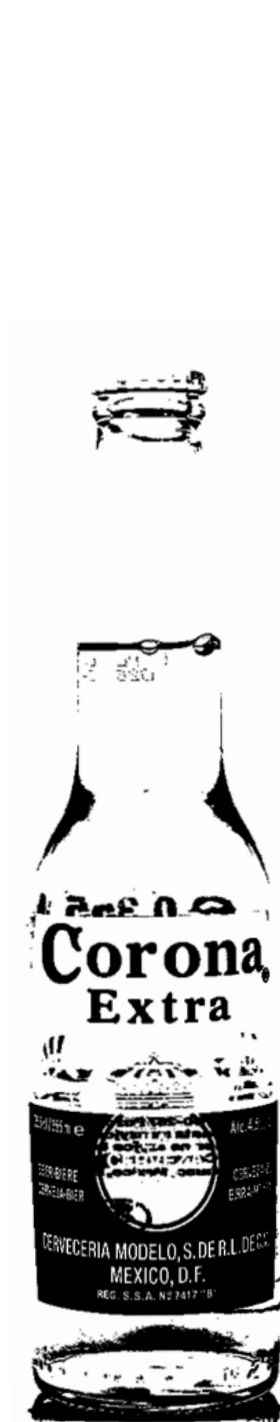


HILE

1/2020

hyvinvoinnin
asialla



Historian lehti 1/2020



Sisällys

Pääkirjoitus 3

Puhis 4

Mietteitä HOL-seminaarista osa I 5

Kun maailma sekosi ja olutta ei myyty 6

Kahvittelukulttuuri - uhka vai mahdollisuus? 7

Karanteenipäiväkirjat 8

Hyvin- ja pahoinvointi kuvina 11

Kalkkunan kanssa tuomiopäivää odotellessa 12

Hyvinvointimusiikkia 14

kissa hyvin vointi 16

Mietteitä HOL-seminaarista osa II 17

Puuhanurkka 18

Päätoimittaja: Rony Sakkara

Taitto: Santtu Yli-Tokko

Julkaisija: Patina ry

*Tämä julkaisu saattaa sisältää pieniä
määriä tuotesijoittelua.*

Pääkirjoitus

”Hyvinvointini on vaakalaudalla.”

Lause, jota näkee niin internetin ikävästi vanhentuneissa meemikuvissa kuin kuulee yliopistolla krapulaisen opiskelijan suusta. Ihmisen kuuluu normaalioloissaan voida hyvin, tai edes siedettävästi. Hyvinvoinnin tasapainosta poikkeaminen aiheuttaa suurta kaaosta ja tuhoa ihmisen mielentilassa. Aina ei siis voida hyvin, ja silloin voidaan pahoin, kirjaimellisesti ja kuvainnollisesti. Krapulan taustalla eivät ole yleensä kosmiset voimat, vaan ihan se tavanomainen alkoholin nauttiminen suurissa määrin. Jaffa tosin tasapainottaa tätä. Tentistä suoriutuminen arvosanalla 5 ja konkreettisemmin viiden opintopisteen saaminen rekisteriin nostaa hymyn huulille kenen tahansa opiskelijan tapauksessa, jos kokee tavanomaisia tunnereaktioita ja jos arvosanoilla tai nopilla on ylipäättään henkilökohtaista merkitystä.

Tämä HiLe keskittyy ihmisen hyvinvointiin ja sen pahaan, erityisen ikävään antiteesiin eli pahoinvointiin. Molemmat kuuluvat osaksi kenen tahansa elämää ja tämä on täysin normaalia. HiLe pyrkii luomaan katsauksen hyvinvoinnin moniin syövereihin ja tutkimattomien tai todella ylitutkittujen näkökulmien kautta,

joita ovat kirjoittaneet monet rakkaat Patina ry:n jäsenet eri vuosikursseilta hyvin erilaisin aihein. Näkökulma saattaa olla vähän PUNK, koska HiLe on aina punk (tai pitäisi olla), huolimatta nykyisen päätoimittajan musiikillisesta vakaumuksesta, joka ei taida olla kovin punk. Mene ja tiedä.

Maailmalla ei muuten voida COVID-19 -viruksen takia hyvin ja esimerkiksi Patina ry joutui perumaan tapahtumansa toistaiseksi, eli voimme entistä huonommin. Toisin sanoen Mayhem todellakin peruttu, haista vittu koronavirus. Kai tämä nyt on sitä itseään eli kriittistä hyvinvoinnin puutetta. Voi olla, että myös tästä syystä kansikuvana on pulloittain Corona-olutta, vaikkei tästä pitänytkään tulla Corona-Hile.

Päätoimittaja on toisen vuoden historian opiskelija, jonka elämä koostuu lähinnä (historian lisäksi) huonosta huumorista, musiikista ja nörtähtävistä vapaa-ajan aktiviteeteista.

*Rony Sakkara
Päätoimittaja*

Puhis

Tervehdys kaikille patinisteille uudelta hallitukselta näin puheenjohtajan saattelemana! Hallituskautemme on lähtenyt käyntiin täydellä innolla ja hienoilla visioilla tulevaa vuotta kohtaan. Tänä vuonna Patinan hallitus on saanut mukaansa paljon uusia kasvoja jo vanhojen tuttuja järjestötoimijoiden joukkoon. Olen itse myös tänä vuonna ensimmäistä kertaa hallituksessa, minkä johdosta jännitystä on riittänyt ja asioihin perehtyminen on vaatinut työtä. Toisaalta, mitä muuta olisin voinut odottaa! Meillä on kuitenkin rullannut tähän mennessä jo todella hyvin, ja en voi muuta, kun nostaa hattua meidän kaikille vastaaville ja toimihenkilöille.

