksen avaimet

Suomi-Israel kauppayhdistyksen kokouksessa (7. kesäkuuta) oli YLE:n toimittaja mukana. Hän teki haastattelun jälkeenpäin ja halusi tietää, mikä on Israelin menestyksen salaisuus ja miksi Israel on menestynyt taloudellisesti, miksi Israelilla on paljon innovaatiota, tuotekehitystä, start up-yrityksiä ym.

Hänelle annettiin hyvin käytännöllisiä ja inhimillisiä vastauksia, kuten rankka armeijakoulutus sekä miehillä että naisilla, pieni maa ja vähän luonnonresursseja, joten on ollut pakko selviytyä ja kehittyä IT-alalla ym. Israelilaisilla on lisäksi tarvittavat aivot.

Itse kerroin myös monenlaista ja toin esille omia näkemyksiäni ja kokemuksiani liiketoiminnasta Israelin kanssa, joka alkoi jo vuonna 1992 Tabita Products Oy:n perustamisen jälkeen ja jatkuu edelleen. Otin kuitenkin myös riskin ja sanoin toimittajalle: ”se on siunaus” että Israel menestyy. YLE:n toimittaja katsoi pitkään ja pystyi arvioimaan hänen ilmeistään, mitä hän ajat-

teli vastauksestani.

Totuus on, että Jumala on todellinen ja hänen liittonsa omaisuuskansansa kanssa on voimassa. Jumala on luvannut siunata Israelia. Siinä on salaisuus Israelin menestymiselle.

Ilman Jumalaa en usko, että israelilaiset olisivat selvinneet 6-7 sodasta, jotka he kävivät itsenäisyyden julistamisen jälkeen vuonna 1948. Kuten tilastot osoittavat, useat juutalaiset muuttavat Israeliin, koska Jumala valloittaa heidän sydämensä ja he vain kokevat, että on lähdettävä Israeliin. Jumalahan on aina rakastanut juutalaisia ja halunnut uudistaa suhteensa heidän kansaansa ja johdattaa heidät kaikkialta maailmasta heidän omalle maalleen, Israeliin.

Varoja vääriin tarkoitukseen

Kun he tottelevat kutsua ja lähtevät, he kokevat, kuinka maa kukoistaa. Näin oli myös Gazan tilanne. Kun juutalaiset menivät Gazaan, karu maa alkoi kukoistaa. He istuttivat puutarhoja ja tällä alueella kasvoi erittäin hyviä tuotteita. Kun vuonna 2005 pääministeri Ariel Sharon antoi rauhan vastineeksi jalostettuja puutarhoja ja muuta liiketoimintaa palestiinalaisille, alue on sen jälkeen tuhoutunut. ”Kiitokseksi” alueella asuvat palestiinalaiset tai Hamas-terroristit ovat vuodesta 2005 lisäksi ampuneet 24.000 raketia siviiliväestöä kohti.

Tämän seurauksena lisäksi maailman yhteisö ja YK:n UN-RWA ovat joutuneet keräämään valtavat rahamäärät palestiinalaisalueelle, yhteensä n. 1 mrd USD vuositasolla. Silti liiketoimintaa ei synny, ei infrastruktuuria, ei työpaikkoja, ei sosiaali- ja terveydenhuoltoa. Nuoret ovat tyytymättömiä ja toivottomia. Rahoja käytetään osittain tun-

neleiden rakentamiseen Israelin puolelle ja yksi tunneli maksaa n. 3 milj. USD.

Takaisin omaan maahan

Raamatussa on paljon kohtia, joissa mainitaan siitä, miten maa kukoistaa.

”Katso, tulee aika, sanoo Herra, jolloin kyntäjä kulkee leikkaajan kannoilla ja rypäleiden polkija kylvään kintereillä. Silloin vuoret pursuavat nuorta viiniä ja kukkulat lainehtivat rehevyyttään. Minä käänän kansani Israelin kohtalon. He rakentavat jälleen hävitetyt kaupunkinsa ja asettuvat niihin asumahan. He istuttavat viinitarhoja ja nauttivat niiden viinin. He istuttavat puutarhoja ja nauttivat niiden hedelmän. Minä istutan heidät maahansa, eikä heitä enää revitä irti maasta, jonka minä olen heille antanut, sanoo Herra, sinun Jumalasi.” (Aamos 9:13-15)

Toinen vahva sana löytyy Hesekielin kirjasta.

”Sen tähden sano Israelin kansalle: Näin sanoo Herra Jumala: En minä teidän tähtenne, israelilaiset, tee sitä minkä teen. Minä teen sen pyhän nimeni tähden, jonka te olette tahranneet, minkä kansojen keskelle olettekin joutuneet. Minä osoitan, miten pyhä on suuri nimeni, vaikka se on tahrattu kansojen keskuudessa – te olette tahranneet sen kansojen keskellä. Kansat tulevat tietämään, että minä olen Herra – näin sanoo Herra Jumala – kun minä siinä, mitä teille teen, osoitan pyhyteni niiden nähden. Minä otan teidät vieraiden kansojen keskeltä, minä kokoan teidät kaikista maista ja tuon teidät omaan maahanne.” (Hes. 36:22-24)

Mitä maailman yhteisö, USA, EU, YK ym. sanovat tästä sel-

västä sanomasta? Ehkä he ovat eri mieltä?

Jumala sanoo, että hän tekee näin; tuo heidät vieraiden kansojen keskeltä omaan maahansa oman nimensä tähden. Kun me edesautamme exodusta, juutalaisten paluuta Israeliin, autamme heitä taloudellisesti ym., me kunnioitamme Herran nimeä ja kansakunnat näkevät, että Herra elää ja toimii juutalaisten parissa.

Etuoikeus turvautua Jumalaan

Mielestäni on etuoikeus olla kytköksissä juutalaisiin, tukea ja auttaa heitä. Se on työtä suurempaa tarkoitusta varten. Ruokailkaamme sekä tehkäämme myös konkreettista työtä auttamalla juutalaisia Israeliin. Näinä päivinä tarvitsemme silmävoideä nähdäksemme ajan, jossa elämme.

Rukoukseni on myös, että saisimme antaa viestikapulan seuraavalle, nuorelle sukupolvelle, jotta he voisivat iloitella tehdä Israel-työtä. Koen, että meidän velvollisuus on siirtää näky Israel-työstä seuraavalle sukupolvelle. Uskon, että tässä on siunaus myös Suomelle, kun me siunaamme Israelia ja toivomme rauhaa Jerusalemille.

Suuret kiitokset kaikille, jotka panostatte ja tuette Israel-työtä. Emme tiedä täysin, mitä tulevaisuus tuo tullessaan, mutta monet asiat järkkyyvät tänä päivänä, eikä varmastikaan ole parempaa näköpiirissä.

Mikä etuoikeus onkaan turvautua Jumalaan ja uskon kautta luottaa sanaan. Silloin saamme elää rohkeina ja jatkaa hyvää työtämme.

”Meidän ei pidä väsyä tekemään hyvää, sillä jos emme hellitä, saamme aikanaan korjata sadon.” Gal. 6:9

Tue Israelin ympäristöprojekteja hankkimalla itsellesi Sininen Lipas, eli aito "Pushke".

Hinta 25€ (sis. postimaksun)

Tee tilaus lähettämällä nimesi ja osoitteesi sähköpostiin kkl@kolumbus.fi
Lisätietoa toiminnastamme ja projekteistamme Israeliin: www.kkl.org.il

Lentoyhtiö El-Al:n suojautuminen terrorismilta

Arto Perämäki

Mombasassa, Keniassa tapahtunut terroristihyökkäys charterkonetta vastaa marraskuussa 2002 ilmatorjuntaohjuksilla aloitti uuden aikakauden matkustajakoneiden turvavarustelussa.

Kone oli israelilaislentoyhtiö Arkian Boeing 757, joka oli nousussa Mombasan kentältä, kun olalta laukaistavat kaksi ilmatorjuntaohjusta ammuttiin sitä kohti. Kone vältti ohjukset, ja näin 250 matkustajaa selvisi varmalta kuolemalta. Syyttävä sormi osoitti Al-Quaidan suuntaan.

Marraskuun 28. 2002 tapahtui myös hyökkäys Paradise Hotelliin, joka oli tuolloin israelilaisomistuksessa. Hotellissa asui silloin ainakin 60 israelilaisturistia, joista 3 menehtyi, asukkaista haavoittui noin 80. Pelastusoperaatiossa neljä IDF:n Hercules kuljetuskonetta kuljetti menehtyneet ja haavoittuneet israelilaiset takaisin Israeliin.

Israelin hallitus kokoontui kiireesti neuvonpitoon asiasta, koska toista vastaavaa tapausta ei halunnut kukaan odottaa.

Valtiollinen lentoyhtiö El-Al otti asian vakavasti, ja alkoi vakava kehitystyö valtio-omisteisen sotilasteollisuuden ja Elta -puolustusvälineyrityksen kanssa. Tarkoituksena kehittää toimiva ohjuspuolustusjärjestelmä suojaamaan siviilimatkustajakoneita. Projekti kulki "Flight Guard"-nimellä ja sen kehittämiseen ja toimintakuntoon saattamiseen meni 18 kk Mombasan tapahtumasta.

Kaikkiin El-Al:n matkustajakonei-

siin, jotka lensivät "riskireiteillä", asennettiin n.1 miljoona dollaria/kone maksava ohjuspuolustusjärjestelmä. El-Al:lla oli 2012 yhteensä 38 matkustajakonetta, joten investointi oli huomattava kulu turvallisuuteen. Täten haluttiin turvata reilu 4 miljoonan matkustajan turvallisuus. Lisäksi esimerkiksi 2014 Gazan-sodan aikana El-Al halusi pitää "taivaan vapaana", vaikka muut lentoyhtiöt peruiivat lentojaan Ben-Gurion-kentästä muutaman kilometrin päähän ammutusta Hamasin rakettista johtuen.

Tekniikka jota "Flight Guard" käytti, oli jo käytetty vuosikymmeniä suojaamaan Israelin ilmoimien (IAF) hävittäjiä ja helikoptereita. Järjestelmä perustui ammuttavista "soihduista", jotka paloivat kirkasta magnesium-

pohjaista tulta, joka harhautti lämpöhakuisen ohjuksen kohteesta.

Aluksi ilmailuviranomaiset olivat epäileviä, että koneen alta ammuttu "soihdu" aikaansaa vaurioita koneen pohjarakenteisiin.



Testit osoittivat huolen aiheettomaksi, ja nykyään British Airwaysin entinen turvallisuusvastava Dennis Phipps näkee sen tulevaisuuden turvajärjestelmänä matkustajakoneissa.

Tämän päivän terroristijärjestöillä on runsaasti olalta ammuttavia ilmatorjuntaohjuksia, koska hinnat ovat laskeneet ja mm. Gaddafin hallinnon kaatuessa 2011

ns. MANPADS-ohjuksia katosi tuhansittain päätyen terroristijärjestöjen haltuun. Näitä esim. SA-7 olalta ammuttavia ohjuksia on Al-Quaidalla, Hamasilla, Hizbollahilla, Talebaneilla jne. Hinnat ovat laskeneet mustassa pörssissä jopa muutama tuhattiin dollariin. Näistä venäläisvalmisteisista uudemmissa ilmatorjuntaohjuksista tunnetuin on ehkä tänä päivänä SA-11 malli, jota uskotaan käytetyn Malesian Airlinesin MH17 alasampumiseen Ukrainassa reilu vuosi sitten. Ohjuksen kantama ylöspäin on luokkaa 22 km, ja toimii siis matkustajakoneiden lentokorkeuksille asti.

El-Al:n koneet on varustettu järjestelmällä rungossa olevin laittein, jossa on infrapuna ohjus-seuranta kamera, infrapuna, ultravioletti tai ohjuksen lähetyksisarjoitusjärjestelmä (MAWS). Sen sensorit tunnistavat ohjus-hyökkäyksen jo varhaisessa vaiheessa ja sen laserjärjestelmä sekoittaa tulevan ohjuksen ohjausjärjestelmän. Järjestelmä kattaa koko koneen rungon 360 asteen

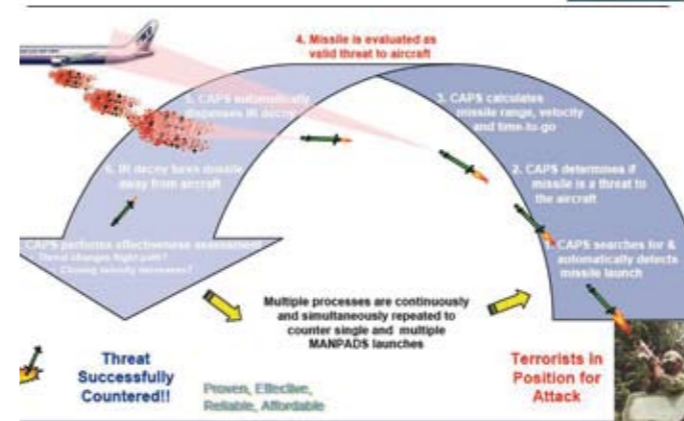
Key Issue: Security



- Counter MANPADS Program
- Eleven FedEx MD-10 aircraft in operational testing
- Passenger 757 and DC-10 in development

Counter MANPADS unit

AL Counter-MANPADS Process



kulmilla, tunnistusanturein.

Järjestelmä on suunniteltu tunnistamaan olalta ammuttavat raketit, ns. MANPADS:t, joiden kantama on n. 5km. Nämä ohjukset tekevät matkustajakoneet riskianttiiksi juuri laskuissa ja nousuissa kentiltä, koska lentäjien ja perämiesten on keskitettävä tarkkaavaisuutensa lentotoimpiteisiin. Kun järjestelmä toimii automaattisesti noin sekunnissa, ei ole inhimillisen erehdyksen nopeasti lentäjä ehtisi reagoida tulevaan ohjushälytykseen.

Lisäksi El-Al on panostanut jo vuosien kokemuksella, myös konekaappaukset kokien, muuhun matkusturvallisuuteen. El-Al haastattelee matkustajan: laukujen pakkaus, henkilöllisyyttä verratien kansainvälisiin uhkaprofiileihin. Kaikkialla maailmassa eri lentoasemilla tarkastetaan El-Al:n terminaalit, matkatavarat, rahti, ettei lastiruumaan joudu räjähteitä.

Itse koneessa, kaikki lentäjät ovat vanhoja IDF:n lentäjiä. Ohjaamoissa on tuplaovet ja tarkka koodaus asiattomille, lentäjän ja perämiehen tulee tunnistaa matkustamohenkilökunta. Koneissa on aseistettuja turvamiehiä matkustajaksi pukeutuneena. Koneiden lastiruumat on vahvistettu

mahdollisen räjähdysen varalta jne.

El-Al:n myötä myös monet muut lentoyhtiöt ovat varustaneet koneensa ilmapuolustusjärjestelmällä ohjuksia vastaan. Terrorismi näyttää tulevan osaksi jokapäiväistä elämää ja kaikki keinot otetaan käyttöön, kuten ISIS:n toiminta raakuudessaan osoittaa. Yhdyvaltaisista lentoyhtiöistä monet ovat alkaneet varustaa koneitaan puolustusjärjestelmin. Ehkä tunnetuin maailmalla kriisipesäkkeiden välillä lentelevä Yhdysvaltain presidentin käyttämä "Airforce One" kone, on huipputorjuntavarusteilla varustettu matkustajakone.

Lähteet:

The Times of Israel: "Israeli missile-defence system for passenger planes passes live fire-test", by AP and Times of Israel Staff/ February 26, 2014.

ABC/news: "Israel Airline With Missile Defence Goes to Israel When US Carriers Wont", by Lee Ferran/Jul 23, 2014

CNN.com: "Missile defense for El-Al fleet"/ by John Vause, May 24, 2004

Wikimedia: El-Al



Joko olet lukenut?



Tapani Suonto

VALMISTU JUMALAN KÄYTTÖÖN 1 & 2
14 €

10 €
NÄKY VOITAVASTA SEURAKUNNASTA



Esa Juutilainen

JUMALAN SYDÄMETÄ 1 & 2
20 €

Kirjoja, jotka jättävät jälkensä lukijaan!



Saatavana kirjakaupoista tai suoraan kustantajalta: tilaukset@onewaymission.fi puh 045 261 3925, PL 21 02361 Espoo

Kaikkien kansojen Israelia siunaava Jerusalem RUKOUSKONFERENSSI 2.-16.10.2016 ja joka vuosi RoshHaShanasta lähtien, 20.9.-4.10.2017 jne. Näe ja koe Israel-ystävyyden ja Raamatun maan nähtävyydet ainutkertaisella matkalla Pyhän Hengen johdatuksessa kansainvälisesti. Jatkuva ylistys-, rukous- ja sananjulistusohjelma. Tunnetut puhujat ja ylistäjät. Simultaanitulkkaus, edullinen hinta, puolihoito ja ilmaiset retket. Kysy: TV7 'Sanan ja runon tuoksua' aviopari 044 513 1798 Auli ja 050 537 5065 Jaakob. www.sananjarunontuoksua.fi klikkaa MATKAT matkat@sanajarunontuoksua.fi. Lähde mukaan!

