



GERÇEĞE DOĞRU

# zafer

BİLİM-ARAŞTIRMA • KÜLTÜR-SANAT DERGİSİ

566. SAYI ŞUBAT  
2024

FİYAT:  
60 TL

EŞSİZ BİR EŞGÜDÜM ÖRNEĞİ:  
KALP VE AKCİĞER

YERYÜZÜNÜN GÖRÜNMEYEN  
MÜCEVHERLERİ: DİYATOMELER



PARA SAADET  
GETİRİYOR MU?

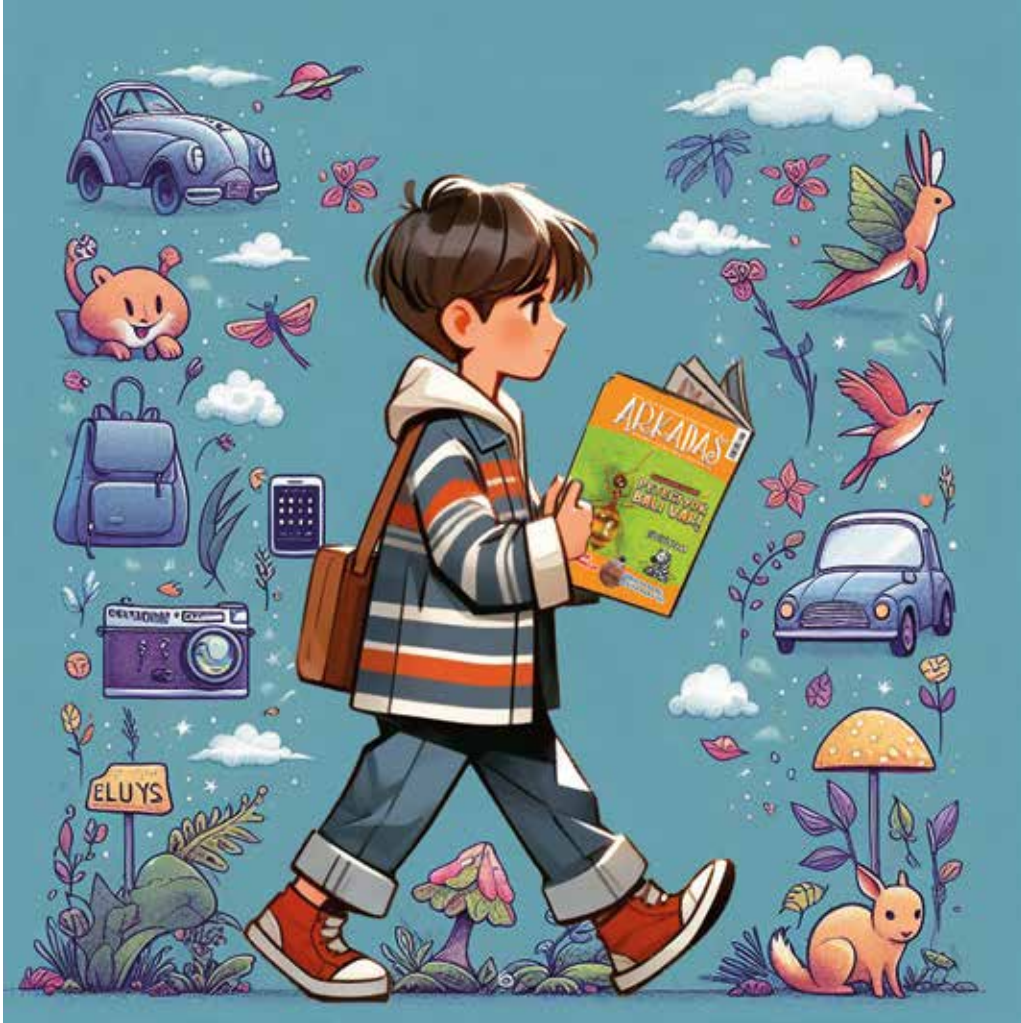
GAMZE DEĞİL  
GAZZE

MAVİ  
BÖLGELER

KAR TANELERİ  
NEDEN AYNI DEĞİL?

Yeryüzü... Yıldızlar ve İki Arasında Yarattığımız Sayısız Şey ile  
**ARKADAŞ**

## Çocuklarınız için en iyi arkadaş



**Abone Servisi İletişim Bilgileri**  
abone@zaferdergisi.com  
0 549 505 60 01 - 02 - 03

[www.arkadasdergisi.com](http://www.arkadasdergisi.com)

## Sizlerle Şubat 2024

Merhaba değerli dostlarımız,

Üç aylarınızı tebrik ediyoruz. Hayatın her saati her günü ayrı bir fırsat ama üç ayların yeri farklı. Topluca yaşanan bu manevi iklimde insanların maneviyata yönelmeleri daha kolay oluyor. Bunu ganimet bilelim, Kur'an hayatımıza hayat olsun. Kur'an'ı ve mealini okuyalım. Rabbimizin kelamı o! Onun ne dediğini de anlayalım. Çünkü anlamadan yaşanmıyor...

Peygamber Efendimiz her işimizde rehberimiz olsun. Sadece dilimizi değil, aklımızı, konuşmalarımızı, gözümüzü, duygularımızı, işlerimizi, alışverişlerimizi, hallerimizi de Müslüman yapalım. Ta ki faydasız geçen günlerimizle, işlerimizle ebedi güzellikler kazanabilelim.

Fani dünya için ebedi bâki cenneti feda etmeyelim. Bir rüya için yakazaya gözümüzü kapatmayalım. Bizim gibi şaşkın insanları izlerken, Allah Resulünün izlerini kaybetmeyelim...

Yolumuz uzun, sınavımız çetin, ancak Rabbimizin rahmeti ve inayeti de bizimle beraber. Ahiret yurduna selamete varabilmemiz için ne gerekiyorsa eksik bırakılmamış. Yol da Onun, varlık da Onun, Kılavuz da Onun, yolcu da Onun... Yeter ki biz yolumuza bakalım.

Bu zamanın en büyük avantajı bilgiye ulaşmak; fakat doğrunun yanlışın karışık olması bu avantajı bir o kadar da tehlikeli hale getiriyor. Bir sözü, bir bilgiyi kim söylemiş, hangi amaçla söylemiş, başka niyetleri var mı, bunlar da önemli... Malum, "şeytan sağdan da yaklaşır" uyarısını Peygamberimiz boşuna yapmamış... Bir münafığın kelime-i tevhidi söylemesi üzerine "sözü doğru, fakat kendisi yalancı" denildiğini de okuyoruz.

"Tağut'a kulluk etmekten kaçınip, Allah'a yönelenlere müjde vardır. Dinleyip de sözün en güzeline uyan kullarımı müjdele. İşte Allah'ın doğru yola ilettiği kimseler onlardır. Gerçek akıl sahipleri de onlardır." (Zümer Suresi 17-18) Tağut için, "insanları azdırarak inkâr ve isyana sürükleyen ve birer mâbud gibi değer verilip peşinden gidilen (insan, fikir, inanç vb) şeylere verilen genel isim" şeklinde tarif yapılıyor. Kendisi tağut olan da var, insanın kendine tağut yaptığı şeyler de var... Bunlara karşı ve o "müjdeye" erenlerden olalım inşaallah.

Bir maneviyat büyüğüne "dünya nedir?" diye sorduklarında, "Seni Allah'tan uzaklaştıran, Allah yolundan alıkoyan her şeydir" diye cevap vermiş.

Kalplerimizin ahirete dair konulara kulak kesildiği mübarek günlerdeyiz. Bu günler "âhiret ticareti için gayet kârlı bir meşher, bir pazardır. Ve uhrevî hasılat için gayet münbit bir zemindir. Ve neşv ü nema-i âmal için bahardaki mâh-ı nisandır." Hem kendimiz hem tüm Müslüman kardeşlerimiz için çalışalım, dua edelim... İnşaallah en kısa zamanda Gazze'de, Doğu Türkistan'da, Filistin'de, Arakan'da ve dünyanın her yerindeki kardeşlerimizin felahını ve zaferlerini görürüz. İslam Ümmetinin tek yürek ve tek vücut olması için çalışmalı, çalışanlara destek olmalıyız. Rabbimiz, dünya ve ahiret başarıları versin, dualarımızı kabul etsin.

Şubat sayımızın hazırlığında emeği ve katkısı olan herkese, ve ayrıca abone olarak destek olan dostlarımıza teşekkür ediyoruz.

Gayret, çalışmak, sefer bizim; zafer Allah'ındır...

— Editör

# içindekiler

- 8 Yeryüzünün Görünmeyen Mücevherleri: Diyatomeler  
**PROF. DR. FATİH SATIL**
- 10 Para Saadet Getiriyor mu?  
**PROF. DR. KEMAL SAYAR**
- 11 Bilgi ve İrade  
**ÖMER SEVİNÇGÜL**
- 12 Kar Tanelerinin Şekillerindeki Benzerliğin ve Farklılığın Sebebi Nedir?  
**PROF. DR. MUSTAFA NUTKU**
- 15 Güzel Yüreklerle İhtiyacımız Var  
**EZGİ AKGÜL**
- 16 Mavi Bölgeler  
**NİHAL BALCI**
- 22 Hayat Nasıl Korunur?  
**PROF. DR. ALAADDİN BAŞAR**
- 23 7 Kita 7 Mana / Şiir  
**NUREDDİN PALA**
- 24 Gamze Değil Gazze  
**GAMZE KOÇ**
- 25 "Deveni Bana Sat" / Saadet Asrından  
**HAZIRLAYAN: YÜKSEL KARAHAN**
- 26 Ölüm Saati / Hayalin İçinden Öyküler  
**HÜSEYİN BURAK UÇAR**
- 28 Şaşırtan Organımız: Küçük Dil  
**PROF. DR. SEFA SAYGILI**
- 30 Vadedilmiş Topraklar Hayal, Gerçek Olan Vadedilmiş Ateş!..  
**SELİM GÜNDÜZALP**
- 32 Kâinat Kitabının Satırlarını Okuyan Bir Bilim: Kimya  
**PROF. DR. OSMAN ÇAKMAK**
- 34 Dil Duygu Düşünce Davranış  
**AYTEN YADİĞAR**
- 36 Eşsiz Bir Eşgüdüm Örneği: Kalp ve Akciğer  
**PROF. DR. AKIN İŞCAN**
- 38 At Hakkında...  
**MUAMMER ERKUL**
- 40 Gücü, Merhametle ve Tevazu ile Yoğurmak  
**İBRAHİM KÖROĞLU**
- 42 Bakara Suresinde Görünen Tevafuklar / Kur'an Allah'ın Mucize Kelamıdır  
**PROF. DR. NİYAZİ BEKİ**
- 46 El-Bâcî'nin Öğütleri: 'Umudunuzu Rabbimize Bağlayın' / Nasihatnamelerden Sayfalar  
**DOÇ. DR. RECEP ÖZDEMİR**
- 48 Hesap Edilemeyenler  
**NECATİ KAĞAN ÇETİN**
- 50 Mutluluk Elde Edince Değil, Fark Edince Başlar  
**KÜBRA ER**
- 52 Tasavvuf Sanatçıya İlham Kaynağı Olabilir mi?  
**TUNAHAN EREN ARSLAN**
- 54 Güzellikler ve Farkında Olmak  
**ELİF E. BAYRAKTAR**
- 59 "28 yaşında, iş hayatında tutunamamış bir adamım. Artık, "yine yapamam" korkusuyla iş görüşmesine gitmiyorum. Aklımda takıntılı düşüncelerle geçiriyorum."  
**FEYZULLAH AKDAĞ  
PSİKOLOJİK DANIŞMAN**
- 59 Karikatür / Hal Dili / Sebep  
**OSMAN SUROĞLU**

# SATIR / ARASI

Yolda bulduğu cüzdanın sahibini aramak, bunun için elinden geleni yapmak, ahlak sahibi olmanın alamet-i farikası olarak görülürken, kendimizi içinde bulduğumuz bedenın sahibini aramak çabası, gereksiz mistik bir uğraşı olarak görülür.

— İbrahim Paşalı



Hiç kimse intikam peşinde koşmamalı, sadece adaleti aramalıdır. Çünkü intikam sonu olmayan kötülüklerin de kapısını açar. Geçmişini unutmayın ama onunla da yaşamayın! Sloganımız şudur: Kendinden olanı sev, ötekine saygı göster. Biz asla kin gütmeyeceğiz ama asla yapılanları unutmayacağız ve her şey bittiğinde hatırlayacağımız düşmanlarımızın sözleri değil dostlarımızın sessizliği olacaktır.

— Aliya İzzetbegoviç



Derisindeki nakış ve desenler yılanın süs vermediği gibi, kötü karakterli insanların üzerlerindeki süsler de onlara bir güzellik katmaz.

— Koca Ragıb Paşa

Bir dost meclisinde, Hâfız-ı Şirazi'nin "Allah bir kapıyı açmadan bir kapıyı kapamaz." sözünü zikreden bir adam, bu sözü şöyle yorumladı:

"Allah açtığı kapıyı arayıp bulalım diye, mevcut kapıyı kapatıyor. O halde, bir kapı bize kapanmışsa, bu bizim için açılmış ama henüz keşfedemediğimiz yeni bir kapının varlığına delâlet eder."

İş tutuşun kalbî, iş yapışın aklî olsun. Birincisi seni samimi ve ihlaslı kılar; ikincisi titiz ve başarılı...

— İhsan Fazlıoğlu

Yâ Rabbi; Sana hamd edebildiğim için de hamd ederim!..

— Necip Fazıl Kısakürek



Küçük bir kızken tanıdığımız yaşlı ve bilgini bana şöyle demişti: "Daima kendin ol. Kimseyi taklide çalışma. Allah filleri yaratmıştır, ama aynı zamanda tavşanları da." O zaman ben bu sözlere pek inanmamıştım. Çünkü benim gözlerim, boru gibi sesiyle fillere dolmuştu ve ben ufacık tavşanları görmüyordum bile. Fakat şimdi, yaşasın filler ve yaşasın tavşanlar diyebiliyorum.

— Rosemary Cobham

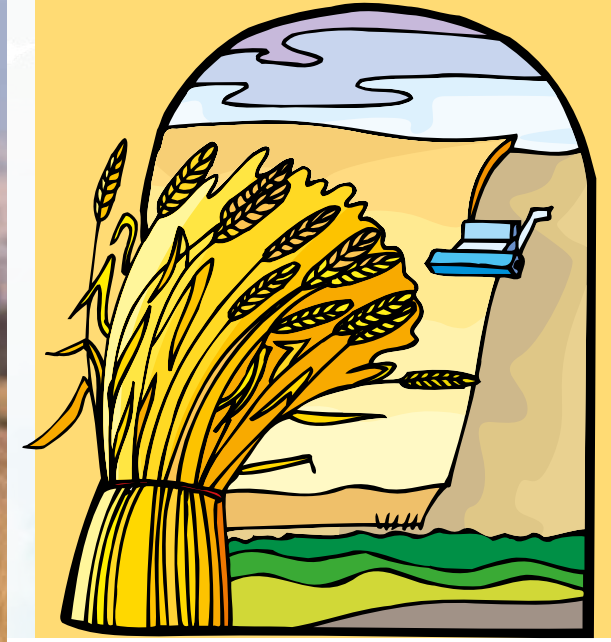
Hayatınızın siz hiç yaşamadan akıp boşa gittiğini size hatırlatan seslere karşı kulaklarınıza pamuk tıkayabilir, zihninize kilit üstüne kilit vurabilir, her türlü yüzleşmeden fellik fellik kaçabilirsiniz. İyi ama neden?

Sorgusuz sualsiz buyur ettiğimiz her beyhude sözün de, kapımızdan geri çevirdiğimiz her hakiki sözün de elbet vebali vardır.

— Gökhan Özcan

Şu kainatta, dikkat isteyen nakışlı sanatları anlamayanlar, bu dünyaya kör gelmiş, kör gidiyor demektir.

— Defterdar Âtîf



Mevlânâ Hazretleri cömertliğin bereketini ve güzelliğini şu temsillerle anlatır: "Ekin eken, önce ambarı boşaltır, ama sonra hâsılatı pek çok olur. Fakat tohumu ambarda tutan ise, sonunda onu kurtçuklara yem yapar." (Mesnevî, I, 156)

Gününü en güzel, en faydalı şekilde kullanmayı bilen bir insan için, asıl mutluluk akşam vaktinde gelir.

— Corneille

Allahu Teâlâ'nın, her yaptığımızı her düşündüğümüzü bildiğini unutmamalıyız. İnsanlar birbirinin dışını görür. Allahu Teâlâ ise, hem dışını, hem içini görür. Bunu bilen bir kimsenin işleri ve düşünceleri edepli olur.

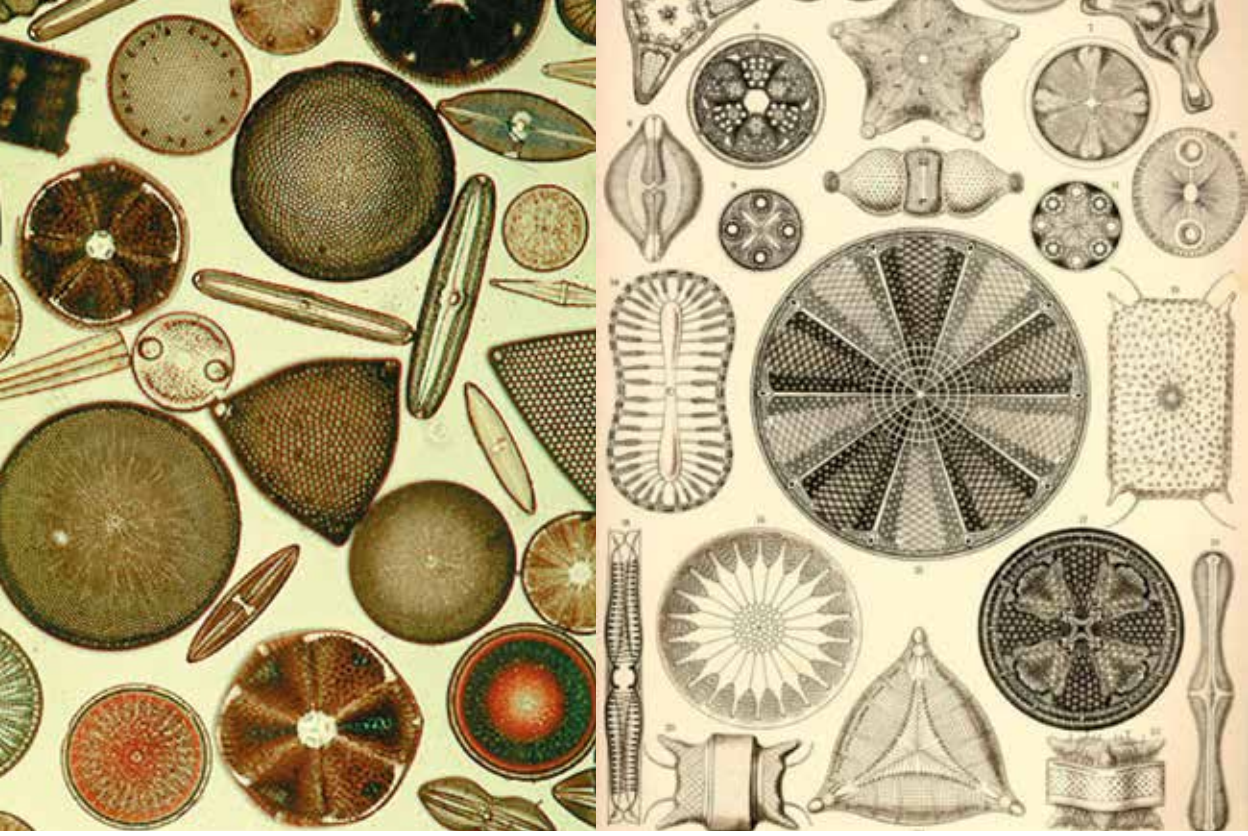
— İmam Gazali (ra)

Kendi yaptığı puta tapmak gibi insanın böyle garip sapıklıkları da vardır.

— Tefvik Fikret

Kelebeğin ömrüne 'bir gün' deme. O senin gibi ayları değil, anları sayar.

— Tagore



**Yeryüzünün Görünmeyen Mücevherleri:**

## **Diyatomeler**

**PROF. DR. FATİH SATIL**

Denizden alınan bir damla su bir mikroskop altında incelenecek olursa görüntü alanında çeşit çeşit, renk renk, desen desen mikro boyutlarda cam görünümlü mücevherimsi canlılar dikkatimizi çekecektir. Diyatome denilen bu canlılar aslında mikroskopik alglerdir. En büyükleri 1 mm çapında olan bu minik canlılardan 1 cm<sup>3</sup> deniz suyunda, yaklaşık 10 bin tane bulunur. Aslında bu mikro canlılar sadece deniz suyunda değil ışık, su, karbondioksit ve gerekli besinlerin olduğu her yerde bulunabilirler.

Diyatomelerin en etkileyici özelliği kabuklarıdır. Diyatomeleler son derece mükemmel bir mimari ile yaratılırlar. Silisyum içeren sert kabuklarının son derece simetrik bir görünümü vardır. İlginç olan, her birinin birbirinden farklı, kusursuz bir

geometrik düzene sahip olmasıdır. Öyle ki, on binlerin üzerinde çeşidi olan Diyatomelelerin hiçbirinin kabuğu birbirine benzemez. Diyatomeleler; küre, mekik, çomak, yarım ay, küp, testi, tabak vesaire aklımıza gelmedik daha nice şekiller ve süslerle bezenmiştir.

### **Sanatkârane İşlenmiş Harika Bir Mücevher Kutusu**

Diyatomelerin hücre çeper yapıları %95 oranında silis ihtiva ettiği için bunlara silisli su yosunları da denir. Hücre çeperi iç içe geçmiş kutu şeklinde kapanan bir yapıdadır. Yani canlı hücre bu silis kutu içerisinde Sanatkârane işlenmiş harika bir mücevher kutusunu milimetrenin %1'i kadar küçültebilirseniz Diyatome hücre çeperine benzer bir yapı elde edebilirsiniz.

Ortalama 10-60 mikron büyüklüğündeki bu mikroskopik canlıların hücre çeperlerinin üzeri girintili çıkıntılı, desen desen çizgilerle, noktalarla ve harika süslerle işlenmiştir. Bunlara denizlerin mücevherleri de denmektedir. Bir insanın 10 mikronluk bir alanda böylesine kusursuz bir estetik harikası meydana getirebilmesi neredeyse imkansızdır.

Diyatomelerin, denizdeki hayvanlara besin olabilmeleri ve hayatlarını devam ettirebilmeleri için su içerisinde kalıp dibe çökmemeleri gerekir. Bilhassa fotosentez yapabilmeleri için güneş ışığının su içerisinde iyi nüfuz ettiği yer olan 'fotik zon'da yaşamaları gerekir. Bunun için okyanuslarda ince hesaplarla hassas mizanlarla (ölçülerle) tasarruf eden Kudret, Diyatomeleleri su içerisinde yaşayabilecek bir yapıda yaratır. Bir canlı su içerisinde kalabilmek için ya aktif hareket etmeli veya özgül ağırlığı suyunkine eşit veya yakın olmalıdır. Diyatomeleler pasiftirler ve aktif hareket edemezler. Yüce Yaratıcı, Diyatomelelere yağ biriktirme yeteneği vererek, özgül ağırlıklarını suyunkine yakın duruma getirmiştir. Ayrıca, yüzeyleri çeşit çeşit süslerle benzetilmiş, böylece nisbi yüzeyleri artırılmıştır.

### **Diyatomelerin Yeryüzündeki Vazifeleri**

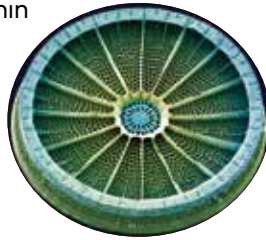
Diyatomelerin besin zincirinde de çok önemli yerleri var. Bu mikro canlılar küçüklükleriyle beraber denizlerin devasa hayvanları olan balina ve fok gibi canlıların ana besinlerini oluştururlar. Allah bu küçük canlıyı balıklara ve deniz memelilerine rızık olarak yaratmış, ardından onu balığa ve balığı besin olarak kullanan insana yararlı hale getirmiştir.

Birçoğumuz Amazon ormanlarının dünyanın akciğeri olduğunu düşünürüz. Oysa asıl oksijen kaynakları, okyanuslarda yaşayan trilyonlarca trilyon sayısınca diyatomelelerdir. Diyatomeleler oksijen üreten mikro fabrikalar gibi çalışırlar. Trilyonlarca diyatome, bu gaz değişimi sonunda kendi ihtiyaçlarının çok üzerinde oksijen üreterek atmosferdeki oksijen oranına son derece

önemli bir katkıda bulunmakta çalıştırılırlar.

Petrolün meydana geliş temelinde de diyatomeleler vardır. Birçok hikmete binaen diyatomelelerin ölüp çökerek deniz diplerinde milyonlarca yıl süren bir süreç sonunda jeolojik ve biyolojik kuvvetlerin de etkisiyle petrol yataklarının oluşmasında kullanılırlar.