Pyrkiessäni puheenjohtajaksi ilmaisin haluni keskittyä tulevan hallituskauden aikana muun muassa hallitusaktiivien hyvinvoinnista huolehtimiseen. Olen oman opiskeluaikani aikana kuullut paljon hallitustehtävien kuormittavuudesta, ja hallitustehtävien näkeminen negatiivisessa onkin eräs merkittävistä syistä, miksi halusin itse lähteä hallitustoimintaan. Eräs syy negatiivisen kuvan taustalla

on, että toiset pestit hallituksessa sisältävät enemmän tehtävää ja velvollisuuksia kuin toiset. Tähän on pyritty etsimään helpotusta esimerkiksi toimihenkilöiden kautta. Toimihenkilömalli on kuitenkin Patinan hallituksessa vielä uusi ja vaatii kehittämistä, jotta se saadaan toimimaan parhaimmalla mahdollisella tavalla. Eräs tavoitteistani tälle kaudelle on pyrkiä vähentämään hallituslaisten kokemaa kuormitusta ja tehdä järjestötoiminnasta sellaisen mihin opiskelijat haluavat pyrkiä. Hallitustoiminnan tulisi olla mielenkiintoinen ja hieno kokemus!

Hallituksemme aloitti tämän vuoden suurilla suunnitelmilla. Kevään tapahtumakalenteri oli jo laadittu lähes valmiiksi ja vastaavamme olivat käyttäneet tapahtumien suunnitteluun ja organisointiin huomattavan määrän aikaa ja vaivaa. Tällä viikolla meidän, kuten kaikkien muidenkin erinäisten tapahtumien järjestäjien, suunnitelmat menivät kokonaan uusiksi. Koronaviruksen aiheuttama tilanne harmittaa meitä äärimmäisen paljon, mutta tällä hetkellä emme voi tehdä

muuta kuin odottaa ja keksiä erinäisiä varasuunnitelmia. Toivomme jäsenistöltämme kärsivällisyyttä ja ymmärrystä toimenpiteitämme kohtaan. Emme kukaan tiedä, miten tilanne tulee etenemään ja voi olla, että tämän lehden ilmestymisen jälkeen tilanne on ihan erilainen. Tulemme kuitenkin palaamaan tapahtumien merkeissä sitten, kun se on mahdollista. Haluaisin näin tervehdysten lopuksi kertoa vielä hallituksemme tähänastisesta toiminnasta, ettei tämä teksti tule loppumaan niin alakuloiseen sävyyn. Patinan omat college-paidat ovat täällä! Samoin lippu on viimeistä silausta vaille valmis ja haalarimerkkejä on myös tulossa lisää. Sopo-kyselyn seurauksia Patinan sosiaalipoliittista sektoria kehitetään myös ahkerasti ja esimerkiksi yhdenvertaisuussuunnitelma on tulossa esille nettisivuillemme. Paljon on siis jo tapahtunut ja lisää on vielä luvassa!

Jenna Kajander

Patinan puheenjohtaja 2020

Mietteitä HOL-seminaarista - osa I:

Memento mori - muista kuolevasi

Elämässä on tilanteita, jotka on soveliasta aloittaa ainoastaan kuoleman muistamisella. Tämä hetki on sellainen. Autuaasti edesmennyt kevätseminaari oli päässyt tuskin alkamaan, kun ikävä vieras jo saapui ja katkaisi seminaarin elämänlangan. Ei kukaan paitsi kuolema voisi herran tähden seminaaria perua! Vaan niin vain tapahtui, että emme päässeet tämänkeväisiin kuolemakarkeloihin – nimi oli sittenkin enne.

Kuolema käytti peitenimeä COVID-19, joka oli riittävän epäselvä kaikille, että vierasta alettiin kutsua koronaksi. Nimenomaan korona kruunasi kuoleman tematiikan ympärillä makustelleen seminaarin kellistäen sen henkäyksessä kalmiston puolelle. Voi meitä! Aivan sieluani kylmää.

Sanovat että koko elämä on opettelemista kuolemaan – sanokaa, niin teille avataan arkun kansi!

Niin, autuaasti edesmennyt seminaari liittyi enemmistöön sekin. Kaikella on aikansa, niin myös kurjuuden ja murheen kokeneella seminaarilla.

Levätköön rauhassa, HOL-seminaari 2020.
Requiescat in pace,
HOL-seminarium a. D. 2020.

Tätäkin on varmasti joskus mukava muistella – elämä on kuulemma lyhyt, mutta onneksi erilaiset onnettomuudet pidentävät sitä. Elämä on myös taistelua; eteenpäin on tarvottava, ellei sitten maadu. Ennen kuolemaa ja viimeisiä kuoppaustoimituksia ei pidä sanoa järjestetyksi mitään seminaaria! Näin on, mutta olenko pettynyt?

Kun on kokenut kahdeksan seminaaria, on kokenut ne kaikki. Kuolevaisen osana on siten vain kyyneleet. Tämän muistovärssyn päätteeksi on muistettava ainoastaan menneitä ja kuolleita. Fuerunt! He olivat. Heitä ei ole enää.

Rakkaamme
HISTORIAN OPISKELIJAIN
LIITON KEVÄTSEMINAARI
s.??
k. 12.3.2020

Kuoleman muistoa kunnioittaen,
Tapio Aropaltio
Rony Sakkara
Muu Patina
Siunaus toimitettu asianomaisten poissa ollessa.

Kirjoittaja: Tapio Aropaltio



Kun maailma sekosi ja olutta ei myyty

Joulukuussa 2019 alkoi tapahtua asioita, kun Kiinassa syötiin lepakkokeittoa ja paska osui tuulettimeen. Toisin sanoen sittemmin jo pandemiaksi julistettu COVID-19 iski ja kovaa. Kaiken muun ikävän ohella itse suren myös Corona-oluen panimon puolesta, joka Metro-lehden artikkelin mukaan on kärsinyt tappioita 132 miljoonan Englannin punnan edestä,¹ mikä tarkoittaa meikäläisittäin euroalueella ja EU:ssa (ba dum tss brexit kjeh rä) noin 153 miljoonaa euroa. Sama lähde mainitsee ihmisten kasvaneen tiedonjanon ja esittää Googlen antamaa статистиikkaa ”olutviruksen” hakemisista. En tiedä, ovatko Bingin käyttäjät viisaampia (google vakoilee meitä hyshys), mutta teen valistuneen oletuksen, että eivät.