Love Story Made in Heaven



Kuinka Jumala yhdisti Kamalin ja Elinan

Jon McEwan

**Intialainen Kamal
sai huomata, että
kun Jumala kehottaa
kosimaan, on paras
toimia.**

Elettiin lokakuuta 2012 ja Kamal Singh Chauhanin sisar kärsi kroonisesta munuaisten vajaatoiminnasta.

– Olin tuskissani, kun en tiennyt mitä voisin tehdä pelastaakseni hänet, Kamal muistelee. – Yritimme äitini kanssa taata sisarelleni parhaan mahdollisen sairaalahoiton, mihin meillä oli varaa. Rukoilimme myös hänen puolestaan.

Lääkärit eivät antaneet enää paljoakaan toivoa, ja sisaren tila huononi päivä päivältä.

Kamal kertoo rukoilleensa samaan aikaan Jumalaa: ”Pelasta sisareni, sillä muuten minulla ei ole elämässäni ketään yhtä läheistä ihmistä, kenelle voin avautua ja kertoa ajatuksiani, kenen kanssa leikkiä, pitää hauskaa ja tuntea perheyhteyttä.”

Vinkki taivaasta

Kamal oli tuohon aikaan töissä runsaan 200 kilometrin päässä kotoaan. Eräänä aamuna hän heräsi huolissaan sisarensa terveydestä, kun kuuli yllättäen äänen sanovan nimen ”Elina Lucena”.

– Se tuntui korvin kuuluvalla Hengen ääneltä, mutta samaan aikaan omilta ajatuksiltani. Mutta miksi minä mieltäisin jotain espanjalaista nimeä aikaisin aamulla? Kamal muistelee ihmetellessä.

Hän avasi Facebookin ja kirjoitti nimen hakuosioon. Ensimmäinen hakutulokset oli ”Elu Lucena”.

– El-alku ja Lucena aivan kuin olin kuullut, kiinnittivät huomioni. Tunsin voimakasta halua lisätä hänet Facebookiini, mutta en-

sin lähetin hänelle kysymyksen ”voimmeko olla ystäviä?”

Viikon kuluttua Elina vastasi: ”Kuka olet?” Ja niin nuoret vaihtoivat nimiään ja kertoivat uskostaan Kristukseen. Keskustelu päättyi siihen sillä kertaa.

Jumalan Ääni

Joulukuussa Kamal palasi kotiinsa, mutta ei nauttinut joulun tai uuden vuoden ajasta, koska rakkain ihminen makasi kuolinvuoteella kotona, eikä hänen eteensä voinut tehdä muuta kuin rukoilla ja paastota tai laskea jäljellä olevia päiviä.

Tammikuun alkupäivinä hän istui sisarensa vieressä katselemassa televisiota, kun Pyhä Henki sanoi yllättäen: ”Kosi sitä ystäväksesi liittämäsi tyttöä”.

– Nyt tiesin tarkkaan, mistä Ääni tuli, enkä sekoittanut sitä omiin ajatuksiini, Kamal kertoo.

Facebook oli tietenkin jo siinä vaiheessa auki. Kamal kertoo kääntyneensä katsomaan sisartaan, joka tuijotti häntä viattomasti

ja ystävällisin kasvoin.

– Katsoessani sisareni kasvoja, tiesin, ettei hän ollut ehdottanut minulle tuota kosintaa. Hänen kuntonsa oli jo niin heikko, ettei hän pystynyt puhumaan ääneen eikä auktoriteetilla.

Jälleen kerran Kamal tunsu pakottavaa tarvetta toimia, aivan kuin läheinen ystävä olisi painostanut ja kehottanut kosimaan tuota tyttöä.

Hän ei voinut rukoilla ääneen, mutta sanoi Pyhälle Hengelle: ”OK, jos se olet sinä Jumalan Pyhä Henki, niin saanen huomauttaa, etten rakasta tuota tyttöä, koska en tunne häntä. Ja koska toinen syy istuu tässä vieressäni. Siksi en voi kosia ja ajatella tuota tyttöä.”

Pyhä Henki kuitenkin jatkoi painostustaan, ja lopulta Kamal viestitti Elinalla sanoen: ”Haluan kertoa sinulle jotakin, mutta se ei tule sydämestäni, enkä ymmärrä sitä, mutta Pyhä Henki käskee minun kosia sinua. Ja koska olen Jumalan kuuliainen lapsi, enkä voi vastustaa Häntä, niinpä kosisin sinua. Rakastan sinua, mutta

pidä mielessäsi, etten oikeasti rakasta sinua, koska en tunne sinua.”

Elina vastasi hänelle lyhyesti: ”Minua vähän pelottaa, koska tämä tapahtuu internetissä.” Ja niin päättyi toinen keskustelu Facebookissa.

Viimeinen kehotus

Tammikuun 26. 2013 Kamalin sisar nukkui pois.

– Minä itkin ja surin häntä. En halunnut ketään lähelleni, sillä olimme sisareni kanssa hyvin läheiset. Hän oli äitini lisäksi ainoa ihminen, joka rakasti minua kuin kallisarvoista jalokiveään, huokaisee Kamal.

Noina päivinä hän laitto Facebookissa tiedon sisarensa poismenosta parhaimmille ys-

▼ Joensuussa syntyneen Elinan äiti on suomalainen ja isä espanjalainen, siitä sukunimi Lucena.



◀ Kamalin ja Elinan häitä vietettiin 16.4.2014 Baijnathissa.

tävilleen, jotka olivat tunteneet myös sisaren. Hän laittoi viestin myös Elinalle ymmärtämättä itsekään miksi.

– Sain Elinalta vastaukseksi vain ”OK”. Olin pettynyt Elinaan, minusta hän oli hieman töykeä ja tunteeton. Ja tuohon sanaan OK keskustelumme päättyi sillä kertaa, Kamal muistelee.

Hän kertoo lopettaneensa rukoilun ja Raamatun lukemisen, koska oli vihainen Jumalalle. Mutta hänen henkensä jatkoi kuitenkin Jumalan kanssa keskustelua.

– Joka hetki saatoin kuulla oman henkeni juttelevan Jumalan kanssa ja ylistävän Häntä. Olin vihainen myös omalle hengelleni, Kamal toteaa.

Maaliskuussa Jumala puhutteli jälleen häntä: ”Tämä on viimeinen kerta, kun käsken sinua kosimaan tuota tyttöä, hän on sinun.”

– Se kuulosti käskyttä. Aivan kuin opettaja komentaa koulussa, että kotitehtävät on tehtävä ja tämä on viimeinen varoitus.

Se oli varsin suoraa puhetta. Kamal kertoo tulleen koskettetuksi, ja kaikki viha kaikkosi saman tien.

– Silloin tajusin, ettei minulla ollut muuta vaihtoehtoa kuin kosia Elinaa.

Rukouksessa vahvistusta hakemaan

Kamal otti Elinaan yhteyttä Facebookin kautta ja kertoi Jumalan jälleen kehottaneen hänen kosimaan. Kamal halusi kuitenkin painottaa, että hän pelkäsi edelleenkin, koska kyseessä oli internet. Elina vastasi myöskin pelkäävänsä internetin vaikutusta.

Kamal totesi, että koska he kummatkin olivat peloissaan, olisi ehkä parasta rukoilla. Hän tiesi Jumalan kehottaneen häntä, ja koska hän ei voinut jättää Jumalan Ääntä huomioimatta, hän toivoi myös Elinan rukoilevan ja



saavan vahvistuksen.

Kun hän seuraavana päivänä tiedusteli, oliko Elina rukoillut, tämä vastasi ettei. Ja sama vastaus seuraavana päivänä.

– Aloin turhautua, koska tunsin jo entuudestaan turhautu-

neisuutta Jumalan painostaessa minua kosimaan ja kaikesta pelosta nettisuuhdetta kohtaan jne., Kamal selvittää.

Lopulta Kamal huomautti, että nyt hän kehottaa viimeisen kerran Elinaa rukoilemaan tämän

asian puolesta.

– Sanoin, että tiedän tämän olevan epätavallista, mutta koska olemme uskovia, meidän on rukoiltava, jos haluamme saada varmuuden jostain asiasta. Kun Elina lupasi rukoilla, neuvoin häntä lukemaan Gideonin tarinan Tuomarien kirjasta ja rukoilemaan sen jälkeen.

Jumala parantaa

Kamal odotti kärsimättömänä vastausta Elinalta seuraavana päivänä, mutta kun sitä ei kuulunut, hän otti itse yhteyttä. Perusjutustelun lopuksi Kamal kysyi, oliko Elina rukoillut, jolloin tämä yllättäen huomasi selkänsä parantuneen. Elina kertoi hoitaneensa kaikki päivärutiinit ilman normaalia selkäsärkyään.

Hän oli pyytänyt Jumalalta kahta merkkiä vahvistukseksi siihen, että Jumala olisi osoittanut Kamalin hänelle puolisosiksi. Hän oli rukoillut edellisenä iltana parannusta 24/7 selkäkipuunsa ja toiseen syntymästä saakka lyhyempään jalkaansa. Tuo hieman lyhyempi jalka oli itse asiassa syy jatkuvaan selkäkipuun. Mutta sitten seurasi iso MUTTA, Elina kertoi selkäkipunsa kadonneen, mutta miksi ei myös jalka parantunut. Miksi rukousvastaus oli vain 50 -prosenttinen?

Kamal muistelee huomauttaneensa, ehkä synnä oli joko hänen tai Elinan epäily, koska vastaus ei ollut 100 -prosenttinen. Niinpä nuoret päättivät rukoilla yhdessä ja pyytää Jumalalta vahvistusta.

Samana yönä he kumpikin saivat varsin samanlaisen unen Jumalalta.

– Minä näin unessa Elinan keltaisessa leningissä. Hänellä oli pitkät hiukset, mutta ei mustat niin kuin Intiassa, vaan blondin ja vaalean ruskean väliltä. Hänellä oli vihertävän siniset silmät. Aivan samanlaiset kasvot kuin luonnossakin. Unessa Elina oli Intiassa minun ja äitini kanssa. Me olimme palaamassa ostoksilta ja menossa jumalanpalvelukseen, Kamal kertoo.

– Minä näin omassa unessani meidät jo täällä Suomessa, kertoo puolestaan Elina.

– Kävelimme käsikädessä, kovin rakastuneina kaupassa kat-

somassa joitakin tavaroita.

– Vaikka saimme tavallaan kumpikin varmistuksen, sanoin Elinalle, ettei hän ottaisi asiaa vielä liian vakavasti. Meidän tuli jatkaa rukoilemista. Internetin välityksellä solmittava suhde askarrutti vieläkin minua. Sanoin hänelle, että pidetään edelleen yhteyttä ja rukoillaan. Kyllä Jumala näyttää, kuinka edetä, Kamal kertoo.

Lopullinen vahvistus

Erään kerran rupatellessaan Kamal kysyi Elinan uskosta Jeesukseen ja hänen hengellisestä elämästään.

– Ajattelin, että jos Jumala oli sitomassa meitä avioliiton siteisiin, meidän tulee tuntee toisemme hyvin ennen sitä.

Kun Kamal kysyi, kuinka monena sunnuntaina kuukaudessa Elina käy seurakunnassa, tämä vastasi, että vain muutaman kerran vuodessa. Lähinnä hän kertoi käyvänsä parantumiskouksissa ja vastaavissa.

– Olin hieman hämmästynyt, että oliko Jumala tosiaan tarkoittanut tämän tytön minulle. Vilkaisin jopa tuonne ylös hieman vihaisena, Kamal naurahtaa.

Sitten hän selvitti Elinalle, mitä Jumalan perhe tarkoitti ja miksi meidän tuli käydä ylistämässä Jumalaa yhtenä Hänen perheensä jäsenenä.

Seuraavana sunnuntaina Elina meni seurakunnan kokoukseen ja istui penkissä itkemässä, kun eräs nainen tuli hänen viereensä rukoilemaan. Yllättäen Elina tunsi jalkansa pitenevän ja kasvavan samantapaisesti toisen kanssa. Kun jumalanpalvelus oli päättynyt, Elina otti yhteyttä Kamaliin ja kertoi saamastaan rukousvastauksesta.

– Olin todella yllättyneet kuulemastani ja tunsin sen olevan totta, koska väärillä ihmeillä ei ole samanlaista onnen ja ilon vaikutusta kuin Kaikkivaltiaan Jumalan tekemillä ihmeillä. Siinä vaiheessa me kummatkin olimme saaneet vahvistuksen, emmekä enää tarvinnut lisää merkkejä

Jumalalta, Kamal muistelee.

Ensikohtaaminen

Kamal ja Elina jatkoivat chattailemaan entistä pidempään päivittäin tai jopa öisin. He jakoivat elämänsä kokemuksia toistensa kanssa ja keskustelivat kaikesta mahdollisesta. Ja tekivät parhaansa ollakseen uskollisia toisilleen.

Samaan aikaan Elinan pastori rukoili ja rohkaisi häntä. Intiassa Kamal kertoi tulevaisuuden suunnitelmistaan äidilleen, joka ei aluksi uskonut poikansa puheita. Mutta kun Kamal kertoi, kuinka Jumala oli johdattanut heidät yhteen, äitini uskoi, ja he rukoilivat yhdessä.

– Rukoilin myös pastorini ja hänen perheensä sekä erään seurakuntani vanhemmiston jäsenen kanssa ja sovimme hääpäivän.

Elina lensi Intiaan ja tapasi tulevan miehensä ensimmäistä kertaa Delhin lentokentällä 13.4.2014 ja kolmen päivän kuluttua nuori pari vietti häitään

Bajnathissa, Himachal Pradeshin osavaltiossa. Viisi päivää myöhemmin avioliitto vahvistettiin paikallisessa maistraatissa.

Valmiina Jumalan käyttöön

– Olimme kumpikin Elinan kanssa listanneet toiveita tulevasta aviopuolisostamme jo ennen ensimmäistä kontaktiamme Facebookissa, ja nyt kun olemme naimisissa, olemme nähneet kaikkien toiveittemme toteutuneen, kertoo joulukuussa 2015 Suomeen muuttanut Kamal onnellisena.

Elina toimii tällä hetkellä Espoossa henkilökohtaisena avustajana ja Kamalilla on sopimus TE-palvelut toimiston kanssa. Nuorenparin tulevaisuuden suunnitelmista Elina kertoo: – Meidän sydämemme on avoin Jumalan valtakunnan työhön, mutta me emme vielä tiedä, koska ja mihin. Rukoilemme Jumalaa osoittamaan meille, mitä Hän haluaa meidän tekevän.



► 23-vuotias Elina ja 28-vuotias Kamal odottavat Jumalan osoittavan heille väylän Valtakuntansa työhön.

Mistä Tosimiehen irtonumeroita?

- **Kristillinen Kirjakauppa Cor13**
Kilpisenkatu 5, 40100 Jyväskylä
- **Kristillinen Kirja ja Musiikkipalvelu**
Puskantie 14, 60100 Seinäjoki
- **Lahden Kristillinen kirjakauppa**
Hämeenkatu 23, 15110 Lahti
- **One Way Mission House**
Kaisaniemenkatu 10, 00100 Helsinki

Jos paikkakuntasi kristillisessä kirjakaupassa ei vielä ole Tosimies -lehteä myynnissä, kannusta myymälänhoitajaa laajentamaan valikoimaansa!

www.tosimies-lehti.fi



Tosimiehiä etsimässä

Miksi Herra valitsi Juudan?

Kun haemme erilaisia henkilökuvauksia Raamatusta, huomaamme, että jokainen on yksilönä persoona, ainutkertainen Jumalan luomus, mutta jokaisella persoonalla on oma itsenäinen vapaatahto, niin kuin Jumala jo luomakunnan alussa sääti – siitä olemmekin jo aiemmin lyhyesti kirjoittaneet, katso 1 Moos 4:4-7.

Näyttää siltä, että Herran valinta tai Hänen suunnitelmansa yksilöihmisen elämässä; suunnitelman toteutuminen, riippuu yksilöihmisen päätöksistä (vapaan tahdon valinnasta) miten ihminen lopulta päättää niiden kysymysten edessä mihin yksilöihminen elämässään joutuu.

Katselemme vähän Israelin pojan elämää. Hän syntyi Jaakobin neljäntenä poikana. Hänen nimensä voidaan tulkita eräitten mukaan ”kiittäjä”.

Kun sitten Jaakobin perhe kasvoi, ja hän sai lopulta ensirakaudeltaan Raakelilta pojan Joosefin, huomattiin jo varhain, että

Herra oli antanut hänen kauttaan ennusunen. Hänen veljensä eikä myöskään isänsä Israel voinut käsittää sitä, mutta myös tekivät unista omat johtopäätöksensä. He sanoivat: ”sinäkö meidän kuninkaaksemme, sinäkö hallitsisit meitä” ja he vihasivat häntä. (Moos.37:8-10)

Hänen isänsäkin sanoi: ”Mikä uni se on, jonka olet nähnyt. Olisiko minun ja äitisi ja veljesi tultava kumartamaan sinun eteesi maahan?”