Diyatomelerin silisyumdioksit bileşimli kabukları, diyatomeleler öldükten sonra deniz (ya da göl) tabanına çöker ve kalın katmanlar oluşturacak kadar birikebilir. Bu da belli bir tortul sürecin ardından, diyatomit adı verilen, kumtaşı ya da kilitaşı gibi bir tür tortul kayaların oluşmasını sağlar. Görünüşüyle tebeşiri andıran diyatomit, ateşe dayanıklılığı ve hafifliği sayesinde eskiden beri tıpkı bir tuğla gibi kullanılmaktadır. Örneğin, hepimizin bildiği, M.S. 532'de inşa edilen Ayasofya'nın kubbesi diyatomit tuğlasından örülmüştür.



### **Çıplak Gözle Görülmeyen Bu Mikro Canlıların Dış Tabakasının Bu Kadar Özel Süslerle Donatılmış Olmasının Hikmeti Ne Olabilir?**

Varlıkların yaratılmasında bir maksat ve gaye o varlığın nefesine bakar. Yani onun yaşaması ve gelişmesi için gerekli ihtiyaçları dikkate alınır. Bu açıdan bakılacak olursa diyatomelelerin yüzeylerindeki bu süslemelerin hikmeti; nisbi yüzeyin artırılmasıyla suda askıda kalmalarını sağlamaktır.

Bir diğer hikmeti ise şuur sahibi diğer varlıkların bu süslemeli tasarımı mütalaa etmesi, o varlıktaki sanat inceliklerini ve güzelliklerini görüp onun Yaratıcısını takdir etmesidir.

Bu süslü yaratılışın en önemli gayesi ise, bizzat Yaratıcısının kendi eserini seyretmesidir. Onun için her bir varlık hem çok sanatlı ve hem de çok inceliklere sahip olarak yaratılmıştır. ❖

Kaynak: Dirican M., Bilim ve Teknik. Sayı: 378 (1999)

# Para Saadet Getiriyor mu?

PROF. DR. KEMAL SAYAR

Yirmili yaşlarının başındaki genç adam, “Bana paranın önemsiz olduğunu hiç kimse söylemesin” diye mırıldandı, neden sonra duruşuna mağrur bir eda vererek cümlesini tamamladı: “Ben materyalistim arkadaş!” Hayatımda ilk defa, birisinin hiç utanıp sıkılmadan kendisini böyle tanımladığını duyuyordum. Hani paraya önem veren çok insan görmüş ve dinlemiştim ama paraya verdiği önemi militan materyalistliği ile telif edene ilk defa rastlıyordum. Aslında bu delikanlı bir kuşağın şarkısını terennüm eder gibiydi. Uğruna yaşanacak ve ölünecek değerleri olmayan, hayatı kendi benliği ekseninde anlayan ve tanımlayan maddeci bir kuşak, anne babalarından farklı olarak, bu tutumlarını cümle âleme ilan etmekte beis görmüyorlardı.

İnsan güvenlik arayan bir varlık. Sahici ilişkiler kuramayan, hayatlarında dostluğun kol kanat geren varlığını hissedemeyen insanlar, güvenlik ihtiyaçlarını daha çok maddi kazanımla gidermeye yönelirler.

İnsanda pek çok şey güvensizlik üretebilir: Yeterince takdirkâr olmayan, çocuğunu duygusal açıdan yeterince besleyememiş bir anne baba, yoksulluk ve ölüm endişesi bu nedenler arasında sayılabilir. Güvensizlik duygusu mutsuzluk ve tatminsizliğe yol açar ve bunları gidermek için de kişi maddi nesnelere yönelir. Maddi kazanımlar ilk elde bu güvensizlik duygusunu giderir gibi görünse de, sonunda onu daha fazla derinleştirebilir de. Daha çok maddiyat insanların hayatına daha fazla mutluluk olarak geri dönmez.

Bazı araştırma sonuçlarına göre zenginliği, malı mülkü, statüyü ve imgeyi baştaçı eden insanlar kişilerarası ilişkilere ve ait oldukları topluma katkıda bulunmaya daha az önem veriyorlar. Hırslı, tamahkâr, başarılı olma arzusuyla yanıp tutuşan kişiler şefkat ve diğerkâmlık konusunda çoğu zaman sınıfta kalabiliyor. Yeryüzünün farklı kültürlerinden insanları da içine alan bir çalışmada, materyalizm ile güçlü ilişkiler (sadakat, yardımseverlik, sevgi) ve topluma ilgi (adalet,

barış, eşitlik) arasında ters bir ilişki olduğu, birinde artışın diğerinde azalmaya yol açtığı gösterilmiş. İnsanlar tüketim ve alışverişe, kazanma ve harcamaya çok önem verir ve vakitlerinin çoğunu eşyayı ve onun parasal değerini düşünmeye ayırırlarsa bir süre sonra kişilere de nesne gibi davranmaya başlarlar.

Martin Buber bu ilişki biçimine ‘ben-şey ilişkisi’ diyor: Karşı tarafın nitelikleri, öznel yaşantısı, duygu ve arzuları ihmal edilir, önemsiz addedilir veya sadece işe yarayacaksa kâle alınır. Böylesi ilişkilerde kanlı canlı insanlar nesne derekesine düşürülür; alınıp satılacak, kullanılıp atılacak nesnelere haline getirilir. Buber, ‘ben-şey ilişkisi’yle; diğer insanların öznel duygular taşıyan varlıklar olarak görüldüğü ve bakış açıları farklı olsa bile önemli sayıldığı ‘ben-sen ilişkisi’ arasındaki zıtlığa değinir.

Kapitalist tüketim toplumlarında dostluk da belirli amaçlara hizmet eden bir tüketim metaı haline gelir. Dostlar bize yararlı bir şeyler sağlayabildikleri sürece dost olarak kalır ve ilgiyi hak ederler. Bu karşılıklı bağımlılığa dayalı, pazarvari kontrat ilişkileri marifetiyle ‘dost’ karşılıklı olarak menfaatlerimizi karşıladığımız bir nesneye dönüşür. Birbirleriyle halleşmek isteyen iki insanın yerini belirli etkinlik ve arzular için birbirini kullanan iki insan alır. Empati ve cömertlik kayıplara karışır, yabancılaşma hızlanır. Maddeci değerlerin hükümlerinde olduğu bir toplumda çiftleri, arkadaşları, aileleri ve toplumları birbirine bağlayan bağlar zayıflar ve mahremiyet, insanın insana duyduğu yakınlık buharlaşıp kaybolur.

Bizim delikanlıya gelirse, materyalist dostumuz iki hafta sonra uğradığında ‘ferrarisini satmış’, kadim öğretilerde huzur arıyordu. ❖

## Bilgi ve İrade

ÖMER SEVİNÇGÜL

Bilmekle yapmak arasında upuzun bir yol var. Bu gerçek beni hem kaygılandırıyor hem de korkutuyor. Sahip olunan bilginin yaptırım gücü olmadığı yolunda bazı kuruntular geliyor zihnime. Bu konuyu zaman zaman derinlemesine düşündüm. Tanıdığım insanların bilgileriyle davranış biçimlerini gözden geçirdim, kendi deneyimlerimi göz önüne aldım.

Okuyup öğrendiğim gerçekliklerin boyutlarını, bunların bendeki etkilerini inceledim ve sonunda şu kanıya vardım:

İstem gücüyle bir araya gelmeyen bilginin yaptırım gücü az oluyor. Eylemlerle pekiştirilmeyen hakikatler birer felsefi bilgi yığınına dönüşüyor.

Nasıl bazı ilaçlar perhizle beraber alınmadıkça beklenen etkiyi göstermiyorsa, öyle de uygulanmayan bilgiler, gerçekler ve tanımlar hayatı düzenlemeyen, ancak düşünülünce hatıra geliveren bilgi birikimine dönüşüyor. Tıpkı kütüphane raflarını süsleyen kitaplar gibi.

Hatayı uygulamam gerekirken uygulamadığım gerçeklerde değil, kendimde aramam gerektiğini anladım. Bilginin yanına güçlü bir irade koyabilmeliyim. Çünkü en büyük engel, benim. ❖

# Kar Tanelerinin Şekillerindeki Benzerliğin ve Farklılığın Sebebi Nedir?

PROF. DR. MUSTAFA NUTKU

Kış mevsimlerinde yağan tüm kar tanelerini bir araya getirip mikroskop altında inceleyebilirsek, onların tümünün “altıgen geometrisinde” olduklarını, fakat birbirlerinin tamamen aynı iki kar tanesinin bile bulunmadığını görürüz.

Kar tanelerinin hem tümünün “altıgen geometrisinde” olmalarıyla birbirlerine benzemeleri ve hem de onların iki tanesinin bile birbirlerinin tamamen aynı yapıda olmayışları, büyük hayret uyandırmış; Wilson Bentley adlı bir kişi ömrünün elli yılını kar tanelerini mikroskop altında incelemekle ve onların fotoğraflarını çekmekle geçirmiş; o fotoğraflarının bir kısmını sergilerde teşhir etmiş ve bir kısmını da “*Snow Crystals*” adlı bir kitapta yayınlamıştır.

Wilson Bentley bu konuda şöyle demektedir: “*Mikroskobun altında kar tanelerinin mucizevi güzellikte olduklarını keşfettim. Bu güzelliğin başkaları tarafından da görülmemesi ve ondan gereken dersin alınmaması büyük bir kayıp. Her kar kristali bir tasarım harikası ve hiçbir dizayn bir daha tekrarlanmıyor...*”

## Böyle Bir Çeşitliliği Ancak Allah Gerçekleştirebilir

Kar kristallerinin “daima altıgen simetrisinde fakat farklı görünüşlerde” olması özelliği, her kış mevsiminde yağan karlarda tekrarlandığı için, bu konudaki araştırmalar da devam etmektedir.

Gökyüzünden düşen kar kristallerinin tümünün “*altıgen simetrisinde*” fakat her birinin diğerinin tamamen aynı olmayan şekillerde oldukları, insanların çoğunun bilmediği bir konudur. Bilinse bile, “bu gerçeğin muhteşemliği” üzerinde fazla düşünülmemiş olabilir. Oysa, “kar kristallerinin hepsinin altı köşeli olup yapılarının birbirinden farklı olması” büyük bir mucizedir. Böyle bir çeşitliliği hiçbir sanatçı, mimar ya da bilim adamı gerçekleştiremez!.. Üstelik, Yüce Allah bu sanatı 0,1 “milimetre kare” olan bir mekanın içerisine yerleştirmektedir...

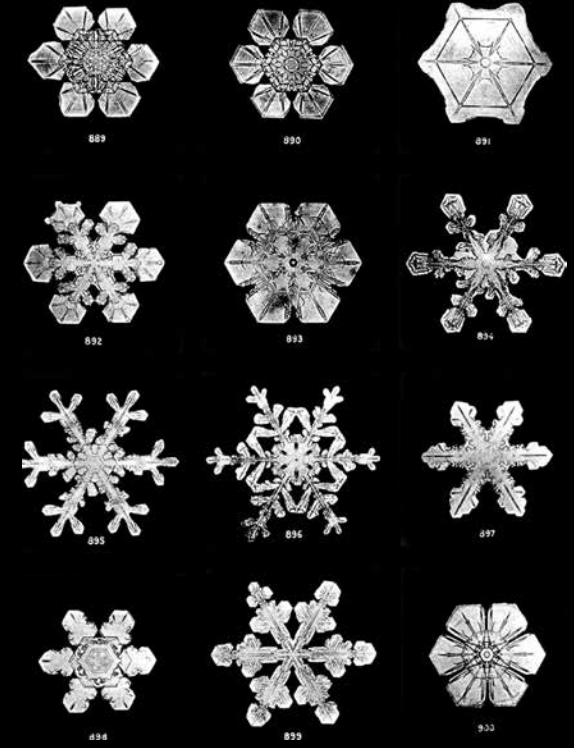
Fizik Profesörü Kenneth Libbrecht kar kristallerinin bu muhteşem yapısı üzerinde araştırma yapan bir başka bilim adamıdır. Kaliforniya Teknoloji Enstitüsü’nde çalışmalarını yürüten Libbrecht de kar kristallerinin

fotoğraflarını çekerek, “Allah’ın yaratma sanatındaki kusursuz güzelliğin bir örneğini” gözler önüne sermiştir. Profesör Libbrecht, “*Şimdiye kadar yapılan çalışmalar içinde, kar tanecikleri arasında aynı büyüklükte, aynı şekilde ve aynı sayıda su molekülü ihtiva eden iki kar kristalinin bile bulunmadığını*” bildirmiştir. Libbrecht teknolojik cihazların yardımıyla görüntülediği kar kristallerinin açılı, motifleri ve renkleri arasında da farklılıklar olduğunu göstermiştir.

## Kar Kristalleri Nasıl Şekillenir?

Kar Kristallerinin teşekkülü, Allah’ın koyduğu çok boyutlu kanunlar çerçevesinde şöyle olur: Bir kar kristali küçük bir toz tanesi etrafında şekillenmeye başlar. Bu kristal gitgide büyür ve köşelerinden itibaren küçük kollar oluşmaya başlar. Hava soğudukça bu kolların büyümesi biraz daha hızlanır. Hava değişimlerine maruz kaldıkça, oluşan bu yapı üzerinde kılcak uzantılar gelişir. Kar çevreye savruldukça ve değişik koşullara maruz kaldıkça, bu yapılanma devam eder ve her şarta uygun farklı bir özellik kazanmaya başlar. Tek bir kar tanesindeki her kol aynı gelişmeyi yaşadığından, kar tanesinin bütün kolları birbirine benzer ve son derece kompleks bir yapı yaratılır. Meydana gelen altıgenle bağlantılı olarak, altının katlarına bağlı bir simetri oluşur ve kristal üç boyutlu yapısını kazanmış olur.

Kâinatı en ince teferruatına kadar Allah yaratıp ve kendi sıfatlarıyla şekillendirmektedir. Var olan her şey O’ndandır. Tüm güzellikler, incelikler, O’nun sıfatlarının her an tecellî etmesiyle varlık bulur. İnsanın yapması gereken, Allah’ın yarattıklarındaki eşsiz sanatı görmek ve onların üzerinde düşünmektir. Allah örneksiz olarak yaratandır. Her bir kar tanesi Allah’ın izni ile yeryüzüne düşer. “Kar”ın oluşabilmesi için gerekli tüm sebepleri yaratan Allah’tır. Allah her bir su damlasını soğuk hava ile karşılaştırır ve çok ince buz parçalarına dönüştürür. Her şeyi en güzel şekilde yaratan Allah, trilyonlarca kar tanesini ihtisamlı



Wilson Bentley’in çektiği kar tanesi fotoğraflarından birkaç örnek

bir sanatla yeryüzüne gönderir. “Her şeyin Allah’ın dilemesiyle var olduğu”, bir ayette şöyle bildirilmektedir: “Gökleri ve yeri (bir örnek edinmeksizin) yaratandır. O, bir işin olmasına karar verirse, ona yalnızca ‘Ol’ der, o da hemen olur.” (Bakara Suresi, 117)

“Allah’ın sonsuz yaratma gücünü” daha iyi anlayabilmek için, karla kaplı olan bir manzarayı gözünüzün önüne getirin. Ağaçların, yolların, arabaların ve evlerin çatılarının karlar altında olduğu bir sokağı düşünün. Orada var olan kar taneciklerini saymaya kalktığınızı farz edin. Böyle bir “sayma işlemi”ni başarmak imkansızdır. Çünkü bir metre küp karda bile 350 milyon tane kar taneciği bulunduğu tahmin edilmektedir. Bu 350 milyon tane kar taneciğinin her birinin “farklı altıgen motifleri” olduğunu düşünün. Daha sonra karşınızda duran karla kaplı manzaraya bakın ve kaç tane farklı kar kristali motifli ile karşı karşıya oldu-

ğunuzu düşünün: 350 milyon tane; birbirlerinden açılı, renkleri ve motifleriyle farklı deseni bile insanın zihninde canlandırması mümkün değildir! Dünyada hiçbir ressamın veya hiçbir tasarımcının birbirinden farklı 350 milyon resmi veya desen çalışması yoktur!

Allah ise, sadece bir metre küp karda bile “350 milyon ayrı desen” yaratmaya kadir olduğunu her an göstermektedir. Kuran’da, Rabbimiz, yaratmasından şöyle bahsetmektedir: “Yaratan, hiç yaratmayan gibi midir? Artık öğüt alıp düşünmez misiniz? Eğer Allah’ın nimetini saymaya kalkışacak olursanız, onu bir genelleme yaparak bile sayamazsınız. Gerçekten Allah, bağışlayandır, esirgeyendir.” (Nahl Suresi, 17-18)

Bunun sebebi, kar tanelerini meydana getiren “su moleküllerinin moleküler özelliklerindeki farklılıklar ve kar kristallerinin buna bağlı olarak farklı geometrik yapılarında oluşmaları” değildir. Kar tanelerinin hiçbirinin diğer birine benzememesi, “su moleküllerinin farklı özelliklerde olmasıyla açıklanamaz!.. Bu mevzuda, dikkat çekilmesi ve vurgulanması gereken; Allah’ın, “Ferd” isminin içindeki “Vahid” ve “Ehad” isimlerinin kar tanelerinde de tecellilerinin olduğudur. “Kar taneleri, genel özellikleri ile birbirlerine benzemeleriyle” Allah’ın “Vahid” isminin tecellilerini gösterir; aynı zamanda “her kar tanesinin tamamen farklı olmasıyla” da, Allah’ın “Ehad” isminin tecellilerini gösterir.

Risale-i Nur, 30. Lem’a’daki “Ferd” isminden bahseden kısım, bu mevzuyla da ilgili olarak okunabilir ve mütalaa edilebilir. Bunu yapmak ise, “Marifetullah” (Allah’ı isimleriyle tanımak) olur ki, bütün ilimlerin başı ve



en kıymetlisi de budur..

### Kar Kristallerindeki Bu Muhteşem Yapının Fark Edilmesi, Bilim Dünyasında Büyük Bir Hayranlık Uyandırmıştır

Evet imkanımız olsa ve bütün yağan kar tanelerini bir araya getirip inceleyebilsek, onların arasında birbirlerinin tamamen aynı iki tanesinin bile bulunmadığını görürüz!

“Kar kristallerindeki bu muhteşem yapının

fark edilmesi”, bilim adamlarında büyük bir hayranlık meydana getirmiştir. Öyle ki, kar kristalleri üzerinde ilk araştırmaları yapan Wilson Bentley, gördüğü muhteşem sanat karşısında çok etkilenmiş ve elli yıl boyunca sürekli kar kristali resmi çekerek bu kar tanelerini incelemiştir.

Kar kristallerinde görülen farklılıklar bitip tükenmediği için, günümüzde halen bu konuda araştırmalar devam etmektedir. Farkına varılmayan bu sanat eserlerini Yüce Allah 0,1 milimetrekare olan bir mekanın içerisine yerleştirmektedir!.. Böyle bir çeşitliliği ise Allah’tan başka hiçbir sanatçı, mimar ya da bilim adamı gerçekleştiremez!..

Allah, yarattığı madde ve koyduğu kanunlarla eserlerini üretir ve sanatını sergiler. Her bir su damlasını soğuk hava ile karşılaştırır ve çok ince buz parçalarına dönüştürür. Böylece her şeyi en güzel şekilde yaratan Allah, trilyonlarca kar tanesini ihtişamlı bir sanatla yeryüzüne gönderir.

Evet, insanın vazifesi, “Allah’ın yarattıklarındaki eşsiz sanatı” görmek ve onların üzerinde düşünerek, Allah’ı, ilmiyle, kudretiyle ve sanatıyla tanımaya gayret etmektir. “Kar”ın oluşabilmesi için gerekli tüm sebepleri yaratan, tabiat kanunlarını işleten de Allah’tır...❖

# Güzel Yüreklere İhtiyacımız Var

EZGİ AKGÜL



Filistin de benim, bayraklı şehit evi de benim evim, Haiti’de islanan ayaklar benim, Arakan’da çamurun içinde ölen benim, İdlid’te gövdesi toprağa düşen benim benim, Bosna’da toplu mezarlara gömülen benim, Doğu Türkistan anavatanım, denizden karaya vuran benim cesetim...

Ağıt yakan benim, bunalan benim, kahkaha atan benim, umut eden benim, çalışan benim, yorulan benim, sevinen benim, üzülen benim...

Tweet atan benim, kermeste para harcayan benim, boykot yapan benim, sokağa çıkan benim, secdeye kapanan benim, elleri açılan benim...

Çünkü buraların hepsi benim! Benim topraklarım, benim insanlarım, benim kardeşlerim...

Sen kimsin ki benim samimiyetimi sorgularsın? Sen kimsin ki benim çabam ile alay edersin? Sen kimsin ki benim umutlarımı katledersin?

Sen kimin kapısının tasmalısın? Kimin dilinin silahısın? Asıl sen kimsin söyle kimin saçının tarağı, kimin ayağının dermanısın?

Bu böyle olmazmış!

Olmayan; sizin insanlığınız, sizin enerji

emiciliğiniz, sizin öğrenilmiş çaresizliğiniz, sizin karnınızdan ses veren sesleriniz.

Olmayan şey sizin içinizdeki o kötü. Çocuklara acımayan o yüreğiniz, dağlanmayan o kalbiniz. İnsan bedenine karkas et muamelesi yapan o vicdanınız.

Olmayan şey acı yarıştıran o kafatasçılığınız!

Herkes kendi kişisel hikayesinin kahramanı. Kendi hayatına güzel başlıklar atıyor. Belki de tam da dediğiniz gibi “Olmaz!” varsın olmasın. Biz bu hayatı öldürmeye çalışmaya iman etmedik ki. Biz sadece geçip gitmeye, giderken bir hoş sada bırakabilmeye iman ettik.

... Ama lütfen siz de bir şeyler yapmak isteyen insanların yakasından düşün. Bizim elini cebine atacaklara da, elini yumruk yapacaklara da, hıçkırık sesi çıkmasın diye sokakta elini ağzına sokup hüngür hüngür ağlayacaklara da, ellerini kaldırıp dua dua yalvaracaklara da, salavat zincirlerine de, hatimlere de, konuşanlara da, beddua beddua içine doğru susanlara da çok ihtiyacımız var.

Amasız, fakatsız, lakinsiz...

Güzel yüreklere ihtiyacımız var.

Ama lütfen siz artık susun!..❖



# Mavi Bölgeler

NİHAL BALCI



2018'in sonunda, Hollandalı Emile Ratelband doğum tarihini 20 yıl geriye çekmek için mahkemeye başvurunca, manşetlere konu oldu. Ratelband'e göre, isteyen ismini isteyen cinsiyetini değiştirebiliyor ise, o da yaşını değiştirebilirdi. Sonuçta 69 yaşında olsa da, 45 yaşında birinin vücuduna sahipti ve öyle hissediyordu. 49 yaşında olması ile yeni ve daha iyi bir ev ve araba alabilir, internette çöpçatan sitelerindeki şansı da artabilirdi. Yaşı dolayısı ile ayırimcılığa artık uğramayacağı için daha fazla, ve daha iyi işler bulabilirdi. Birçok insanın erken emekliliğe başvurduğu ülkemizde, eğer mahkeme yaşını küçültürse emeklilik haklarından vazgeçeceğini söylemesi, nasıl tepkiler doğurur merak ediyorum.<sup>1</sup>

Mahkeme Ratelband'in isteğini reddetti. Ters bir sonuç, hukukta çok yanlış kapılar açabilirdi. Fakat Ratelband davası, yaşla ilgili ilginç noktalara parmak basıyor.

...  
Ölüm bir gerçek ve ecel değişmiyor; fakat sıralı değil. Vücutlar ise bize emanet. Bazı insanlar uzun yaşıyor, bazıları kısa. Kader planında, sebepler noktasında,

genetik mi ağır basıyor, yoksa yaşam tarzı ve diyet mi, hep tartışılan bir konu. Başka bir deyişle, 100 yaşına ve daha üstüne çıkan insanlar genetik olarak böyle mi programlanmış, yoksa daha kısa yaşayanlara göre farklı bir şeyler mi yapıyorlar?

1870 ve 1900 arası doğan, Danimarkalı ikizler üzerinde yapılan bir araştırma, uzun bir ömrün irsî olmaktan çok, çevresel etkenlere bağlı olduğuna işaret ediyor.<sup>2</sup> Amerikan Milli Tıp Kütüphanesi genlerin katkısını, bahsedilen araştırma ile aynı olarak, %25 civarı verirken, hangi genlerin nasıl etkileşimlerle buna neden olduğunun tam bilinmediğini yazıyor.<sup>3</sup> *Genetics* dergisinde yayınlanan ve 54 milyon soy ağacı üzerinden yapılan bir analiz<sup>4</sup> ise uzun yaşamın genetik temelinin %10'dan bile az olabileceğini matematiksel olarak gösteriyor.