Havainnekuva 1.3.2020 eräästä espoolaisesta päivittäistavarakaupasta. Corona-olut ympyröitynä.



Toisaalta oluen myynnin ei välttämättä voida olettaa olevan korrelaatioissa ajankohtaisiin tapahtumiin, koska ihmiset eivät monista taloustieteellisistä teorioista poiketen ole rationaalisia kuluttajia. Merkkiuskolliset kuluttajat ostavat aina, tai ainakin yleensä, totutun merkin mukaisia tuotteita, oli sitten kyse älypuhelimesta, lapsityövoimalla Bangladeshissa valmistetuista pahan mielen T-paidoista tai lasipulloissa myytävistä lager-oluista. Coronan ystävän voikin olla vaikea kääntyä esimerkiksi Soliin tai jopa ääritapauksessa Rainbowin Sombraeron (kuka näitä nimiä oikeasti keksii?) puolelle, jos uskoo että ”vanha kunnon” Corona aiheuttaa virusta, hyppykuppaa ja erittäin kivuliaan kiveskiertymän. Järjenkäyttö on tietysti sallittua.

Kuluttajana on joskus miellyttävää tehdä erilaisia valintoja huvikseen, ns. kännissä ja läpällä, etenkin kun kyse on olutostokista. Näin ollen sivistynyt oluen ystävä voi Hervannassa, Kalevasa, Tammelassa tai Järvensivus-

sa (Iidesrannassa) sijaitsevassa ihanassa opiskelija-asunnossa viettää mukavaa viikonloppua tai arkipäivää ja ostaa kaupan hyllyn tyhjäksi näistä komealla etiketillä varustetuista vaaleista lagereista.

Alko muuten kuvailee Corona Extran makua seuraavasti:

”Vaaleankeltainen, kevyt, miedosti humaloitu, viljainen, hennon yrttinen”²

Haluaisitko sinäkin maistaa **vaaleankeltaiselta** maistuvaa lager-olutta? Vaikka esimerkiksi Karjalaa kuvaillaan samalla värisynestesiällä³, en kuitenkaan suosittelen sitä ostamaan. Edes A-oluenä.

Kirjoittaja on hyvän oluen ystävä ja nimeltä mainitsematon Historian Lehden päätoimittaja. Kirjoittajan taloustieteellistä analyysiä ei voida pitää tieteellisesti pätevänä, koska hän suoritti taloustieteen perusteet -kurssin arvosanalla 1 ensimmäisen hylätyn suorituksen jälkeen.

1 <https://metro.co.uk/2020/02/27/makers-corona-report-132000000-loss-result-coronavirus-12312964/> Luettu 8.3.2020.

2 <https://www.alko.fi/tuotteet/761044/Corona-Extra/> Luettu 8.3.2020.

6 3 <https://www.alko.fi/tuotteet/794084/Karjala-A-t-lkki/> Luettu 8.3.2020.

Kahvittelukulttuuri - uhka vai mahdollisuus?

Patina järjestää kahvitunnin kerran viikossa ainejärjestötilassa ja samassa tilassa viihtyvät myös filosofian opiskelijat. Välillä aiheet etenkin Patinan pöydässä saavuttavat korkealentoisen ja absoluuttisen sairaan tason. En näe kahvipöytäfilosofoinnissa (saati pitkään yliopistossa viihtymisessä) sinänsä mitään väärää. Keskityn tässä tekstissä arvioimaan kahvittelukulttuuria, joka voi parhaimmillaan toimia kenen tahansa suurena voimavarana, vai onko todellisuutemme sittenkin keksityn sosiaalisen konstruktion rajoittama, joka antaa meille määreet kahvinjuontiin ja rikkoo hyvinvointiamme?

Opiskelijan arkea motivoi usein yksinkertaisimmillaan kahvi. Kahvittelukulttuuri on sosiaalisesti muodostunut konstruktio, joka myös mukautuu sen rakentaneen sosiaalisen kontekstin ja sen ihmisten tarpeisiin. Ennen niin yleiset kahvikupit lautasineen ovat kadonneet niin kiusallisista sukujuhlista kuin Tampereen yliopiston Alakuppilasta ja korvautuneet posliinimukeilla, joista ennen olisi ollut suorastaan hävytöntä nauttia kahvia, oli sitten maidolla (myös kauramaito lasketaan) tai ilman. Koska kahvin juominen kahvikupeista ei ole absoluuttinen totuusarvo, on mahdollinen seuraava askel esimerkiksi kahvin juonti snapsilaseista. Tämänkaltaisen normien muuttumiseen tiettyssä kontekstissa voi vaikuttaa esimerkiksi kyseisen kontekstin sisäisten juoma-astiavaihtoehtojen puute niiden likaisuuden vuoksi tai yksinkertaisesti se, että tässä tiettyssä kontekstissa toimivat ihmiset päättävät ns. ”repäistä” - ihan vain meemiärvon

vuoksi. Toisaalta yksilön on sinänsä mahdotonta muuttaa vallitsevia normeja ilman, että sosiaalinen aspekti ja muut ihmiset huomioidaan. Se mikä on toiselle totta, ei välttämättä ole sitä toiselle. Sama pätee hyvään ja hyvinvointiin Tarkoituksena ei ole kuitenkaan luoda eripuraa ihmisten välille, vaan haastaa vakiintuneita käsityksiä ja ennen itseäänselvyyksinä pidettyjä asioita. Myös noin yleisesti hyvän elämän kannalta on varsin suositeltavaa olla pitämättä asioita itseäänselvyyksinä.