Kateus sai aikaan käsittämättömän vihan veljesten välille ja seuraus oli (Jae 19) ”katso tuolla se unennäkijä, tulkaa tappaakamme hänet nyt... saammepa sitten nähdä, mitä hänen unistaan tulee.”

He panivat Joosefin kuivaan kaivoon, tappaakseen hänet. (Jae 26) ”siiloin Jumala sanoi veljillensä ”mitä hyötyä meillä on siitä, että surmaamme veljemme ja salaamme hänen vrensä. Tulkaa myykäämme hänet ismaelilaisille, mutta älköön kätemme sattuko häneen, sillä hän on meidän veljemme, meidän omaa lihaamme ja hänen veljensä kuulivat häntä”.

Tässä oli asetelma 1 vastaan 9, mutta Jumala rakensi sisäisen vaikutuksensa mukaan nousta veljiensä vihapäättöstä vastaan.

Seuraava luku 1 Moos: 38 alkaa sanoilla ”Siihen aikaan Jumala lähti pois veljensä luota!” Herää kysymys, miksi, oliko Jumalan teko raskaana painamassa

häntä tai päätöksellään hän aivan kuin joutui veljien demokratiasta ulos? Mutta Jumalan elämä vei pois päin siitä, mitä Herra oli hänen isilleen Aabrahamille, Iisakille ja Jaakobille (= Israelille) opettanut: Hän otti kanaanilaisen vaimon vaikka esikoinen sai vaimon Tamarin – hänestä emme tiedä mistä suvusta hän tuli. Kuitenkin Juudan esikoinen kuoli lapsettomana, myös hänen toinen veljensä, ja Tamar palasi asumaan isänsä kotiin. Luemme kuinka Tamar odotti uskollisesti, että Juudan nuorin poika varttuisi siihen ikään, että täyttäisi velvoitteensa veljensä leskeä kohtaan, tämä oli isiltä saatu sääntö.

Tamar oli nähnyt, että vaikka Seela, Juudan nuorin poika oli tullut täysikasvuiseksi, ei häntä (Tamar) annettu Seelalle vaimoksi. Tämä on pitkä kertomus, mutta uskon, että koska se tuo totuudenmukaisesti esille niin miehen kuin naisenkin salatusta sisäisestä kokemisesta, tunteista ja kaikesta mikä liittyy myös meihin tämän päivän ihmisiin myös seksuaalisina olentoina. Juuda oli jäänyt leskeksi jo pitkän aikaa ennen, samoin Tamar jo kahdesti eikä kolmatta poikaa annettu hänelle mieheksi hänen oikeudestaan riippumatta.

Juuda näkee kauniin naisen tien varrella ja tahtoo yhtyä hänen kanssaan. ”Mitä annat minulle saadaksesi yhtyä minun?” ”Lähetän sinulle voh-

lan laumastani”, Juuda vastaa. ”Annatko minulle pantin, kunnes sen lähetät?” ”Mitä, minun on annettava sinulle panttikin?” ”Sinettisi, nauhasi, sauvasi”. ”Ja niin hän yhtyi häneen ja hän tuli raskaaksi”

Juuda ei tiennyt kuka tämä nainen oli. Juuda kyllä lähetti vohlan, mutta naista ei löydetty ja lähettiläät saivat vain tiedon ”ei ole täällä ollutkaan mitään porttoa”. Pitäköön sitten pantin ettemme joudu häpeään.

Kolmen kuukauden kuluttua Juudalle tuotiin viesti ”Sinun miniäsi Tamar on harjoittanut haureutta ja tullut raskaaksi ” ”Viekää hänet poltettavaksi”, oli Juudan tyyli vastaus. Mutta kun Tamar viedtiin, lähetti hän Juudalle sanan: ”Minä olen raskaana siitä miehestä, jonka nämä ovat, tarkasta kenen sinetti, kenen nauhat ja sauva ovat.”

Ja Juuda tunsu ne ja sanoi: ”Hän on oikeassa minua vastaan, koska minä en antanut häntä pojalleni Seelalle”.

Uskon, että taivaassa noteerattiin tuo tunnustus, joka kävi läpi koko Juudan siihen entisen elämän ja myös sen salatun sydämen ja hengen maailmaan kätkeytyn. Tässä toteutui myös se, mitä Johannes kirjoittaa: ”Joka syntinsä tunnustaa ja hylkää. Hän saa armon” ja Juudan suku jatkui.

Seuraavaksi tapaamme Juudan uudessa tilanteessa ja näen, että myös auktoriteetti asemansa on

uusi.

Kun nälänhätä Kanaanissa jatkui ja paheni, tultiin vaiheeseen, että ensimmäisellä kerralla tuodut elintarpeet loppuivat ja oli lähdettävä uudelleen Egyptistä viljaa ostamaan. Mutta Israel ei tahtonut luovuttaa Benjaminiaan, jota ilman veljet eivät saaneet tulla viljaa ostamaan. Vaikka Ruuben esikoisena mahitipontisesti sanoo: ”saat tappaa minun molemmat poikani, etten tuo Benjaminia sinulle takaisin, anna hänet minun huostaani, niin minä tuon hänet sinulle takaisin. Israel vastasi: ”Ei minun poikani saa lähteä teidän kanssanne”. Ruuben -esikoisena vakuuttelu ei painanut mitään, ehkä myöhemmin huomaamme miksi.

Nälänhätä ahdisti yhä kovemmin. Astui Juuda esille ja sanoi isällensä Israelille: ”Anna nuorukaisen seurata minun mukana, niin me nousemme ja lähdemme matkalle, että jäisimme eloon, sekä me, että sinä ja vaimomme ja lapsemme, emmekä kuolisi. Minä vastaan hänestä, minun kädestäni saat vaatia hänet. Jos en tuo häntä takaisin sinun luoksesi ja aseta häntä eteesi niin minä olen syyllinen sinun edessäsi kaiken elinaikani.”

Silloin Israel antoi luvan ottaa Benjamin ja myös lahjoja Egyptin valtiaalle. Tässä jo nähdään, kuinka Juuda asettui vastuulliseksi veljistään ja se ratkaisi asian.

Egyptissä veljet joutuivat ahtaalle. ”Olette vakoilijoita, olette tulleet katsomaan, mistä maa olisi avoin”. (1 Moos.11-13) ”Me olemme kaikki saman miehen poikia, olemme rehellisiä miehiä palvelijasi eivät ole vakoojia, meitä palvelijoitasi on 12 veljestä. Nuorin on kotona ja yhtä ei enää ole.” Miten oli sen rehellisyyden kanssa, mitä Joosefille tapahtui.

”Ellei nuorin veljenne tule tänne, ette pääse täältä lähtemään ellei nuorin veljenne tule tänne, te muut jäätte vangeiksi yksi teistä noutaa nuorimman veljenne, silloin käy ilmi olette puhuneet totta. Muuten olette vakoojia” ja koko veljesryhmä pantiin vankilaan.

Kolmantena päivänä Joosef sanoi: ”Jääköön yksi teistä vanki-

laan ja te muut menette viemään kotiin viljaa perheellenne nälänhätään. Tuokaa nuorin veljenne luokseni, jos teidän puheenne siten todeksi vahvistuu, niin te vältätte kuoleman” Veljet sanoivat toisilleen (1 Moos.42:21) ”totisesti me olemme syylliset sen tähden mitä teimme veljellemme, sillä me näimme hänen hätänsä, kun hän rukoili meiltä armoa, mutta me emme kuulnelleet häntä. Siksi me nyt olemme ahdingossa.”

Synnin tunto jo tavoitti kovien miesten sydämet, mutta todellista avointa tunnustusta ei vielä tapahtunut. Joosef kuuli ja ymmärsi kaiken, kääntyi pois ja itki. Synnintunto ei päässyt vielä murtautumaan esille. Niinpä Simeonin oli jätävä vankilaan Egyptiin ja toiset saivat lähteä viemään elintarpeita kotiinpäin, matkaan itse asiassa seuraavaa koetusta kohti.

Mutta kun veljet uudelleen ovat Egyptissä Joosefin edessä syytettynä herransa maljan varastamisesta, alkaa Juudan valitsema tehtävä jälleen. Yhdessä he vielä vastaavat ” kuinka siis olisimme varastaneet hopeaa tai kultaa talosta. Se palvelijoistasi jolta se löydetään kuolkoon ja me muut tulemme herramme orjiksi.”

Benjaminin säkistä löytyy se ”malja” josta isäntäni juo ja salaisia tiedustelee.

Silloin Juuda veljinensä meni Joosefin taloon ja lankesivat maahan hänen eteensä. Hänen sanoissaan on ankaruutta, kun hän puhuttelee näitä rehellisyyttä vakuuttaneita miehiä: ”Mitä olettekaan tehneet. Ettekö tienneet, että minunkaltainen mies saa salatut ilmi.” Juuda vastaa: ”Mitä sanoisimmekaan herraleni ja millä puolustaisimme. Juuda on paljastanut palvelijasi syyllisyyden. Katso me olemme herran orjat, niin hyvin me muut kuin se jolta malja löytyi. Pois se .. se jolta malja löytyi, olkoon minun orjani, mutta te muut menkää kotiin isänne luo.”

Silloin Juuda astui hänen eteensä ja sanoi: ”ei herrani, salli palvelijasi puhua sanoneen... älköön vihasi syttykö palvelijasi kohtaan... jos minä tulisin kotiin, eikä nuorukainen olisi mukana... isäni kuolisi ja

me muut saattaisimme isämme harmaat hapsset vaipumaan murheella tuonelaan. Sillä palvelijasi on luvannut vastata isälleen ja sanonut: ”Jos en tuo nuorukaista takaisi, niin minä olen syyllinen isäni edessä kaiken elinaikani” ”Kuinka siis minä voisin mennä kotiin isäni luo jollei nuorukainen ole kanssani. En voisi nähdä sitä surkeutta, joka tulisi isän osaksi.” Tämä teko noteerattiin taivaassa, mutta myös Joosef ei enää voinut hillitä itseään, se kosketti hänen henkeään ja sydäntään. Hän kommentoi kaikki egyptiläiset pois paikalta. Niin ei ollut ketään paikalla, kun hän ilmaisi itsensä veljilleen.

Kun sitten Israel oli käynyt vanhaksi asuttuaan 17 vuotta Egyptissä (1 Moos. 49:1) ”Sitten Jaakob kutsui poikansa ja sanoi: ”kokoontukaa, niin minä ilmoitan teille mitä päivien loppulla tapahtuu ” (Jae 10) ”Ei siirry valtikka pois Jumalalta eikä hallitsijan sauva hänen ja palve-

lijoiden välistä, kun tulee HÄN jonka se on ja jota kansat tottelevat.” Tässä on selvä viittaus Juudan suvusta tulevaan hallitsijaan Messiaaseen Jeesukseen. Matt. 1. luemme Jeesuksen sukupuusta Aabrahamista Mariaan, joka oli Juudan suvun kantaäiti, mutta siellä mainitaan myös Tamar, Juudan miniä. Luukas 3: Sukupuun Aadamista Josefiin, jota luultiin Jeesuksen isäksi. Aadamista Abrahamiin, Juuda Daavidin kautta Mariaan. Jeesuksen isänpuolen y-kromosomi ”ei ole tätä luomakuntaa” niin kuin Israelin valtion rikoslaboratorion asian tutkittuaan ilmaisi.

Jumalan valinta ja aseman ilmeneminen on perin ihmeellinen, meidän ajatusmaailmamme on rajallinen käsittämään sitä.

Uskon, että Juuda oli tosimeheksi luettava.

Jorma Wilponen

WWW.TOSIMIES-LEHTI.FI

Softatalo AIDA Oy

HALUATKO SÄÄSTÄÄ ENERGIAA JA RAHAA?

Säästetään kaukolämpöä, maakaasua, nestekaasua, öljyä ja käyttövettä kiinteistöissä. Globaalisti ainutlaatuiset ja varmat järjestelmät toteuttavat n. 10-30 % säästöjä nopeassa takaisinmaksuajassa.

OTA YHTEYS, NIIN TEEMME TARJOUKSEN!

petri.aalto@aida-energy.com
www.aida-energy.com

► FreeStyle Libre Flash- glukoosiseurantajärjestelmä on tarkoitettu kudostestien glukoositasojen mittaamiseen diabetesta sairastavilla henkilöillä (vähintään 4-vuotiaat). Käyttö lapsilla (4–17-vuotiaat) on sallittu vain, jos lasta valvoo vähintään 18-vuotias hoitaja.



Helpotusta diabeteksen hoitoon

Kimmo Janas

Kalifornialaisen Abbottin FreeStyle Libre Flash -järjestelmä mahdollistaa glukoositason seurannan ilman perinteistä verensokerimittausta sormenpästä, sillä laite lukee glukoosiarvon olkavarren takaosaan kiinnitettävän sensorin avulla – jopa 14 päivän ajan.

Tämä on virstanpylväs suomalaisille diabeetikoille, sanoo Markku Saraheimo, LT, diabetologi sekä sisätautien erikoislääkäri. – FreeStyle Libre -järjestelmän taustalla oleva teknologia poikkeaa perinteisistä veren glukoositason mittausmenetelmistä. Uuden teknologian avulla diabeetikot voivat seura-

ta glukoositasoaan vaivattomammin ja yksinkertaisemmin.

Järjestelmää ollaan parhaillaan myymässä eri sairaanhoitopiireihin, ja pian sitä on varmaankin saatavilla ympäri Suomea.

Raportit helpottavat hoitosuunnitelman tekoa

FreeStyle Libre -järjestelmä koostuu pienestä ja pyöreästä, noin kahden euron kolikon kokoisesta sensorista, joka kiinnitetään olkavarren takaosaan. Sensori



mittaa glukoosiarvon soluvälitilanteesta (5mm x 0,4mm) ihon alle asetetun säikeen avulla, joka pysyy paikallaan pienen tarratynyn avulla. Sensori luetaan lukulaiteella, joka kertoo glukoosilukeman alle sekunnissa.

Sensori voidaan skannata myös vaatteiden läpi, mikä tekee seurannasta huomaamattomampaa ja kätevämpää. Jokaisen skannauskerran jälkeen lukulaite näyttää mittausajankohdan

◀ Kertakäyttöinen, vedenkestävä sensori voidaan kiinnittää olkavarren takaosaan jopa 14 päiväksi kerrallaan.



glukoosilukeman, glukoosihistorian sekä glukoositason kehityksen suunnan.

Lukulaite tallentaa käyttäjän glukoositiedot 90 päivältä, ja koostaa niistä historiallisen tilannekuvan käyttäjänsä glukoositasosta viimeisenä kolmena kuukautena.

FreeStyle Libre -järjestelmä tuottaa käyttäjälleen sekä häntä hoitavalle lääkärille myös AGP-raportin (Ambulatory Glucose Profile), josta voidaan nähdä käyttäjälle tyypillinen glukoositason vaihtelu päivän aikana hyödyntämällä tiheää glukosidataa, joka paljastaa hypo- ja hyperglykeemisen kehityksen.

Nämä tiedot auttavat paremman diabeteshoidon ja koulutuksen suunnittelussa. Järjestelmä tuottaa diabeetikon glukoositasosta helppolukuisia raportteja, joita terveydenhuoltoalan ammattilaiset voivat hyödyntää kliinisessä päätöksenteossa. Samalla veren glukoositason kehityksestä kertovat raportit monipuolistavat hoitopalveluntarjoajan ja potilaan välistä suhdetta.



▲ Laitteelta voi seurata esim. sokeriarvojen kehitystä vuorokauden kuluessa.



▲ Sokeriarvo on 4.0 mmol/L ja laitteen mukaan glukoosi on laskemassa.

Tiheämpi seuranta helppoa

Ihmiset ovat joutuneet vuosikymmeniä mittaamaan verensokerin sormenpästä.

– Perinteinen mittausmenetelmä on joskus kivulias ja vaikea toteuttaa, mikä altistaa pidentyneille glukoositason mittausväleille ja diabeteksen hallinnan heikentymiselle. Koska FreeStyle Libre ei edellytä säännöllistä verinäytteen ottamista sormenpästä, järjestelmä helpottaa glukoositason seuranta merkittävästi. Glukoositason tiheämpi seuranta on diabeteksen hallinnan kannalta hyvin oleellinen asia, toteaa Markku Saraheimo.

Vantaalainen Esa Silakka on kokeillut FreeStyle Libreä viisi kuukautta.

1-luokan diabetes havaittiin, kun Silakka oli 2-vuotias 1960

eli hän on sairastanut diabetesta jo 56 vuotta.

Aikaisemmin sairaus pysyi vain kohtuullisesti kurissa joutuessaan varmaankin silloisesta epä-säännöllisestä työstä.