Yaşlılık ve yaşlanmayı inceleyen gerontolojiye göre, insanın kronolojik yaşı ile biyolojik yaşı aynı olmayabilir. Kronolojik yaş yıllar ile ölçülürken, biyolojik yaş, genetik kod ve çevresel faktörlerin etkisiyle DNA üzerinde meydana gelen epigenetik değişiklikler üzerinden belirleniyor.<sup>5</sup>

İki çocuk aynı sınıfa konuluyor fakat olgunluk seviyeleri çok farklı olabiliyor. Yaşlılık ile gelen hastalıkların kendini göstermeleri ve ölümler biyolojik yaş hesabı ile daha doğru tahmin edilebiliyor.<sup>6-8</sup> Kanuni hak ve görevlerimiz de yaş ile belirlendiği için, Ratelband davası ile birlikte, konu biyolojide hararetli tartışmalar doğuruyor. Şahsi boyutta ise, madem yaşlanma daha çok çevresel faktörlere bağlı, o halde sebepler noktasında, insanlara yük olmadan, daha uzun nasıl sağlıklı kalabiliriz, ahiret kumbaramız için daha çok şey biriktirmek adına, bedenlerimize ve beynimize nasıl daha iyi bakabiliriz soruları da gündeme gelmiş oluyor.

İtalyalı Emma Morano 117 yaşına kadar yaşamış. Ona göre uzun ömrünün sırrı her gün yediği 2 çiğ yumurta. 109 yaşında ölen İskoçya'nın 'en yaşlı hanımı' ünvanlı Jessie Gallan ise uzun yaşamını, harekete ve erkeklerden uzak durmaya bağlıyor. Kendisi hiç evlenmemiş. Yüzlüklere baktığımızda çok farklı geçmişleri, yaşam şartları ve alışkanlıkları olduğunu görüyoruz.

Demografik çalışmalar yapan İtalyalı bilim adamı Gianni Pes sağlıklı yüzlüklere

araştırır. Eğer bir köyde 100 yaşına ulaşanların oranı yüksek ise, harita üzerinde o köyü mavi kalemle daire içine alır. Mavi işaretlerin yoğun bir şekilde gözlemlendiği ilk yer İtalya, Sardinya'dır.<sup>9</sup> "Mavi Bölgeler" terimi bu şekilde ortaya çıkar. Daha sonra dünya üzerinde 4 tane daha mavi bölge tespit edilecektir. 2000'lerin başında, *National Geographic*'in Dan Buettner ile yaptığı bir araştırma ile, laboratuvar yerine, bu mavi bölgelerdeki yüzlüklere ve hayat şartları incelenerek dinç, sağlıklı, ve uzun yaşamın sırları çözülmeye çalışılır.<sup>10-12</sup>

## Mavi Bölgeler Gerçekten Uzun Yaşamın Sırlarını Çözmüş mü?

Mavi bölgeler ile ilgili araştırma sonuçları size, biyolojik limitleri aşmış, ebedi yaşam sözü vermiyor. 1. Dünya ülkeleri olarak adlandırılan, kolera, dizanteri gibi bulaşıcı hastalıkların olmadığı, aşılarla pek çok hastalığın kökünü kazındığı, bebek ölümlerinin önlenemediği ülkelerde maksimum ortalama yaş 85-90 civarı. Amerika'da bu 77.5<sup>13</sup>, Türkiye'de 78.3<sup>14</sup>

## Diğer Ülkelerle Aradaki Fark Nereden İleri Geliyor?

Amerika'da işlenmiş, paketli, hazır gıdalarla beslenmek, sağlıklı beslenmeye göre hem daha ucuz hem de daha kolay. Paketli gıdalardaki katkı maddeleri çok fazla ve Avrupa'daki kadar sıkı kontrolleri yapılmıyor. (Resim 1)

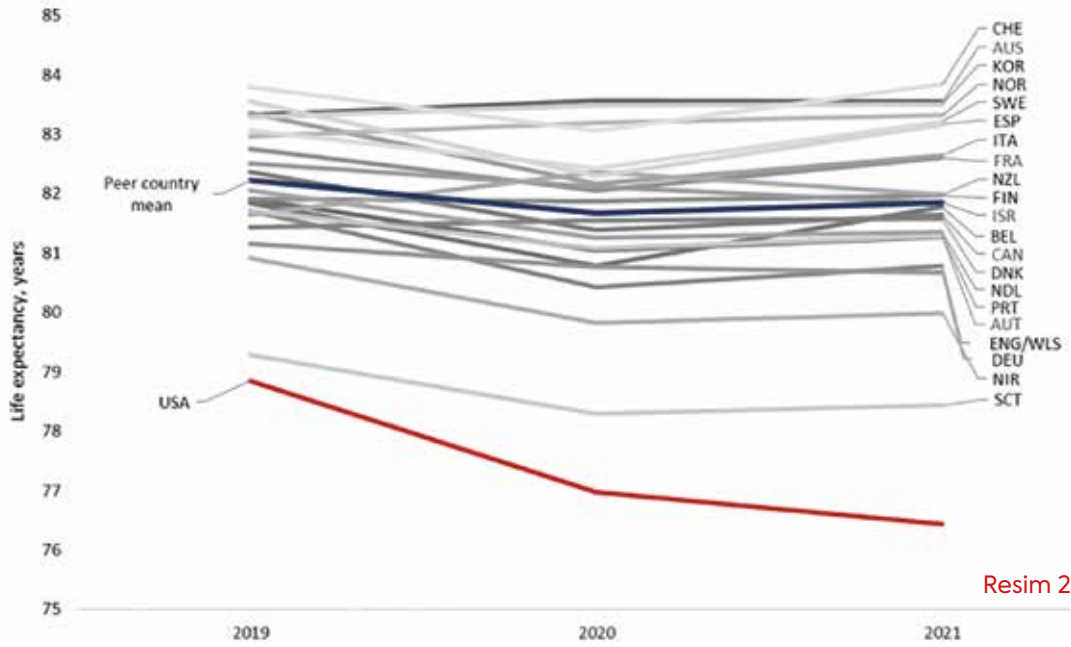
Amerika dünya tarihinin en zengin ülkelerinden biri. Buna rağmen insanları her zamankinden yalnız ve bölünmüş, sağlıksız ve kilolu. İnsanlarının 3'te 2'si ya normale göre kilolu ya da obez. Çocuklarda obezite 80'lerden beri 3'e katladı. Kronik hastalıklar, alerji, şeker, otizm, kanser benzer ülkelere göre çok fazla.<sup>17-19</sup> (Resim 2)

## Bu Kadar Bolluk ve Refah İşe Yaramıyor, Bu Zenginlik ve Refah Toplumu Koruma ve Sağlığa Dönüştürülemiyorsa, Ne Yapmalı?

Mavi bölgeler uygulamaları bu soruya



Resim 1



Resim 2

güzel bir cevap niteliğinde.

#### Mavi Bölgeler Nerelerde?

- İcaria: Ege Denizinde bir Yunan Adası.
- Ogliastra, Sardinya: İtalya'da bir ada.
- Okinava: Japonya'da bir ada.
- Nicoya: Kosta Rika'nın doğusunda bir yarımada.

• Loma Linda: Kaliforniya'nın dağlık bir bölgesinde yaşayan, bir Hristiyan cemaat.

Sardinya'da erkeklerin yüz yaşına ulaşma ihtimali, Amerika'dakilere göre 10 kat daha fazla. Kendi büyüttükleri sebze ve meyvelerden, kendi yaptıkları peynirden yiyor, süt içiyorlar. Genlerin etkisi az olsa da, eğer genetik bir avantajı olan insanlar uzun zaman iç içe yaşar ve evlenirlerse bu gen de devam ediyor ve yeni nesillerde etkili oluyor. Sardinya'da 10 kişiden 8'i, bölgeye ilk yerleşen bir grup insanla akraba.

Okinavalılar dünyanın en uzun yaşayanlarından. Yaşam süresinden daha önemlisi, Okinava'daki yaşlılar, Amerika'daki akranlarına göre beş kat daha az kalp krizi geçiriyor, 4 kat daha düşük oranda göğüs ve prostat kanserine yakalanıyor, 3 kat daha az unutkanlığa maruz kalıyorlar. İleri yaşla-

rını, yaşlılıkla ilgili zafiyetlere daha az maruz kalarak geçiriyorlar.<sup>24-25</sup> Bazı bilim insanları Okinava'daki uzun ömürlerin düşük kalorili fakat gıdalı beslenmeye, ve yeni nesillerde ömrün kısılmasını, hareketin azalması ile birlikte, batı tarzı diyetin Okinava'da yaygınlaşmasına bağlıyorlar.<sup>27</sup> Okinavalı yaşlı kadınlar, pek çok köyde manevi liderler olarak görülüyor. Bu da onlara bir yaşama amacı veriyor. 'Moai' denen arkadaş grupları çok uzun zamanlı ve vefalı. Sürekli birbirlerini kontrol edip, maddi manevi yardım ediyorlar.

Adventist cemaati 19. yy'daki sağlık reformları sırasında ortaya çıkmış, sağlık olgusu üzerine yoğunlaşan Hristiyan bir grup. İçlerinde çok sayıda sağlık çalışanı ve kendi hastaneleri var. Cemaat mensupları İncil'de temiz olmadığı için yasaklandığı bildirilen domuz eti gibi gıdalardan, sigara ve içkiden, hatta uyarıcı olduğu bilinen baharatlardan ve kafeinli içeceklerden uzak duruyorlar. Birbirlerine kenetlenmişler. Gençler ileriki yaşlarda anne babalarına bakıyorlar.

Adventistlerin beslenme ve yaşam tarzının, ortalama yaşam süreleri, kalp rahatsızlıkları, ve kansere yakalanmaları üzerinde

bir etkisi olup olmadığı ile ilgili 3 büyük çalışma var. İlki 1958, ikincisi 1974, üçüncüsü ise 2002'de başlayan bu analizler, on binlerce kişi, onlarca yıl takip edilerek yapılır, ve farklı durumlar ve hastalıklar ile ilgili yüzlerce yayın ile sonuçlanır.<sup>27-38</sup>

Araştırmalara göre, Adventistlerin kuru gıda, soya sütü, domates ve diğer sebze ve meyvelerle beslenmeleri birçok kanser türüne yakalanmalarının azalmasına neden oluyor. Ayrıca, tam tahıllı ekmek, bol fındık fıstık yemek, ve günde en az beş bardak su içmek ise kalp hastalıklarını azaltıyor. Kırmızı etten uzak durmalarının veya azaltmalarının ise hem kanser hem kalp rahatsızlıklarına faydası var. Ortalama bir Adventist, aynı eyalette yaşayan birine göre 4-10 yıl arası daha fazla yaşıyor.

#### Buettner'e Göre Mavi Bölgelerin 9 Özelliği Var:

**Hareket:** Mavi bölgelerdeki yüzlükler, gün içinde çok hareket ediyor. Bu hareket bir jimnastik salonuna veya spora gitmekle değil, daha doğal olarak hayatın içine dokunmuş. Bir yere giderken yürüyerek gitmek, yokuş çıkmak, bahçede çalışmak, el emeği gerektiren işler yapmak insanların gün içinde devamlı hareketli olmalarını sağlıyor. Japonlarda ev içinde çok az mobilya olması, masa bulundurulmaması ve yerde fazlaca oturulması, bir amaç için oturup kalkmayı sürekli bir egzersiz haline getiriyor.

**Beslenme:** Yüzlüklerin sağlıklı beslendikleri, ve çok fazla sebze, meyve, kuru gıda ve tahıl yedikleri göze çarpıyor. Kaliforniya'daki Adventist cemaatinde vejetaryen ve vegan olanların sayısı fazla. Et yiyenler de az tüketiyorlar.

**Amaç:** Okinavalılar'ın "ikigai" olarak adlandırdığı, bizim kültürümüzde gaye-i hayal denen, insanın hayatını anlamlandırmanın, sabah dünyanın en ağır şeyi olan yorganın altından kalkıp güne başlaması için heyecan veren bir amacının olması. Bu, insanı öyle memnun eden bir duygu ki, hem uzun hem mutlu yaşama faydası oluyor.

**Uyku:** Mavi Bölge yüzlükleri uykuya ve dinlenmeye önem veriyorlar. İkarialılar öğlen uykusuna yatarken, Loma Linda'nın Adventist cemaati Cumartesi günleri dinleri açısından da özel olduğu için, o gün hiç iş yapmıyor, dinleniyor, ibadet ediyor, ve aileleri ile vakit geçiriyorlar.

**%80 Kuralı:** Yüzlükler aşırı yemek yemekten kaçınıyorlar. Kural eski bir Japon adetine dayanıyor. Sofradakiler midelerinin beşte dördünün dolduğunu hissederseniz yemeği bırakıyorlar.

**Aile:** Aile büyüklerine önem veriliyor. Onların tecrübelerinden faydalanılmaya çalışılıyor. Bazı yerlerde bir büyüğü huzur evine koymanın, aile şerefini lekeleyeceği düşünülüyor.

#### Mavi Bölgelerde Tespit Edilenleri Bilimsel Olarak Kanıtlanmış Gerçekler Olarak mı Kabul Etmeliyiz?

Varılan sonuçların hepsinin, tekrarlanan deneylerle doğrulukları ispatlanmış değil. Tespitler kişisel gözlemlere dayandığından, her tavsiye bilimsel bir gerçektir demek zor. Elde edilen verilerin bir kısmı bilim tarafından da doğrulanıyor. Bir kısmı deneylerle doğrulanmasa da "akıl yolu bir" cinsinden.

Hareket ve fiziksel aktivitede sonuçlar hiç tartışılmalı değil. Aktif insanlarda genç ölüm oranı çok daha az.<sup>39</sup>

Sağlıklı, uzun yaşamın en önemli etkenlerinden biri sağlıklı beslenme olduğu biliniyor. Sağlıksız diyetler, kalp ve diyabet gibi bazı kronik rahatsızlıklar ile obezite ve bazı kanserlere neden oluyor. Sebze ve meyve ağırlıklı beslenme bu riskleri ve erken ölümleri azaltıyor.<sup>40</sup> *Lancet*'te 2017'de yayınlanan ve 195 ülke üzerine yapılan bir araştırma, kötü diyetlerin, sigara kullanımından bile daha çok cana mal olduğunu ortaya koyuyor.<sup>41</sup> Beslenmede kalori kısıtlaması yapmak da uzun ömürlü olmaya bir sebep teşkil ediyor.<sup>42</sup>

Dindar ve maneviyatlı olmak, sadece insanın ahiretini değil, fiziksel yaşamını da etkiliyor. İbadet yerlerine düzenli olarak

gidenlerin, din ile alakası olmayanlara göre daha uzun yaşadıklarını gösteren birçok araştırma var.<sup>43-51</sup>

136,265 katılımcı ile yapılan bir analiz,<sup>56</sup> insanın bir hayali ve ideali olmasının erken ölüm riskini ve kalp rahatsızlıklarını azalttığını, İsveç'te 189,757 birey takip edilerek yapılan bir çalışma<sup>57</sup> ise, stres ve buna bağlı rahatsızlıkların "vakitsiz ölümleri" artırdığını gösteriyor. Sosyal birliktelikler ve dostlukların uzun yaşama neden olması ise araştırmalar tarafından fazlasıyla destekleniyor.<sup>58</sup>

Tabi biz, kulağımızı tersten göstermek yerine, bizi yaratan Rabbimizin bize gönderdiği mesajdan, ve sünnetten alsak daha iyi. Allah'ın kelamı ezelden gelip ebede gittiği için, insanların cüzi gözlem ve tecrübelerinden ve bilim zamanla geliştiğinden dolayı, bazı kuralların değişmesinden de korunmuş oluyor. Hem biz İkarialılar öğlen uykusuna yatıyor diye değil de, Peygamberimiz kaylule yapıyor diye uyursak, Japonlar böyle yapıyor diye değil de Efendimiz (asm) tavsiye ettiği kadar midemizi doldurursak, Cuma günümüzü mümkün olduğunca ibadet ve aile ile zaman geçirmeye ayırırsak sadece bu dünyamızı değil, ahiret hayatımızı da güzelleştirmiş oluruz.

Fakat bu insanın doğasında olan bir duygu. Bir şey yapınca hemen ödülünü, karşılığını almak istiyoruz. Yaptığımızın karşılığı bir ceza ise o an kaçmak istiyoruz. "Biraz beklersen daha fazla mükâfat alacaksın," deyince sabredemiyoruz. "Bu yaptığın yanlışla şimdi yüzleş, kaçır durursan ileride çığ gibi büyüyüp daha büyük bir sorun haline gelecek," diye uyarılsak da o anki kısa rahatlık hoşumuza gidiyor. Çoğumuz görsel insanlarız. İşte bazı güzel davranışların, güzel sonuçlarının bu şekilde tespit edilip gösterilmesi, uygulama noktasında, sadece bir kitapta teorik yönünü okuyup anlamaktan daha ileri geçiyor.

### **Buettner'in Röportajlarında Çok İlginç İnsanlar Var**

Makalenin yazıldığı sırada 101 yaşında

olan Marge Jetton bunlardan bir tanesi. Buettner, ilk karşılaşmalarının kuaförde olduğundan bahsediyor. Saçı yapıldıktan sonra beraber, önce yaşlılara yardımı daha sonra da bazı fakir kadınlara yardıma gidiyorlar. Arabayı Marge Teyze kullanıyor. Ehliyetini bir yıl önce beş seneliğine yenilemiş.

Oldukça fakir bir ailede doğan Marge Jetton, hemşire olur. Çalışır ve kocasını tıpta okutur. Daha sonra bir doktorun hanımı olarak iki çocuk büyütür. 77 yıllık evli iken kocasını kaybeder.

"Evet, bazen kendimi yalnız hissediyorum, ama bu benim için kalkıp başkalarına yardım etmek için bir işaret. Uzun zaman önce anladım ki, benim kalkıp âlemin içine çıkmam ve bir şeyler yapmam gerek. Dünya kalkıp benim ayağıma gelmeyecek. Gönüllü çalışmalar yapmak bana yaşamak için bir amaç veriyor. Et ve abur cubur yemiyoruz, kafeinli içecek içmiyoruz. Ama esas beni yaşatan benim inancım. Hayatta bizi doğru yola ulaştıracak birine ihtiyacımız var. Allah en iyi arkadaşı," diyor. Pek çok Adventist gibi, vaktinin çoğunu başka Adventistler ile geçiriyor. "Adventist olmayan bir arkadaşını nerede bulacağım? Aynı şeyleri yapmıyoruz. Dansa, sinemaya gitmiyorum." diye belirtiyor. Sonuç olarak, araştırmacılar, Adventistlerin bu çevre içerisinde, sağlıklı yaşam alışkanlıklarını devam ettirmelerinin ve pekiştirmelerinin uzun yaşamlarına etki ettiğini düşünüyorlar.

### **Mavi Bölge Uygulamaları**

Mavi bölgeler için eleştiriler de yapıldı. Örneğin bazı bölgelerde kayıtların iyi tutulmadığı, bazılarında ise emeklilikle ilgili suistimler yapılması için, sahte belgelerle yaş büyütüldüğü söylendi.<sup>59</sup> Dahası, Amerikan tarzı beslenme dünyanın her yerinde yaygınlaştığı gibi, bu bölgelere de yayıldı. Çocuklar, daha çok imkana sahip olmalarına rağmen ömürleri kısaltmaya başladı. Örneğin, 1940'tan önce Sardinya'da hiç görülmemiş obezite şu anda toplumun %10'unu etkiliyor.

Buettner kendisi vegan. Mavi bölgeler araştırmaları ve yayınlarında, web sitesinde ve belgeselinde sürekli olarak veganlığa vurgu yapılıyor. Bu bölgelerde, %95 bitkisel beslenildiği söyleniyor. Ağır sebze, meyve ve tahıl olsa da, azıcık araştırma yaparsanız yüzdeliğin böyle olmadığı hemen anlaşılıyor. Araştırmalar ister istemez kim tarafından yapılıyorsa onun gözlüğünün rengini alıyor. Çoğu zaman da trendlerden etkileniyor. Veganlık da şu anda bir trend. Bahsedilen toplumlarda bırakın sadece et yemeği, sakatat, iç yağ, kuyruk ve kulaklarına kadar hayvanın derisi hariç neredeyse her tarafı yeniliyor. Üstelik mavi bölgeler çoğunlukla kıyı şehirleri ve çok sıklıkla balık da tüketiliyor. Artı, keçi, koyun, ve tavukları var. Süt, yumurta, peynir de beslenmenin önemli bir parçası...

Benim anladığım, geleneksel beslenmenin çok farklı şekilleri var. Allah her yere has canlılar ve çeşit çeşit rızıklar yaratmış. İnsan eli karışıp genetiği ile oynanıp, işlenmediği, zararlı katkı eklenmediği ve kararında yenen doğal gıdaların insana faydası oluyor.

Eleştirilerin haklı tarafları olsa da, projeden yapılan çıkarımlar uygulamaya geçildiğinde mavi bölgeler araştırmalarının faydaları çok açık görülüyor.

Bu bölgelerdeki insanların süper genleri veya vücutları yok. Fakat Amerika'da yaygın olan, ve yaşamları kısaltan, kalp, şeker, kanser, bunama gibi kronik hastalıklardan daha iyi kaçınıbiliyorlar. Dan Buettner'e göre, bu daha sorumlu ve disiplinli olmalarından çok, çevre şartlarının iyi alışkanlıkların kazanılmasını kolaylaştıracak şekilde olmasından kaynaklanıyor. Çünkü sağlıklı diyet ve harekette, iradesi insanı ancak belli bir yere kadar götürüyor. Bu bakış açısı, insanları sağlıklı yaşama sevk etmede, insan irade ve davranışlarına yüklenmek yerine, çevrelerinde değişiklik yapma ile ilgili projelerin ortaya çıkmasına neden olmuş.

İlk girişim Minnesota'da, 18.000 nüfuslu bir şehirde başlanır. Eğitim, sağlık, ve yönetimde ileri gelenlerin desteği ve uzmanların yol

göstermesi ile, şehirde değişimler yapılmaya başlanır. Yollar yürümeye daha elverişli hale getirilir. Okullar için sağlıklı menüler hazırlanır. Kafeteryalardan abur cuburlar elenir. Restoran ve marketler sağlıklı seçeneklerin daha kolay bulunup alınacağı ve daha cazip hale getirileceği şekilde düzenlenir. İnsanlara bir ideal, bir amaç kazandırma adına atölyeler açılır. Halkın %25'i bu dersler için gönüllü çalışır veya derslere katılır. Hem arkadaşlıklar oluşturarak insanların daha sosyal olmaları, hem de birlikte yapıldığı zaman devam etme olasılığı yüksek olacağı için, yürüyüş grupları kurulur.

### **Bu ilk proje 18 ay devam eder. Sürekli olarak verilerin toplandığı bu zaman diliminde neler olmuştur?**

Ortalama yaşam süresi 3 yıl, genel memnuniyet %90, bisikletle veya yürüyerek bir yerden bir yere gitme %40 artmış, şehrin toplam sağlık masrafı %30 azalmıştır.

Bu pilot projeden sonra Los Angeles'da 3 yer seçilerek yeni bir mavi bölge uygulamasına başlanır. 3 yıl sonra buralarda da obezitede %14, sigara içmede %30 azalma, ve fiziksel aktivitede artış, Florida, Naples'da ise 6 yıl içerisinde obezitede %23, sağlık masraflarında %54 azalma gözlenir.

Mavi bölgeler projesi Amerika'da 72 farklı ile getirilir ve gözle görünür çok güzel sonuçlar alınır. Bu şehirlerdeki insanlar, özel diyetlere, egzersiz programlarına, veya pahalı sigorta planlarına ödeme yapmaya zorlanmamış. Bu güzel sonuçlar, on binlerce kişi tek tek değiştirilerek değil, çevreleri değiştirilerek elde edilmiştir. Evet, insan bazı şeyleri tek başına da yapabilir, fakat maddi ve manevi iyi bir çevre içinde olduğu zaman, iradesini çok zorlamadan başarabiliyor.

Singapur 6. mavi bölge olma adına birçok prensibi devlet bazında uyguluyor ve oldukça başarılı.<sup>60</sup> İnşallah bizim ülkemizde de güzel değişimler olur. İnsanlarımız hayatlarını daha sağlıklı ve verimli geçirirler.❖

(Bu yazının tam metnine ve kaynaklarına [zaferdergisi.com](http://zaferdergisi.com)'daki sayfasından ulaşabilirsiniz.)



# Hayat Nasıl Korunur?

PROF. DR. ALAADDİN BAŞAR

*“Hayatın lezzetini ve zevkini isterseniz, hayatınızı iman ile hayatlandırınız ve ferâizle zînetlendiriniz ve günahlardan çekinmekle muhafaza ediniz.” (Sözler)*

zevki, fani lezzetlerle kıyaslanmaz. Bu zevk, gölge değildir, asıldır. Zira, bu zevk, günün birinde bir gölge gibi kaybolup gidecek olan bedenimize ait bir haz değil, baki olan ruhumuza mal olmuş ve onunla birlikte kabirde de, ahirette de devam edecek bir lezzettir.