Palatakseni esimerkkiin kahvittelukulttuurista, jonka sijasta voisin aivan yhtä hyvin puhua ”kaljoittelusta”, tai jostakin muusta. Sosiaalisten normiemme mukaisesti on sopivaa käydä kahvilla keskellä päivää, mutta jallun juominen puistonpenkillä keskellä tiistaita ei käy. Tähän kuuluvat normit saattavat siis toisinaan rajoittaa jopa elämäämme ja itsemme toteuttamista, koska pelkäämme sosiaalisen ympäristömme negatiivista vastareaktiota epäsopevaan toimintaamme. Sosiaalinen konstruktio kahvittelukulttuurista voisi

aivan yhtä hyvin rakentua toisin. Teoreettisessa tilanteessa kahvin sisältämä kofeiini voitaisiin helposti rinnastaa esimerkiksi koviin huumeisiin, jolloin torikahveilla käyminen vastaisi samaa asiaa kuin heroiinin piikittäminen suoneen Hervannan kirjaston vessassa. Jos kahvinsa nauttisi sokerilla, puhuttaisiin jo sekakäytöstä. Kysehän on kahdesta erilaisesta addiktoivasta aineesta. Mitä tulee kauramaidon suosimiseen ns. perinteisen lehmänmaidon sijaan, on tämä jo tietyissä piireissä vallitseva normi sekä potentiaalinen vaihtoehto useimmissa kahviloissa. En näkisi lainkaan mahdottomana sitä ajatusta, että kauramaito saavuttaisi aseman normatiivisesti enemmistön hyväksymänä ja suosimana maitokorvikkeena kahvin kanssa nautittuna. Jokainen varmasti voi hyvin silloin, kun juo kahvinsa valitsemallaan tavalla, ainakin jos kyseinen kahvi on hyvää.

Kirjoittaja ei absoluuttisesti allekirjoita sosiaalista konstruktionismia, mutta käyttää sitä lähinnä potentiaalisena teoreettisen pohdinnan välineenä tässä tekstissä. Kahvi on hyvää.



Karanteeni- päiväkirjat

Hileen toimitus on päässyt käsiksi erään patinistin päiväkirjaan koronakaranteeniajoilta. Olemme saaneet käännettyä tämän sekavan ja monimuotoisen viestin eri pinnoilta yhteen formaattiin.

Valitettavasti päiväkirjasta on jäänyt fragmentteina vain neljän päivän kuvaukset. Kuitenkin ne riittävät erinomaisesti kuvaamaan sitä kehitystä, jota eristyminen tekee humanistille.



Päivä 1: Olen päättäväinen

En ikinä olettanut näkeväni tätä päivää kun maailma menee pysähtyy ja velvoittaa minut tekemään osani. Aion antaa oman panokseni tämän katalan taudin pysäyttämiseksi ja sulkeudun vapaaehtoiseen karanteeniin omaan asuntooni Hervantaan. Olen varustautunut hyvin tulevaa varten: aavistin karanteenitoimenpiteiden tulon ja olen käynyt Treyn pakulla hamstraamassa suuret määrät mitä arvokkainta materiaalia kaupoista, jonka hyötysuhteen uskon säilyvän, kuten säilykkeitä, juureksia, sokeria ja siirappia. Lisäksi olen ostanut legoja, sudokuja ja muita tarpeita niin, että selviän varmasti kuukauden; Henkisesti olen kuin kallio, kestan mitä vain. Minä olen valmis. Maailmani, teen puolestasi mitä vaan ja nyt sen todistan!

Päivä 5: Helvetti on muut ihmiset.

Olen tehnyt virheen. Ensimmäinen virheeni on että olen koskaan syntynyt, sillä muut ihmiset pilaavat operaationi: He eivät noudata karanteenia! Ovisilmästäni valvoin että naapuri meni viemään roskia kolmelta päivällä. Silloinhan on muita ihmisiä liikenteessä! Kuinka vastuutonta hänen toimintansa onkaan, aion puuttua siihen päättäväisesti ja jämäkästi: Kulutinkin viime yön soitellen hänen ovikelloaan ja juosten takaisin asuntooni ennen kuin ovi avautuu. Kyllä hän nyt sai opetuksen!

Toinen virheeni on etten tajunnut hamstrata vessapaperia. Mediasta katsoin (jonka seuraamisen sittemmin lopetin, koska havaitsin

sen täysin valheelliseksi, sillä he eivät julkaisseet Hesarissa mielipidekirjoitustani globalistifasistien salajuonesta, jossa koronavirusta levitetään sähköpostitse (lopetin siksi internetin käytön)) kuinka muut fiksit ihmiset ovat ymmärtäneet elämän realiteetit ja tajusivat varastoida vessapaperia. Suutuin niin että revin bideeni irti. Toivon että putkimies on saanut jo taudin, sillä vesivahinkohan tästä tulee, mutta tulkoon. Milläs vaatii minua vaatimaan laskun kun en pääse verkkopankkiin, sillä laitoin sähköjohtoni solmuun! Turhauttaa olla maailman ainoa esitaistelija kun muut pilaavat yritykseni.



Päivä 7: Karanteeni murtuu ja suora toiminta alkaa.

Olen koittanut hillitä kiukkuani huumorin avulla. Olenkin kirjoittanut seinille vitsejä pyhällä verelläni, sillä tiedän sen rauhoittavan minua. Kirjoitin isolla seinälle: Jos saan koronan, viillän karanteeni! HAH! Olen nero. Ranteeni ovat yhä kipeät, sillä isot kirjaimet tarvitsevat paljon mustetta. Mitä siitä sitten, sillä olen maailman tärkein ihminen.

Olenhan hyvällä asialla pelastamassa maailmaa. Muut ovat vain kuluttajia, kulueriä tai käveleviä kinkkumannekiineja. Menisivät kotiin JA PYSYISIVÄT SIELLÄ!

Olen myös metsästäjä. Öisin olen poistunut karanteenista, mutta ei hätää. Olen oppinut salaisen puhdistautumismantran lukemalla Praeceptaa lopusta alkuun. Sieltä löysin mantran, jota hokemalla taudit ei tartu. Uskallan siis saalistaa öisin ja

kostaa yhteiskunnalle. Viimeöinen reissuni oli valtava menestys. Tuhosin taloyhtiöni edellytykset elää koronan jälkeisessä maailmassa, sillä tuhosin heidän vaihdannan välineensä: varastin saunatilojen vessojen vessapaperit ja poltin ne pihagrillissä VAIKKA SE ON SULJETTU TALVIKAUTENA!

Olen pahojen tyrannia.