– Ennen pitkän sokerini keskiarvo oli yli 11, mutta kun siirryin käyttämään FreeStyle Libreä, arvo putosi 7,5:een. Seuraavassa tarkastuksessa sekä diabeteshoitaja että lääkäri olivat jopa yllättyneitä noin selvästä arvojen parantumisesta, Silakka kertoo.

Hän uskoo, että tärkein syy hyvään tulokseen on mittauksen helppous. Ei tarvitse pistellä sormiin ja tämän voi tehdä missä tahansa, vaikka autoa tai moottoripyörää ajaessa vaatteiden läpi.

– Ajatellaanpa vaikkapa taksitai rekkakuskeja, joiden on oltava valppaana ja hyvässä kunnossa. Jos veren sokeri laskee, tilanne voi olla vaaraksi liikenteelle.

Oma asenne tärkeää

Hyvä puoli on lisäksi, että sen hetkisen sokeriarvon lisäksi laite näyttää, onko tilanne laskevaan vai nousevaan suuntaan vai mennäänkö tasaisesti eteenpäin.

Tämä auttaa ennakoimaan muutaman tunnin eteenpäin, onko syytä ottaa esimerkiksi hieman insuliinia jne.

– Ainahan tuntemukset eivät pidä paikkaansa. Jos esimerkiksi tuntuu, että veren sokeri alkaa laskea, niin käden heilautuksella saat selville sokeriarvon ja tiedon siitä, onko se laskemassa vai menossa tasaisesti.

Silakka joutuu ottamaan lyhytvaikutteista eli ns. raketinsuliinia 4–6 kertaa päivässä ja pitkäaikaista insuliinia kerran päivässä. Jokin aika sitten hän laihdutti 12 kuukaudessa 12 kiloa, mikä kuulemma vaati aimon annoksen itseuria.

Hän kehottaa suhtautumaan diabetekseen vakavasti, mutta toteaa, että oikealla hoidolla ja oikeilla elämäntavoilla ihminen voi kuitenkin elää täyttä elämää ja harrastaa kaikkea mahdollista – vaikkapa moottoripyörällä ajoa, kuten hän itse tekee.

– Jos tällainen järjestelmä olisi ollut käytössä jo 1960-luvulla, kaikkien jälkisairauksien torju-



▲ – Olisipa tällainen laite ollut, kun olin 15-vuotias. En silloin välittänyt sairaudestani lainkaan, sanoin, että ei se elämän pituus vaan se leveys. Olisin varmaankin säästynyt näiltä vähiltäkin sivuvaikutuksilta, toteaa Esa Silakka.

minen olisi varmasti ollut paljon helpompaa – ja veronmaksajillekin helpompaa. Kyllähän tällainen systeemi tuo säästöä, kun ihmiset pysyvät terveempinä, Silakka toteaa.

Tuupaten terveisiin elämäntapoihin

Suomalaisten sairastumista tyyppiin 2 diabetekseen jarrutetaan uusien keinoin juuri käynnistyneessä StopDia-hankkeessa. Sairastumisriskissä olevia kutsutaan kevästä 2017 alkaen usean sairaanhoitopiirin alueelta mukaan tutkimukseen, jossa tavoitellaan elintapamuutoksia digitaalisten sovellusten ja ryhmäohjauksen avulla.

StopDia-hankkeessa luodaan toimintamalli, joka yhdistää ainutlaatuisella tavalla diabeteksen ehkäisyn sekä yksilön, elinympäristön että yhteiskunnan tasolla.

Yksilö- ja ympäristötason interventioilla pyritään hankkeessa vaikuttamaan sekä ihmisten tietoisuuteen että tiedostamattomiin valintoihin ja toimintaan. Terveystieteiden organisaatioiden kanssa toteutetaan laaja kontrolloitu interventio, jossa terveyttä ja hyvinvointia vahvistavia elintapamuutoksia tuetaan digitaalisen teknologian ja ryhmäohjauksen avulla. Lisäksi tutkitaan muun muassa työympäristön mahdollisuuksia ”tuupata” ihmisiä terveisiin elämäntapoihin.

Tuuppauksen perustana on käyttäytymistieteellinen tutkimus siitä, miten ihmiset tekevät päätöksiä ja mikä vaikuttaa valintoihin. Pienet elinympäristön muutokset voivat saada ihmiset tiedostamattaan, lähes automaattisesti, tekemään terveyttä edistäviä valintoja – vaikkapa napsimaan hedelmäpaloja kakkusiivun sijaan tai kävelemään portaat ylös hissien asemesta.

Hankkeessa selvitetään myös, miten yhteiskunta voi tukea elintapamuutoksia. Uuden terveyden edistämisen mallin luonti kansallisten sidosryhmien kanssa on jo aloitettu.

Syömällä Itämeri puhtaammaksi

Kimmo Janas

Itämeri on rehevöitynyt ja tilan parantamiseksi ihmisten aiheuttamia ravinnepäästöjä on vähennettävä.

Meillä on vastuu niin omasta kuin luonnonkin hyvinvoinnista. Mutta meillä on myös vastuu siitä, että hyvinvointiamme edistävät elinkeinot selviytyvät vaikeina aikoina ja löytävät tiensä kannattavuuteen ja kestävään kasvuun.

Lähiuokaa kaloillekin

Kasvatun kalan määrä on Suomessa vuositasolla 13 miljoonaa kiloa. Tähän asti käytössä ollut maailman valtameriltä rahtatuihin raaka-aineisiin perustuva ruokinta on tuottanut fosforikuormaa 60.000 kiloa ja typpikuormaa 507.000 kiloa. Kun kalankasvatuksessa otetaan käyttöön Itämerirehu, päästään huomattaviin ravinnekuorman vähennyksiin. Vuositasolla fosfori vähenee 75.000 kiloa ja typpi 377.000 kiloa.

Meri kestää tietyn määrän ravinnekuormaa. Itämeren tilanne on kuitenkin se, että olemme ylittäneet tuon rajan. Nyt on äärimmäisen tärkeää nopeasti ottaa käyttöön ne mahdollisuudet, jotka vievät kohti kestäväää ravinnemäärää, toteaa Raisioagron toimitusjohtaja Jarmo Puputti.

Hänen kertomansa mukaan yhtiössä on kehitetty uusi Baltic Blend -niminen rehuinnovaatio, jossa raaka-aineina käytetään Itämeren kaloista tehtyä kalajauhoa ja kalaöljyä. Kun Itämeren alueella kasvatettavia kaloja ruokitaan lähirehulla, ravinteet kiertävät eikä niitä tule Itämereen sen ulkopuolelta.

Kauppatase alijäämäinen

Luonnonvarakeskuksen laskelmien mukaan Itämeren elinvoimaiset silakka- ja kilohailikannat on todettu kestäviksi.

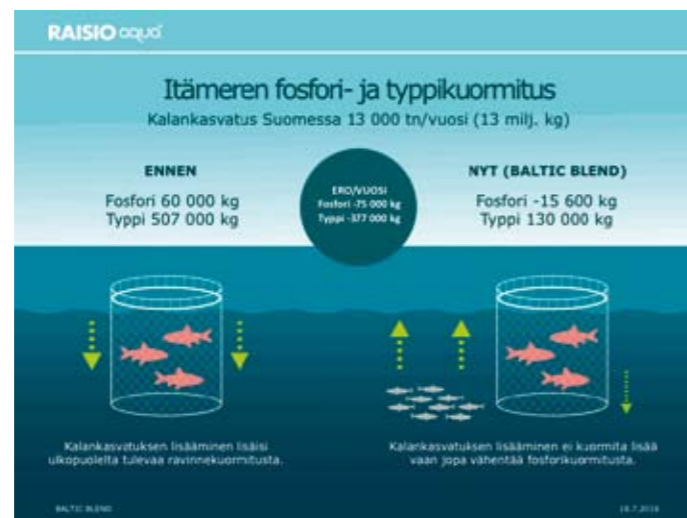
Pula-aikana, sodan jälkeen Itämeren silakka ja kilohaili olivat tärkeitä elintarvikkeita. Elintason noustessa näiden kalojen käyttö suomalaisten ruokavaliossa on kuitenkin vähentynyt. Vuonna 2014 saalis oli noin 142 miljoonaa kiloa, josta 80 miljoonaa kiloa käytettiin turkiseläinten rehuksi ja vain noin 4 miljoonaa kiloa suomalaisten ravinnoksi.

Suurin osa syömästämme

kalan kauppataseen 336 miljoonan euron alijäämää.

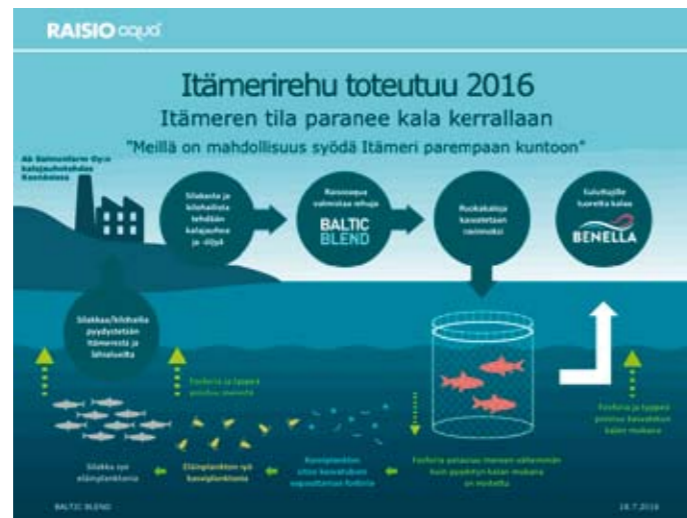
Silakasta kirjolohta

Raisioaquan yhteistyökumppani Ab Salmonfarm Oy on käynnistänyt Suomen ensimmäisen kalajauhotehtaan Kasnäsissä.



kalasta tulee tänä päivänä ulkomailta. Kotimaisen kalankasvatuksen lisääminen vähentäisi

Tehtaaseen on investoitu yhteensä noin 6,5 miljoonaa euroa, josta 49 % on Euroopan meri- ja



kalatalousrahastosta. Luonnonvarakeskuksen mukaan investointi synnyttää Kasnäsien alueelle vuosittain 8-12 miljoonaa euroa lisää liikevaihtoa ja 10 uutta työpaikkaa. Tehtaan kerrannaisvaikutukset alkutuotannossa, kuljetuksissa ja rehunvalmistuksessa ovat 27-47 miljoonaa euroa ja työllisyydessä noin 50 henkilöä.

Kansantalouteen syntyy taloudellista hyötyä eniten, jos kalankasvatustuotanto kasvaa kansallisen vesiviljelystrategian mukaisesti. Tuotannon lisäys 10 miljoonalla kilolla olisi Luonnonvarakeskuksen arvion mukaan arvoltaan noin 40 miljoonaa euroa ja loisi rannikolle noin 400 uutta työpaikkaa. Kerrannaisvaikutuksineen tämä tarkoittaisi noin 120 miljoonaa euroa ja noin 1.400 työpaikkaa.

Salmonfarmin uusi kalajauhotehdas valmistaa vuodessa Itämerenrehun raaka-ainetta 30-40 miljoonasta kilosta silakkaa.

Toisin sanoen silakka jalostuu kirjoloheksi, kun Itämerenrehu Baltic Blendillä ruokitaan lähialueella kasvatettavat kirjoloheet.

Benellalla herkuttelemaan

Suomalaisten lautasilla kotimaisen kalan osuus on vain noin 20 % ja tuodun kalan arvo on 374 miljoonaa euroa. Sen sijaan, että ostamme ulkomaista, voimme kotimaisella valinnalla tehdä ympäristöllemme hyvää, Jarmo Puputti toteaa.

Kotimaassa kasvatetun Benella Kirjoloheh (juttu Tosimies 5-6/2015) ruokintakonseptissa on jo aiemmin huomioitu fosforikuormituksen vähentäminen. Rehun sisältämän fytaasiensyömin ansiosta rehun fosforin sulavuus paranee ja yhä suurempi osuus fosforista jää kalan hyödynnettäväksi eikä kuormita vesistöä. Jatkossa Benella Kirjolohehkin ruokinnassa käytetään Raisioaquan Baltic Blend Itämerirehua, jonka myötä Benella on entistäkin ympäristöystävällisempää. Benellalla on Suomen Sydänliiton myöntämä Sydänmerkki.

Tiivistettynä voisi sanoa, että mitä enemmän me syömmme terveellistä Benella Kirjolohta, sitä paremmin Itämeri voi.

likka Löytty

Meitä oli nyt neljän miehen joukko, joka kulki avustustehtävissä Efraim ry:n merkeissä. Nytkin matka kulki Helsingin, Tallinnan, Latvian, Liettuan, Puolan, Slovakian ja Unkarin kautta Romaniaan. Matkan pituudeksi tuli yli 5000 km.

Meidät oli kutsuttu Romaniaan uuteen paikkaan. Matkamme aikana paikka vaihtui vielä uudempaan. Olimme Romanian keskellä Voilan kylässä.

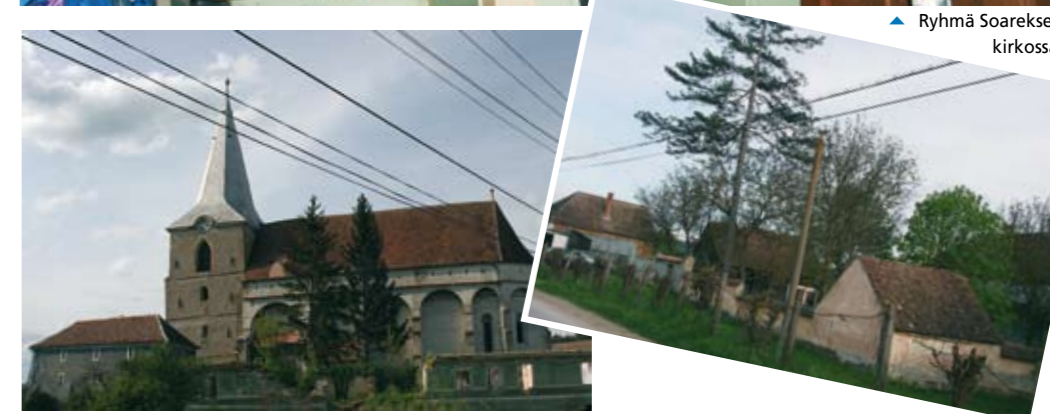
Vietimme siellä ensimmäisen yön kodissa. Se poikkesi jonkin verran suomalaisesta. Meidät otettiin ystävällisesti vastaan. Tutustuttiin paikallisiin oloihin ja ihmisiin.

Saimme pitää vappuna kylänraitilla seurat. Ensimmäiset sävellet kun kuuluivat, niin kyläläisten silmät kostuivat kosketuksen merkiksi.

Kylän väki kerääntyi paikalle kuuntelemaan ja keskustelemaan. Useat pysyivät, että ru-



Ryhmä Soareksen kirkossa.



Yksi kutsuu, moninaisia kutsuttuja



koillaan, kaikenikäiset.

Kävimme useissa seurakunnissa ja veimme 2000 Uutta testamenttia, vaatteita ja ruokaa.

Minäkin tunsin olevani juuri yksi kutsutuista.

Saimme siunata heitä ja yhteenkuuluvuuden tunne vahvistui.

Romanialaisia tosimehiä.





Kristityt autoharrastajat saivat oman kerhon

Minna Ylimäki-Hemminki

Hän perusti viime kesänä kristillisen kerhon autoharrastajille. Ryhmän nimi on "Muscle cars of Gospel".

– Mietin että kun kerran Gospel Riders on moottoripyöräilijöille, niin pitäisihän autoharrastajille olla oma kerho. Kun ei sellaista ollut, niin ajattelin että jonkunhan se on aloitettava.

Viitanen teki ryhmälle myös nettisivut ja facebook-sivut ja alkoi kutsua ihmisiä mukaan.

– On niitä sen verran tullut, että vielä ei ainakaan kannata lopettaa. Tavoitteena on autoharrastajien sydänten tavoittaminen evankeliumin pelastavalla sanomalla. Sitten yhdistää kristittyjä harrastajia ja tutustua toisiin samanhenkisiin.

– Jos nyt joku autoharrastaja lukee tätä tai tietää jonkun joka vois olla kiinnostunut, niin laita-

Vantaalainen Johan Viitanen ajoi 360 kilometriä mustalla Corvettella päästäkseen mukaan 12.6. järjestettyyn ajoneuvoharrastajien kirkkokopyhään Lapualle.

– Lähdin katsomaan, miten tilaisuus on hoidettu. Olen puuhailnut vastaavanlaista tilaisuutta 7.8. Keravalle.

Samalla lähdin tapaamaan erästä autokerholaista, kertoo Viitanen.

kaa ihmeessä viestiä nettisivujen tai facebook-sivujen kautta minulle. Ihan rohkeasti vaan. Teitä tarvitaan, hän kehottaa.