Bediüzzaman Hazretleri kalbin “âyine-i Samed” olduğunu ifade eder. Samed, “her şey O’na muhtaç O ise hiçbir şeye muhtaç değil” demektir. Bir çiçek de Allah’a muhtaçtır, bir böcek de. İnsan bedeni de bir yönüyle bunlara benzer, o da bütün bir kâinata muhtaçtır. Ama insan kalbi, Samed isminin en büyük, en derin ve en geniş aynasıdır. Zira, insan kalbi kâinat ve içindekilerle değil, onların yaratıcısına iman ile ve O’nu anmakla tatmin olabilmektedir.

*“Haberiniz olsun ki, kalpler ancak Allah’ı zikirle tatmin olur.” (Ra’d Sûresi, 41)*

Öyleyse gerçek zevk, Allah’a inanmak ve O’nu anmakla insan kalbinde hasıl olan manevî haz ve ulvî lezzettir.

Allah Bâkî’dir, insanın kalbini ve ruhunu da bâkî kılmıştır. Ruh da O’nun ihsanıyla bâkîdir. İşte imanın verdiği zevk, bu bâkî ruhun Bâkî olan Allah’a iman ile, O’nun marifetinde yol almakla, O’na yaklaşıtırcı ameller işlemekle kazandığı zevktir.

On Birinci Söz’de *“Senin hayatının gayelerinin icmali dokuz emirdir.”* diye başlayan bölümde verilen dersleri, imanın

verdiği manevî zevkler olarak da düşünebiliriz. Bu zevkleri, özet olarak, maddeler halinde şöyle bir hatırlayalım:

“Duygularımızla İlâhî rahmet hazinelerinin nimetlerini tartıp küllî şükretmenin zevki...”

“Manevî cihazlarımızı kullanarak Esmâ-i İlâhiyenin tecellilerini seyretmenin zevki...”

“Ahsen-i takvimde en güzel ve mükemmel bir mahluk olarak kendimizi diğer mahlukların müşahedesine sunmanın zevki...”

“Âlemlerin Rabbi olan Allah’a ubûdiyet görevimizi yerine getirmenin zevki...”

“Esmâ tecellileriyle süslenmiş ve mükemmelleşmiş bir mahluk olarak, özellikle namaz vakitlerinde, kendimizi Rabbimizin müşahedesine arz etmemizin zevki...”

“Mahlukatın ibadetlerini, tesbihlerini tefekkür etmenin zevki...”

“Cüzî sıfatlarımızı vahid-i kıyasî ittihaz ederek, Allah’ın küllî sıfatlarını bilmenin zevki...”

“Âlemdeki varlıkların Allah’ın birliğine olan delâletlerini okumanın ve anlamının zevki...”

“Aczimizi, fakrımızı ve noksanlığımızı iyi değerlendirecek Rabbimizin kudretini, kuvvetini ve rahmetini tefekkür etmenin zevki...”

**Bunların her biri, imanın insan kalbine tattırdığı çok büyük manevî lezzetlerdir.**

... İmanın zevkine varmak, onu inkişaf ettirmek ve korumak için iki önemli esas vardır: Salih amel ve takva.

Dünya işlerinde başarılı olmanın da yolu bu esaslara uymaktan geçer. Yani, insan önce bir meseleyi gaye edinecek, sonra o gayesinin tahakkuku için olanca gücüyle çalışacak ve ona zarar verecek yanlışlıklardan da hassasiyetiyle sakınacaktır.

Salih amelin ölçüsü, Allah Resulünün (asm) işlediği bütün güzel amelleri yapmaya çalışmak; takvanın ölçüsü ise bütün kötülüklerden yine Onun (asm) sakındığı gibi sakınmaktır.

İşte, *“hayatınızı imân ile hayatlandırınız ve ferâizle zînetlendiriniz ve günahlardan çekinmekle muhafaza ediniz”* cümlesinde bu esaslar güzel bir şekilde ders verilmiştir. Bir hayat, iman ile kemale erer ve canlılık kazanırsa, onu hemen ibadet takip eder; “ferâizle ziyetlendirmek”, yani farzları işlemekle onu süslemek, daha da güzelleştirmek görevi başlar.

Kazanılan bu nimetin kaybedilmemesi, bu güzelliklerin bozulmaması ve çirkinliğe dönüşmemesi için de takvaya, günahlardan çekinmeye ihtiyaç vardır.❖

# Şiir

## 7 Kıta 7 Mana

NUREDDİN PALA

Her sayfası renkli, canlı,  
Dünya okunacak kitap!  
Her satırı heyecanlı,  
Her yaşta insana hitap.

Sevap mahsulü verecek,  
Dünya ahirete tarla.  
Ekilir her gün her saat,  
Şenleniyor her baharla.

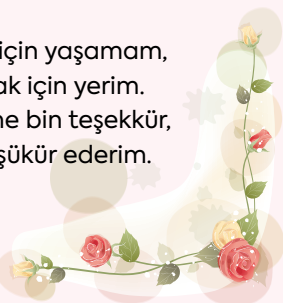
Dünya bineğin olsun,  
Dizginini sıkı tut!  
Nefsine de güvenme,  
O bir Firavun, Nemrut!

Nimetleri unutma,  
Sakin ha nısyan etme!  
Zerre kadar hakkın yok!  
Sakin ha isyan etme!

Hiçbir şey hariç değil,  
Yemin ederim yemin.  
Allah’ı zikrediyor,  
Semalar ve de zemin!

Size hizmet ediyor,  
Merkebiniz, atınız.  
Sizin de kulluk elbet,  
Gaye-i fitratınız!

Yemek için yaşamam,  
Yaşamak için yerim.  
Rabbime bin teşekkür,  
Yüzbin şükür ederim.





## Gamze Değil Gazze

### GAMZE KOÇ

Veli olarak kimlik bilgilerim lazım oldu geçen bir kayıt işlemi için. Adam, haklı olarak dünyanın en bilindik ve en basit sorusunu sordu. Adınız, soyadınız? Yetkiliyle saliselik önce boş boş bakiştık.

Zihnim, adımı unutmuş olacağımı kabul etmeye yanaşmamış olacak ki cevap vermek yerine donuk bir şekilde bakmama sebep oldu. Adam o kadar boş boş bakmamdan hâlimi anladı, bana acıdı sandım.

Anlamamış. Bir süre de karşılıklı sustuk. Bu saniyelik sessizlikte hem hâlimi anlamasını isterken hem de bu anı neden yaşadığımı anlamaya uğraşmak çok tuhaf bir çaba gibi geldi. Zaman kazanmak için yapmış olduğumu da düşünmüş olabilir. Adım ya, adım! Kırk yıldır üstümde damga gibi duran adım işte!

Adam alt tarafı adımı sormuştu. Ne demeye yalvarırcasına biraz süre verirseniz cevabı bulmaya çalışacağım, der gibi bakıp adamdan anlayış umuyorsun diye bir de payladım kendimi ayaküstü. Ama bir yandan

da hâlâ adım gelmedi aklıma. Adam herkes gibi adımı bir çırpıda söyleyememiş olmamı hoş görmemiş, “olur, insanlık hâli” falan gibi şeyler de dememişti ya mahcubiyetime bir de telaş eklendi.

Utandım. Çünkü ardımda uzun bir sıra ve sıradaki herkesin yetişmesi gereken dünya kadar işi vardı.

Görevli şimdiye kadar belki çok çok 11 haneli vatandaşlık numarasını hatırlayamayan insanlara denk gelmişti.

Yenilmiş gibi hissettim kendimi. Görme-yi umduğum hoşgörü de sonuçsuz kalınca içinde her şeyin olduğu karman çorman bir çantaya elini öfkeyle daldırırcasına zihnime çattım. Utanmasam sesli bir biçimde “neydi, neydi...” diyeceğim. O derece! Aklıma ilk Gazze geldi. Hatta Gazze çok tanıdık geldi tam “Gaz..” diyecek oldum, hemen durdum. Gazze’deki harfler ismime beni yakınlaştırdı ama ağızımdan bir türlü Gamze çıkmadı. Adını da unuttur mu insan? Unutmuş.

Dünyayı ayağa kaldıran Gazze’deki soykırıma dair her bilgiyi, görüntüyü içimde bir yerlere sindirmeye çalışırken belli ki adım sığmamış da dışarıda kalmış. Lüzumlu bilgiler sıralamasında demek ki adımdan önce gelmesi gereken başka şeyler varmış, onlar gelince ismim kendini ayağa kalkıp yer vermesi belki de çekip gitmesi gereken bir misafir saymış.

Görevliden müsaade istedim ve cüzdanımdan kimliğimi çıkarıp kendisine uzattım. “Gazze değil Gamzeymiş” dedi. Alaycı mı söyledi babacan bir tavırla mı bilmiyorum. Bakmadım o dakikadan sonra yüzüne. Zaten ne önemi vardı ki! O saatten sonra ha Ayşe ha Fatma ha Hayriye!..

İsim nedir ki dedim kendime sonra. Unutsam ne olur ki? İnsan ismini unutmamasıyla meşhur. Asıl insan neyi unutsa insanlığına mal olur? Düşündüm “ya unutursam?” diye kaygılandığım şeylerin içinde ismim yoktu. Ama bunca ahlaksızlığa, bu kadar zalimliğe, gaddarlığa, hainliğe, gözümüzün önünde şahit ola ola alışsaksak ve alışa alışa bu zulümleri unutursak diye korktuğum doğru. ❖

## Saadet Asrından

### “Deveni Bana Sat”

HAZIRLAYAN: YÜKSEL KARAHAN

Rasûlullah (sav) bir gazveden dönerken sahabi Câbir (ra) ile sohbet etti. Câbir’in yeni evlendiğini, pek çok borcu olduğunu öğrenince, elinde mal olarak ne bulunduğunu sordu. O da yalnızca bir devesinin olduğunu söyledi. Bunun üzerine Peygamberimiz (sav), deveyi kendisine satmasını ve bunun parasıyla borcunu ödemesini teklif etti. Câbir (ra) bu teklifi, Medine’ye varıncaya kadar deveye binmek şartıyla kabul etti.

Medine’ye vardıkdan sonra Rasûlullah’ın (sav) yanına gitti ve deveyi teslim etti. Allah’ın Rasulü (sav) devenin ücretini ödedi, fakat arından da deveyi Cabir’e hediye etti.

Cahiliye devrinin acımasız toplum ilişkilerinden yeni kurtulmaya çalışan bu insanlar için bu olacak şey değildi. Cabir’i (ra) çok sevindiren ve diğer insanları da şaşırtan bir davranıştı bu. (Buhârî, Büyü’, 34; Müslim, Mûsâkât, 109)

Câbir (ra) şöyle der:

Allah Rasûlü (sav), devemin ücretini verdiği ve onu bana hediye ettiği vakit tanıdık bir Yahudiye rastladım. Bu hâdiseyi ona anlattım. Hayretler içinde kaldı, inanamadı ve: “Demek devenin parasını verdi; sonra da onu sana hibe etti ha?!” dedi. Ben de:

“Evet!” dedim. (Ahmed b. Hanbel, III, 303)

...

İşte böyle Peygamber Efendimiz’in, sayısız güzel hatıraları vardır. İslamiyet’in her türlü güzelliğine muhatap olan o insanlar ışığa koşan pervaneler gibi hak dine sarılmışlardır. Tarihimizde, Peygamber ahlakı ne zaman yaşandıysa Müslümanlar her alanda ilerlemiş, ne zaman terk edildiyse her alanda çöküşler yaşanmıştır.

Rabbimiz, o Güzel Elçisinin (sav), ahlakını, zarafetini, şefkatini ve izzetini, anlamayı ve yaşamayı nasip etsin.❖



# Ölüm Saati

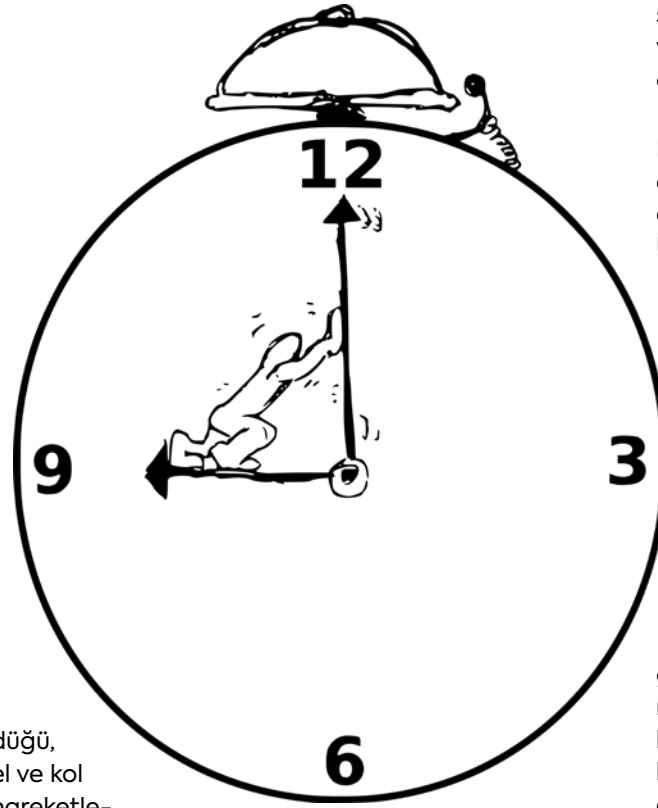
HÜSEYİN BURAK UÇAR

O gün yaşadıklarımın sonra benim için artık hiçbir şey eskisi gibi olamazdı, olamadı da...

Uzun zaman bunları gerçekten yaşayıp yaşamadığım konusunda ikilemde kaldım. Birçok kez birine anlatmayı denedim, anlatamadım. Beni kesin olarak anlamayacağını bilmek, o kişiye anlatabilmemi de engelliyordu. Anlatabilseydim, bunun bana iyi geleceğine inanıyordum. Fakat anlattığım kişiye iyi gelmeyebilirdi. Ben de çareyi bunları yazıya aktarmakta buldum.

Olay geçen yıl, yine böyle bir kış ayında gerçekleşti. Çok yoğun bir kar yağışının olduğu o gece, çatı katındaki çalışma odamın, evimizin terasına bakan büyük penceresinden dışarıyı seyrediyordum. Evdeki herkes uyumuştum. Ben yazmayı çok istediğim bir hikayeye bir türlü başlayamamanın sıkıntısını yaşıyordum. Üzerime paltomu giyerek, o an tamamı karla kaplı olan terasa çıktığımda, bu sıkıntım biraz olsun hafifledi. Kar yağışı kesilmişti. Kuru soğuk diye tabir edilen o soğuk hava, kar yağışı ile birlikte biraz yumuşamış, yanı başımızdaki ormanın katkısı ile daha da artan oksijeni teneffüs etmek, bana iyi gelmişti. Evimiz tepelik bir mevkide olduğu için, ağaçların, çatıların ve yolların karla kaplandığını görebiliyordum. Manzara muhteşemdi.

O sırada bizden epey aşağıdaki düzlükte yer alan ve kulübeyi andıran bir evin bahçesinde, yaktıkları ateşin başında oturmuş iki adamı fark ettim. Onları görebiliyordum fakat bu görüş kim olduklarını ya da hangi yaşta olduklarını seçebilecek netlikte değildi. Aramızdaki mesafe nereden baksanız çeyrek kilometre vardı. Keyifli bir sohbet gibi göründü bana. Bazen bir tartışmaya dön-



düğü, el ve kol hareketlerinden anlaşılıyordu. Kim olduklarını ve ne konuştuklarını çok merak etmiştim. Yanlarında olmayı bile istedim. Bir türlü başlangıç yapamadığım hikayem için ilham kaynağı olabilirdi bu sohbet. İşte o an ne olduysa oldu ve kısık sesle konuşmalarına ve aramızdaki mesafeye rağmen onları yanlarındaymışım gibi duymaya başladım. Böyle bir durumda onlar da beni duyabilir korkusuna kapılarak gayri ihtiyari birkaç saniye nefesimi tuttum. Sesleri gittikçe netleşmeye başladı. Daha duyduğum ilk cümlede tüylerim diken diken oldu:

- Zehir etkisini ne zaman gösterir dersin?  
- Yaptığım hesaplara göre yarın en geç 16:00'da ölmüş olacak. Biliyorsun bu konuya çok çalıştım. Yarı uzman sayılırım. 24 saat içinde yavaş yavaş öldürecek bir zehir bu. Doktorların dört ay önce üç ay ömür biçtiği, organları tükenmiş yatalak bir yaşlı için kim-

senin aklına farklı bir şey gelmez. Sen hem vicdan yapma, hem rahat ol. Biz sadece olayı hızlandırıyoruz. Çünkü acelemiz var.

- Pek rahat olduğumu söyleyemem. Korkuyorum bile denebilir. Çok yaşlı ve ölüm döşeğinde de olsa henüz ölmemiş birini öldürmek sandığım kadar kolay değilmiş. Üstelik o benim babaannem.

Bunu söylerken boğazındaki düğümlenme, sesine yansıdı. Ben duyduklarıma inanmıyordum fakat bu konuşulanlar ve olayın gerçekliği konusunda bir şüphem kalmamıştı... Çünkü bir ara onları yanlarındaymışım gibi yakından görmeye bile başlamıştım. Yaşlı kadından babaannesini olarak bahseden genç, belli ki diğerinden daha toydu. Fakat ikisi de henüz yirmili yaşların başında olmalıydılar. Çok gençtiler. Üstelik eli yüzü düzgün, bakımlı çocuklardı. Başka bir yerde rastlasanız gözünüze sevimli bile gelebilirlerdi. Küçük masanın üzerinde yarılanmış hali ile duran bir büyük şişe rakı, genç yaşlarına rağmen bu konuda tecrübeli olduklarını gösteriyordu.

Arkadaşı sesini biraz yükselterek devam etti:

- Saçmalama! Zehri ben hazırladım ve sen yapamadığın için bardağına ben kattım fakat unutma, bana bu fikirle gelen sendin. Zaten biliyorsun amacımız onu da kurtarmak. Öyle yatağa bağlı yaşamaya yaşamak mı denir? Her gün gelen bakıcı da, para karşılığı bile yapsa bu işten bıkmıştır eminim. Yarın, o evdeyken son nefesini verir ihtiyar. Sen bu gece bende kal. Yarın akşam kadar da eve gitme.

- Oğlum senin için kolay tabi. Kadın benim babaannem, sana göre hava hoş. Babam öldükten sonra annem yeniden evlenince kocası istemediği için beni ona bıraktı. Daha ortaokula gidiyordum. Benden başka da kimsesi yok.

- Biliyorum. Zaten bu yüzden de mirası sana kalacak.

- O eski evden başka bir şeyi yok. Bah-

çesi bu bahçe kadar bile değil. İyi para edeceğinden emin misin?

- Bizim burası şehre uzak. Sizin orası merkez sayılır, orda arsalar çok değerli. Dedim ya, ben araştırdım, nerden baksan üç milyon eder. Yarısı bana yarısı sana. İkimiz de kumar borcumuzu öder kurtuluruz peşimizdeki pisliklerden. Geri kalanı ile de eğlenemize bakarız. Uzun süre yeter o para bize.

Onlar bir süre sonra ateşi de söndürüp eve girdiler. İçeride konuşmaya devam etmişlerse de sesleri bana erişmez oldu. Ne yapacağımı şaşırılmış halde odama geri döndüm. Beni bir titreme almıştı. Çalışma odamdaki kanepeye uzanarak üstümü örttüm. Bir yandan da yaşlı kadının ikamet ettiği adresi merak ediyordum. Yatağından kalkamayacak kadar hasta ve yaşlı bir kadın. Düşündükçe içim parçalanıyordu. Kim bilir ne kadar seviyordu torununu. Onun için nelere katlanmıştı kim bilir?..

Bir süre yaşadığım şokun etkisi ile odamda kalakaldım. Belki bir saate yakın sürdü bu kendime bile suskunluğum. Sonra birden fırladım yerimden. Mantıklı düşüncecek halde değildim. Gidip onların kapısına dayanacak ve her şeyi bildiğimi ve polisi arayıp ihbarda bulunduğumu söyleyecektim. Yaşlı kadının adresini söylemelerini isteyecektim onlardan. Böylece yalnız yaşlı kadını değil, onları da kurtaracaktım. Kimseye hissettirmeden evden çıkmaya hazırlanıyordum ki, dışarıdan tuhaf sesler duymaya başladım. Siren seslerine benzeyen bu sesler gittikçe arttı. Dışarıya çıktığımda ana caddede bizim mahalleye doğru yaklaşan itfaiye araçlarını gördüm. Ben hızlı adımlarla o eve yaklaşıırken itfaiye araçları ile aynı yere gittiğimizi anladım, çünkü o ev alevler içerisindeydi.

O geceyi benim için unutulmaz kılan bir şey daha olmuş ve içeriden gençlerin feci şekilde yanmış ağır yaralı bedenleri çıkarılmıştı. Sonradan anlaşılacaktı ki yangın, gençler sızdıkları için söndürmeye fırsat bulamadıkları sigara nedeni ile çıkmıştı. Her ikisi de henüz sağdı ve acilen hastaneye kaldırıldılar.

O gece sabahı zor ettim. Mantıklı davranmak için konuyu uzun uzun düşündüm. Torunun adresini olay yerine gelen ve gençleri tanıyan birinden öğrenmiştim. Sabah o adrese giderek yaşlı kadının yanına gelen bakıcıyı bekledim ve rahmetli oğlunun bir arkadaşı olduğumu ve ziyaretine geldiğimi söyledim. Bakıcı önce torununu aradı fakat tabii ki ulaşamadı. İyi niyetli olduğuma karar vererek beni içeri aldı. Yaşlı kadın düşündüğümde daha iyiydi. Zorlukla da olsa konuşabiliyordu. Fakat bilinci ve hafızası çok zayıflamıştı. Bana mütebessim bir çehre ile uzun uzun baktı. Belli etmeden yanı başındaki bir ilaç kutusunu tamamen cebime boşalttı. Sonrasında ise diğer odaya geçerek bakıcıya yaşlı kadının nefes almakta aşırı zorlandığını ve bu kutudaki ilaçların hepsini içmiş olabileceğini söyleyerek aracımın acilen hastaneye götürmemiz gerektiğine ikna ettim. Hastanede ise ilgililere, ilaç kutusunun tamamını içmiş olmasından şüphelendiğimizi söyledim. Yaşlı kadın olanlara bir anlam veremese de gereken müdahaleler ve tahliller yapıldı ve midesi zehirden temizlendi. Biz kurtuldu diye sevindik fakat iki gün sonra hastanede müşahede altında iken sabaha karşı vefat haberi geldi. Ölüm sebebi organ yetmezliği olarak geçti kayıtlara. Bakıcının da yardımı ve ondan aldığım bilgiler doğrultusunda bütün cenaze işlemleri ile ben ilgilendim. Sonradan öğrendiğime göre torunu ve arkadaşı hastaneye kaldırıldıkları gün vefat etmişlerdi. Üstelik ikisinin de ölüm saati kayıtlara 16:00 olarak geçmişti. Bu saatin onların o gün yaşlı kadının ölümü için planladıkları saat olmasını her hatırladığımda tüylerim ürperiyor.

Daha önce söylediğim gibi kimseye anlattığım bu olayın etkisinden henüz kurtulabilmiş değilim. Onları nasıl duyabildim, üzerime düşen tam olarak neydi ve layığı ile yerine getirebilirdim mi bilmiyorum. Fakat bu hikayeden çok şey öğrendiğimi söyleyebilirim. Öncelikle her şeyin olduğu gibi ölümün de bir vakti, saati varmış. Can yakan, canı yanmadan ayrılmıyormuş bu dünyadan ve canı kim verdiyse o alıyormuş.

Bunları zaten bilmiyor muydun dediğinizi duyar gibiyim. Asıl öğrendiğim de o oldu zaten: Bildiğim sandığım birçok şeyi aslında bilmiyordum. Düşmüşüm bir—dünyayı sevmek kuyusuna—kendimi düz ovada sanıyordum...❖



## Şaşırtan Organımız Küçük Dil

PROF. DR. SEFA SAYGILI

*Küçük dil; ağız boşluğunun yutak ile birleştiği kısımda yer alan, tıbbi adı uvula olan 1 cm uzunluğunda etli bir doku parçasıdır. Damağın en arka kısmında asılı şekilde duran bu parça mukoza, bağ ve kas dokusu ile tükürük salgılayan kanallardan oluşur ve besinlerin ağızdan yutağa doğru itilmesini sağlar.*

### **Küçük dilin çok sayıda görevi ve işlevi vardır:**

- Küçük dilin temel işlevi konuşma yeteneğinin devamlılığını sağlamaktır. Küçük dilimiz olmasaydı konuşma sırasında pek çok kelimenin doğru telaffuzu, hatta genel anlamda konuşabilme yetisini gerçekleştirmek mümkün olmayacaktı. Kelimeler ve sesler doğru bir biçimde çıkabilmesi için küçük dilin bulunması gerekir.