Päivä 14: Olen maailma.

En tiedä montako päivää olen ollut karanteenissa. Kuukausia? Vuosia? Kalenterini, jonka tulkinnan olen unohtanut, symboleissa kerrotaan että olisi Huhtikuun 11. En tiedä enää mitä tämä tarkoittaa. Jos karanteeni alkoi maaliskuun puolivälissä, se voi olla mitä vaan. En luota enää maailmaan kun ne lähettävät minulle valemédiakalentereita, joita en osaa lukea. Miksi maailmani on näin paha?

Haluanko edes pelastaa sitä?

Tietysti haluan. Olen sen ainoa toivo.

Toissapäivänä jehovantodistajat soittivat minulle, hekin ovat siirtyneet etätöihin. Hyvä. En olisikaan enää halunnut avata heille etuoveani, sillä naapurini valvoo minua. Kaikki kyttäävät minua. Se hiljaisuus mikä käytävissä on vallinnut tarkoittaa vain sitä että minua valvotaan. Olen paennut aina öisin parvekkeen kautta lakanoista sitomallani köydellä. Olen vapauden henkäys. Olen yön tuuli. Naapurini on perverssi. Taisteluni jatkukoon. Muonavarani riittävät vielä kuukaudeksi. Mielenterveyteni on luja, vaikken enää osaa kalentereita. Älyni kiertää kuin Marsin kiertoradan mersu. Olen alati valppaana. Maailma, parane pian, olen väsynyt.

Teksti on löydetty Tekniikan tornien raunioista Hervannasta.

LIITY MEIHIN
WWW.SPECIA.FI

Hisson opiskelija!

Tarvitsetko sparrausta työnhakuun tai tietoa humanistien sijoittumisesta työelämään? Liity ammattijärjestöön jo opiskeluaikana, niin pääset kehittämään osaamistasi, saat ympärillesi verkoston ja turvan työelämän kiemuroihin!

Tutustu kaikkiin palveluihin:

specia.fi

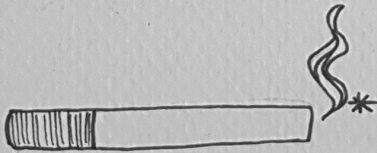
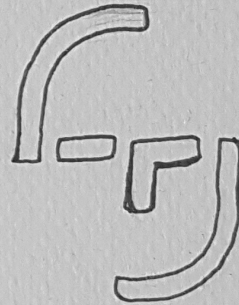
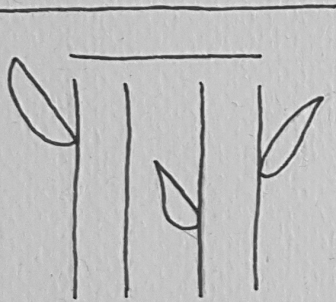
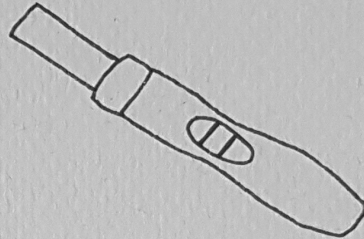


Asiantuntijat ja esihenkilöt ry

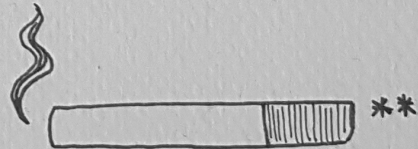
Hyvin-
vointi



PAHOIN-
vointi



*fyysinen



**henkinen



Syötä kortti
64,00€

ihan mitä
vaan muuta

Braileria Cordon Bleu

Kalkkunan kanssa saunassa tuomiopäivää odotellessa

Nyt kun meillä vielä on muutama päivä ennen koronan mutatoitumista ja ihmiskunnan lopullista tuhoa vessapaperin loputtua, on mielestäni varsin hyvä tilaisuus käsitellä aikaa, jolloin asiat olivat hyvin, ja selvittää, miten oikein silloin vanhoina ja hyvinä aikoina ihmiset hyvinvoinnistaan huolehtivat. Täysin sattuman kaupalla satuin valitsemaan Espanjan tarkasteluni kohteeksi, ja totesin sen sopivan hyvinvointikeskusteluun harvinaisen hyvin, etenkin nyt tautihysterian aikaan, sillä jos Espanja olisi joskus liittynyt konkreettisesti johonkin tautiin, olisi kyseinen tauti varmaan nimetty sen mukaan. Lisäksi espanjalaiset jos ketkä osaavat huolehtia omasta terveydestään riittävällä levolla siestojen kautta, sillä eihän kukaan muu Euroopassa onnistunut jättämään välistä kahta pikku kahakkaa 1900-luvulla siestaamalla.

Espanjankaan ei tietenkään voi väittää aina olleensa täydellinen hyvinvoinnin keidas, esimerkiksi 1930-luvulla espanjalaiset ajautuivat käsirysyyn virallisesti poliittisista ja taloudellisista syistä. Tosiasiassahan joku tasavaltalainen oli ennen sisällissotaa kommentoinut tulevan Espanjan isällisen hahmon, Francisco Francon, kimeää ääntä, ja Franco oli sitten tästä niin suivaantunut, että oli päättänyt pistää koko maan sekasortoon, täysin

ymmärrettävästi. Sisällissodan aika voikin siis antaa meille vielä tänä päivänäkin keinoja selviytyä tässä uudessa ympäristössä, jossa nyt elämme.

Ensimmäinen tarinani hyvinvoinnin parantamisesta tulee Toledon piirityksen ajalta, ja tuolloin tasavaltalaiset olivat päättäneet piirittää nationalisteja kaupungin linnoituksessa, koska linnoituksen valtaamisen ajankohta sovittiin aina siestan ajalle vahingossa. Nationalisteille tämä tietenkin oli kinkkinen tilanne, kun linnakkeessa ei ollut juurikaan ruokavaroja ja siksi linnakkeen ruokailut sisälsivät pääasiassa leipää, joka tietenkin täyttää opiskelijan päivittäisannoksen hyvin, mutta Espanjassa oli totuttu korkeampaan elintasoon. Näin ollen nationalistit kaupungin ulkopuolella saivat aivan loistavan idean; he päättivät lennättää

kaupunkiin kalkkunoita. Ideana oli täyttää lentokoneet kalkkunoilla, lentää kaupungin yläpuolelle ja paiskata kalkkunat koneesta, että ne sitten liihottelisivat linnakkeeseen eikä linnakkeessa kuoltaisi nälkään (tai ruuan yksipuolisuudesta valittamiseen).