Nettisivut löytyvät osoitteesta musclecarsofgospel.info ja facebook-sivut Musclecars of gospel.

Iloa silmälle

Johan Viitanen on 35-vuotias perheenisä, jolla on vaimo ja 2-vuotias tytär. Koulutukseltaan hän on elektroniikkainsinööri,

mutta tekee järjestelmäasiantuntijan töitä. Harrastuksena on kuntosali, Pleikkari-pelit ja lumilautailu.

Prätkistä ja erikoisemmista autoista hän sanoo olleensa aina kiinnostunut.

– Teininä kirpparilta tuli ostettua V8-magazinea. Siitä se kiinnostus varmaan alkoi. Prätkiäkin on ollut; customia ja katumallia. Kun täytin 18-vuotta, niin prätkät oli se juttu. 23-vuotiaana ostin ensimmäisen harrasteauton To-

yota MR2:sen. Se oli kaksipaikainen keskimuotoorinen auto. Kiva peli sekin oli. Sen jälkeen oli vielä yks prätkä, kertoo Johan Viitanen.

Kaksipaikkaisen Corvetten mies osti kaksi vuotta sitten Tallinnasta.

– Siinä on isomman auton tuntu ja kunnon tavaratila urheiluautoksi. Kauppakassejakin mahtuu useampikin takakonttiin.

Corvettessa on alumiinirunko ja kori on kovamuovia. Missään Corvettessahan ei ole peltiä eli kori ei ainakaan ruostu. Se on V8, 5,7 L moottori ja 345 HV automaatti.

– Olen tyytyväinen suorituskykyyn ja ajo-ominaisuuksiin. Mielestäni siinä on muotoilu osunut nappiin ja sitä on ilo katsella. Ajoasento on matalalla ja todella mukava. Iso kynnärmoja penkkien välissä. Kyllä sillä mukava ajaakin on ja voi ajaa aivan hyvin maantiellä kovaa tai pää-

kaupunkiseudun ruuhkissa, niin kyyti on mukava, varsinkin kun on automaatti. Sit tietty kun V8:n pöräyttää käyntiin niin aina se korvia hivelee. Tietty kiihtyvyys on jees. Sit tuo auton muotoilu ja että se on matala ja aika leveä, niin miellyttää.

Totuus kiinnostaa

Hengelliset jutut ovat tuttuja Viitaselle jo lapsuudesta asti. Hän kävi pyhäkoulua ja tiesi raamatunkertomukset.

– Olin lapsenukossa pitkään, mutta teini-iässä hengelliset asiat eivät enää kiinnostaneet ollenkaan eikä niitä tullut juuri ajateltua. Mutta 23-vuotiaana hengelliset asiat alkoivat taas vaivata, hän muistelee.

Nicky Cruzin kirja "Juokse poika juokse" oli vaikuttava ja eräs kokemus pysäytti voimakkaasti miettimään elämän rajallisuutta.

– Eräänä päivänä töistä kotiini tullessani näin läheltä erään moottoripyöräilijän, joka juuri oli jäänyt rekan alle. Ei ole kiva näky se kun tiellä poikittain makaa kuollut mies, varsinkin kun itse olin prätkällä liikkeellä. Se laittoi vielä miettimään ikuisuusasioita uudestaan. Minua on aina mietittänyt se, että mitä on kuoleman jälkeen, kertoo Johan Viitanen ja sanoo pohtineensa paljon sitä, mikä on totuus. Sitä, mikä on totuus ihmisen sielusta, Jumalasta, maapallosta, evoluutiosta ja elämästä maapallolla.

– Usko merkitsee sitä, että Jeesus Kristus on tie, totuus ja elämä ja ainut joka voi synnit anteeksi antaa. Ihmiset voivat olla asioista mitä mieltä tykkäävät, mutta totuus, se löytyy Raamatusta.



Keravan ev.lut kirkolla ajoneuvoharrastajien kirkkokopyhä 7.8.2016

Tilaisuus alkaa sunnuntaina klo 10 kirkkotilaisuudella, joka on suunnattu kaikille harrasteautoilijoille. Harrasteajoneuvot parkkeeraavat lähimmäksi kirkkoa. Normi-autot kauemmaksi.

Tilaisuuden jälkeen n. klo 11.20 kahvit heti ulko-oven edessä olevassa teltassa. Sateen sattuessa sisätiloissa. Teltta on aivan harrasteautojen vieressä, joten omistajia voi jututtaa siinä samalla.

Jos tulet harrasteautola varaathan aikaa kahvitteluun ja seurusteluun. Tule mukaan!

*Johan Viitanen
vetäjä*

Auto-ohjelma

TOSIMIES TESTAA



Kimmo Janas testaa ja koeajaa kuumimmat uutuusautot.

alfatv

Ohjelma- ja lisätiedot:

www.alfatv.fi

Tykkää meistä Facebookissa!

Tiedelehti PLOS ONE julkaisi 5. tammikuuta 2016 neljän kiinalaisen tutkijan artikkelin käden toiminnasta. Artikkelissa kuvattiin miten monimutkaisia biomekaanisia rakenteita ja säätelyä itsestään selvinä pidetyt jokapäiväiset askareet vaativat.

Artikkeli aiheutti melkoisen myrskyn tiedemaailmassa. Kirjoittajat häpäisivät tiedemaailman kaikkein pyhintä seuraavaan tapaan: ”Luojan täsmällisesti yhteen sovittamat jänteiden, lihasten ja nivelten biomekaaniset ominaisuudet mahdollistavat päivittäisten askareiden sujuvan suorittamisen”.

Tästä seurasi välitön ja valtava meteli!

Eräs lehden toimittajista älähti: ”Kuulin juuri, että PLOS ONE julkaisi ’luojan’ olemassaolosta kertovan artikkelin. Jos sitä ei heti poisteta, eroa toimituksesta”. Paineen alla ollut lehti poisti artikkelin heti ja kommentoi: ”Esiin tulleesta huolestumisesta johtuen PLOS ONE päätti ryhtyä mahdollisimman pikaiseen artikkelin poistamiseen. Pyydämme anteeksi huolimattomuuttamme ja virheitämme, joiden vuoksi artikkeli julkaistiin”.

Ehkä vieläkin surkeampi vaihe tässä narrimaisessa näytelmässä oli kirjoittajien perääntyminen. He sanoivat, että ”Luoja” -sanan käyttö oli käännösvirhe, eikä tarkoitus ollut viitata älykkääseen suunnitteluun: ”Pahoittemme artikkelin yhdistämistä kreationismiin. Tämä ei ollut tutkimuksemme tarkoitus. Englanti ei ole äidinkiellemme. Emme tulkitse ’Luoja’ -sanaa samalla tavoin. Halusimme osoittaa, että jänteiden, lihasten ja nivelten biomekaanisen arkkitehtuurin luonne, joka mahdollistaa päivittäiset as-

SKANDAALI

TIEDE-MAAILMAMASSA

kareet, on ’luonnon suunnittelema’ (evoluution tuote). Laitamme ’Luoja’ -sanan tilalle ’luonnon’ artikkelimme uuteen versioon. Pyydämme anteeksi mahdollista harmia, jota virheemme on aiheuttanut”. Vaikuttaa siltä, että kiinalaiset tutkijat eivät halua joutua ”mustalle listalle” ja elinikäiseen julkaisukieltoon.

Nyt selvisi miksi kreationistit eivät julkaise artikkeleita tiedelehdissä
Uusateistit ja heidän ”hyödylliset ja hyväuskoiset” liittolaisensa turvautuvat aina samaan väitteeseen, kun eivät kykene kumoamaan kreationistisia perusteluita: ”Jos älykkäästä suunnittelusta on hyviä todisteita, miksi ette kirjoita niistä vertaisarvioituihin tiedelehtiin ja näin voita tiedeyhteisöä puolellemme?”

Uusdarwinistit pilkkaavat kaikkia, jotka mainitsevat Luojan ja tekevät kaikkensa estääkseen älykkään suunnittelun esiin ottamisen. Tämä näytelmä osoittaa sen. Artikkelin julkaisseen toimittajan työpaikka vaarantuisi. Samanmielisten kuorossa on turvallista laulaa. Siitä ei kuitenkaan ole mitään hyötyä tieteen edistämiseksi. Tieteen historia osoittaa, että rohkeat toisinajattelijat ovat tehneet kaikki merkittävät keksinnöt.

Käsi on todiste suunnittelusta

Nivelsiteitä ihmisen kädessä on noin 50. Tärkeitä jänteitä on kolmatta kymmentä. Nivelä kädessä on 29. Yli 30 lihasta osallistuu pelkäänsä käden käyttöön. Luita ihmisen kädessä on 27. Ranneluita on 8, kämmenluita 5 ja

sormien luita 14. Ranteen luut sijoittuvat kahteen riviin. Kämmenluita on yksi jokaiselle sormelle, ja jokainen niistä niveltyy yhteen sormista. Peukalo koostuu kahdesta sormiluusta, muut sormet kolmesta. Liikeakseleita kädessä on 25, yläraajassa 58.

Erilaisia käsiotteita on paljon. Oteiden päätyyppejä ovat voimaote ja täsmäote. Molempia käytetään saman aikaisesti esimerkiksi tenniksessä. Tenniksen pelaaminen ei olisi mahdollista ilman ranneluita. Rasitusmurtuma on ehkäisty, sillä ranne on ”valmiiksi murrettu” palasiksi.

Käden ote riippuu kohteen suuruudesta, muodosta, pinnasta, lämpötilasta, painosta ja tilanteen erityistekijöistä. Täsmäotteessa käytetään huolellisuutta. Tuntoon liittyviä hermorakenteita on sormen päässä enemmän kuin koko selässä. Erikoistuneita hermorakenteita on tuhansia. Ne viestittävät silmänräpäyksessä, onko esineen pinta sileä vai karkea, miten voimakkaasti tai varovasti sitä pidetään, väriseekö se, onko se kuuma vai kylmä. Lihastunto ja nivelntunto tarvitaan myös. Tarkoissa suorituksissa peukalon pää asettuu vastakkain etusormen pään kanssa. Peukaloa vastaan voivat tarvittaessa asettua myös muut sormet. Esimerkiksi tietyn instrumentin soiton oppiminen vaatii lukuisia toistoja ja pikkuaivojen Purkinjen solujen toimintaa. Yksi Purkinjen solu voi verkostoitua 300 000 muuhun soluun.

Evolutionistit uskovat käden kehittyneen kalan evän piikeistä - onko väite tiedettä vai filosofiaa?

Ihmiskäden suorituskykyyn yltävän robottikäden valmistaminen edellyttäisi taivaallisen hienoa suunnittelua, mihin insinöörit eivät ainakaan toistaiseksi ole kyenneet. Vain hyvin pientä murto-osaa käden toiminnoista on kyetty toistamaan keinokäsillä ja se on vaatinut vuosien ponnistelua tutkimusryhmiltä. Tästä piittaamatta evolutionistit sensuroivat Suunnittelijan tiedeartikkelista, joka kertoo käden nerokkuudesta, koska suunnittelun näkeminen on luonnontieteessä ankarasti kielletty.

Voimaotetta käytetään vahvuutta kysyvissä tilanteissa

Siinä sormet puristuvat kohteen

ympäri ja painavat sen kämmenpohjaa ja sen eminenssejä vasten. Peukalo voi vielä lukita otteen. Vasaralla lyödessä kunkin hetkinen puristusvoima säätyy automaattisesti kulloisenkin tarpeen mukaan ja näin säästää energiaa. Jänteitä on kaksi päällekkäin katkeamisen vaaran torjumiseksi ja lihaksia ohjataan osittain kahden eri hermon kautta. Ihon ja sen alaisten kudosten rakenne on suunniteltu voimaa ja tiivistä otetta varten ja se on erilainen kuin sormien ojentajapuolella ja kämmenselässä, missä yksi jänne riittää. Täsmäotteessa käytetään käden alueella olevia kämmenen sisäisiä lihaksia, ja voimaotteessa korostuu käsivarren voimakkaiden lihasten työ. Kerron lisää Luojan nerokkaista insinöörintaidosta loppuvuodesta ilmestyvässä uutuskirjassa Eläimet opettavat.

SUOMALAISET EIVÄT USKALLA PUHUA YLPEYDENAIHEISTAAN

Suomalaiset ovat ylpeitä puhtaasta luonnosta, tuhansista järivistä ja koulutusosaamisesta. Myös tasa-arvo, erityisosaaminen hissien valmistuksessa ja laivanrakennuksessa tuovat ylpeudentunnetta. Henkilökohtaisesti ylpeyttä tuovat oma työ, lapset ja puoliso. Suomalaisten suvaitsevaisuus jää ylpeyslistauksessa hänille. Työnantajansa tekemisistä ylpeyttä tuntee vastaajista vain joka kymmenes. Tulokset ilmenevät viestintätoimisto Riannon Taloustutkimuksella teettämästä kansallisesta ylpeystutkimuksesta.

Suomalaisista 84 prosenttia tuntee ylpeyttä puhtaasta luonnosta. Tuhannet järvet nostavat ylpeyden pintaan 69 prosentille, koulutusosaaminen 63 prosentille ja tasa-arvon toteutuminen 55 prosentille. Ammatillinen erityisosaaminen on vahva osa Suomi-brändiä. Joka toinen on ylpeä Koneen hisseistä ja laivanrakennusosaamisestamme. Suomalaiset puoleilijat saavat 43 prosenttia suomalaisista tuntemaan ylpeyttä.

Vain 13 prosenttia kertoo olevansa ylpeä suomalaisten suvaitsevaisuudesta. Yhtä keho

ylpeydenaihe näyttää tutkimuksen mukaan olevan urheilumestisyys. Hiihtomenestyksestä ylpeyttä tuntee vain 12 prosenttia suomalaisista. Pärjääminen formulamaailmassa saa vain joka viidennen.

Suurimman ylpeyden aiheen tuottaa oma työ, josta joka toinen kertoo olevansa ylpeä. Sen sijaan työnantajat eivät saa korkeita ylpeyspisteitä suomalaisilta. Hälyttävästi vain joka kymmenes on ylpeä työnantajansa tekemisistä.

Vastaajista 88 prosenttia on sitä mieltä, että henkilökohtaisista tekemisistä tai saavutuksista voi kertoa olevansa ylpeä. Väittämän, että Suomessa on paljon asioita, joista voimme olla ylpeitä, allekirjoittaa 83 prosenttia.

Ylpeyspuheelle on siis selkeä tilaus. Sitä ei kuitenkaan tehdä: lähes joka toinen toteaa, että omista ylpeydenaiheista kertominen on vaikeaa. Jopa 60 prosenttia vastaajista pelkää osoittaa ylpeyttä omista asioistaan. Työnantaja jää tässäkin hännänhupuksi: vain 1 prosentti vastaajista kokee ylpeydenaiheista kertomisen esimiehelleen helpoksi.

TELEVISION ÄÄRESSÄ SYÖMINEN ON SUOMESSA NORMI

Samsung tilasi viime syksynä YouGovilta kyselytutkimuksen, jossa 1 000 suomalaiselta kysyttiin televisionkatelutottumuksistaan. Kyselystä selvisi, että jopa kahdeksan kymmenestä

suomalaisesta pitää television ääressä syömistä hyväksyttävänä (77 %). Joka kolmas (32 %) tekee sitä päivittäin ja vain yhdeksän prosenttia suomalaisista ei syö koskaan TV:n ääressä.

Tutkimuksen mukaan television ääressä syöty ruoka on yleensä jotain kevyttä, kuten salaattia, naposteltavaa tai hedelmiä (53 %) tai perinteistä kotiruokaa (53 %). Sen sijaan pikaruokaa kuten pitsaa, hampurilaisia tai kebabia nauttii television ääressä suomalaisista vain alle neljännes (23 %).

Suurin osa vastaajista (67 %) korosti syövänsä television ääressä etenkin ollessaan yksin. Joka kolmas (33 %) suomalai-

nen sen sijaan syö kumppaninsa kanssa ja 15 prosenttia yhdessä perheen kanssa. Ystäviensä kanssa sen sijaan syö vain joka kymmenes (9 %).

Television ääressä syöminen on suomalaisten mielestä normaalia. Jopa 77 prosenttia vastaajista kertoo sen olevan sosiaalisesti hyväksyttyä omassa ystävä- ja lähipiirissä, eikä asia jota pitää hävetä. Vain 12 prosenttia ei koe asiaa hyväksytyksi.

Samsungilla haluamme näyttää, että ruoka voi lisätä TV-kokemukseen uuden ulottuvuuden. Suomalaiset pitävät television ääressä syömisestä, mutta haluamme myös kannustaa ihmisiä syömään entistä enemmän seurassa ja samalla panostamaan tv-ruoan laatuun. Ruoka kannattaa viilata vastaamaan katsottavien sarjojen laatua, vinkkaa Samsungin Pohjoismaiden markkinointipäällikkö Henrik Lethagen.