- Tüketilen besinleri burun geçitlerinden uzak tutarak, ayrıca doğrudan nefes borusuna kaçmasını engelleyen ve gırtlaktan aşağı

doğru yönlendiren yapı küçük dildir.

- Damağın kapanmasına yardımcı olan küçük dil, sıvıların ve katı gıdaların buruna girmesinin de önüne geçer.

- Etrafında tükürük bezi yer alan küçük dilin konuşmayı rahat bir biçimde sürdürebilmemize dair önemli bir işlevi bulunur. Ayrıca tükürük üretimine de yardımcı olur.

- Yine öğürme refleksinin tetiklenme-



sinde de rol oynar. Aslında o refleks elimizle dokunmamıza bağlı değildir. Yanlış yoldan giden parçaları çıkartmak içindir. İstenmeyen bir şey yutulursa da aynı refleks devreye girerek öğürme ve kusmaya sebep olacaktır. Yani yabancı cisimlerin kaçmasını önlemeye yöneliktir. Bu refleks tüy yutmuş kedilerde de sık sık görürüz.

Gag refleksi (kusma refleksi) yabancı veya zararlı materyalin farinks, larinks ya da trakeaya girmesini önleyen, normal yutkunma sırasında gerçekleşmeyen koruyucu bir reflekstir.

- Küçük dilin görevleri yalnızca konuşma amaçlı da değildir. Tükürük üretiminden sorumlu olan seröz bezi ile küçük dil tarafından salgılanır. Çevresinde bazı kas lifleri ve alveoler bezler bulunur. Bu sayede bazı bakterilerin vücuda girişinin engellenmesi sağlanır. Özellikle üst solunum yolu enfeksiyonlarının oluşumuna yönelik engelleyici etki yapar. Bu özellikler sayesinde ağız ve solunum yolu sağlığı korunmuş olur.

- Küçük dilin ağız içerisinde bir diğer önemli görevi ağzın nemli olmasını ve boğazın kurumamasını sağlamaktır. Bu kayganlık sayesinde konuşma ve yeme kolaylaşır ayrıca boğaz şişmesinin de önüne geçilebilir.

Üstelik uvula (küçük dil), yalnız insanlarda bulunan özgün bir yapıdır. Başka bir deyişle, uvula sadece insanlarda bulunur ve hayvanlarda bu yapıya rastlanmaz. Uvulanın varlığı, insanların konuşma ve ses üretimi süreçlerinde önemli bir rol oynar. Bu durum organların evrimleşerek geliştiğini iddia eden Darwin teorisine zıttır. Çünkü küçük dil, birden insanlarda görülmüştür.

Vücuttaki her organ ve yapı boşuna yaratılmamış olup çok özel işlevleri vardır. Bu organlardan biri de boğaz kısmında bulunan ve farkına varamadığımız küçük dildir. Küçük dilin gerçekleştirdiği önemli görevler ve bu organın işlevleri, düşünen insanları hayret içinde bırakmaktadır. Sadece küçük dilimiz bile insanın mükemmel bir şekilde yaratıldığının bir göstergesidir.❖

## Vadedilmiş Topraklar Hayal, Gerçek Olan Vadedilmiş Ateş!..

SELİM GÜNDÜZALP

Bazen bir insanın hayali tüm toplumu hatta insanlığı etkiler. Peygamber Efendimizin (asm) Allah'ın mesajını tüm insanlığa ulaştırma hayali, sahabilerden başlayarak nice insanı, grubu, devleti bu yolda cihad etmeye, Allah'ın dinini tüm dünyaya ulaştırma gayretine sevk etti. Nice insan bu yolda cennete ulaştı, nice insanın bu sayede ebedi hayatı kurtuldu...

...

Bunun aksine dünyayı kana bulayan hayaller de var. Siyonist Yahudiler de, içlerinden en azgınlarının vadedilmiş topraklar hayallerine gönüllü olarak angaje olmuş, hapsolmuş bir kavim.

Bunlar değil miydi, içlerinde Musa Peygamber olduğu halde, Samiri'nin peşine takılıp puta tapanlar!..

O gün altını görüp kendilerini kaybedenler, ardından kendi uydurdukları vadedilmiş topraklar hikayesinin peşine düştüler.

Tarih boyunca sığındıkları toplumlara ihanet edip topluca sürülen başka kavim var mıdır? Hatırladığım kadarıyla 26 defa sürgün yaşamışlar. Nasıl bir kötülük barındırıyorlar ki, o toplumlar onları topluca sürmekten başka çözüm bulamamışlar.

Gazze o kötülüğe yine büyük bir ayna oldu. İnsan olanın, vicdan taşıyanın bakmaya dayanmadığı bir ayna.

Haksız yere alınan o canlılara, bu vahşete, bu gözü dönmüşlüğe karşı insanı ne teselli edebilir ki?!

Kur'an. Evet ancak Kur'an: "**Sakin Allah'ı, zâlimlerin yapmakta olduğu şeylerden gafil sanma! (Rabbin) onları, ancak kendisinde gözlerin dehşetten donup kalacağı bir güne erteler.**" (İbrahim Suresi, 42)

Büyük suçlar elbette büyük mahkemeyi beklemekte...

"**Cehennem o azgınların hepsinin buluşma yeridir. Onun yedi kapısı vardır.**

**Her kapıdan onların girecekleri ayrılmış bir kısım vardır.**" (Hicr, 15/43-44)

"Allah, şüphesiz kâfirlere lânet etmiş ve onlara içinde sonsuz olarak temelli kalacakları çılgın alevli cehennemi hazırlamıştır. Onlar bir dost ve yardımcı bulamazlar. Yüzleri ateşte çevrildiği gün: 'Keşke Allah'a itaat etseydik, keşke Peygamber'e itaat etseydik!' derler. 'Rabbimiz! Biz yöneticilerimize ve büyüklerimize itaat etmiştik. Fakat onlar bizi yoldan saptırdılar. Rabbimiz! Onlara iki kat azap ver, onları büyük bir lânete uğrat' derler." (Ahzab, 33/64-68)

"Allah katında bundan daha kötü bir karşılığın bulunduğunu size haber vereyim mi?" de, Allah kime lanet ve gazab ederse, kimlerden maymunlar, domuzlar ve şeytana kullar kılırsa, işte onlar yerin en kötü ve doğru yoldan en çok sapmış olanlardır." (Mâide, 5/60)

"Sonra, haksızlık edenlere sonsuz azabı tadın; kazanmış olduklarınızdan başka bir

şey için mi cezalandırılıyorsunuz denir." (Yunus, 10/52)

İsrailoğulları, peygamberlerini yalamaktan, yalnız bırakmaktan ve hatta öldürmekten geri durmamışlar. Kur'an der ki: "**Onlara ne zaman bir peygamber, hoşlarına gitmeyen bir şey getirse büyüklük taslamışlar, kimini yalanlamışlar, kimini de öldürmüşlerdir.**" (Bakara, 2/87; Mâide, 5/70)

...

İnsanın suya, ekmeğe olduğu gibi adalete de ihtiyacı var. İşte bu yaşanan vahşeti sergileyenlerin dünyada veya ahirette illa ki karşılığını göreceklerini duymak, bilmek, insanın adalet duygusunu teskin ediyor.

Bir teselli de şu cümlelerden aldım. Ahirete imanına şükrettim: "**Hem nev-i beşerin ehemmiyetli bir kısmı, hastalar ve mazlumlar ve bizim gibi musibetzedeler ve fakirler ve ağır ceza alan mahpuslar, eğer iman-ı âhîret onların imdadına yetişmezse, her vakit hastalığın ihtarıyla gözü önüne gelen ölüm ve intikamını alamadığı ve namusunu elinden kurtaramadığı zâlimin mağrurâne ihaneti ve büyük musibetlerde boşu boşuna malını, evlâdını kaybetmekle gelen elim me'yusiyeti (hayal kırıklığı) ve bir-iki dakika veya bir iki saat keyif yüzünden beş on sene böyle bir hapis azabını çekmekten gelen kederli sıkıntı, elbette o biçarelere dünyayı zindan ve hayatı bir işkenceli azaba çevirir. Eğer âhîrete iman imdatlarına yetişse, birden onlar nefes alırlar; sıkıntıları, me'yusiyetleri ve endişeleri ve intikam hiddetleri, derece-i imanına göre kısmen ve bazan tamamen zâil olur.**" (Şualar, 11. Şua, 8. Mesele)

"Allah herkesi kazandığının karşılığını vermek üzere (diriltecektir). Şüphesiz Allah, hesabı çabuk görendir." (İbrahim Suresi, 14/51)❖



# Kâinat Kitabının Satırlarını Okuyan Bir Bilim: Kimya

PROF. DR. OSMAN ÇAKMAK

İnsanlar ilk çağlardan beri yaşamlarında farkında olmasalar da kimya ile iç içe olmuşlardır. Çünkü insanlar maddenin hava veya suyla temas ettiğinde, ısıtıldığında veya soğutulduğunda, güneş ışığına maruz bırakıldığında, başka bir madde ile karıştırıldığında ortaya çıkan farklı biçimlerine şahit olmuşlardır.

Ayrıca maddelerin karıştırılmasıyla ortaya çıkan değişimleri (reaksiyonları) ve yeni maddeleri gözlemlemiştirler. Bu değişimler, daha doğrusu elementler arasındaki elektron alışverişleri, geçmiş zamanlarda bilinmediğinden, insanlar tarafından kimya ile sihir arasında bir bağlantı kurulmuştur. Bu yüzden kimyadan önce günümüzde tam olarak bir bilim olarak kabul görmeyen simya, insanlar arasında oldukça revaç kazanmıştır. Hatta bu yüzden bazı insanlar simyada derinleşerek mümkün olmayacak dönüşümlerin peşine düşmüşlerdir.

Simya; kimya ile olan kelime benzerliği ile bir bilim dalı olarak düşünülme yanlıgısını taşımaktadır. Hâlbuki simyacıların kullandıkları deneysel yöntemler kimya ile benzeşebilir ancak kimyadaki deneysel yaklaşım ve gözlem, simyada bulunmamaktadır. Başka bir bakış açısıyla astroloji ve astronomi arasında ne kadar bir bağlantı varsa; simyayla kimya arasında da öyle bir ilişki ve bağlantı bulunduğu söylenebilir.

Kısacası, geçmiş çağlarda insanlar fiziksel olaylara kendi hayallerinin ürettiği mistik anlamları yüklemişlerdir. Ancak bunlar temeli olmayan anlamlar olmuştur.

Geçmiş zamanlarda simya olarak nitelendirilen kimya bilimi bazen insanlara sihirli bir bilimmiş gibi görünmüştür. Sihirliymiş



gibi görünmesinin nedeni günlük hayatta kimyasal tepkimeler ve olaylar neticesinde karşılaşılan birçok hayret verici hadisedir.

Mesela, nasıl oluyor da havai fişek fırlatıldığında ve patladığında farklı renkli ışıkların açığa çıktığı görülüyor? Sindirimde görev alan ve kuvvetli bir asit olan hidroklorik asit (HCl) nasıl oluyor da görev yaptığı mideye zarar vermeden çalışıyor? Sodyum metali ve klor gazı gibi farklı özelliklere sahip iki element nasıl oluyor da daha farklı özelliklere sahip sodyum tuzuna (NaCl) dönüşebiliyor?

Kimyasal tepkimeler tüm bu soruların ortak cevabı olarak verilebilir. Kimyasal tepkime olayları sonucunda görülen değişimler ve etkiler, bu konuları merak edenler ve akıl

yürütenler için çok şaşırtıcı ve hayret verici olabilir. Midede şekerin, proteinin ve yağın sindirilmesinden, çiçeğin açmasına kadar geçen tüm dönüşümler içinde kimyasal tepkimelerin de yer aldığı birtakım süreçlerle gerçekleştirilir.

Gerek yapraklarda olsun gerekse çiçeklerin bir tekstil malzemesi gibi dokunmasında ve harikulade bir tablo gibi boyanmasında fotosentez gibi kimyasal dönüşümler rol alır. Fotosentezle her yaprak sessiz çalışan görünmez bir kimya laboratuvarı gibi görev yapar. Örneğin bir şeker fabrikası düşünülüğünde sadece pancardaki şekeri dışarı çıkarmak için çok sayıda sistemlerin ve düzeneklerin çalışması gereklidir. Hâlbuki her bir yaprak tüm canlıların besin ihtiyaçlarının karşılandığı küçük bir fabrika veya imalathane gibi milyonlarca yıldır görev yapmaktadır.

Yaprağın o basit görüntüsünün arkasında gizlenen harikulade üretim tezgâhlarının incelenmesinde ve çalışma mekanizmalarının ortaya koyulmasında kimya biliminin araştırma alanlarının önemi büyüktür.

Bilimleri sınıflandıranlar ortaya çıkan farklılıkları kendi bakış açılarından ele almışlardır. Mesela kimyacılar kimyayı santral bilim olarak görmüşler ve onu merkeze oturtmuşlardır. Ne var ki kimya ve diğer bilimler arasında bir sınır oluşturmak her zaman kolay olmamaktadır.

Astrofizikçiler, yıldızlarda ve diğer semadaki cisimlerde mevcut olan maddelerle; nükleer fizikçiler, atomların çekirdeklerini oluşturan taneciklerle; biyologlar canlı organizmaların yapısı ve işleyişiyle, jeologlar da yer kabuğunun yapısı ve içeriğiyle ilgilennirler.

Kimya bilimi ise maddenin yapısını, özelliklerini ve bileşimini inceler. Böylece

kimya bilimi görünmeyen atom ve atom bileşiklerinin faaliyetlerini görünür kılanın yol ve yöntemini sunar. Ayrıca kimya bilimi maddedeki değişikliklerin sebep sonuç ilişkisi içinde nasıl meydana geldiğini de ortaya koyar.

Tüm bu değişimlerin ve dönüşümlerin kaynağı olan reaksiyonlar (tepkime) ise kimya biliminde en sık kullanılan terimlerden biridir. Dolayısıyla reaksiyonlar kimyanın ana omurgasını oluşturan olaylar bütünüdür denilebilir. Çünkü kimya biliminde, sentez denilen yöntemler kullanılarak maddeler birleştirilip yeni maddeler üretilir. Analiz yöntemleriyle de karışımlar gibi maddeleri oluşturan unsurlar birbirlerinden ayrılır.

Kimya, matematik ve fizik gibi bilimlerle karşılaştırıldığında şöyle bir tablo görülür: Matematikte kavramsal öğeler üzerinde çalışılır ve mantıksal fikirler yürütülür. Fizik biliminde ise matematikteki kavramsal öğeler giderek somuta dönüşmeye başlar.

Aslında hayatın kendisi de bir bakıma kimyasal dönüşümlerden ibarettir. Kimyanın esası da bu dönüşümleri sonuçları ile bilmektir. Canlılardaki sayısız kimyasal dönüşümlerin binlercesi hücrelerde meydana gelir. Bir kap içinde ancak bir yemek yapabilirken o minicik, görünmeyen hücre adlı kapta binlerce farklı yemek beraber pişirilir. Hem de tüm bu işlerin hiçbiri birbirine karıştırılmadan yapılır.

Tüm bu olaylar; kimyasal kanunları koyan ve maddenin temel bileşeni olan atomu terbiye edip koyduğu kanunlar tahdında idare eden bir ilim, irade ve güçle mümkündür. Kimyasal olaylar sadece küçük bir hücre içerisinde değil havada, toprakta ve görünmeyen birçok ortamda da vuku bulmaktadır. Dünya karasıyla, deniziyle, atmosferiyle bir bütün olarak devasa ve muazzam bir fabrika gibi işlenmektedir. Bu fabrikanın enerji santrali ise, 150 milyon km'lik mesafeden ısı ve ışığı uzayda nakledilen Güneştir.❖

# Dil Duygu Düşünce Davranış

AYTEN YADİGÂR

“Zamanın birinde kaplumbağalar arasında bir tepeye tırmanma yarışı düzenlenmiş. Hedef tepeye ilk varan kaplumbağa olmakmış. Yarışı izlemeye gelenler, yarışmacılardan hiçbirinin bunu başaramayacağını düşünmekteymişler. Yarış güzergâhının iki yanına sıralanan izleyicilerden “Çok zor!” “Yapamayacaksınız!” “Başaramayacaksınız!” sesleri yükselmekteymiş. Nitekim yarışmacılar bir süre sonra mücadeleden vazgeçerek birer birer yarışmadan çekilmeye başlamışlar. Sadece bir kaplumbağa azimle ve ısrarla yoluna devam etmiş. Sonunda tek başına tepeye tırmanmayı başarmış. Haliyle herkes hayretler içinde bunu nasıl başardığını öğrenmek istemiş. Ancak kendisine soru yönelttiklerinde anlamışlar ki; tepeye tırmanmayı başaran kaplumbağa sağır olmuş.”

Olumsuz düşüncelere ve telkinlere sağırlık olmak gerektiğini salık veren küçük bir hikâye bu. Genelde başarı hedefine yürü-

yen kişileri motive etmek için anlatılır. Diğer yandan hayat yolunu adımlayan herkesin kulağına küpe olacak türden bir nasihat olduğu gibi bir hisse de çıkarılabilir. Çünkü hayatın akışı içinde birilerinin bazen farkına varmadan bazen de bile isteye yönelttiği olumsuz düşüncelere ve telkinlerine maruz kalabiliyoruz.

Genç bir annenin sözleri:

“Çoluk çocuk, ev düzeni, iş hayatı derken hepsine yetişmeye çalışıyorum. Yoruluyorum tabi ki. Ancak eşimle hayatı paylaşmak, çocuklarıma, aileme, evime emek vermek beni mutlu ediyor. İşimi de severek yapıyorum. Şunu fark ettim. Yaşadığım koşuturma ve yoğunlukla ilgili değerlendirmelerde sarf edilen olumsuz cümleler beni son derece olumsuz yönde etkiliyor. En yakınlarımın iyi niyetle söyledikleri bile. Anne babamın beni ne kadar sevdiğini, benim iyiliğimi istediklerini biliyorum. Bana kıyamadıkları için “Kızım çok yükleniyor-

sun kendine. Hem iş hem ev. Çocuklar da çok yoruyor seni” diyorlar mesela. Ama bu sözlerin beni ne kadar aşağı çektiğini bilmiyorlar. İyi niyetle dile getirirler de bunları, ben bunları duyduğum için kendimi kötü hissediyorum. Bu da söylemlerime ve davranışlarıma yansıyor. Evde daha gergin, şikâyetçi ve tahammülsüz bir hale bürünüyorum. Aslında ihtiyacım olan güzel sözlerle ve olumlu yaklaşımlarla desteklenmek. Sonrası kolaylaşıyor zaten.”

Bu örnek, anne babayla yapılan sıradan bir günlük konuşmada geçen belki öylesine söylenmiş ya da ebeveyn hassasiyeti ile dile getirilmiş sözler nedeniyle, duygu ve düşünce dünyasına oradan da davranışlara sirayet eden etkilenmeler olduğunu gösteriyor. Gergin ve huzursuz ruh hali de

ev içinde çatışma ortamına zemin hazırlıyor haliyle.

Bu hassasiyet ve etkilenmelerin toplumsal hayatta da bir karşılığı var elbet. Günümüzde teknoloji ve internet sayesinde sürekli bir haber akışı ve malumat bombardımanına maruz kaldığımız malum. Sosyal, ekonomik, siyasi haber veya paylaşımlar yapılırken kullanılan dil dikkat çekiyor. İnsan tekleri ve topluma olumsuz yüklemeler yapıldığını görüyoruz çoğunlukla. İnsanların korkuları, zaafı ve hassasiyetleri üzerinden gidiliyor daha çok. Olumlu örnekler ise yok denecek kadar az dile getiriliyor.

Evet, hastalıklar, ölüm, geçim sıkıntısı, deprem kuraklık gibi doğal afetler, şiddet, savaşlar, göç, açlık, susuzluk birer acı gerçək olarak karşımızda duruyor. Küreselleşen dünyanın acil çözüm bekleyen sorunlarını ele alış ve dile getiriş biçimi önemli. Ve tabi ki ne niyet üzere bulunduğu. Nitekim

günümüzde insanların toplumsal hayat içinde gittikçe daha tahammülsüz, her an kavgaya hazır ve çok çabuk şiddete yönelir hale gelmesinde, doğrudan veya dolaylı olumsuz yüklemeler yaparak gerginliği ve huzursuzluğu besleyen sosyal medya ve haber diline maruz kalmanın etkisi de düşünülmemeli.

Bunlar bir yana, kış mevsiminde olağan akışında yağacak yağmur ve kardan tutun, yazın sıcakların kaç dereceye varacağına ya da Ramazan ayında fırlayacak olan fiyatlara vurgu yapan malum haber dili yüzünden, yağmuru “Onun Rabbi ile sözleşmesi benden daha yeni” diyerek kucaklayan Peygamber Efendimiz’in (sav) yaklaşım tarzı aklımıza gelmiyor artık.

Birbirine zarar vermeden yeryüzüne inen, biz insanlara böyle de yol almanın mümkün olduğu dersini veren ve toprağı şefkatle örtüp gelecek yılın mahsulüne yorğan olan bereket vesilesi kar yağacak inşallah diye karşılıyoruz kışları.

Yazın, sicağından başka nice güzellikler getirdiğini düşünmek yerine, o sıcaklar gelmeden bunaltıyoruz darlıyoruz kendimizi...

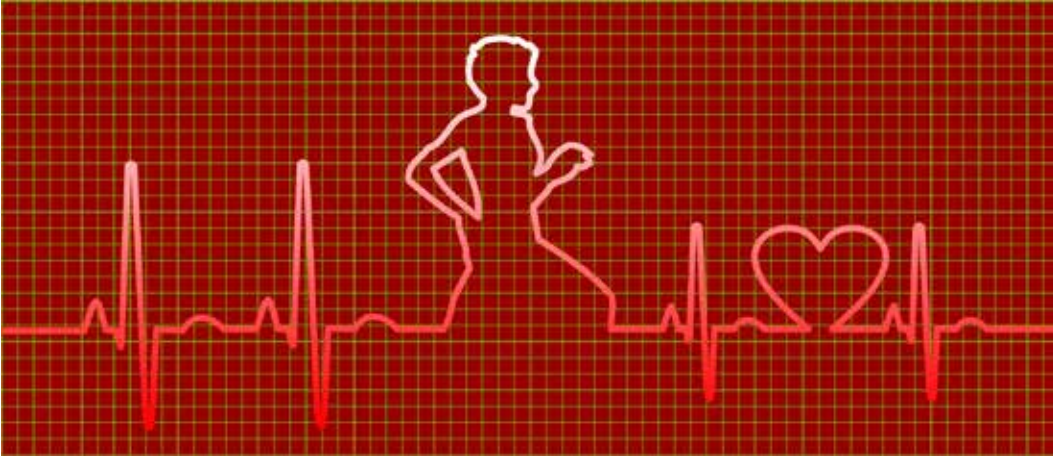
Hele ki Ramazan... Hayatın koşuturmasında bir nefes alma, maddi dünya ile aramıza mesafe koyup manen beslenme, yenilenme vesilesi olarak dualarla şükürlerle karşılamanın gereken. Paylaşmanın, yardımlaşmanın, sosyal dayanışmanın halden anlamının ve birbirine sahip çıkmanın en güzel örneklerinin yaşandığı kutlu ay olarak beklemek yerine çarşı, pazar, fiyatlar üzerinden işgal edilen yürekler, zihinler...

Olumsuz düşüncelere ve telkinlere dikkat o halde.

İşte kutlu zamanlara yine erdiğimiz demlerdeyiz. Üç aylar bize yine yeniden nasip olduysa daha çok hamd, daha çok şükür ve daha çok iyilik imkânı verildi demektir. O şikâyet ettiğimiz kötülüklerin ve olumsuzlukların bertaraf olması için sözlü ve fiili duaları artırma zamanı bir anlamda. Mübarek olsun. Bizleri mübarek kılsın. ❖

# Eşsiz Bir Eşgüdüm Örneği: Kalp ve Akciğer

PROF. DR. AKIN İŞCAN



**Dur Durak Bilmeksizin Çalışan İki Mucize Organı Yakından Tanıyalım:**

## KALP

Topu-topu 350 g ağırlığındaki insan kalbi, 24 saatte yaklaşık 8000 L kanı atardamarlara pompalar. Anne karnında 40. günden başlayan kalp atımı 70 yılda yaklaşık 2,5 milyar kere tekrarlanır.

Kalp, ortadaki bölme ile tam olarak birbirinden ayrılan kirli kanla dolu sağ ve temiz kanla dolu sol bölümden yapılmıştır. Sağ ve sol bölüm kendi içinde kulakçık ve karıncık denilen ve açılır kapanır kapakçıklarla birbirinden ayrılan 2 oda şeklinde tanzim edilmiştir. Sağ kulakçık kirli kan ve sol kulakçık temiz kanın toplandığı havuzlardır. Kulakçıklarda toplanan kan kapakçık açıldığında karıncıkları doldurur. Karıncıklar kasıldığında kanın kulakçığa geri kaçmasını önlemek üzere kapakçıklar kapanır ve kan atardamara hücum eder.