Linnakkeen asukkaiden onneksi tällainen idea keksittiin, sillä tuona aikana ei olisi tietenkään ollut minkäänlaisia silkkiä kankaita, joilla tarvikkeita olisi lentokoneesta voinut pudottaa. Myöhemmin saksalaiset päättivät vähän kopioida näitä espanjalaisia veikkoja, ja siksi myös päättivät mainostaa omia lentojoukkojaan lintujen mukaan, päätyen tosin mediaseksikkäämpään Condor-legioonan, tosin kalkkunalta tuokin otus näyttää.

Kalkkunoiden viskominen lentokoneesta, niin hauskaa kuin se



varmasti onkin, ei kuitenkaan ole ainoa keino kohentaa omaa hyvinvointiaan. Espanjaan oli sisällissodan aikana kutsuttua monia suomalaisia vieraita ”lomalle”, joka tosin sisälsi normaalia enemmän pyssyjä ja juoksuhaudoissa nököttämistä, ja vaikka tämän käsittäminen lomana oli tietenkin henkilöstä kiinni, joillekin suomalaisista lomailijoista sotiminen ei ilmeisesti ollut aivan mieleen. Näin ollen tasavaltalaisten tehtyä vuonna 1938 Ebro-joen yli pikku retken, joka päättyi ikävästi nationalistien vallattua parhaat piknikkipaikat, eksyivät muutamat noista suomalaisista kotiinpaluun yhteydessä.

Niinpä he seikkailivat espanjalaisella maaseudulla aikansa, välttelivät nationalistien partioita, sillä nämä olisivat varmasti tarkistaneet heidän passinsa ja matkustuslupansa, ja törmäsivät maataloon, jonka asukkaat olivat ilmeisesti yhtä lailla päättäneet lähteä pienelle seikkailulle espanjalaisella maaseudulle. Maatalo kuitenkin tarjosi näille suomalaisille tilaisuuden kohentaa omaa oloaan, ja he päättivät tehdä sen kaikista loogisimmalla ja järkeenkäyvimmällä tavalla, muuttaen maatalon tiiliseinäisen ja -lattiaisen keittiön saunaksi, kuten odottaa saattaa, onhan kyseessä jokaiselle suomalaiselle ominainen selviytymisstrategia jo muinaisilta mongolijurta-ajoltamme.

Mitä nämä kaksi toisistaan erossa olevaa tarinaa sitten voivat meille tänä päivänä ja herran vuonna 2020 opettaa? No, näiden perusteella voimme nähdä, miten yksinkertaisista asioista hyvinvoinnissa loppujen lopuksi onkin kyse. Sauna ja kalkkunoiden viskominen lentokoneesta saattavat vaikuttaa täysin jokapäiväisiltä asioilta, mutta niillä saattaa olla hätätilanteessa oleville hyvinkin tärkeä merkitys.

Kun vessapaperin ja säilykelihan hamstrauksen väliin jättäneenä toteat ruuan loppuneen, kyllä taivaalta putoava kalkkuna kovasti mieltä lämmittää, ja saunaksi muutetussa keittiössä on hyvä odotella horisontissa siintävää tuomionpäivää.

Akusti Hakonen



Kalkkunan lomamatka Espanjaan sai odottamattoman käänteen.

Hyvinvointimusiikkia

Musiikkisuositus: Boston – Peace of Mind (tosi mukava hyvän mielen biisi, 70-luvun rokkia)

Suuri rakkauteni metallimusiikkiin on mielestäni ihan ok. Välillä kuuntelussa on death tai black (BLÄK) metal, toisinaan vanhan liiton heavy tai proge, joskus egyptiläistä kansanmusiikkia. Myös kasari- ja ysäripop ovat mukavaa jyystöä. Lähellä sydäntä on lisäksi ambient ja drone, joiden tahtiin ei tanssita tai pyöritä moshpitissä, mutta ovat ehkä parasta taustamusiiikkia ikinä.

Voin varsin hyvin kuunnellessani mieluisaa musiikkia. Spotify-soittolistoihini kuuluu muun muassa lista nimeltä ”Alive”, joka sisältää enimmäkseen brutaalia ja teknistä death metallia. Tämä



tää äijä soitteli death metallia :)

siis puhtaasti hyvän mielen musiikkina, vaikka sanoituksista löytyy törkyä aina ihmiskehon moninaisesta silpomisesta alaikäisen ruumiin seksuaaliseen häpäisyyn. Ei, minusta ihmisten raaka tappaminen tai yhtään kenenkään raiskaaminen ei ole millään tavalla hyvä asia.

Tämänkaltaisen raaka musiikki muistuttaa minulle siitä, kuinka olen yhä elossa ja läsnä tässä maailmankaikkeudessa, jostain kumman syystä. Vaikea selittää. Meitä kaikkia potkii elämä joskus päähän ja itse ihailen suuresti muusikoita, jotka ovat löytäneet keinon sisäisen inhon, tuskan ja surun kanavoimiseen taiteeseen. Tähän ei siis lasketa niitä artisteja ja bändejä, jotka ratsastavat sataprosenttisen puhtaasti shokkiarvolla. Katson teitä, Cannibal Corpse.

Mitä tulee energiseen rallattelumusiikkiin, joka saa ainakin osan ihmisistä kuvittelemaan yksisarvisella ratsastamista liekehtivän miekan kera läpi galaksien kohti loistokasta

voittoa, on power metal tavallaan oma lukunsa. Meistä moni haluaisi olla oman elämänsä sankari tai elää fantasiamaailmassa ja siksi ymmärrän eskapisteja oikein hyvin. Sankarillinen power metal antaa nimensä mukaisesti positiivista voimaa, mutta toisella tavalla kuin rankempi ja raaempi musiikki. Sitä paitsi kuka ei haluaisi asustaa Keski-Maassa?