TERRORI-ISKU ESTETTIIN JERUSALEMISSA

Kahden israelilaisen vartijan nopea toiminta esti terrori-iskun paikallisjunassa Jerusalemissa sunnuntaiaamuna 17.7. Vartijat huomasivat epäilyttävästi käyttäytyvän palestiinalaisen miehen ja estivät häntä nousemasta junaan Jaffa-kadulla Jerusalemin keskustassa. Miehen laukusta löytyi räjähteitä ja veitsiä, joita hänen ilmeisesti oli aikomus käyttää iskussa.

POLIISI PIDÄTTI LAITTOMIEN ASEIDEN MYYJIÄ

Israelin turvallisuusjoukot ilmoitti maanantaina, että "Operaatio 500" on saatu päätökseen. Operaatio koostui yli vuoden mittaisesta vakoilutyöstä ja valvonnasta päämääränään paljastaa Etelä-Galilean israelilais-arabiyhteisöissä liikkuneet laittomat aseet ja huumausaineet.

Toimenpide johti 63:een pidätykseen ja moniin vireillä oleviin tutkimuksiin. Samalla takavarikoitiin suuria määriä salakuljetettua tavaraa.

Operaatio sai israelilais-arabiyhteisön johtajilta kiitosta turvallisuuden ja elämänlaadun parantumisesta arabikylistä.

ETIOPIAN JUUTALAISET ISRAELISSA

Israelin pääministeri Benjamin Netanyahu historiallinen Itä-Afrikan vierailu heinäkuun alussa tähtäsi maiden välisen suhteiden parantamiseen. Vierailun viimeisenä kohde maana oli Etiopia, jolla on erityinen merkitys Israelille, koska siellä asuu noin 135 000 Etiopian juutalaista.

Suuri osa Etiopian juutalaisista on muuttanut salaa Israeliin 1980- ja 1990-luvuilla. Operaatio Mooseksen ja Israelin tiedustelupalvelu Mossadin toimesta salakuljetettiin Etiopiasta Israeliin noin 8 000 juutalaista 1980-luvulla. Operaatio Salomo toi vuonna 1991 peräti 14 500 Etiopian juutalaista lentoteitse Israeliin vain vajaassa 36 tunnissa.

Viime aikoina on maahanmuuttajia saapunut Israeliin normaalisti lennoilla joka kuukausi, mutta noin 9 000 – 20 000 Etiopian juutalaista asuu edelleen Etiopiassa.

ISRAELIN UUSI TOIMENPIDE ARABIEN INTEGROIMISEKSI

Israel otti jälleen yhden askeleen eteenpäin arabiyhteisön sopeuttamisessa ja palvelemisessa, kun knesetin nettisivuilla julkaistiin opetustarkoitukseen suunnattu arabiankielinen peli. Peliin tarkoituksena on opettaa arabinuorille Israelin hallituksen työskentelytavoista heidän omalla äidinkiellään. – Pelissä havainnollistetaan, millaista työtä knesetissä tehdään. Näin nuoret saavat todellisen käsityksen lainsäädännöllisestä työstä, sanoi knesetin puhemies Yuli Edelstein. – Olen iloinen, että peli on nyt myös arabian kielellä ja saavuttaa sellaisia arabinuoria, joita emme ole pystyneet saavuttamaan aikaisemmin.

Jumala nosti lokaisesta liejusta



Paavo Pihlajaniemi

Laatusanoina voin käyttää omasta elämästäni; täysin retku, hulttio. Ei ole oma kommenttini, siinä vaan ystävät eivät jaksaneet. Eikä rinnalla kulkijoita ollut enää, ei ketään, joka olisi jaksanut pitemmän päälle auttaa ja katsoa sitä retkua, mikä minä olin.

Jeesus ilmestyi elämään

Eräs runoilija on kirjoittanut hyvän runon semmoisesta asiasta.

Olen kuullut todistuksia, kuinka Jumala voi muuttaa ihmisen, muuttaa hänen elämänsä.

Ottaa sieltä viinamäestä, ottaa sieltä konkurseista.

Ottaa sieltä elämän ahjoista.

Tuoda autuuden kalliolle,

Kristus-kalliolle.

Minä en osaa sitä ulkoa, mutta hän tilittää siinä omaa elämäänsä. Hän ihmettelee, miksi Jumala katsoo juuri hänen puoleensa. Kaikkea sitä negatiivista ja kaikkea sitä mitä synti teettää. Synti rikkoo, repii ja raiskaa.

On Sanan kohta, missä Hän nosti minut sieltä lokaisesta liejusta, liejusta joka pitää minun kohdallani paikkansa. Entinen vaimoni sanoi: "Paavo tuli hulluksi ja on Pasilan kaatopaikalla". Siinä on laatusana myös minus-

ta. Eräs henkilö sanoi, kun yritin alkaa uskonnollisella ja epäonnistuin monta kertaa, että Paavo on kuollut. Vuosien saatossa näin saman henkilön. Vaimo huusi miehelleen, että tuolla se Paavo kulkee, ei se ole kuollut.

Minä kiitän Jumalaa, että Hän pelasti minut sieltä lokaisesta liejusta, syvyyden kaivosta, iankaikkisesta kadotuksesta ja helvetistä, jonne olin matkalla. Minulla itselläni ei ollut voimaa. Ei ollut niillä kulkijoilla voimaa. Ne väsähti kesken. Ei ollut apua, auttajaa. Mutta Jeesus ilmestyi

elämäni.

Kuilun partaalta

Eräessä sementtiputkesta tehdyssä majassa, Helsingissä Arabian kaupunginosassa Jumala keskellä yötä kirkkaana leimahduksena ilmestyi minun elämäni. Olin silloin täysin sekopää ja Hän sanoi, että Paavo tällainen sinusta on tulossa, minusta oli tulossa niin karmeata, niin kauheata, että huusin siellä, että sellaiseksi en halua tulla. Näihin sanoihin Jumala tarttui. Hän johdatti minua pikkuhiljaa sieltä Kallion kaupunginosaan. Pois sieltä sementtirenkaista ja niistä majoista. Sain asunnon Näkinkuja 3:ssa. Missä seisoo nyt Saalem, silloin siellä oli puutalo, sellainen paikka tällaisille kadunkulkijoille, joille ei ollut mitään tilaa ja sijaa.

Niin kuin sanoin, olin täysin retku. En säilynyt kauaa näillä poluilla, mihin Jumala oli kutsunut. Lähdin omille teille, mistä olin tullutkin. Menin niin pitkälle, että menin kuilun partaalle. Siinä edessäni ei ollut mitään muuta kuin kuilu, tiesin että minun päiväni päättyy. Jos minä astun yhden askeleen. Kuulin takaani äänen "Paavo tule takaisin". Minä tunsin tämän äänen entuudestaan. Minä sanoin, että tulen. Ei siihen mitään vastattu.

Lähdin ja siitä Jumala alkoi johdattaa jälleen kerran ja armahti. Antoi anteeksi. Hän sanoi vielä, että matkasi ja paluusi tulee olemaan vaikea. Tiedän mitä hän tarkoitti, että matka on vaikea. Se on silloin vaikea.

Mutta tänä päivänä kiitän Jumalaa siitä, että sain kulkea sen matkan Hänen kanssaan, sen vaikean matkan ja palata. Hän antoi sitä kautta semmoista voimaa, uskoa ja kasvatti, että tänä päivänä kiitän Herraa. Hän on antanut minulle toivon elämästä toivon paremmasta, iankaikkisen elämä Hänen kanssaan. Vajaa lakkaa, se jää tänne ja se minkä Hän on uudestisyntymisen kautta antanut sisimpään, se alkaa elää siellä kirkkaudessa Hänen luona siellä kotona. Sinne olen matkalla. Kiitän Jumalaani siitä, että Hän on tullut auttamaan monessa kriisissä. Minä en kestä kriisejä, mutta kaikissa niissä kriiseissä, mitä matkan



varrella on tullut olen saanut huomata, että Hän on ollut minun kanssani. Hän ei ole jättänyt minua, ei hyljännyt. Moni jätti, moni lähti matkoinsa. Jumala ei lähtenyt Hän oli minun kanssani. Hän antoi voiman selviytyä kriiseistäni. Tänään kiitän niistä kriiseistäni.

Hän pitää huolen

Niin kuin Job sanoi: "vain korvakuulolta, olin minä sinusta kuullut." Samanlainen näiden kriisien kautta olen saanut oppia ymmärtämään elävän Jumalan, Hänen läsnäolonsa, Hänen apunsa, Hänen Rakkautensa, Hänen hyvytensä, Hänen Poikansa Jeesuksen Kristuksen sovitusyön perustuksen. Hänen verensä, joka on puhdistanut minutkin puhtaaksi synneistäni. Ne on heitetty sinne merten syvyyksiin ja saan uutena luomuksena vaelttaa, Hän pitää minusta huolen.

Tuli sellainen ajatus, että puhuisin Hyvästä Paimenesta. Jeesus on Hyvä Paimen. Hän johdattaa ja kuljettaa. Hes. 34:12 Niin kuin Paimen pitää huolen lampaistaan, kun ne ovat hajaantuneet Hänen ympäriltään. Niin minä huolehdin lampaistani ja haen ne turvaan kaikkialta, minne ne sumuisena ja synkkänä päivänä ovat kaikonneet. Hän vie meidät hyvälle ruokamaille ja ravitsee, antaa kaiken sen mitä tarvitsee. Ylistetty olkoon meidän Herramme Jeesus Kristus, Hänen Isänsä meidän Jumalamme Kolmiyhteinen Jumala, Isä Poika ja Pyhä Henki, Aamen.

Tämä todistus on DVD-levyltä Viestiviejien Kokemuksia Jumalasta sanoin ja sävelin. Levyä voi kysyä Tosimies-lehdestä

Hietalahti ja Pojat Oy

BETONIELEMENTIT



Funktionaalinen lääkärin vastaanotto
Ostrobotnia Functionalia

☎ 0500 369 699
juhani.lehtonen@fimnet.fi



**EI TARVITSE
OLLA TERÄSMIES
OLLAKSEEN
TOSIMIES**



TILAA HETI!
WWW.TOSIMIES-LEHTI.FI



TOSIMIEHET SONKAJÄRVELLÄ

AlfaTV:n kanavapaikat ovat muuttuneet Digitan ja DNA:n verkoissa 1.3.2016



antenniverkko
klo 20:00 - 22:30 **15**
antenniverkko (HD)
ympäri vuorokautinen **19**



kaapeli-
verkko **15**



15



Ohjelma- ja lisätiedot: alfatv.fi
Tykkää meistä  Facebookissa!

Kimmo Janas

Viime syksynä järjestetystä miestenleiristä saatujen hyvien kokemusten innoittamana polkaisi ryhmä pääkaupunkiseutulaisia tosimehiä kolmella maasturille toukokuun lopulla viikonlopuksi Sonkajärvelle.

Siinä missä viime syksynä paikalliset miehet vielä hieman ujostelivat "etelän miehiä", oli tällä kertaa paikalle kokoontunut mukavasti paikkakuntalaisia aina Iisalmea myöten viettämään yhteistä viikonloppua ja kuuntelemaan Jumalan Sanaa.

Niin kahdenkeskisissä kuin isommissakin ryhmissä käydyis-



Viikonloppun aikana oli mahdollisuus tutustua myös Sonkajärven yhteen nähtävyyteen, kuohuvaan koskeen.



Jo toisen kerran kesähuvilansa tosimiesten käyttöön luovuttanut Eero Niskanen myhäili vieraiden menoa katsohessaan.

Tosimiesten on tietenkin pakko kokeilla kaikkea, mikä pärisee – tällä kertaa moottorivenettä.



▲ Ari Vähäkainu kysyi koskettavassa alustuksessaan, miksi Jumala sallii myrskyjä?



► sä keskusteluissa mentiin varsin syvälle miesten sieluelämään ja samalla todistettiin vääräksi vanha uskomus, ettei suomalainen mies osaa puhua tunteistaan.

Viikonloppu päätettiin Sonkajärven helluntaiseurakunnan sunnuntaikokouksessa, jossa Jouko Komulainen saarnasi ja leirin kööri, Tosimies -kuoro lauloi enemmän tai vähemmän moniäänisesti...

◀ Leirin alkusanat lausuttiin ja esittäytymiset hoidettiin pihalle pystytetyssä teltassa.

◀ Tulen yltessä ja sateen piiskatessa siirryttiin kuuntelemaan alustuksia ja keskustelemaan Niskasen herrasväen pirtin suojiin.



▲ Klimmo Nykänen oli tullut Porvoosta opettamaan leiriläisille miehen jaksamisesta.



▲ Kristittyjen Miesten Verkosto ry:n varapuheenjohtaja Samuel Saresvirta kehotti "Tunne itsesi, tunne Jumala!"

◀ Chef Wotkinsin riistakiusaus ja makaronilaatikko hävisivät alta aikayksikön nälkäisten miesten umeniin.

▼ Sonkajärven helluntaiseurakunnan pastori Reijo Luukkonen puhui elämän neljästä suuresta perusedellytyksestä.



▼ Espoosta kotikonnuilleen palannut Martti Hirvonen oli otsikoinut alustuksensa "Maan päällä niin kuin taivaassa".



▲ Leirin joutajana toiminut Risto Hirvonen (vas.) ja paikallista "palloseuraa" edustanut Arto Komulainen seurasivat poikien kimmelluksia sivusta.



▲ Grillikatko oli viikonloppuun aikana myös ahkerassa käytössä. Meny käsitti lähinnä – tietenkin – Veijo Votkinin jauhottomia grillimakkaroita.



◀ Teemu Nyssönen (vas.) ja Steen Petersen hoitivat iloisella mielellä, tosin kyynelisin silmin sipuleiden pilkkomisen.

▼ Hyvinkään lahja miestenleirille oli ruokahuollosta vastannut Kari-Pekka Juurikkala.

Mitä jos hän olisi sinun lapsesi?

Tarjoo lapselle tulevaisuuden toivo ja mahdollisuus kuulla Kristuksen rakkaudesta

www.gfa.fi

0500 506 194

ONKO VAIMOSI MUISTANUT PITÄÄ PYHÄN HENGEN TEMPELISTÄÄN HUOLTA?

VARATESSASI AIKAA KATAJANOKAN KAUNEUSKLINIKAN JENNILTÄ SAAT «TOSIMIES» NIMELLÄ 15% ALENNUKSEN*

KATAJANOKAN KAUNEUSKLINIKKA
VYÖKATU 4 D. 00160 HELSINKI
PUH. 044 98 91 522
ASIAKASPALVELU@KK-KLINIKKA.FI

AUKIOLOAJAT MA-LA SOPIMUKSEN MUKAANI
*TARJOUS VOIMASSA VUODEN LOPPUUN SAAKKA



Kristillinen lehti naisen parhaaksi!

www.christina-lehti.com
puh. 019 668 135

Lahjakas nuori nainen löytää Jumalan

Tosimies lukee

Pyöräillen kohti Jäämerta

Pyöräilymatkailun armoitettu mesenaatti Matti Rämö kuljettaa tässä kirjassaan lukijansa innostavaan tapaan, suoraan kotipihaltaan polkien ympäri Suomenniemen.

Rämö on Teksti-tv:n toimittaja ja on ehtinyt aiemmin julkaista teokset: Rengasriikkoja Saharassa, Polkupyörällä Intiassa, Polkupyörällä Thaimaasta Vietnamiin ja Pyörän selässä Andalusiaista Afrikkaan.



Matti Rämö
Polkupyörällä Jäämerelle
Tupasvillaa, poroja ja tuntemattomia sotilaita
Minerva, 2012

Pinttyneinkin sohva-peruna saatätkin, kotimaan matkakirjaa lu-kiessaan tuta pyöräilyn metkut

kaikessa kirjavuudessaan. Mutta pyöräilyn euforiaa ja tuskaa ry-dittävät ihmiset, joita hän jututtaa yksinäisen matkanteon vasta-painoksi aina myötätuntoisesti mutta osuvasti. Mitään ei parjata, mutta kriittisetkin näkemykset ovat asiaosaajan tasapuolista ha-vainnointia. Kun huomaamatta lukija tuleekin saaneeksi tuhdin tietopaketin ja kokokuvan, mi-ten maamme makaa.

Koettelevinta pitkänmatkan pyöräilyssä lienee sadekuurot ja vastatuuli. Hyttävintä antia ollee teltassa yöpymiset puolimäärissä vaatteissa elohopean painuessa pakkasen puolelle....

Tässä opuksessa valtakunnan tieverkosto kauhotaan lävitse kuoppa kuopalta, mäki mäeltä... Pahinta nimismiehen kiharaa kuitenkin ryskytetään Kuolan Niemimaalla...

Koukataan aina Murmanskiin ja Vardöön saakka, venäläisten sotilas- ja kaivospaikkakuntien halki. On siinä ihmettelemistä – ja hengittelmistäkin!