Sol kalpten çıkan temiz kan, bir yandan kılcal damarlarda oksijen ve besinleri hücrelere bırakırken diğer yandan hücrelerde

biriken karbondioksiti alıp toplardamarlar içinde kalbin sağ yarısına döner. Kalbin sağ yarısında toplanan kirli kan akciğere gitmek üzere akciğer atardamarlarına pompalanır. (Yan sayfadaki resim)

## AKCİĞER

Üçyüz milyon hava keseciğine sahip akciğer, dakikada en az 15 kez durmaksızın bir şişip bir sönen körük gibi çalışarak günde 8500 L hava ile dolar ve boşalır.

Diğer tüm organların tersine akciğerde oksijen, kılcal damar dışından kana, karbondioksit ise kandan damar dışına geçerek kirli kan temiz kana dönüştürülür. Akciğer toplardamarları içinde kalbin sol yarısına dönen temiz kan buradan ana atardamara pompalanır.

## DAMARLAR

Uç uca eklendiğinde dünya çevresini 2,5 kat dolaşacak kadar uzun olan damarlar işlevine uygun yapılmıştır. Atardamarlar yüksek kan basıncına maruzdur ve bu nedenle duvarları kalın ve sağlam yapılmıştır.

Kan basıncının atardamarların onda biri kadar olduğu toplardamarlar kan akımını kolaylaştırmak için geniş ve ince duvarlı yapılmış ve kan akımının geri kaçmasını engellemek için içlerine kapakçıklar konulmuştur.

Damarlar içinde en işlevsel olanı şüphesiz oksijen, karbondioksit ve besin alışverişlerinin gerçekleştiği kılcal damarlardır. Oksijenle yüklü alyuvarlar saç kılından çok daha ince kılcal damarlar içinden tek sıra halinde ancak geçebilirler ve bu nedenle kan akımını duragana yakın derecede yavaşlatırlar. Öyle ki ana atardamarda 30 cm/sn olan kan akım hızı, kılcal damarlarda yaklaşık bin kez yavaşlayarak 0,026 cm/sn olarak gerçekleşir.

Kanın, uzun kılcal damar ağı boyunca bu derece yavaş akması oksijen, karbondioksit ve besin maddelerinin geçişine zaman kazandırmak için planlanmıştır.

## KALP VE AKCİĞER NASIL ÇALIŞIR?

Kalpte sinüs düğümü denilen otomatik çalışan merkez, dakikada 70 kez ürettiği sinyalleri sinir uzantıları ile kalp kası liflerini uyarak kasılmalarını sağlar. Çok güçlü kaslardan yapılmış kalp kasları kasıldığında karıncıkların iç hacmi birdenbire azalarak iç basınç yükselir ve oluşan basınç farkı nedeniyle karıncıktaki kan, atardamarlara pompalanır.

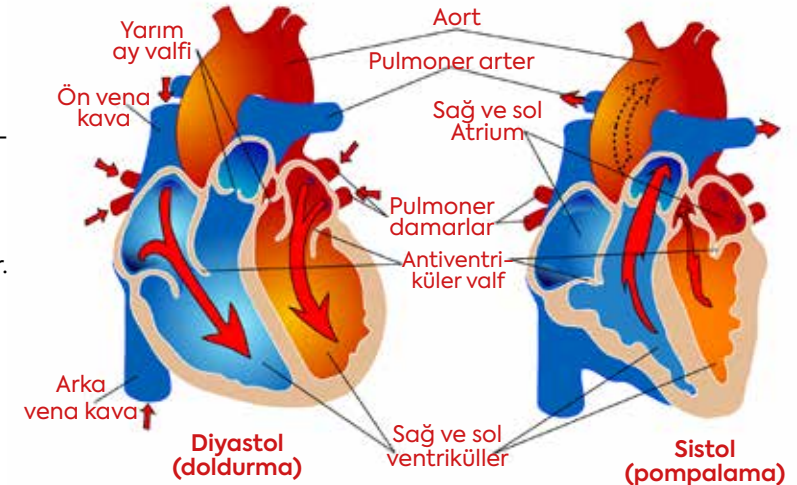
Sinüs düğümünün kontrol eden kalp komuta merkezi omurilik soğanında bulunur ve oksijen ihtiyacının arttığı halde örneğin egzersiz sırasında sinüs düğümüne kalp hızını artıran sinyaller yollar. Kalp komuta merkezine daha yakından bakıldığında omurilik soğanında biri kalp hızını yavaşlatan diğeri kalp hızını artıran olmak üzere

birbirine zıt çalışan 2 entegre alt merkezden kurulduğu görülür. Bu merkezler ile kalpteki sinüs düğümü arasında iletişimi sinir lifleri sağlar. Egzersiz sırasında kalp hızını artıran merkez daha çok sinyal göndererek kalp hızını artırır. Egzersiz bittiğinde kalp hızını yavaşlatan merkez aktif hale geçerek kalp hızını yavaşlatır.

Kalp kontrol merkezi, egzersizin başlama ve bitişini eklemlerde ve kaslarda yerleştirilmiş, harekete duyarlı sensörlerden doğan ve sinir lifleri içinde merkeze ulaşan sinyaller sayesinde haberdar olur.

Bu sensörlerden başka kan oksijenini algılayan büyük atardamar duvarlarına yerleştirilmiş sensörler vardır. Kan oksijeni egzersiz veya başka bir nedenle azaldığında bu sensörler aktifleşir ve özel sinir lifleri ile bağlı olduğu kalp komuta merkezine sinyaller göndererek kalbin hızlanmasını sağlar. Kalbin hızlanması kan dolaşımını hızlandırır ancak solunum hızlanmadığı takdirde hücrelerin artan oksijen ihtiyacı karşılanamaz. O nedenle kalp hızlandığında solunum da hızlanmalıdır.

Bu nasıl sağlanır? Kan oksijen seviyesi düştüğünde, biri omurilik soğanında diğeri ana atardamar duvarına yerleştirilmiş 2 sensörden çıkan sinyaller sinir lifleri vasıtasıyla beyin sapındaki solunum kontrol merkezine



iletir. Solunum kontrol merkezi, nefes aldırıcı ünite, nefes verdirici ünite, derin solutucu ünite ve soluk almayı durdurucu ünite olmak üzere entegre 4 alt üniteden oluşur. Solunum kontrol merkezinden doğan sinyaller sinir lifleri ile solunum kaslarına (göğüs kafesini kuşatan kuşatan kaslar ve diyafram kasına) iletir. Sinyali alan solunum kasları kasıldığında göğüs kafesi genişler ve göğüs boşluğunda atmosfere göre daha düşük basınç oluşur. Basınç farkı nedeniyle dış ortamdan akciğerlere hava akar ve nefes alma gerçekleşir.

Egzersiz sırasında solunum kasları daha hızlı çalışır, soluk alıp verme hızlanır, akciğerlerde oksijenlenen kan miktarı artar ve kasların artan oksijen ihtiyacı böylece karşılanır.

### SOLUNUMU KISMEN KONTROL EDEBİLİRİZ AMA KALP HIZINI KONTROL EDEMEYİZ

Kalp, insan istek ve iradesinden bağımsız olarak çalışır ve bu yaşamın devam edebilmesi için zorunludur. Buna karşın insan, solunum hızı ve derinliğini bir dereceye kadar değiştirebilir. Mesela istersek daha hızlı veya daha derin soluyabilir ya da nefes almayı veya nefes vermeyi duraklatabiliriz.

Bu faydalı ve gerekli bir yetkilendirmedir. Bu sayede, bebek annesini emebilir, hastalar öksürerek rahatlayabilir, bağırarak sesimizi uzaklara duyurabilir, pipetle meşrubat içebilir, dalgıçlar denizin derinliklerinde nefes almaksızın yüzebilir, hafızlar ezanı mükemmel okuyabilir ve ses sanatçıları sanatlarını en güzel şekilde icra edebilir.

### YAPAY KALP VE AKCİĞER

İleri teknoloji ürünü harika makinalar olan yapay kalp cihazı ve ECMO cihazı (yapay kalp-akciğer makinası) insanlığın hizmetindedir.

Ne var ki aslının karmaşık işlevlerini tam olarak yerine getirmekten çok uzak yapay cihaz, organ nakli gerçekleşene kadar geçici bir süre kullanılabilir. Yapay cihazların fen, mühendislik ve tıp ilimlerinin zirvesinde hünerli, mahir ve bilge bir ustanın eseri olduğu tartışılmaz kati bir hakikat ise, göğsümüzde durmaksızın çarpan kalp, körük gibi bir şişen bir sönen akciğer, hücrelere hayat taşıyan kılcal damarlar ve yaşam suyu kan ve insan vücudundaki taklit edilmez mükemmel herbir eser, mucizekâr bir yaratıcıyı gündüzün güneşi göstermesi gibi akıl gözüne gösterir ve “Gerçekten biz, her şeyi bir ölçü ve dengede yarattık.” (Kamer Suresi 49. Ayet) ve “Hiç şüphesiz senin Rabbin, işte O, her şeyi mükemmel yaratan ve her şeyi hakkıyla bilendir.” (Hicr suresi, 86. Ayet) hakikatini ilan eder. ❖



# At Hakkında...

MUAMMER ERKUL

*Atlar ahırlarında,  
dağ hayali kurmazlar.  
Fakat rüyada görür,  
kalbinin sahibini;  
Çeşitli sebeplerle,  
yılıya giden atlar!*

Biz atları, hiç kavgamız olmamış arkadaş gibi sevdi.

Biz atları, fethedilmiş şehirlerin kapısından girerken gördük; eyerleri üzerine oturmuş mağrur fatihlerle birlikte.

Biz atları hep, en sevdiklerimizin yanında, yakınında dinledik.

Biz atların, çılgın zaferlere doğru uçtuğunu okuduk; iki elin parmakları gibi birbirine geçtikleri, yalın kılıç kahramanlarla birlikte.

Bizde doğumların müjdesini, gür soluklu atlar yetiştirdi uzaktaki yakınlarla...

Bizde, en büyük tesellisi ata binmekti sünnet olacak çocuğum!

Ve biz sahibini, ata bindirerek getirmeyi adet edinmiştik, gönlümüzün.

Beş hayvan say desek, birinde at diyecek torunum.

Dört hayvan say desem, birinde at der çocuğum.

Üç hayvan say deseniz, birinde at derim.

İki hayvan say desek, birinde at der babam.

Tek hayvan deseydik; at, derdi dedem fakat şunu eklerdi:

At'a hayvan demezdi atalarımız!

At duyunca; “tut” anlıyorduk biz. Neden “at” denen güzeli “atmak” ile meşgulüz?

“Biz” bildiğimiz ne varsa “fırlatmayı” telkin ederek büyüttüler ya birkaç kuşağı; kendi ninnilerini söyleye söyleye, kendi ayaklarında sallaya sallaya!.. Ve, maalesef, uyuduk!

Şimdi sorup duruyoruz kendimize:

At, hayatımızın neresinde?

Daha da acıklı soru: Biz, bizim neremizde?

♥

Sizler edebiyatı, sanatı, çizgi romanı at ile birlikte tanıyıp sevmediniz mi?

Peki, sizin çocuklarınız ve onların çocukları da sizler gibi sevebilecekler mi, atları?

♥

Binlerce yıldır at sırtında akmıyor muyduk dünyanın her yönüne.

Bizler ehlileştiğimiz miydik atları?

Tarihimiz ve kültürümüz; atın sırtında geliyor bize kadar.

Eğer biz atları dilimizden düşürür, zihnimizden çıkarır ve hafızamızdan silersek; kültür ve tarihimizi bize bağlayan en önemli iplerden biri daha kesilmiş olur, koparılmış olur!

♥

Atlar sokak köpeği gibi sokağa bırakılmaz, talan etsinler diye tarlalara salınmaz ve kesmekten beter hal; barınağa sokulmaz!

Atlar ahırlarında, dağ hayali kurmazlar.

Fakat rüyada görür, kalbinin sahibini;

çeşitli sebeplerle, yılıya giden atlar!❖



# Gücü, Merhametle ve Tevazu İle Yoğurmak

İBRAHİM KÖROĞLU

Kendine özgü olağanüstü bir taşlama ve mizah anlayışı olan, ünlü İtalyan yazar DİNO BUZZATİ'nin ülkemizde COLOMBRE ismi ile yayınlanan bir kitabı var. 1958 yılında yazılan bu kitabın tamamı gerçeküstü öykülerden oluşuyor. Çok değerli tespitler içeren, etkileyici ve alaycı bir üslup ile yazılmış bu öykülerin hepsi çok ilginç ve sıra dışı. İçlerinde benim en çok sevdiğim öykü: "1980 Dersi."

Bu hikayedeki olaylar, yazıldığı 1958 yılı için bir gelecek kurgusu. Bugün için ise geçmiş bir tarih. Fakat çok ilginçtir ki, tam da içinde bulunduğumuz günleri anlatıyor. Çünkü Ukrayna-Rusya savaşı ve Filistin'de devam eden katliam bu öyküyü daha da anlamlı kılıyor.

Öykü; Komünist Blok ile Batı Bloku arasında Ay üzerindeki bir kraterin sahiplenilmesine yönelik çekişme ile zirveye ulaşan soğuk savaşta, nükleer silah kullanımı tehditlerinin dünyayı felakete sürüklemek üzere olduğu günlerde geçiyor. Bu uzun hikâye özetle şöyle:

31 Aralık 1979 Salı tam gece yarısında Sovyetler Birliği Başkanı, verdiği davette yeni yılı kutlarken herkesin şaşkın bakışları arasında yere yığılır. Bu ölüm, diğer süper güç olan Amerika'nın derin bir soluk almasını sağlar, fa-

kat aynı şey 7 Ocak Salı gece yarısında bu kez Amerika başkanının başına gelir. Bunu kimileri "gizli bir örgüt işi", kimileri "uzaylıların müdahalesi", kimileri "İlahi Adalet" olarak yorumlar.

14 Ocak'ta ABD başkanının yerine geçen kişi de tam gece yarısında ölünce, sıranın kendisinde olduğunu hisseden Çin'in ateist lideri, "bunu ilahi güçlere bırakmam" diyerek 21 Ocak sabahı intihar eder.

Sadece siyasettekiler değil başta dünyanın en zenginleri listesinin ilk sıralarındakiler olmak üzere, gücün doruklarında zehirlenme yaşayan bütün çok güçlü kişiler, her hafta aynı gün aynı saatte birer birer ölmeye başlar.

Birkaç ay sonra, ortada ne bir hükümet başkanı ne bir diktatör ne büyük parti önderi ne de bir endüstri devi kalır. Hepsi sıranın kendilerine geleceğinden korkarak istifa ederler; yönetimleri, kurullar üstlenir ve kimse kimse den daha üstün olmamak için özen gösterir.

Dünyanın en varlıklı insanları da biriktirmiş oldukları müthiş servetlerini, büyük hayır kurullarına, toplumsal ve sanatsal etkinliklere bağışlar.

Salı geceleri, tam on ikide gerçekleşen ölümler Ekim ayında sona erer. Yeryüzündeki

gidişatı düzeltmek için kırk kadar kalp krizi yerli olmuştur.

Gerçeküstü bir kurgu olmasına rağmen günümüz gerçekleri ile çok örtüşen bu öykü, güç zehirlenmesinin hem kişilere hem çevrelerine hem tüm insanlığa verdiği zararı çok güzel ifade ediyor.

Gerçekten de insanlık tarihinde, kendisini ilah gibi gören ve halka zulmeden krallara, firavunlara, imparatorlara, diktatörlere çok rastlanmıştır. Böyle bir konu açılınca aklıma Büyük İskender'in sözleri geliyor. Kendisi henüz 25 yaşındayken dünya üzerindeki toprakların çoğunu fethetmiştir. Bir yerde, "Dileyin ben den ne derseniz, çünkü ben her şeye gücü yeten tek hükümdarım" diye böbürlenir.

Bunu söylediği kişiler, ondan "ölümsüzlük" isteyince yapamayacağını söylemek zorunda kalır. Çok ilginçtir ki tarihe "Büyük İskender" olarak geçen bu insanın ömrü sadece 30 yıl sürer.

Güç zehirlenmesi örnekleri, insanlar yaşadıkça farklı kişiler, unvanlar ve topluluklara devam etmiştir. Bunun tersi örnekler de çoktur.

Tarih zaten iyilerle kötülerin mücadelesinden ibarettir. Elde ettiği güçten zehirlenmeyen nadir insanlar sayesinde iyilik ve insanlık bu günlere kadar ayakta kalabilmiştir.

Güç zehirlenmesinin farklı tezahürleri, farklı türleri var. Her kademedeki yöneticinin, yetkilinin ve makam-mevki-para sahibinin karşılabileceği bu durum, ailede de söz konusu olabilir, kişisel ilişkilerde de, küçük işletmelerde de... İşletmelerde ve kamu kurumlarında hak etmediği makamlara gelenler için çok daha çabuk etkisini gösteren bu zehir, yetki gücünün yanlış kullanılmasına ve başarısız sonuçlara neden olmaktadır.

Kişisel ilişkilerde de güçlü olanın zayıfı ezdiği durumlarla çok karşılaşılıyor. Peki zehirlenmemek için ne yapabiliriz? Öncelikle bu konuda mutlaka önlem almamız gerektiğini kabul edelim.

Hepimize, bizi kibirli yapan, hız, hırs ve haz uğçeninde bir hayat tarzı dayatılıyor.

Çoktan zehirlenmiş olabiliriz veya zehirlenme riskimiz çok fazla.

Etrafımız dev aynaları ile sarılmış durumda. Ve biz, kendimizi sadece dev aynasında görüyoruz. Gerçek durumumuzu gösterecek aynalara, dostlara, bilgelere ihtiyacımız var.

Osmanlı İmparatorluğunda, padişahın tahta çıkışında ve her Cuma namazından sonra, öğrenci gençler, alimler ve halk tarafından "Mağrur olma padişahım senden büyük Allah var" nidaları ile uyarılması, onun güç zehirlenmesine yakalanmaması içindi.

Batılların Muhteşem Süleyman dedikleri Kanuni Sultan Süleyman'ın taraf olduğu bir davada kendisi aleyhine karar veren kadiyi tebrik etmesi, "Mevkiler önce Allah'a sonra devlete karşı sorumluluktur" ve "Kibir ve gurur şeytanın hayvanlarıdır. Siz onlara hükmedemezseniz onlar size hükmeder" sözleri ünlüdür.

Hız. Ömer'in şahsi geliri ile bir adam tutup kendisine her gün "Ölüm de var ya Ömer, hesap var, mahşer var" şeklinde hatırlatma yapmasını istemesi de "gerçek dostlarım bana hatalarımı hediye edenlerdir" demesi de güç zehirlenmesinden korunmak içindi.

Dolayısıyla, bize geri bildirim verecek, hatalarımızı söyleyebilecek, her dediğimizi ve her yaptığımızı onaylamayacak, sadece iltifat etmeyip, gerektiğinde eleştirecek, bizim her fikrimize katılmayıp, farklı fikirler üretebilecek dostlar ve/veya ekip arkadaşları edinmeli ve biz de onlar için böyle bir dost olmaya özen göstermeliyiz. Kişisel farkındalığımızı artıracak aktiviteler de çok önemli.

Arada yavaşlamak, hızı, hazzı ve hırsı dengelemek, doğayla yakınlaşmak, gökyüzüne daha çok bakmak, daha çok yürüyüş yapmak, rutinin dışına çıkmak, farklı hobiler edinmek, bol kitap okumak, ihtiyaç sahiplerini, huzur evlerini, çocuk yuvalarını ziyaret etmek, hastane ve mezarlık ziyaretleri yapmak, kendimizi dev aynasında görmekten biraz olsun uzaklaştırabiliriz.

Güçlü olmakta bir sorun yok aslında. Hatta bilakis güçlü olmalıyız. Fakat mutlaka yapmamız gereken şey, bu gücü merhametle, tevazu ve sağduyu ile yoğurmak olmalı.❖

Kur'an Allah'ın Mucize Kelamıdır

# Bakara Suresinde Görünen Tevafuklar

PROF. DR. NİYAZİ BEKİ



## BAKARA SURESİ

Bu sure, Medine'de indirilmiş, mukattaat sureler sisteminde yer almıştır. Surenin ayet sayısı 286'dır. Bu surede önemli bazı tevafukları şöyle sıralayabiliriz:

### AYET NUMARASI 1

**a)** Surenin başında yer alan "Elif-Lam-Mim" şifreli harflerin önemli bir anlamı şudur: Elif, Allah Lafza-i celalinin ilk harfidir. Lam, Hz. Cebrail'in son harfidir. Mim ise Hz. Muhammed'in (s.a.v) ilk harfidir. Buna göre bu şifreli harflerin oluşturduğu ayetin meali şöyledir: "Bu kitap, Allah tarafından, Hz. Cebrail vasıtasıyla Hz. Muhammed'e (s.a.v) indirilmiştir."

**b)** Kur'an'da ilk şifreli harfler olan bu üç harfin toplam ebced değeri: 71'dir. Bu sayı "Hisab" kelimesinin de ebced değeridir. Bu tevafuk, şifreli harflerin değişik açıdan matematik değerleriyle belli olayların hesabına işaret etmekte olduğunu göstermektedir.

**c)** Mükerrer olanlarla birlikte bu şifreli harflerin sayısı: 78'dir.

İlk şifreli harflerin ebced değeri 71 olup, hesap (hisab) kelimesinin ebced değeri

olduğu gibi, en son şifreli harf ise 78. sırada olup "aded" kelimesinin ebced değerine uygundur. Böylece şifreli harflerin başı da sonu da hesaptan sayılardan bahsetmektedir. Nitekim baştan beri tefsir alimleri tarafından yapılan bu şifreli harfler için değişik yorumlar yanında, en fazla ittifak konusu olan matematiksel hesap tablosudur:

### d) Konu İle İlgili Bazı Âlimlerin Görüşleri

Şüphesiz birçok konuda olduğu gibi, bu konuda da âlimlerin farklı düşünceleri söz konusu olmuş ve tarih boyunca bu çeşitlilik artarak devam etmiştir. Bu sebeple biz burada, sadece bir fikir vermesi açısından orijinal bulduğumuz bazı görüşleri misal olarak verecek ve sonra Bediüzzaman'ın görüşlerini aktarmaya çalışacağız.

İbn Abbas'tan yapılan bir rivayete göre, münferit (şifreli) harflerden Elif, Allah'a; Lam, Hz. Cebrail'e; Mim ise, Hz. Muhammed'e (s.a.v) işaretler. İbn Cerir Taberî, değişik âlimlerin farklı görüşlerini naklettikten sonra, "Âlimlerin münferit harflerle ilgili söyledikleri farklı görüşlerin hepsinin doğru olabileceğini; bu değişik anlamlarının yanında, bunların, ebced değerleri itibarıyla de bir takım

gerçeklere işaret ettikleri şüphesizdir" şeklindeki kucaklayıcı sözleri dikkate değerdir.

### AYET NUMARASI 143

Bu ayette İslam ümmetinin vasat bir ümmet olduğu bildirilmiştir.

Kur'an'da İslam Ümmeti için "Ümmeten Vesatan = Vasat Ümmet" ifadesi kullanılmıştır. "Vasat ümmet", orta yolu takip eden (ifrat ve tefritten uzak kalan) ümmet demektir. Mesela:

- Yahudilerin Millî kimliğe, Hristiyanların Teslise bürünmüş ilah anlayışlarına karşı, İslam ümmeti, orta yolu takip etmiş, "Âlemlerin Rabbi, bir tek olan Allah" inancına sahip olmuştur.

- İslam ümmeti, çok tanrılı dinlerle tanınamaz doktrinler arasında orta yolu takip etmiş ve "Allah'ın varlığını ve birliğini" kabul etmiştir.

- İslam ümmeti, ifrat ve tefrit gibi aşırı uçlardan uzak orta yolu takip etmekle temayüz etmiştir.

- İslam ümmeti, Yahudilerin peygamberlere karşı—tefrite dayanan—arsız tavırları ile Hristiyanların—ifrata dayanan—Hz. İsa'yı Allah'ın oğlu olduğu iddialarına karşı, orta yolu tutmuş, peygamberleri "Allah'ın kulu ve Resulü" olarak görmüştür.

Her şeyi bilen ve her şeyi hikmetle yapan Allah, Kur'an-ı Hakîm'de yer verdiği "vasat ümmet = orta yollu ümmet" kavramını—onun manasına uygun olarak—orta yol manzaralı bir tevafuk tablosunda yansıtmıştır. **Mesela:**

**a.** Bütün Kur'an'da bir defa geçen bu kavram, Bakara Suresi'nin tam ortasına yerleştirilmiştir. Bu surenin ayet sayısı: 286'dır. "Vasat ümmet" kavramı, surenin tam orta yeri olan 143. ayete yerleştirilmiştir.

**b.** "Vasat ümmet" kavramının bulunduğu ayet, tam sayfanın ortasında bitmiştir. Sayfada 15 satır vardır. Bu ayet, 8. satırda bitmiştir. Daha önce 7, daha sonra 7 satır vardır.