Onneksi kuitenkin kaikki tämän genren musiikki ei edusta ylivedettyä ylistystä väkivallalle, voimalle ja öljytyille lihaksille (ks. Manowarin promokuvat 80-luvulta, jos uskallat), vaan myös hempeille tunteille ja herkille hetkille annetaan tilaa, joka on aivan tajuttoman hienoa. Herkät ja syvälliset aiheet näyttäytyvät edukseen myös metallimusiikissa, eikä se suinkaan tarkoita, että bändin pitäisi tehdä kaupallisia singlejä ja myymään sielunsa pala palalta levy-yhtiölle. Suosittelen lukemaan muun muassa Death-yhtyeen sanoituksia, joissa käsitellään elämänfilosofisia teemoja. Esimerkkinä mainittakoon Without Judgement, joka käsittelee ilmeisesti ihmisiin kohdistuvia ennakkoluuloja. Monitulkintaisuus on mielestäni sinänsä hyvä asia, koska yksi



Brasilialainen thrash metallia soittava "tyttöbändi" Nervosa.

kappale voi tarkoittaa eri ihmisille eri asioita, eikä siinä ole mitään väärää. Ehkä se kertoo samalla jotain sanoittajan lyyrisestä lahjakkuudesta.

Lyriikoiden ei toki aina tarvitse olla mitään Platonin runousopin mukaista paatosta, vaan välillä on virkistävää nähdä, kun lauletaan ihan mitä sattuu:

*Henkinen elämämme potee anoreksiaa /
tunnemaailma huutaa pornografiaa
Ruumiimme surkastuneet eivät liikahda /
velton lihasmassan virvoittaa väkivalta
(Turmion Kätilöt – Irstauden ilosanoma)*

Moni muuten ajattelee metallimusiikin vokaaleja automaattisesti karjumisena tai rääkymisenä, mutta sorrun nyt häpeissäni kliseeseen

kirjoittamalla, että tähän pätee vain tiettyyn osaan ja enimmäkseen tiettyihin alagenreihin. Örinä- ja rääkymislaulu (ja varsinkin kunnon korkea Nazgûl-tason rääkyminen, ai että!) vetoavat kyllä itseeni, koska milloin ihminen oikeastaan karjuu kurkkuaan myöten? Silloin kuin

hän kokee erittäin voimakkaita tunnetiloja. Oikein tehtynä se on varsin teatraalista ja vaikuttavaa.

Minua tuntevaa ihmistä saattaa kuitenkin yllättää, että henkilökohtaisesti preferoin puhdasta laulua noin yleensä ja arvostan suuresti bändejä, joissa

vokalisti laulaa puhtaalla äänellään osana raskaampaa tykittelyä tai fiilistelyä, ihan miten vain. Nautin toki suuresti kevyemmistäkin kappaleista ja esittäjistä, jotka vielä jostain syystä lasketaan metalliksi ja ihan yhtä lailla niistä, jotka ovat osa rock- ja popmusiikin laajaakin laajempaa kirjoa.

On suurta nautintoa löytää uutta ja mukavaa kuunneltavaa, joka joskus yllättää kuuntelijan. Kuunnelkaa musiikkia, jos siltä tuntuu ja voikaa hyvin!

*Kitaristi, humanisti ja patinisti
Rony Sakkara*

kissa hyvin vointi



haloo patinan ihmiset (ja muut otukset),

täällä sissi kissa

Olen tosiaan kissa ja en opiskele hissa, mutta tulín kertomaan teille jotakin tärkeää

ei kannata voida pahoin kun voi myös voida hyvin

hyvin vointi on kivaa ja pahoin vointi ei ole kivaa

täytyy kyllä myöntää että itse voin myös toisinaan pahoin

esimerkiksi silloin kun palvelijani antaa minulle terveellistä ruokaa

tai silloin kun palvelijani ei leiki kanssani kolmelta aamu yöstä vaikka kuinka sitä vaadin

haluan kuitenkin jakaa teille ohjeita jotka auttavat itseäni pahoin voinnin hetkellä

jotta hyvin vointi palaa

Ensiksi suosittelen että etsitte sopivan paikan jonne voitte käpertyä kerään (ihmisten tapauksessa sikiö asento varmaan toimii?)

voin suositella: mahdollisimman pieni pahvi laatikko, joku kielletty paikka (esim. keittiön pöydän päällä), joku mukavan pimeä paikka (esim. sängyn alla) tai jonkun palvelijasi syli (mieluiten niin, että palvelijalla on mahdollisimman epä mukava asento)

seuraavaksi pitää suorittaa pesu, sillä puhtaus lisää hyvin vointia

Jos et ylety joka paikkaan niin kannattaa kysyä jotain läheistä kaveria apuun

kun olet hyvällä kerällä ja pesu on tehty, niin seuraa muutaman tunnin päivä unet

kun heräät päivä unilta niin hyvin vointi on varmasti lisääntynyt

Jos haluat kuitenkin vielä maksimoida sen, niin suosittelen seuraavia asioita:

- syö herkullista ruokaa (mikäli sitä ei ole tarpeeksi, palvelija yleensä antaa lisää)
- juokse valta kuntaasi ympäri ja huuda niin kovaa kuin pystyt
- etsi jokin jännittävä uusi paikka johon pissata – seikkailun halu lisää hyvin vointia (oma suositus: vili sedän sali kassi)
- tuijottele tsirbuloita ikkunasta
- etsi lähellä oleva ihmismiäs ja nuolaise hänen kainaloaan – mmm kuinka herkullista
- toista näitä niin kauan, kun voit taas hyvin

kiitos pati nistit

terveisin,

ystävänne sissi kissa

kirjoittaja on kissa

Mietteitä HOL- seminaarista - osa II: ~~Tulikansa~~ koronan hyökkäys

Olimme ostaneet säästöliput junaa varten ja majapaikkakin HOL-seminaarin vierailuamme varten oli jo hoidettu. Odotimme innolla häämöttävää perjantaita. Pian pääsisimme kuulemaan seminaarissa asiantuntijoilta kuoleman kulttuurista ja illalla odottaisi mahtavat sitsit. Mutta kaikki muuttui, kun tulikansa eikun siis korona hyökkäsi. Oli todella harmillista, että seminaari ja kaikki muu tapahtuma piti perua.