Aivan yhtä sujuvasti käy Rämöltä niin hajooneen polkimen tai katkenneen pinnan vaihtaminen kuin paikallisen motellin henkilökunnan jututtaminen.

Matkaa taittaessa kirjailijalta saa terveellisen ryöpytyksen metsiemme avohakkuut ja sy-väauraukset... Samaten tulee esille typerryttävä, kaikkialla sa-manlainen laatikkoarkkitehtuuri, jolla taajamat ja kylät lähes kaut-



taaltaan on latistettu...

Muurmanskin jälkeen matka vie Jäämerenrannan ja Kilpisjärven kautta vielä Ruotsin puolelle. Tällä etapilla lukija saa perusteellisen käsityksen Suomen ja Ruotsin saamelaisten erilaisista oikeuksista ja olosuhteista. Tätä tietoa ei voi saada lehdistä!

Ruotsin puolella, Jällivaaran ja Uumajan jälkeen hypätään lautalle ja ylitetään Pohjanlahti.

Tie vie alaspäin, Vaasaan ja Poriin. Ja etelässä odottavatkin sitten työn ja arjen harmaat haasteet.

– Joista irtiotamisen takia matkaan lähdeinkin...

Matti Rämön pyörämatkailu-kirjoja lukevan kannattaa hyvin todennäköisesti varautua lisäbudjettiin; kunnan pyöräilyvarustuksen ja matkakarttojen hankkiminen tulevat vaatimaan osansa!

Jukka Ylävuo

Matka rukouksen ytimeen

Melkein kaikki rukoilevat, kun kyhmy osoittautuu pahanalaatukseksi, rahat loppuvat tai avioliitto on hajoamassa.

Mutta emmekö haluaisi ru-koilla useammin, paremmin, vahvemmin, uskollisemmin, hartaammin? Elämä ja arki painavat. On velvollisuuksia, huolia ja työtä. Niistä kalenteri täyttyy, ja siinä ohessa monet muut asiat jäävät aikomuksiksi. Entä miten rukoukselle on aiemmin käynyt? Olemme hapuilleet sanoja? Odotuksemme eivät ole täyttyneet? Pyyntöihimme ei ole vastattu?

Jo apostolit tarvitsivat apua rukoukseen, ja Jeesus antoi heille valmiit sanat – Isä Meidän -ru-kouksen.

Max Lucado tekee kirjassaan "Ennen aamenta – yksinkertaisen rukouksen voima" matkan raamatullisen rukouksen ytimeen. Sen voima kätkeytyy yksinkertaisiin sanoihin, Lucadon mukaan ns. taskukokoiseen rukoukseen:

Isä, Sinä olet hyvä.

Minä tarvitsen apua.

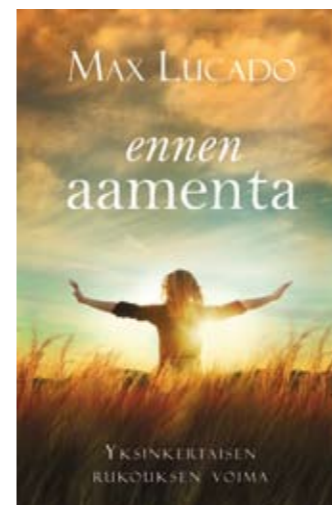
Paranna minut ja anna minulle anteeksi.

He tarvitsevat apua.

Kiitos.

Jeesuksen nimessä, aamen.

Lucado antaa lukijalleen käytännönläheistä ja jäsenneiltyä rukousapua arkeen.



Max Lucado
Ennen aamenta
Yksinkertaisen rukouksen voima
Perussanoma Oy, 2016

– Kun kutsumme Jumalan maailmaamme, Hän tulee. Hän tuo mukanaan joukon lahjoja: ilon kärsivällisyyden ja sinnikkyiden, Lucado toteaa.

Max Lucado (s. 1955) on yhdysvaltalainen julistaja ja kirjailija, jolla on yli 120 miljoonaa lukijaa ympäri maailmaa. Useita hänen kirjojaan on myös suomennettu. Eikä hän petä lukijaa tälläkään kertaa; teksti on sujuvaa ja ohjeet helposti omaksuttavia.

Joten ei kun harjoittelemaan taskurukousta!

Kimmo Janas

Ei vain teetä ja sympatmaa

Psykologi Mirja Sinkkonen nostaa uusimmassa kirjassaan esiin myötätunnon ja lohdutuksen tärkeyden. Välittäminen, jakaminen ja rinnalla olo ovat mielen hoivaa, jota me kaikki tarvitsemme ja voimme myös osoittaa toisillemme. Toisen ihmisen läsnäolo ja kanssakulkijuus antavat voimia ja tukevat elämän vaikeuksissa.

Meillä miehilä on usein paha taipumus alkaa latoa pöytään ratkaisuehdotuksia, kun joku läheinen vuodattaa sydäntään ja kaipaisikin vain kuuntelijaa ja vierellä kulkijaa.

Myötätunto ja auttaminen ovat ajankohtaisia asioita juuri nyt, kun turvapaikanhakijoita virtaa maahamme.

– Mikä saa jotkut ihmiset hakeutumaan auttajiksi ja toiset välttämään sitä? Jos on itse

kokenut saaneensa vaikeassa elämäntilanteessa apua, ei edes mieti asiaa, vaan ryhtyy toimimaan, Sinkkonen toteaa.

Hön huomauttaa, että kykyä kokea ja osoittaa myötätuntoa on pidetty ihmisyiden kruunavana ominaisuutena, mutta monet eläimetkin osaavat myötäelä-misen taidon. Tämän varmasti allekirjoittaa jokainen koiran tai kissan omistaja, joka on saanut hellydenosoituksia karvaiselta ystävältään.

Jokainen tarvitsee anteeksiantoa ja lohduttavaa katsetta erityisesti silloin, kun on sotkenut elämänsä ja kolhinut muidenkin elämää. Myötätuntoinen katse rohkaisee aloittamaan alusta, armahtamaan itseä ja haastaa pyrkimään kohti onnistuneempia ratkaisuja.

– Toisen huomioiminen on tärkeää, mutta itseäkin pitäisi muistaa helliä ja hoivata, puhua itselle kauniisti ja kohdella hyvin, Mirja Sinkkonen jatkaa. – Oman mielen hoivaaminen on yhtä merkityksellistä kuin kehonkin hoiva.

Sinkkonen siteeraa kirjaa koostessaan tekemiään haastatteluja, joista avautuu suomalaisen mielenmaailman lohduton tila. Masentua voi niin monista asioista ja kokea myös syyllisyyttä hyvin yksilöllisesti.

Kirjoituksensa tukena hän myös käyttää runsasta tieteellistä tutkimusmateriaalia, johon viittaa.

Kimmo Janas



Mirja Sinkkonen
Mielen hoiva
Myötätunto ja lohdutus voimavaraksi
Kirjapaja, 2016

autokalat

www.suolakauppa.com
tel. (02) 733 7336

TOTUUTTA
ISRAELISTA
netissä
ISRAELUPDATE

Joko sinä olet tilannut pojalles
Tosimies -lehden?

6 numeroa
vuodessa VAIN
35 euroa!

www.tosimies-lehti.fi

KUVAUKSET
(kaikki mahdolliset teollisuudesta hautajaisiin) yli 30v kokemuksella.

KASSATALON
1 kuvapörssi
HYVINKÄÄ

PUH. (019) 439 470
WWW.KPFOTO.FI

Intiaanisokeri

Löydä lähin jälleenmyyjä:
myyjat.intiaanisokeri.fi

15 VUOTTA SUOMESSA

SUOMEN YRITYSMYYNTI

Luotettavaa yrityskauppaa vuodesta 2003

Palveluksessa yrityskaupan asiantuntijat:
Jarmo Pakarinen, 050 501 5021
Risto Huvila, 0400 755 661
sähköposti: etunimi.sukunimi@sym.fi

Tutustu kymmeneen myytävänä oleviin yrityksiin:
www.suomenyritysmyynti.fi



Lyhyestä virsi kaunis

Ohjelmoitava uutuusvalaisin

Maglite esittelee järeän ML300LX-käsivalaisimen, jonka korkealaatuisen valaisun voi räätäliä juuri omaan käyttöön. Käyttöliittymästä on valittavissa yleis-, ulkoilma-, poliisi- tai sotilaskäyttöön sopiva valaisuprofiili, jonka sisällä on useita valaisutiloja. Monipuolisten käyttömahdollisuuksien lisäksi ML300LX:n erikoisuuksia ovat poikkeuksellisen pitkä paloaika, pitävän otteen tarjoava Stealth-mattapinnoitus sekä valokeilan pikasäätö, joka onnistuu alle ¼-kierroksen liikkeellä.

Mahdollisia valaisuprofiileja on neljä: General-yleiskäyttö, Outdoor-ulkoilmakäyttö, Law Enforcement -poliisikäyttö ja Tactical-sotilaskäyttö. Valaisimessa on esiasennettuna General-yleiskäyttöasento, jossa on kolme toimintoa: Full Power -huippuvalovirta, Low Power -säätövalovirta ja Eco-valovirta, jossa paloaika on pisimmillään. Toimintojen välillä vaihdellaan Magliteista tutulla Quick Click -ominaisuudella, eli nopeasti virtanappia napsauttamalla. Ohjelmointia vaihtamalla saa lisätyä myös strobo-vilkun ja hetkellisen huippuvalovirran.



ML300LX-valaisinta on saatavilla kahta eri mallia: 3D-malli toimii kolmella ja 2D-malli kahdella D-paristolla.

2D-mallin valokeila ylittää 366 metriin ja palaa Eco-asetuksella 69 tuntia. 3D-mallin valon kantama on 406 metriä ja se palaa Eco-asetuksella jopa 117 tuntia.

Kolmiparistoinen ML300LX 3D on 29,5 cm pitkä ja painaa 748 g. Kaksiparistoinen ML300LX 2D on 23,2 cm ja painaa vain 566 g. Molemmat mallit ovat roiskevesitiiviitä ja iskunkestäviä 1 metriin. Takuu on 10 vuotta, ja huoltopalvelu sijaitsee Suomessa.



Liikkeestä elinvoimaa

Liike on meille jokaiselle elintärkeää. Se ylläpitää aineenvaihdunnan, tuki- ja liikuntaelinten sekä mielen hyvinvointia. Kun normaali liikkuminen on iän tai sairauden vuoksi estynyt, THERA-Trainer mobi auttaa pitämään yllä sekä ylävartalon että alaraajojen liikettä säästä riippumatta.

THERA-Trainer mobi on moottoritu polkulaite, jolla voidaan harjoittaa myös ylävartaloa. Sen moottori toimii joko vastuksena tai avustavana. Laitetta säädetään helppokäyttöisen valikon avulla.

– THERA-Trainer mobi on

Tikka Pro

Otsavalaisimien suurin tekijä Petzl esittelee uuden Tikka Pro -otsavalaisimen. Tikka Pro on Petzlin perusvalaisinsarjan suorituskykyisin malli. Sen erikoisuutena on kumipintainen runko, joka tarjoaa pitävän otteen, ja työkäyttöön suunniteltu otsapanta, joka hylkii likaa. Tikka Pro on kompakti, kestävä ja kevyt valaisin päivittäiseen työkäyttöön.

Tikka Pro jättää kädet vapaaksi työntekoa varten ja helpottaa työskentelyä tilanteissa, joissa lisävalaistus on tarpeen. Käyttö on yksinkertaista: valaisutiloja on kaksi, ja ne vaihdetaan suurta painonappia painamalla. Nappi toimii myös työhanskat kädessä.

Valaisin toimii kolmella AAA-paristolla. Max-valaisutilassa valokeila ylittää 50 metriin 100



Helpotusta uniapneaan

AGA Linde Healthcare tuo Suomen markkinoille pienet ja kevyet Z1 ja Z1 Auto CPAP-laitteet uniapnean hoitoon.

Breas Medicalin innovatiivinen Z1 on kevyempi, pienempi ja hiljaisempi kuin muut markkinoilla olevat CPAP-laitteet. Laite sopii kämmenelle ja painaa alle 300 grammaa.



Z1 CPAP-laite on erinomainen ratkaisu matkustaville uniapneasta kärsiville henkilöille. Z1-laite toimii tarvittaessa ilman sähköä ja FAA on hyväksynyt sen myös lentomatkestamista varten.

Automaattinen hengitysalgoritmi lisää käyttömukavuutta tasaamalla paineen heilahteluja, kuten painehiippuja uloshengittäessä ja paineenlaskuja sisäänhengittäessä, tuhansia kertoja yön aikana.

Nitelog -mobiilisovelluksella unitiedot ovat helposti saatavilla. Tietojen synkronointi tapahtuu



suunniteltu sairauden jälkeiseen kuntoutukseen tai kunnan ylläpitämiseen. Ylävartaloharjoituksia varten laitteessa on käsikahvat, istualtaan tapahtuvaan polkemiseen jalkakaukalot, jotka vaihdetaan helposti ja kätevästi pikalukituksella, selvittää fysioterapeutti Marjo Jännes-Malm Fysioline Oy:stä.

Saksassa valmistettuun THERA-Trainer mobin laatuun ja kestävyteen voi luottaa. Laitetta on turvallista ja miellyttävää käyttää niin kotona kuin laitoksissa.

Pienikokoisen ja vain 13,5 kg painavan laitteen laitoskäyttöä helpottaa kätevä kantokassi.

langattomasti Z1 Auto -laitteen sisäänrakennetun Bluetooth -siirun avulla.

Lisätarvikkeena myytävään PowerShell -moduuliin kuuluu integroitu litiumakku, akkutiline ja neopreenisuojus. Akun kesto on 8 tuntia ilman sähköä. Laite tarjoaa näin ollen ihanteellisen ratkaisun retkeilyyn tai muuhun aktiiviseen liikkumiseen maalla, merellä tai ilmassa, missä sähköä on rajoitetusti saatavissa.

Rytmihäiriöt selville

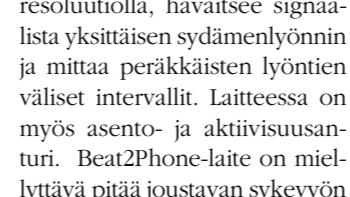
VTT:n kehittämällä kännykäsovelluksella ja pienikokoisella lisälaitteella voidaan ehkäistä aivoinfarkteja jo oireettoman sydämen eteisvärinänsä ilmaantuessa.

Sydämen rytmihäiriöt jäävät usein diagnosoimatta, jos oireita ei ilmene sydänfilmin seurannassa ns. Holter-tutkimuksessa.

– VTT:n mobiililaitteella käyttäjä voi tehdä EKG-rekisteröinnin heti, kun rytmihäiriön tai muita sydänoireita ilmenee. Laite soveltuu myös sydänpotilaiden leikkausta edeltävään ja sen jälkeiseen monitorointiin kotona. Potilaan ei tarvitse olla sairaalassa, sillä data menee kännykstä automaattisesti pilvipalvelun kautta hoitohenkilökunnalle, kertoo johtava tutkija Timo Varpula VTT:ltä.

Helppokäyttöinen Beat2Phone-laite mittaa tarkasti käyttäjän sykkeen ja sykevälivaihtelun, joiden avulla voidaan paljastaa rytmihäiriöiden lisäksi myös ylikuormittava stressitila. Korkea leposyke ja matala sykevälivariatio indikoivat stressiä.

Android-puhelimeen soveltuva ohjelmisto ja lisälaitte mittaa EKG-signaalin erittäin suurella resoluutiolla, havaitsee signaalista yksittäisen sydämenlyönnin ja mittaa peräkkäisten lyöntien väliset intervallit. Laitteessa on myös asento- ja aktiivisuusanturi. Beat2Phone-laite on miellyttävä pitää joustavan sykevyyden



ansiosta.

Mobiililaitte on ollut koekäytössä TYKSin sydänpotilaiden lisäksi myös sydänongelmista kärsivillä huippu-urheilijoilla, jotka ovat olleet laitteeseen erittäin tyytyväisiä. Huippu- ja aktiivurheilijoiden on muutenkin syytä tarkkailla sydänfilmiään, sillä EKG:n muutokset voivat indikoida mm. sydänlihastulehdusta.

Koekäyttäjät tutkimuksessa on ollut toistaiseksi noin 30, joista osa on käyttänyt laitetta myös öisin. Koehenkilöiksi on otettu henkilöitä, jotka ovat valittaneet sydänoireista, mutta joilla ei aiempien Holter-tutkimusten aikana ole ollut oireita.

Laitteen avulla löydettiin eteisvärinää, rytmihäiriöitä ja sydämen johtumishäiriöitä. Nämä henkilöt ovat päässeet tarkempaan tutkimukseen näytettyään Beat2Phonella rekisteröityä sydänfilmejään lääkärille. Myös vaarattomista rytmihäiriöistä kärsineiden elämänlaatu on mittaustulosten ansiosta parantunut epätietoisuuden hälvettyä. Tutkimus jatkuu edelleen.

Laite sopii muihinkin soveltuksiin, esimerkiksi uniapneasta, kärsiville.