**c.** Bu ayet, bulunduğu satırı da yarılamaş, ortasında bulunmuştur. Yukarıdan da, aşağıdan da sayılsa, sayfanın 8. satırı olan bu satırın yarısı, "vasat ümmet" ayetine, diğer yarısı başka bir ayete aittir.

**d.** "Vasat ümmet" anlamındaki "üm-meten vesatan"nın ebced değeri: 516'dır. Bu vasat ümmetin orta yolda yürümesinin mükâfatını bildiren ayetin son kelimesi, Allah'ın Rahim ismidir. Bunun ebced değeri ise, 516'nın yarısı olup 258'dir.

### AYET NUMARASI 153

Ayetin meali şöyledir: "Ey iman edenler! Sabır ve namazla (salat) yardım dileyin. Şüphesiz Allah sabredenlerin yanındadır."

Bilindiği üzere, Miraç'ta farz kılınan günlük beş vakit namazın rekât sayısı: 17'dir.

Kur'an'da, (izafe edilmemiş salat) kelimesi, günlük beş vakte uygun olarak beş ayette, farz namazların rekât sayısı olan 17 ve katlarını gösteren güzel bir tabloda sahnelenmiştir.

İlk ayet numarası, Bakara suresinin 153. ayetidir. Çünkü bu sayı: 9x17 olduğu gibi, ar dışık sayı sistemine göre, 1'den 17'ye kadarki sayıların da toplamıdır. Bu sebeple günlük beş vakte işaret eden beş ayet sisteminde 153 numaralı ayete birinci sırada yer verilmesi çok manidar düşmüştür.

### AYET NUMARASI 238

Ayetin meali şöyledir: "Namazlara, özellikle salat-ı vustaya (ortanca namaza) dikkat edin ve kalkıp huşû ile Allah'ın divanında durun."

Bu ayette bir i'caz parlıtı olsun diye "salat-ı vusta" müphem bırakılmıştır. Bir hikmeti, bu ipham ile bütün namaz vakitlerine bir katma değer ortaya çıkarmaktır. Nitekim, İslam alimleri arasında bu kelime farklı algılanmış ve beş vakit namaz için de yorumlanmıştır.

Diğer bir hikmeti ise; özellikle vurgulanan namazın edasına dikkat edilmesini sağlamaktır. Çünkü bütün namazlar içerisinde en çok terk veya tehir edilmeye müsait namaz ikinci namazdır ki, sahih hadislerde ortanca namaz olarak sabit olmuştur.

"Ahzab günü Resulullah (s.a.s) düşman orduları için: "Bizi orta namazdan, ikindi namazından alıkoydular. Allah onların evlerini ve kabirlerini ateşle doldursun." (Buhari, 4533) buyurdu. Sonra güneş battıktan

sonra ikindi namazını ardından da akşam namazını kıldı.”(Buhari, 641; Müslim, 631) **Bu radaki “salat-ı vusta”nın ikindi namazı olduğunu gösteren bazı bilgiler şunlardır:**

- Bu sahih hadislerde “salat-ı vusta”nın ikindi namazı olduğu açıkça belirtilmiştir. Beş vakte uygun olarak zikredilen ve 17 sayısını gösteren ilk iki ayetin numaraları 153 ve 238’dir. İkinci ayette bu iki rakamın toplam sayısı: 391’dir. İkinci namazının adı olan “el-Asr” kelimesinin ebced değeri de 391’dir.

#### AYET NUMARASI 252

Bu ayetin meali şöyledir: “*İşte bunlar Allah’ın ayetleridir ki, Biz onları sana hakıyla okuyoruz (dosdoğru bildiriyoruz). Şüphesiz sen resullerdensin.*”

**a)** Bu ayetin Kur’an’daki tertip sırası 259’dur. Bu rakam 37’nin katıdır. Ayetin son kelimesi olan “Mureselîn=Resuller) sözcüğünün gösterdiği elçi anlamındaki “Resul” kelimesinin ebced değeri olan 296 rakamı, 37’nin 8 katıdır. Ayetin gösterdiği 259 sayısına bir 37 sayısını daha eklerseniz tam Resul kelimesinin ebced karşılığını bulursunuz.

**b)** Bu sure, tertip sırası itibariyle hicretten sonra nazil olmuş medenî surelerin ilkidir. “*Bunlar Allah’ın ayetleridir. (Onları sana okuyoruz)*” mealindeki ifadenin parantez içerisindeki cümlesinin asıl metninin ebced değeri: miladi olarak hicretin ayını tarihini (622) gösteriyor.

**c)** Ayetin son cümlesinde Hz. Peygamberin (s.a.v) resullerden biri olduğuna vurgu yapılmıştır. “*Şüphesiz Sen gönderilmiş peygamberlerdensin*” mealindeki ayet ifadesinin ebced değeri 612’dir ki, bu sayı (miladi olarak) Hz. Peygamberin (s.a.v) risalet yılını göstermektedir.

**d)** Bu cümle bütün Kur’an’da; biri Bakara: 252, biri de Yasin: 3 olmak üzere iki yerde zikredilmiştir. Cümlelerin ebced değeri: 612=36x17’dir.

**e)** Bu iki ayet arasında zikredilen “Mürselîn” kelimesinin tekrar sayısı: 17’dir.

**f)** Bu iki ayetin zikredildiği Bakara suresinin başından Yasin suresinin başına kadar geçen surelerin sayısı: 34=2x17’dir.

#### AYET NUMARASI 255

Ayetin meali şöyledir: “*Allah o ilâhtır ki, Kendisinden başka ilâh yoktur. Hay’dır, Kayyum’dur, kendisini ne bir uyuklama, ne uyku tutamaz. Göklere ve yerde ne varsa O’nundur. İzni olmadan huzurunda şefaathetmek kimin haddine? Yarattığı mahlûkların önünde ardında ne var, hepsini bilir. Mahlûklar ise O’nun dilediğinden başka, ilminden hiçbir şey kavrayamazlar. O’nun kürsüsü gökleri ve yeri kaplamıştır. Gökleri ve yeri koruyup gözetmek O’na ağır gelmez. O öyle ulu, öyle büyüktür.*”

#### Ayete’l-Kürsi’nin Esrarı

“*Her farz namazdan sonra Ayete’l-Kürsi’yi okuyanın cennete girmesi için hiçbir engel yoktur.*” (Nesai, 9848)

Bu hadis-i şerifte farz namazlardan sonra tesbihler gibi Ayete’l-Kürsi’nin okunması da tavsiye edilmiştir. Bu sebeple, günlük beş vakit farz namazların rekât sayısı ile tesbihler arasında olduğu gibi Ayete’l-Kürsi ile de güçlü bir tevafuk nakışları dokunmuştur. Şöyle ki:

**1)** Günlük beş vakit farz namazların rekât sayısı: 17’dir. Öyle görünüyor ki, ibadetin en kapsamlı ve en faziletli olan günlük beş vakit farz namazın rekât sayısı, hakiki mâbud olan Allah’ın “el-Mâbud” sıfatının kod numarası olan 17 sayısıyla tevafuk ettirilmiştir.

**2)** Beş vakit farz namazların vahyedildiği yer İsrâ-Miraç makamıdır. Kur’an’da bu olaydan bahseden İsrâ suresinin Kur’an’daki tertip numarası: 17’dir.

**3)** Mescid-i Haram’dan Mescid-i Aksa’ya seyahatin yapıldığı İsrâ hadisesinde son durak Mescid-i Aksa’dır. Semaya/Sidretü’l-Münteha’ya yapılan seyahatin ilk durağı ise yine Mescid-i Aksa’dır. Bu mümtaz konumuna binaen Mescid-i Aksa Kur’an’ın 17. Suresi olan İsrâ suresine ve tekrar edilen Mescid kelimesinin 17. tekrarı olarak yerleştirilmiştir.

**4)** Mescid-i Aksa, günlük 17 rekât olan farz namazlar için hicretten önce 17 ay, hicretten sonra da 17 ay kible görevini yapmıştır.

**5)** Günlük beş vakit farz namazların ar-

dından yapılan tesbihlerin 33’er defa tekrarlanması tavsiye edilmiştir. Çünkü ardışık sayı sistemine göre, 1’den 33’e kadarki sayıların toplamı: 561=33x17’dir.

**6)** İlk tesbih “Subhanallah”ın ebced değeri: 187=11x17’dir.

**7)** Tesbihlerin ikincisi, “el-hamdulillah”ın ebced değeri: 148’dir. Tesbihleri meydana getiren—mükerrer olmayan—asli kelimelerinin sayısı (Sübhan-Allah-Elhamdu-li(allah)-Ekber) 5’tir. Bu beş kelimeyle birlikte “el-hamdulillah”ın ebced değeri: (148+5)=153=9x17’dir.

**8)** Tesbihlerin son kelimesi “Allahu ekber”in ebced değeri: 289=17x17’dir.

**9)** Beş kelimeyle birlikte her üç tesbihin ebced değerinin toplam sayısı: 629=37x17’dir.

**10)** Ebu Ümame anlatıyor: Peygamber Efendimizin (s.a.v) “*Kur’an’da İsm-i Azam’ın Bakara, Âl-i İmran ve Taha surelerinde bulunduğu*” dair verdiği bilgiyi duyduktan sonra, bunu araştırdım ve şu ayetlerde olduğunu gördüm: “*O Allah ki, O’ndan başka ilah yoktur, O, Hayy’dır, Kayyum’dur*” (Bakara, 255), “*O Allah ki, O’ndan başka ilah yoktur, O, Hayy’dır, Kayyûm’dur*” (Âl-i İmran, 2), “*Yüzler Hayy ve Kayyum (olan Allah’a) boyun eğdi.*” (Taha, 111)

#### “Ayete’l-Kürsi”de parlayan bazı harika tevafuklar:

**1)** Bu ayetin ismini aldığı “Ayete’l-Kürsi” kelimesinin (okunmayan vasıl elifi hariç) ebced değeri: 731=43x17’dir.

**2)** Bu ayetin sure içindeki tertip numarası: 255=15x17’dir.

**3)** Ayette yer alan iki İsm-i Âzam’dan “el-Kayyum” isminin ebced değeri: 187=11x17’dir.

**4)** Ayetin harf sayısı, sırr-ı kayyumi-yete mazhardır. Kâinatı ayakta tutan “el-Kayyum” isminin ebced değerine uygun olarak ayetin harf sayısı da: 187=11x17.

**5)** Ayette yer alan iki İsm-i Âzam olan “Hay-Kayyum” isimlerinin son harfleri olan “Y” ve “M” aynı şekildeki tevafukları bu ayetin hem hayat hem kayyumiyet sırrına mazhar olduğunu göstermektedir. Şöyle ki:

**a)** İlk isim “Hay” kelimesinin son harfi olan

“Y”nin ayetteki tekrar sayısı 17’dir.

**b)** İkinci isim “Kayyum” kelimesinin son harfi olan “Mim”in ayetteki tekrar sayısı da 17’dir.

**c)** Gerek “Y” gerek “M” harfinin 17. tekrarını yaptığı “Azîm” kelimesinin ebced değeri: 1020=60x17’dir.

**6)** Bu ayette Allah’a ait zahir isim ve zamirlerin sayısı (Zahir isimler: Allah-Hay-Kayyum-Alfîy-Azîm (5); Zamirler: Huve-La-Te’huzuhu-Lehu- İndehu-Bi izni-hi-Ya’lemu-min ilmihi-Şae-Kürsiyyuhu-Vela Yaûduhu-Hıfzuhuma-Ve Huve (12)=17’dir (bk. Ahmed İbnu’l-Münir, el-İntisaf/haşiyetu’l-Keşşaf-Keşşaf ile birlikte-1/301)

#### AYET NUMARASI 281

Ayetin meali şöyledir: “*Öyle bir günden çekinin ki, o gün Allah’ın huzuruna çıkarılacaksınız, sonra her kişiye kazandığının karşılığı tamamen ödenecek ve kendilerine asla haksızlık edilmeyecektir.*”

#### Bu ayet Kur’an’ın en son inen ayetidir.

Kur’an’ın bu son inen ayeti, “9” sayısının tevafuk penceresinden, Hz. Peygamberin ömrünün sonuna işaret etmektedir.

**a)** Ayetin “*Öyle bir günden çekinin*” mealindeki cümlesinin harfleri 9’dur. Rivayetlerde bu ayetin inişinden 9 gün sonra Hz. Peygamber (s.a.v) vefat etmiştir.

**b)** Vasıl elifleri sayılmaz, cümlelerin ebced değeri 568’dir. Bir tek farkla (567) 63x9’dur. Bu tevafuk, Hz. Peygamberin (s.a.v) bu ayetin inişinden 9 gün sonra 63 yaşında vefat ettiğini bildiren hadis rivayeti ile ittifak etmektedir.

**c)** Hz. Peygamberin (s.a.v) yaşı olan 63 sayısı da 7x9’dur.

**d)** Bu ayetin numarası olan 281’in son iki rakamı (81), 9x9’dur.

Hz. Peygamber (s.a.v), Veda Hutbesinden sonra 81 gün; bu ayetin inişinden sonra da 9 gün yaşamıştır.

**e)** Bu ayetin, Kur’an’daki tertip numarası: 288=32x9’dur.

**f)** Tüm ayetin ebced değeri 4392=488x9’dur.

**g)** Ayetin kelime sayısı 18=2x9’dur.

**h)** Ayetin harf sayısı ise, 54 =6x9’dur.❖ (Bu yazının tam metnine [zaferdergisi.com](http://zaferdergisi.com)’daki sayfasından ulaşabilirsiniz.)

# El-Bâcî'nin Öğütleri: 'Umudunuzu Rabbinize Bağlayın'

DOÇ. DR. RECEP ÖZDEMİR



*"İnsanların en hayırlısı insanlara faydalı olanıdır." (Buhârî, Mağâzî, 35)*

1081 yılında Almeria'da vefat eden, Endülü's'ün önemli âlimlerinden Ebü'l-Velîd el-Bâcî, en-Nasihat'ül-Velediyye adlı edebî bir eser kaleme almıştır. İki çocuğuna yaptığı nasihatleri barındıran eser, güzide bir nasihatname örneğidir. Eserdeki öğütler sadece çocuklara değil, toplumun her ferdeğine hitap etmektedir.

El-Bâcî en-Nasihat'ül-Velediyye'yi yazma gerekçesini giriş kısmında şöylece açıklıyor: *"Farzların sizin üzerinize geçerli olacağı yaşa geldiğinizde, size mükellefiyetlik vazifesi yüklendiğinde, sizin artık nasihat kavrama çağına gelen, hidayeti anlayabilen kişiler olduğunuzu, talim ve ilim için gereken yaşa vardığınızı anladım. Bununla birlikte, sizi doğrudan eğitememek ve size doğru yolu gösterememek, size hidayeti belletememek ve sizi denetleyememek,—öleceğimden korkarak—size vasiyetimi söylemek, nasihatimi iletme gerekliliği bana hâsıl oldu."*

...

Ebü'l-Velîd el-Bâcî eserinde ahiret ve

dünya hayatının saadetini temin edecek öğütlere yer verir. Kitabında hangi hususlarda öğütlerde bulunacağını şu şekilde açıklar: *"Size yönelik vasiyetimi iki kısma ayıracağım. Birinci kısım; dinde zorunlu olan şeylerle ilgilidir. Bu kısımda dinde bilinmesi zorunlu olan şeyleri size açıklayacağım. İkinci kısım ise, dünyanız ve aranızda meydana gelen şeylerle ilgilidir."*

Bu yazıda fıkıhtan hadise, edebiyattan tarihe birçok alanda temayüz etmiş Endülüslü âlim Ebü'l-Velîd el-Bâcî'nin çağları aşan öğütlerine yer vereceğiz:

Yapmanızı vasiyet edeceğim ilk şey Hz. İbrahim ve Hz.Yakub'un oğullarına vasiyet ettiği şeydir: *"Oğullarım! Allah sizin için bu dini seçti; öyleyse yalnız O'na teslim olmuş müminler olarak can verin!"* (Bakara Suresi, 2/132)

Size yasaklayacağım ilk şey ise Lokman'ın oğluna öğüt verirken ona yasakladığı şeydir: *"Sevgili oğlum! Allah'a ortak koşma; çünkü O'na ortak koşmak kesinlikle çok büyük bir haksızlıktır."* (Lok-

man Suresi, 13)

Utancı veren şeyleri onaylamaktan sakının. Açığa çıkmasını hoş görmediğiniz şeyleri yapmayınız. Açıkta yaptığınızda insanların sizi kınayacağını bildiğiniz şeyleri gizli de olsa yapmaktan kaçınınız.

Allah sizden birini hüküm ve fetvasıyla halkı etkileyecek bir mevkiye erdirdiğinde, adalet için çabalasın, kimseye haksızlık ve zulmetmesin.

Din kardeşlerinize; içtenlikle, yumuşaklıkla, haklarına riayet ederek, günahlardan sakındırarak ve sırlarını koruyarak davranınız. İyilik yaptığınız, ikramda bulunduğunuz kişilerden bir karşılık bekleme isteğini içinizden geçirmeyiniz. Zira karşılık beklemek, yapmacıklı davranışları çoğaltır. Yüce filleri, değersiz bir fiile; teşekkürü, kınamaya; ikram etmeyi, itici bir hale dönüştürür.

Herkesle bir anlaşma/sözleşme yapmak ya da herkesten kaçıp uzaklaşmak zorunda değilsiniz. Biri size taleplerle yönelince ya da size sürekli eziyet edince, bütün çabanızı ona ödünç vermeyiniz. Gücünüz yettiğinde ona sabırla karşılık veriniz. Her kim sabra ve yumuşak davranmaya tutunursa, şanı yücelir ve yardım görür. Her kim zulme uğrarsa Allah ona yardım eder. Bu kuralı Allah'ın yardımıyla defalarca tecrübe ettim. Sonu çok güzel oldu. Ödünç vermektan kaçınarak (muhatap silahsızlandırarak) ferahlık duydum.

İttifakta bereket vardır. Biliniz ki gücükuvveti ve birlik-beraberliği tükenmiş bir topluluk gördüm. İttifak etmeleri ve yardımlaşmaları onların gücünü ayağa kaldırdı, sıkıntılarını ortadan kaldırdı. Birlik ve beraberliği yüksek, kuvveti gelişmiş olan bir başka topluluk gördüm. Onların ihtilafa düşmesi itibarlarını düşürdü, güçlerini azalttı. Onlar gibi olmaktan şiddetle kaçınınız.

Günlük olaylardan olan şeyleri büyük görmeyin. İnkıza uğrayan her şey hakirdir. Devam etmeyen her büyük şey aslında küçüktür. Sonlu olan her şey küçüktür.

Kurtuluşu bekleyin. Zira kurtuluşu beklemek, ferahlığı gözlemek ibadettir. Umudunuzu Rabbinize bağlayın. O'na tevekkül edin; çünkü ona tevekkül etmek mutluluktur. Dua ile yardım isteyin. Zorluklardan ve belalardan kaçıp O'na sığının. Dua batmayan bir gemidir, galip gelinmeyen bir topluluktur, yenilmeyen bir ordudur.

Rabbiniz size bir nimet ikram edince onu alçak gönüllükle ve şükürle kabul ediniz. Verdiği nimeti O'na kulluk için bir yardımcı, ibadet için bir sebep kılın. Sakının, sakının Rabbinizin nimetine nankörlük etmekten! Sonra kınanır kalırsınız.

Nimetin sizi şımartmasından, şükürünü eda edememektan, hakkını (zekâtını) vermeyi unutmaktan, onu kendi gayretiyle kazandığını veya ona kendi çabasıyla ulaştığını düşünmekten kaçınınız! Aksi takdirde nimet; acı veren bir azaba, büyük bir belaya dönüşür.

Dünyalık şeyleri ve dünyalık döküntüleri biriktirmektan kaçınınız. Dünya işlerinde orta yolu tutunuz. Zira dünyadaki güzel bir geçimlik daha bereketlidir. Dünyayı bir kavga sebebi olarak görmektan sakının. Aksi takdirde böyle bir bakış, kişiyi dünyalık şeylere sahip olanlara haset etmeye, dünyalık şeylere sahip olmayı şiddetle arzulamaya sevk eder. Kime mal verilmişse sadece onun bir kısmını kendi ailesine ayırsın. Zira mal-mülkün kavgası uzundur. Sahibi perişan bir haldedir. Aslında mülk, gerçek anlamda mülk değildir.

En güvenilir yaşam orta halli bir yaşam biçimidir. Zira yüksek tabakada olanlar gelişmek ve ilerlemek istemezler. (Buna gerek duymazlar.) Bununla birlikte onlar yaşam standartlarının düşmesinden korkarlar. Orta tabakada bulunanlar ise sürekli bir gelişim içinde olmayı isterler. Onlarla korktukları şeyler arasında perdeler vardır. Önünüze; haset edenleri meşgul edecek, dost olanları ümitvar kılacak bir mertebeye koyunuz.❖



“Kaderin üstünde bir kader vardır.”  
— Sezai Karakoç

## Hesap Edilemeyenler

NECATİ KAĞAN ÇETİN

İsrail, acımasız bir plan kurdu. Masum Filistinlileri katlediyor. Bu acımasız planı destekleyenler: ABD, İngiltere, Fransa, Almanya...

Benzer planları bir zamanlar Çanakkale’de, Kıbrıs’ta, Irak’ta, Suriye’de... Japonya’da (Hiroşima), Azerbaycan’da (Karabağ), Afrika’da, Amerika’da (Kızılderi-ler) ve Bosna Hersek’te de uygulamışlardı.

### Hesap edilemeyenler:

Şimdilerde Vahşi Batı’nın metropollerinde İsrail karşıtı, Filistin yanlısı Batılılar gösteriler yapıyorlar.

Bu hesapta yoktu.

Her dinden, her milletten milyonlar İslamiyet’i araştırmaya başladı. Kur’an-ı Kerim’i ve Fahr-i Kâinat Efendimiz’i (asm) anlatan kitapları okuyorlar. Ve Müslüman oluyorlar.

Bu da hesapta yoktu.

...

Zaten çok uzun bir süredir demografik ve sosyolojik yükseliş anlamında ABD ve Avrupa’da İslamiyet zirvedeydi.

Milyonlarca ABD ve Avrupa kökenli Müslüman vardı. Şimdi bu Müslümanlara hızla yeni Müslümanlar ekleniyor. Vahşi Batı daha da panikledi.

ABD ve Avrupa’da İslam bilhassa entelektüel çevrelerde, sanat camiasında, üniversitelerde, bürokraside, sıradan vatandaşlar arasında büyük ilgi görüyor.

Almanya’nın birleşmesinde önemli rol oynayan, Birleşik Almanya’nın ilk şansölyesi Alman devlet adamı Prens Bismarck (1815-1898) bakın neler söylüyor:

“Sana muasır bir vücut olmadığımın dolaylı müteessirim, ey Muhammed (asm)! Muallimi ve nâşiri olduğun bu kitap, senin değıldir; o Lâhutîdir. Bu kitabın Lahutî olduğunu inkâr etmek, mevzu ilimlerin butlanını (bâtıl olduğunu) ileri sürmek kadar gülünçtür. Bunun için, beşeriyet senin gibi mümtaz bir kudreti bir defa görmüş, bundan sonra göremeyecektir. Ben, huzur-u mehabetinde kemal-i hürmetle eğilirim.”

Otto Von Bismarck, yukarıdaki cümlelerinde, Kur’an-ı Kerim’in Allah kelamı olduğunu, Hz. Muhammed Mustafa’nın (asm) insanlığın en değerli ferdi olduğunu dile getiriyor.

...

Yeni bir din arayışında olan Batılıları tebrik ediyoruz. Aradıkları aydınlık, Kur’an-ı Kerim’de ve İslam Peygamberi Hz. Muhammed’in (asm) hayat hikâyesinde var.

Onlara şu isimlerin hayat hikâyelerini ve eserlerini de okumalarını öneriyoruz:

Roger Garaudy, Malcolm X, Tolstoy, Wolfgang Von Goethe, Cat Stevens (Yusuf İslam), Rene Guenon, Najla Tammy Kepler, Shems Friedlander, Eva de Vitray Meyerovitch, Julia Sena Yamanoğlu, Martin Lings.

### Bazı dikkat çekici örnekler:

**Joram Van Klaveren:** Hollanda’da bir dönem Özgürlük Partisi milletvekiliği yaptı. İslam karşıtı fikirleri ile tanınıyordu. 2014 yılında insanları Müslümanlara karşı uyarmak için bir kitap yazmaya karar verdi. Bu kitapla, İslam’ın dünya için en büyük tehlike olduğunu anlatmak istemişti. Kur’an, Siyer ve İslami kaynakları okuyunca fikir değıştirdi. İslam’ın haberleri onu çok etkiledi. Müslüman oldu. Müslüman olduğunu açıklınca, çevresinde eski halini bilen herkes delirdiğini düşündü.

**Prof. Dr. Craig Victor Fenter:** Katolik bir rahipti. Mevlana Celeleddin Rumi’den ve İslam’ı anlatmasından etkilendi. Müslüman oldu. İsmail adını aldı. Konya’ya yerleşti.