Tämän kaltainen nopea toiminta oli kuitenkin parempi vaihtoehto kuin, että olisimme saaneet ilmoituksen ollessamme jo junassa.

Tämän kaiken voittaja on selkeästi se Tosineen jäsen, jonka kämpässä ovat kaikki sitseille tarkoitettu alkoholi ja ruoka. Mikäli hän tekee vielä vessapaperirullista bunkkerin omaan asuntoon niin hänenhän ei tarvitse poistua sieltä ainakaan muutamaan kuukauteen. Kaikki myös tietävät, että vessapaperilinnostushan on ainoa oikea suoja koronaa vastaan. Olen pohtinut, että pitäisiköhän minun ensi kauppareissullani mennä sinne poppareiden kanssa, jos meno olisi samaa tasoa kuin jenkkien Black Friday -alennukset. Jäämme siis innolla odottamaan seuraavaa HOL-semmaa ja koputtelen tässä vaiheessa vielä puuta, että ei tulisi tälle jatko-osaa (kaikki kyl tietää miks eka Avatar-leffa ei saanu jatko-osaa).

Kirjoittaja: Firelord Meowzai

P.S Tämän upean nimen keksimisen kunniaksi Tulimaan viralliseksi juomaksi nimetään Lime Battery!



PUUHANURKKA!

Kuva-arvoitus: voivatko kuvien ihmiset/eläimet hyvin?

KUVA 1:



Ehdottomasti. Juha Mieto ja mämmi kuuluvat erottamattomasti yhteen.

KUVA 2:



Ehkä. Kysessä on kissa. Kaadettava neste ei ole ainakaan Gambinaa.

KUVA 3:



Ei missään nimessä. Kellään ei ole kivaa, kun kaljat kaatuivat päälle.

KUVA 4:



Mitä tässä oikein tapahtuu? Miksi? Ei aavistustakaan.

VAPRIIKKI

KISS
MY

mixei

POAS

LENIN
MUSEO

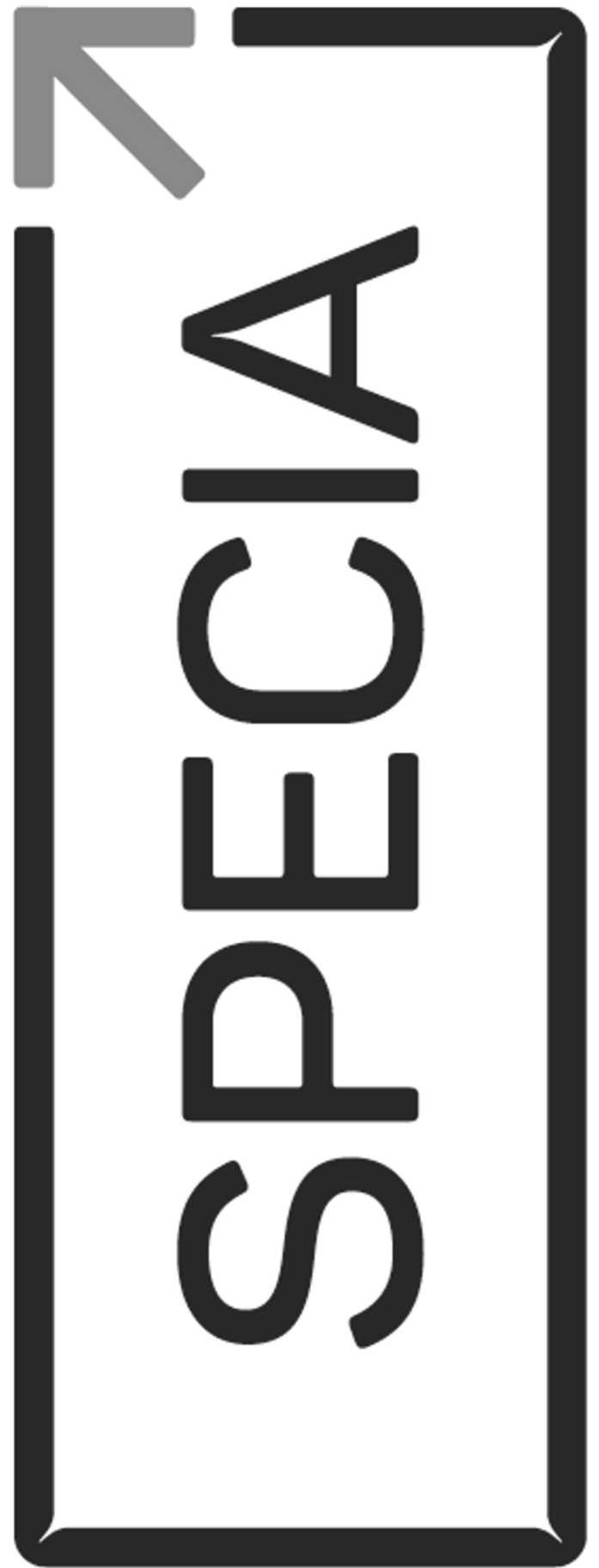


Persiilleen se meni
Neuvostoliittokin!

Dois

YÖKERHO

HYVÄLLÄ ÄTMÖKSELLÄ!



Asiantuntijat ja ylemmät
toimihenkilöt ry



*Historian Lehti on Patina ry:n julkaisema
humanismin tiivistelmä, jossa käydään
vaihtelevaa diskurssia niin ajankohtaisista
kuin ajattomistakin asioista aina antiikista
moderniin aikaan.*

Tietysti historian opiskelijan näkökulmasta.

www.patinary.com

www.issuu.com/patinary (HiLe)



@patina_ry