Beat2Phonella ei ole vielä lääkintälaittehyväksyntää. Kuluttajien ulottuville laitteen arvioidaan tulevan puolen vuoden kuluttua.

Laitteen potentiaalisten käyttäjien määrä kasvaa ikääntyvien ihmisten osuuden kasvaessa. Noin 5 % väestöstä kärsii sydämen rytmihäiriöistä. Rytmihäiriöitä esiintyy noin 12 %:lla yli 60-vuotiaista. Myös aktiivisesti kestävyysliikuntaa harrastavien määrä on jatkuvasti nousussa.



Antamisen siunaus

Antaminen on aina ollut eräs keskeisistä kristillisistä hyveistä. Jeesus opetti antamisen salaisuudesta katselleessaan ihmisten käyttäytymistä uhriastian luona. Rikkaat rakensivat suurellisen näytelmän, jotta kaikki läsnäolijat huomaisivat heidän mittavat almunsa; köyhä leskirouva antoi uhrinsa häpeillen ja niin huomaamattomasti kuin suinkin voi. Jeesus arvioi lesken parin roposen uhrin suurimmaksi. ”Hän antoi kaikkensa”, Jeesus totesi. Rikkaat antoivat liiastaan.

Jumalan matematiikka ei noudata meidän laskennallisia sääntöjämme. Hänen tapansa toimia ylittää kykymme ymmärtää. Isäni ja äitini olivat uskoon tultuaan päättäneet antaa kymmenykset Herralle joka ikinen kuukausi. Se oli heidän tapansa osoittaa kiitollisuutta Jumalaa kohtaan. Kotimme oli hyvin köyhä. Isä oli menettänyt konkurssissa koko omaisuutensa uskovan (?) yhtiökumppaninsa petoksen vuoksi. Maalarille ei aina löytynyt viisikymmentä- ja kuusikymmentäluvun Suomessa töitä. Työttömyysturvaa ei juuri ollut eikä yhteiskunnalla ollut vielä turvaverkkoja. Työttömyys iski suoraan perheen toimeentuloon ja suuret velat painoivat päälle. Isällä oli kirjoituspöydän ylälaatikossa Jumalan kukkaro. Sinne pantiin aina ensimmäiseksi Herralle kuuluva uhri. Ja vaikka tilanne olisi ollut kuinka tiukka tahansa, Jumalan kukkarosta ei koskaan otettu.

Merkillistä kyllä, kaiken köyhyyden keskellä meiltä ei koskaan puuttunut mitään. Jumala piti konkreettisesti huolta. Myöhemmin olen tajunnut, että antamisen siunaus on toisesta maailmasta. Se ei toimi meidän rakenteittemme ja sääntöjemme mukaan. Yksi muisto Jumalan huolenpidosta puhuttelee vieläkin. Isä oli lähtenyt etsimään töitä. Olin pyörinyt leikeissäni, kunnes nälkä vei äidin luo. Kyynelisin äiti sanoi, ettei nyt ole mitään, mutta jos isä löytää työtä, hän voi saada ”kottia”, ennakkopalkkaa, ja ostaa niillä rahoilla ruokaa. Vaikka oli pieni pojannapero, olin jo oppinut luottamaan Jumalaan. Kävin povilleni ja rukoilin yksinkertaisen ja lyhyen rukouksen: ”Kiitos Jeesus, että lähetät Tapanille leipää.” Kului parikymmentä minuuttia, kun ovelle koputettiin, ja oven takana seisoivat tuttu tati ruokakassin kanssa. ”Jumala sanoi minulle, että Tapanilla on nälkä.”

Tämä Jumalan huolenpito on seurannut elämääni. Monet kristityt miehet ovat menettäneet jotakin unohtamalla antamisen siunauksen. Jumala ei tarvitse rahojamme, mutta tässä maailmassa hänen työnsä tarvitsee meidän osuutemme myös. Antamisen salaisuus aukeaa vain toteuttamalla. Teoreettinen kolehtiantaminen ei sitä avaa. Olen oppinut omien kokemusteni ja myös joidenkin ystäväni kokemusten perusteella, että Jumalan matematiikka ei todellakaan ole sidottu meidän taloudellisiin laskelmiimme. Hän on suvereeni päättäjä ja jopa ulkoisten olosuhteiden muuttaja.

Nyt on antamisen aika. Kun Brexitit ja muut epävarmuudet koettelevat, koetellaan me Herraa, veljet. Jumala ei ole mikään pajatso, jolla pelurit tekevät itselleen tilin. Mutta hän on uskollinen ja vanhurskas ja näkee sydämen asenteemme. Hän odottaa leskirouvan asenneta. Onko meillä siihen rohkeutta?



INDEPENDENCE DAY: UUSI UHKA

Olemme aina tienneet, että he tulevat takaisin. Independence Day – Maaailmojen sota uudisti aikanaan suurelokuvien genren, ja tässä huikkeassa jatko-osassa koemme jälleen uuden uskomattoman maailmanlaajuisen katastrofin.

Maan asukkaat ovat yhdessä kehittäneet tehokkaan puolustusjärjestelmän suojaamaan planeettaamme käyttämällä alien-teknologiaa. Mutta mikään ei voi valmistaa meitä alieneiden kehittyneeseen ja ennennäkemättömään voimaan.

Vain kourallinen rohkeita miehiä ja naisia – pääasiassa amerikkalaisia tietenkin – voivat kekseliäisyydellään pelastaa meidät täydelliseltä tuholta.

Kun "alkuperäinen" Independence Day tuli kaksikymmentä vuotta sitten, se oli jotain erikoista ja mahtavaa. Kuluneina vuosikymmeninä tekniikka on kuitenkin kehitynyt sen verran reippaasti, ettei tämä uusi elokuva enää kosketa samanlaisella tavalla.

Itse elokuva on tehty viimeisen päälle ammattitaitoisesti, mutta aika on hieman ajanut sen ohii. Varsin monessa kohdassa mieleen nousivatkin vastaavan-



laiset kohtaukset esimerkiksi uusimmista Star Wars -elokuvista. Varsinkin avaruudessa taistelevat hävittäjät olisivat voineet olla ihan kummasta tahansa elokuvasta...

Eikä käsikirjoitukseen tarjontanut mitään uutta, avaruusörkit tekevät uuden hyökkäyksen, ja

Amerikan eläköityneen presidentin on jälleen kerran tartuttava toimeen.

Pakko myöntää, että mielenkiintoisinta lehdistönäytöksessä oli esityspaikka. Independence Day: Uusi uhka nimittäin esitettiin Suomen ja myös Pohjoismaiden ensimmäisessä premium-elokuvasalissa, Finnkinon Scapessa. Salissa on käytössä Barcon laserprojektorin, jonka

valtti on kirkkaus, joka korostuu etenkin 3D-elokuvissa – kuten tämä Independence Day. Elokuvan värimaailma toistuu erittäin runsaana ja eri sävyt erottuvat selvemmin, varsinkin tummissa väreissä.

Dolby Atmos -äänentoisto puolestaan edustaa äänentoiston saralla mullistavaa hyppäystä 7.1 Surround-äänestä eteenpäin. Ääni kulkee salissa saumattomasti, sillä kaiuttimia on myös salin katossa.

Suomen suurimman salin valkokangas on myös mahtava, 185 neliötä!

Elokuvanautinnon viimeistelevät uudet, mustat italialaiset nahkapenkit.

Eli vaikka elokuva saattaisi olla hieman kökkö, salissa on kuitenkin istuskella...

Kimmo Janas

INDEPENDENCE DAY: UUSI UHKA

Ohjaus: Roland Emmerich
Käsikirjoitus: Carter Blanchard, Roland Emmerich, Dean Devlin
Näyttelijät: Jeff Goldblum, Bill Pullman, Liam Hemsworth, Jessie Usher, Maika Monroe, Sela Ward, Judd Hirsch, Angelababy, Joey King, Vivica A. Fox, Brent Spiner, Charlotte Gainsbourg, William Fichtner



Maasturit hippasilla Toyota Land Cruiser vs SsangYong Rexton



▶▶▶ Toyota Land Cruiser on mukavan linjakas, katsoopa sitä mistä kulumasta tahansa.

Kimmo Janas
Päätimme vertailla matkalla Sonkajärven miestenleirillä kahta maasturia, jotka muistuttavat yllättävän paljon toisiaan – ja ovat kuitenkin niin kovin erilaiset. Kisa Japani - Etelä-Korea alkakoon!



Legendaarisen japanilaisen Toyota Land Cruiserin kilpakumppaniksi otimme monille vielä varsin tuntemattoman korealaisen SsangYong Rextonin.

Hinta voi hämätä

Päällimmäisin ero näillä kahdella on hinta – siinä missä Toyotasta saa pulittaa 85.000 euroa, saa SsangYongin 35.000 euroa halvemmalla.

Mutta laatu ei ole suoraan verrannollinen hintaan. Moni



▶▶▶ SsangYong Rextonin ei tarvitse häpeillä mitään linjakkuuteen ja muotoiluun.





▲ Kun äijäporukalla lähdetään viettämään viikonloppua, on mukana jos jonkinlaista nyssäkkää – ja aina unohtuu jotakin kotiinkin...

► miesporukastamme yllättyikin positiivisesti korealaiseen luomukseen.

Land Cruiserialla kuljettaa uusi 2,8-litrainen dieselmoottori, josta irtoaa 177 hv ja vääntöä 450 Nm. Rextonin konepellin alla puolestaan mylvii 2,2-litrainen diesel, jossa on 178 hv ja vääntöä 400 Nm.

Eli kovin mennään rintarin-



▲ Kuskin paikalta katsoen kummankin auton kojelaitteet olivat hyvin pitkälle samaa tyyliä.

◀ Toyotan sisustus oli ehkä hieman askeettinen, joskin erittäin tyylikäs ja asiallinen.

▼ SsangYongin sisustus oli meillä kokeiltava olevassa autossa vaalea beige, mikä ei tietenkään ole paras mahdollinen maastossa rönnyämistä ajatellen.



nan. Ja CO₂-päästöt ovat kummassakin 194 g/km.

Land Cruiserissa oli 6-pykäläinen automaattivaihteisto ja Rextonissa uusi 7-vaihteinen automaatti.

▼ Toyotassa kuskin penkin säädöt olivat sähköiset.



Plussat...

Mutta katsotaanpa, minkälaisia kommentteja tosimitieteilijät lausuvat autoista.

Toyota Land Cruiserissa kehitettiin hyviä tiloja edessä ja takana. Samoin selviytyminen vaikeissakin olosuhteissa sai

◀ SsangYongissa puolestaan istuinta sai säädellä manuaalisesti.

kiitosta. Todellinen työkalu ja loistava käyttöauto kuuluivat myös tiimin arvosteluihin.

SsangYong Rexton puolestaan sai kiitosta modernista ulkonäöstä ja tyylikkäästä sisustuksesta. On tosin pakko todeta, että beigevärisen sisusta ei kuulu normaaliin myyntivalikoimaan.

Myös moottorin tehokkuutta ja vaihteistoa kehitettiin.

Joku totesi yllättyneensä, kuinka hiljainen rengasmelu tässä korealaisessa autossa oli.

...ja miinukset

No entäpä sitten ne moitteet?

Toyotan mittariston ja kojelaudan ulkonäköä arvosteltiin



▲ Toyotan nelivedon vaihtoehdot olivat H4 ja L4.



▲ SsangYong Rextonin takimmaisille penkeille ei kukaan suostunut kömpimään, joten ne kaadettiin alas...



▲ SsangYongin nelivedosta löytyi vaihtoehdot 2H, 4H ja 4L.

hieman vanhanolaiseksi. Viimeistely ja muotoilu eivät tiimin mielestä aivan vastanneet hintalapun lukua.

SsangYongissa kiinnitti huomion jäykkä alusta, joka varsinkin muhkuraisella asfaltilla antaa rypyttävän tunteen takalisto.

Summa summarum

Ja sitten on yhteenvedon aika.

▼ Toyota Land Cruiserin 2,8-litraisen dieselin jatkeena oli 6-vaihteinen automaatti.

▼ SsangYong Rextonin 2,2-litraista dieseliä opastettiin 7-vaihteisella automaattilla.



TOSIMIES TESTAA

AlfaTV:ssä joka torstai klo 20:45 ja 23:45 sekä uusinta perjantaina klo 8:45 ja 14:45.

KATSO VANHOJA OHJELMIAMME

www.alfatv.fi/tosimies

www.youtube.com/Tosimieslehti

- osa 1 Toyota Aygo
- osa 2 Opel Zafira
- osa 3 Mercedes-Benz GLA + C-sarjan farmari
- osa 4 Citroen Cactus
- osa 5 VW Golf GTE + Ford Focus Electric
- osa 6 Nissan X-Trail + SsangYong -uutuudet
- osa 7 Volvo XC60 + smart -uutuudet
- osa 8 Kia Carens + Mercedes-Benz S350 L
- osa 9 Ford Ranger Wildtrack + Peugeot 208 T16 R5
- osa 10 Renault Clio Sport Tourer
- osa 11 VW Passat Variant + Suzuki Vitara
- osa 12 BMW 2 Active Tourer + American Car Show
- osa 13 Seat Leon X-Perience + Peugeot 308 SW GT
- osa 14 Jeep Cherokee + Jeep Renegade
- osa 15 SsangYong Rexton + Classic Motorshow '15
- osa 16 Hyundai i20 + Citroen C3 BlueHDi
- osa 17 Land Rover Discovery Sport + Klapituli -keittiö
- osa 18 Opel Adam Rocks + Polaris ACE
- osa 19 Honda CR-V + Mercedes-Benz GLE Coupe
- osa 20 Mazda2 + Mazda CX-3
- osa 21 Jaguar XE + Jaguar F-Type S
- osa 22 Audi Q7 + Mercedes-Benz GLC
- osa 23 Polaris Pro Camp Pärnussa
- osa 24 DJI Phantom 3 Professional kopteri
- osa 25 Hyundai Tucson + Renault Twizy
- osa 26 Lotus Elise + Exige + Evora
- osa 27 Subaru Levorg + Audi A4 Avant 2.0 TDI
- osa 28 Suzuki Vitara S Boosterjet + Volvo XC90 D5
- osa 29 Ford Mustang 5.0 GT + VW Amarok
- osa 30 Opel Mokka + Opel Insignia Country Tourer
- osa 31 Renault Megane + American Car Show '16
- osa 32 Fiat 500 X + DS 4 THP
- osa 33 BMW 330e + Fiat Panda 4x4 Cross
- osa 34 Ford Mondeo Vignale + Range Rover Sport
- osa 35 Tesla + sähköpotkulauta + tasapainoskooteri

HOIDA MM. TILAUSTASI KOSKEVAT ASIAT KÄTEVÄSTI NETISSÄ! www.tosimies-lehti.fi



facebook.com/tosimieslehti



youtube.com/tosimieslehti

NYT MYÖS FACEBOOKISSA & YOUTUBESSA

Kaupasta
voit käydä
tilaamassa
välittämämme
kirjat ym. tuotteet.

Lehden tilaus ja
osoitteenmuutos
käy kätevästi omassa
osiossaan.

Tosimies

Lehtitilaus

Käyttökäyttöön
Lehden tilaus
Vaihtoehtoinen
Palaute

Lehtitilaus

Ilmainen tilaus
Lehtitilauksen
Palaute

Palautteen antaminen

Voit antaa palautetta tai
lehtijuttuideoita.

Tosimies

Palautteen antaminen

Voit antaa palautetta tai
lehtijuttuideoita.

Lehtitilaus

Ilmainen tilaus
Lehtitilauksen
Palaute

Tosimies

Kuoppa

Charles Charles de France
Dyve de la mer
De France Charles de France...
Hinta: 21 €

Paul Cole
Kannusti miehiä
Hinta: 21 €

Intohimoo Ruotsista
Hinta: 10 €

Artikkelit

Toukokuu 2/14
Hinta: 10 €

Toukokuu 3/14
Hinta: 10 €

Toukokuu 4/14
Hinta: 10 €

Toukokuu 5/14
Hinta: 10 €

Vanhemmat Toukokuu-lehti (99-vuotiskokous)

2013

- Lehti nro 1/13 (7,90€)
- Lehti nro 2/13 (12,90€)
- Lehti nro 3/13 (17,90€)
- Lehti nro 4/13 (17,90€)
- Lehti nro 5/13 (17,90€)

2014

- Lehti nro 1/14 (7,90€)
- Lehti nro 2/14 (12,90€)
- Lehti nro 3/14 (17,90€)
- Lehti nro 4/14 (17,90€)
- Lehti nro 5/14 (17,90€)

2015

- Lehti nro 1/15 (7,90€)
- Lehti nro 2/15 (12,90€)
- Lehti nro 3/15 (17,90€)
- Lehti nro 4/15 (17,90€)
- Lehti nro 5/15 (17,90€)

Myös vanhempiin
numeroihin voit tutustua
pdf-muodossa.