**Peder Hilarion Heagy:** ABD’de önde gelen Katolik bir rahipti. “Eve Dönüş” başlıklı bir yazı yayınladı. Bu yazıda İslamiyet’in kendi evi olduğunu anlattı. İslam’ı kabul etti. Said Abdullatif isimini aldı.

**Sinead Oconnor:** İrlandalı ünlü şarkıcı. Kelime-i Şehadet getirdi, Müslüman oldu. Adını Şüheda olarak değıştirdi.

**Fabienne Doris Bettirger:** Almanya’nın Stuttgart şehrinde kasiyer olarak çalışıyordu. Kendi isteğıyle İslamiyet’i araştırıyordu. Ziyaret için geldiği Gaziantep’te Müslüman oldu.

**Diana Anastasya:** Peygamber Efendimiz’in (asm) hayatını araştırıyordu. Onun (asm) güzel ahlakından ve insanlarla diyaloglarından etkilenecek Müslüman oldu.

Buna benzer örnekler bir, on, yüz, bin değıl, milyonlarca...

Merak eden okurlar için:

Google veya Youtube’a “İhtida Öyküleri” kelimelerini yazarsanız, sonradan Müslüman olan pek çok Batılının hayat hikâyelerini okuyabilir, izleyebilirsiniz. Bu konuda yazılmış pek çok kitaplar da mevcut.❖

# HAZIR CEVAPLAR

HAZIRLAYAN: PINAR ÇAĞLAR

### ÜRETKENLİĞİNİN SIRRI NE?

Birisi, Bernard Shaw’a, bilgeliğinin ve üretkenliğinin sırrını sordu. Shaw, ona farkı anlatan şöyle bir cevap verdi:

“Sen çevrende olup bitenleri görüp ‘neden’ diye soruyorsun. Bense, var olmamış şeyleri düşünüp ‘neden olmasın?’ diyorum.

● ● ●

### DERS ÜCRETİ NEDEN FAZLA?

Patavatsız birisi Sokrat’a gelerek ondan ders almak istediğini söyledi.

Sokrat ona cevaben dedi ki: “Sana ders verirsem, senden iki kat ücret alırım.”

O kişi bunun sebebini sorulduğunda ise şöyle cevap verdi: “Birincisi konuşmayı öğrenmen, ikincisi de susmayı öğrenmen içindir.”

● ● ●

### UNUTMAMAK İÇİN...

Şakacılığı ve hazır cevaplılığı ile tanınan Aşab’a bir dostu dedi ki:

“Şu parmağındaki yüzüğü bana hatıra olarak ver de seni hayatım boyunca hiç unutmayayım.”

Aşab güldü ve dedi ki:

“Daha iyisi, ben sana bu yüzüğü vermeyeyim, sen de beni bunun için hayatın boyunca zaten unutmasın.”❖

# Mutluluk Elde Edince Değil, Fark Edince Başlar

KÜBRA ER



## Mutluluğun Tarifi

Bazı araştırmacılara göre mutluluk bir duygu değildir. Bir oluş halidir. Duygular geçicidir. Ve bir sebebe bağlıdır. Ancak mutluluk için bir duruma gerek yoktur. İnsan sadece tercih ettiğinde mutlu olur.

Mutluluk duygusal olarak coşku, zevk, tatmin, haz, sevinç, eğlenme, heyecan, vecd, mest olma gibi duygulara çatıdır. Mutluluk, kişinin yaşamına dair olumlu düşünce ve iyi hissetmeye sebep olan duyguların daha fazla olmasıdır.

Mutluluk hakkında olup da, neşeli olan insanların daha uzun yaşadığı, yaptığı işten ve bulunduğu ortamdaki zevk alanlarının daha başarılı olduğu konusunda size referans göstermeyen bir çalışma yoktur. Çağımız gereği mutlu olmaya ve bunu göstermeye mecbur olan insanlar gibi yaşayıp, gerçekte nasıl olduğumuzu göz ardı ediyoruz. Oysa sürekli mutluluk arayışına zorlanmak, varlığını sorgulamak dikkatimizi yorar ve bizi mutsuzluğa sevk eder. Zira bazen mutlu olmak için elde sadece soluduğumuz hava kalır. Hepimiz mutlu olma arzusundayız ancak ne

olduğunu bilmiyor ve tanıyamıyoruz. En yalın tanımı; kendini iyi hissetme hali ve bu halin devamıdır.

## Mutluluk çok fazla kostüm değiştirir.

Maddi veya manevi etkenlerden oluşur. Bunlardan, dışarıdan gelenler etkisini çok çabuk giderir. Haz ve zevk gibileri dışsal uyarılardan kaynaklıdır. Uyarıcının etkisi bitince onun sebep olduğu mutluluk da etkisini yitirir. Tutku gibileri hissettiğiniz coşku ile ilgilidir. Bir şehirde denizi izlemek kadar masum mu, yoksa sağlığınıza zarar verecek ve sizi kötü etkileyecek bir tutku mu? Bunu en iyi insanın kendisi bilir. Ben böyle mutluyum deyip, işin içinden çıkılmaz.

Çok belirgin hissedilen bir duygu olmadığı için, evrensel çalışan medyasal hiçbir zaman dünyanın en mutlu 100 kişinin peşine düşmediler. Sahi, tanıdığınız kişilerden en mutlu 10 kişinin kim olduğunu düşününüz. Bunlarla vakit geçirin. Sebeplerini fark edin. Zira insan mutsuz olduğunda bunun farkına varır. Ancak mutlu olduğunu hissedemeden başka bir ruh haline geçebilir.

Mutluluk çok nazlıdır. Garip bir şekilde, bir şeylerden alınıp, çekip gidebilir. Ta ki metroya bindiğinizde birini görüp çok şükür halime diyene kadar, ya da hayatın gerçekten tam olarak içinde bulunduğunuz birkaç dakikadan ibaret olduğunu düşünene kadar.

Her zaman güzeller çirkinlerden, zenginler fakirlerden, zekiler daha geç kavrayanlardan daha mutlu ve daha kolay yaşar gibi görünür. Bu cümledeki üç tezat kavramda da ilk vasıf geçicidir. Oysa mutluluğun tanımında iyi hissetmeyi devam ettirebilmek vardır. Sayılan vasıflar Hz. Allah'ın taksimi ile nasip olan şeylerdir. Mevhibe-i İlahidir. Allah isterse verir. Güzellik çok mutluluk getirseydi; yarışmalarla tescilli güzeller(!) intihar haberi ile gündem olmazdı. Eğer fakirlik mutsuzluk sebebi olsaydı; gelir seviyesi çok düşük olan ülkelerde kimse gülemezdi. Oysa uzun yollar aşış, gittiğimiz Afrika'nın en ücra köylerinde rastgele çektiğimiz resimlerde en bariz görünen şey, çok mutlu insanlar, gülen çocuklar, oynadıkları oyunun hakkını veren, tadını çıkaran halktır. Hatta ilginç bir şekilde böyle yerler size sahip olduğunuz imkanları, kullandığınız eşyaların markalarını, üzüntü ve endişelerinizi unutturur. Onların mutluluğunu görmek bile sizi mutlu etmeye yeter. Oralarda, tatile gidip, ancak planladığı şekilde geçmediği için çileden çıkan insanlar yok. Pastanın ganajı istediği kıvamda tutmadığı için mahcup olan yok. Siparişler geciktiği için kargo firmasıyla mahkemelik olan yok.

Ve eğer zekilik de bir mutluluk sebebi olsaydı, zekiler hata yapmazdı. Ancak her ortamda kazanılan özgüven onların hata yapma riskini artırır. "Nasil olsa doğruyu seçerim" düşüncesi, istişare ve araştırma ihtiyacını zayıflatır. Böylece daha kolay yanlış yapılır.

## Anı Yaşamak mı, Uzun Süreli Plan Yapmak mı?

Anı yaşamak tabiri, son yılların entelektüel kavramlarından bir tabir olarak cümlelerimiz arasında yerini aldı. İçinde bulun-

*Dişi ağrıyan herkes, dişi ağrımayan tüm insanları çok mutlu zanneder.*  
— Peyami Safa

duğu zamandan keyif almak anlamına geliyor dersek, iyi bir mana oluyor ancak tam karşılığı olmuyor. An kısadır. Zamanın bölünemeyecek bir

cüz'üdür. Zaman ise uzun ve görecelidir. Bir vakte tahsisi mümkündür. Gençlik zamanı, çocukların büyüme zamanı gibi...

Anı yaşamak; tadını çıkarmak, geleceği boş vermek, sonunu düşünmemek gibi anlamlar yüklenince itibar kaybı yaşıyor. Anı yaşamak değil de, en iyi durumda olabilmek ve o durumda kalabilmek dersiniz mutluluğa olan yakınlığı artırıyor.

Uzun süreli plan yapmak ise geleceğe yönelik endişe ve kaygıdan uzak olursa; niyet edip yola koyulmak olur. Buna azim yoldaş olup, mutluluğa götürür. Hırs ve tamah ile olursa tul-i emel olur. Buna sabırsızlık ve acelecilik yoldaştır. Mutsuzluğa götürür.

## Mutluluktan Ağlanır mı?

Fiziksel olarak bir uyaran sebebiyle canımız yandığında ağlarız. Duygusal olanda durum farklıdır. Hisleri için gözyaşı dökmek insanı rahatlatır. Aslında genelde ağlamamıza sebep olan şey, yaşadığımız sevinç ya da hüznün değildir. Asıl sebep, o an duygularımızı çok yoğun yaşıyor olmamızdır. Hani mutluluktan düşünlerde ağlayanlar, terminalde veya hava alanlarında sevdiğini görünce ağlayanlar, doğumlardan sonra bebeği koklayan anne-babalar... Mutluluktan ağlayan bir insanın oldukça duygusal ve yoğun bir an yaşadığı açıkça görülmektedir. Yani, mutluluktan ağlama haline, duyguların bir çeşit dışa vurumu da denilebilir.

Bazen o kadar mutlu oluruz ki 'mutluluk gözyaşları' dökeriz. Bezen de üzüntümüz o kadar derin olur ki 'hüzün gözyaşları' yanaklarımızdan süzülür. Korktuğumuzda ise 'korku gözyaşları' dökeriz. Dayanılmaz acılara maruz kaldığımızda, çaresizliğimizin dozu arttığında gözlerimizden 'acı gözyaşları' süzülür. Kimi zaman da pişmanlık duygusu o kadar bizi sarar ki 'pişmanlık gözyaşları' süzülür.❖

# Tasavvuf Sanatçıya İlham Kaynağı Olabilir mi?

TUNAHAN EREN ARSLAN

Reşat Öngören, İslam Ansiklopedisi'nde tasavvufu, İslam'ın hükümleri çerçevesinde yaşanan manevî ve derunî hayat tarzı olarak tanımlamaktadır. Kökeni açısından bakıldığında tasavvufun "sûfî" kelimesiyle ilgili olduğu görülmektedir. Sûfî kelimesinin farklı anlamlarına değinen Abdülbaki Gölpınarlı, sözcüğün "sof" denilen yün elbiseden; Yunanca "sofos" sözcüğünden; Hz. Muhammed zamanında mescidin sofasında yatıp kalkan "ashâb-ı Suffa"dan; kendilerini Kâbe hizmetine adayan Sûfa boyundan ya da "saf ve safa" kelimelerinden geldiğine dair görüşlerin olduğunu tespit etmektedir.

Tasavvufta Allah, her şeyin yaratıcısı ve sahibi, mutlak olan, sonsuz ve sınırsız tek aşkın güçtür. Tasavvufta İslam inancına uygun bir şekilde her şeyin, hayrın da şerrin de Allah'tan geldiğine dair şüphesiz bir inanç bulunmaktadır.

Tasavvufa göre sonsuz büyüklük ve kudretteki Allah, tek ve sonsuzken bilinmek için insanı yaratmıştır. Bu sebeple "Göğün boşluğunda Allah'ın buyruğuna boyun eğerek uçan kuşlara bakmıyorlar mı? Onları (boşlukta) Allah'tan başka kimse tutmuyor" (Nahl Suresi, 16/ 79) ya da "Yeryüzünü dolaşın; Allah'ın yaratmaya nasıl başladığını görün" (Ankebut Suresi, 29/20) gibi ayetlere sık sık yer verilerek Allah'ın isteğinin bilinmek olduğu vurgulanmıştır.

İnananların sayısı ve kültürel etkinlik sahası bakımından oldukça dikkat çekici ve yaygın bir din olan İslam, zaman içinde kendi etrafında zengin bir medeniyet oluşturmuştur. "İslam medeniyeti" olarak adlandırılan bu medeniyetin, sanata yönelik bakışı evrensel değerleri ve kendine özgü



değerleri bir araya getirmektedir. İslam medeniyeti içinde sanatın amacı "ilahi özü" yansıtmaktır ve bir eser, bu özü ne kadar başarılı bir şekilde yansıtıyorsa o kadar önemli kabul edilmektedir.

...  
Tasavvufî düşüncenin edebiyat, resim, mimari ve düşünce planındaki yansımalarının oldukça dikkate değer olduğu görülmektedir.

Sanatın kökenlerini incelediğimizde, tasavvufun sanatçılara ilham kaynağı olarak önemli bir rol oynadığını görmekteyiz.

Tasavvuf, mistik düşünce ve derin manevî tecrübelerin anlatıldığı bir disiplindir ve sanatçılar için hünerlerini besleyen bir zenginlik kaynağıdır. İnsanın manevî boyutunu anlama çabası, sanat eserlerinde duygu, düşünce ve evrensel gerçekleri ifade etme isteğine dönüşür. Tasavvuf, fikir ve sanat

hayatına ışık tutmuş, ince sezgi, derin ilâhî hayat ile İslâm düşüncesinin sanat formu almasını sağlamıştır. Sanatçılar, tasavvufun zengin sembolizmi ve derin düşünce sisteminin ilham alarak eserlerinde izleyicileri manevî bir yolculuğa çıkarmak için sanatlarını kullanmaktadırlar.

...  
Çalışma alanımız itibarıyla tasavvufun Türk edebiyatına etkisini irdelemek istiyorum:

1. Divan şiirine etkisi: Türk edebiyatının İslâm medeniyeti dairesinde Arap ve Fars edebiyatları yanında meydana getirdiği büyük edebiyatına tasavvufun etkisi oldukça fazladır. Tasavvufun divan şiirine etkisi,

tasavvufî mesnevîler, menâkıbnâme ve tezkiretü'l-evliyâ gibi türlerin doğmasına sebep olmuştur.

2. Halk şiirine etkisi: Halkın edebî zevkini karşılamak üzere sözlü olarak ortaya konan, kendine has bir dile ve üslûba sahip edebiyat kolu olan halk edebiyatına da tasavvufun etkisi oldukça fazladır. Bu etki, Ahmet Yesevî'nin başlattığı ve Yesevî dervişlerinin geliştirip yaydığı hikmet geleneğinde ortaya çıkmaktadır. Hikmet geleneği, halk dili, hece vezni ve millî formlara bağlı tasavvuf edebiyatı, yahut tekke edebiyatı

adıla bilinen yeni bir şiir anlayışının doğmasına imkân vermiştir. Farsça etkisiyle tasavvufî düşüncelerini yazan Hz. Mevlana (1207-1273) ile Türkçe ve hikmet geleneği etkisine bağlı olan Yunus Emre'nin (1250-1320) şiirlerindeki ahlâkî öğretisi ve felsefe aynıdır; dil, eda, vezin ve şekil farklıdır.

...  
Burada kısaca tasavvuf edebiyatının tarihsel gelişimine dair bir göz atmak faydalı olacaktır. Edebiyat tarihine bakıldığında, tasavvuf edebiyatının 13. yüzyılın önemli bir dönemi olduğu açıkça görülür. Bu dönem, tasavvuf edebiyatı için hem bir kuruluş hem de ihtişam çağı olarak değerlendirilebilir. Çünkü bu yüzyılda, Türk edebiyatına yön veren büyük şairler yetişmiştir. Padişahından halkına, sanatçısından rençberine kadar farklı sınıflardan insanların aynı duygu ve düşünce atmosferinde bir araya gelmesini sağlayan tasavvufun, Yesevîlik, Haydarîlik, Kalenderîlik, Mevlevîlik ve Bektâşîlik gibi tarikatlar aracılığıyla etki alanını genişleterek Anadolu'yu sarstığı bu dönemde, tasavvuf edebiyatı geniş bir alanda ve büyük bir kitlenin içinde saygı görmüştür. Moğol istilasıyla birlikte, tarihe Yesevî ve Haydarî dervişleri gibi isimlerle geçen alperenler, abdallar veya Horasan erenleri olarak katıldıkları göçebe halk topluluklarıyla birlikte Anadolu'ya göç ederek burada yerleşmişlerdir. Bu dervişlerin taşıdığı hikmet geleneği, Anadolu'da Yunus Emre ile yeni bir ses bulmuş ve farklı bir tarz kazanmıştır. Bu yeni tarz daha sonra Yunus'un takipçileri olarak tanımlanan sûfî şairler tarafından devam ettirilmiştir.

...  
Son söz olarak,

Evet, tasavvuf sanatçıya ilham kaynağıdır. Bu geleneğin öğretileri, sanatçılara estetik ve içsel bir zenginlik sunmaktadır. İlahi aşk, birliğe erme, manevî keşif ve insanın içsel dünyasıyla barış gibi temalar, sanatçıların ruhsal derinlik kazanmalarına katkıda bulunmaktadır. ❖

İnanan insanlar, Allah'ın bir örnek edinmeksiniz yarattığı her güzellikten ruhen çok derin heyecan duyarlar. Muhteşem bir manzara, tomurcuğundan yaprakları ütülenmiş gibi çıkan rengârenk bir çiçek, konforlu ve ferah bir ev, şık bir kıyafet, sevimli bir hayvan, özenle hazırlanmış bir masa, güzel bir müzik kişinin ruhuna haz verir. Tüm bu etkileyici güzelliklerin Allah Katından bir rahmet olarak kendilerine sunulduğunun bilincinde olmak, insan ruhunda hoşlanma duygusu meydana getirir.

Güzellik algısının insana haz vermesini bilim, beyinde ödül merkezleri olarak bilinen bölgelerde salgılanan, haz ve ödülle ilişkilendirilen bir nörotransmitter olan dopaminin önemli rolü ile açıklıyor. Aslında hoşça giden her şey, Allah'ın kullarına olan sevgisinin yansımasıdır.

Yüce Allah'a kesin bilgiyle inanan, izlediği görüntüyü, duyduğu sesi O'nun hayır ve hikmetle yarattığını bilen mümin, hiçbir güzele karşı duyarsız ve umursamaz davranmaz. Müminin gördüğü güzelliklere karşı fiilî olarak da hoşnutluğunu ifade etmesi Kur'an ahlâkının bir gereğidir. Bu sebeple mutlaka o güzelliği yaratanın Allah olduğunu dile getirir, O'nun gücünü gereği gibi takdir eder, tüm övgüsünü sevdiğini sevmediğini ayırt etmeyecek sayısız nimetlere kavuşturan Rabbine yöneltir.

Allah'ın dünyada yarattığı en değerli güzelliklerden biri insan güzelliğidir. İnsan yüzünün ve vücudunun dış görünümünde simetriyi sağlayan altın bir oran bulunur ki, ressamlar da yaptıkları çizimlerde bu 'altın oranı' kullanırlar. Tin Suresi'nde, "Biz insanı en güzel biçimde yarattık" buyuruyor Kur'an. Allah'ın en özel lütfu olan ruhu taşıyan, iman eden, akıl ve vicdan sahibi olan bir varlıktaki güzel özellikler, karşısındaki insanın ruhunda derin etki uyandırır. Hikmetli konuşan, ince düşünceli ve manevi zenginlikleri olan üstün ahlâklı bir insan, karşısındaki kişiler için güzel bir nimettir. Güzel özelliklerinin her biri, Allah'ın lütfunun tecellileri olduğu için, insanlarda hayranlık uyandırır.

## Güzellikler ve Farkında Olmak

ELİF E. BAYRAKTAR



Allah aşkıyla etrafa bakan insan için Allah'ın tecellileri her yeredir. O sebeple inanan insan derin sevgiyi çok şiddetli yaşayabilir. Mesela bir çocuğa baktığında onu Allah'ın isimlerinin tecellisi, Allah'ın nurunun yansıması olarak görür. Ondandır derin bir zevk alır, hoşnutluk duyar. Kalbinde şefkat, merhamet ve koruma hisleri oluşur. Ona bu sevgiyi veren de güzellikleri sanatının içinde yaratan Sani olan Allah'tır.

Her şeyin ince ve detaylı çalışılmış olanı—sık dokunmuş ipek gibi—güzelidir. İnanan insan da aynı titizlikle Allah'ın hoşnutluğunu arar. Allah mümin için her şeyin en güzelini ve en kolayını yaratır ve güzellikleri ihtiyacı olana gösterir. Bazen çok sıradan, ama çok arzulanan bir şeyin, tam hatırdan geçtiği anda kişinin karşısına çıkması gibi küçük ve önemsiz görünen olaylar da gerçekleşebilir. Olayların kendisi belki ehemmiyetsizdir; ancak yaratılan bu tevafukların mümin için manası büyüktür. Allah yarattığı bu detaylarla Kendisini çok seven kullarına yakınlığını hissettirir.

Allah'ın yarattığı güzellikleri bu bakış açısıyla değerlendiren bir mümin, güzel bir man-

zara gördüğünde, özenle hazırlanmış güzel bir sofraya gördüğünde ya da güzel bir yüz gördüğünde Allah'a karşı şükürünü dile getirir, o güzelliğin Allah'tan bir nimet olduğunu bilir.

İnsan güzel söz duymaktan da hoşlanır. Gerçek anlamda güzel söz söylemek mümkün değildir. Güzel söz söyleyen insan, Allah'ın tecellisini kendinde görür, Allah'a yakınlığı artar. Sözün güzel olanını söylemek, gerginlik yaşanan ortama bir rahatlık getirir.

Estetik, sanat ve güzellik, imana çok etki eder. Mesela Kur'an'daki bir kıssada Sebe Melikesinin, Süleyman (as)'ın muhteşem sarayına geldiğinde, mükemmel bir çalıyla yapılmış cam zemini su birikintisi zannederek müthiş etkilendiği anlatılır. Ardından Sebe Melikesinin ruhundaki derinleşmeyi ve aldığı hazzı görürüz. Tüm bu etkileyici görünüşlerin onun iman etmesine vesile olmuştur.

Yüce Allah en ince detayı en çok sevdiplerine gösterir. Sonsuz merhameti nedeniyle, en çok onun düşünmesini ve korkmasını ister. İnsanın her hücresi sevgiye göre programlanmıştır. Allah sevgisi insanın her uzvuna yansır. Seven insanın gözü farklı bakar, dinlediği müzikten ayrı bir haz alır.

İnsan ancak fitratına uygun davrandığında güzel bir hayat sürebilir. Gaflet perdesi altındaki kişiler, kendi mutsuz dünyalarında "Şüphesiz Allah, insanlara hiçbir şeyle zulmetmez. Ancak insanlar, kendi nefislerine zulmediyorlar" (Yunus Suresi, 44) ayetiyle bildirildiği gibi, endişe içinde ve huzursuz yaşarlar.

Allah'tan uzak yaşayan ama mutlu olduğunu söyleyen kişi aslında sahte bir mutluluk portresi çizer. Gerçek ve kalıcı mutluluk için, iman kalbe gerçek anlamda yerleşmelidir. Kalbi Allah'a tam bir teslimiyetle bağlamak ve hayatın her anını Allah'ın beğendiği ahlâkla yaşamak lâzım. Aksi olduğunda hayat hüzün, karamsarlık ve ümitsizlikle dolar, azaba döner.

Yaşadığı zorlu olaylar imanî zafiyet içindeki kişi için eziyet olur, kaderine rıza göstermez. İnanan insan için ise yaşadığı imtihan ve zorluklar da güzelliktir. Peygamberimizin

(asm), "Her çile cennet yolunun bir taşıdır, imtihandan kaçan ahireti kaybeder" hadisindeki gibi, imtihanında Rabbinin hikmetini görür; imtihanını sever. Bu, kulu için sayısız güzellik yaratan Rabbi için yaptığı bir güzeldir. Yaşadığı her olayın O'ndan geldiğini, sabır ve tevekkül gösterdiğinde kendisi için ecir vesilesi olacağını bilir. Allah'ın kendisi için belirlediği kaderinden hoşnut olan insana—zahiren kötü gibi de olsa—yaşadığı her olay güzel gelir. Kendisini Rabbine daha da yakınlığa ulaştıracağını düşünür, mutlu olur.

Allah (cc), gerçek mutluluğu inanan kullarına verir; hayatın güzelliklerinden gerçek anlamda imanla zevk alınabilir. Yerdeki otların arasından boy vermiş minik bir çiçek bile insanı mutlu edebilir. Ütülenmiş gibi düzgün ve bir oran dahilinde dizilmiş yaprakları, rengi, yumuşaklığı, kokusu, imanî bakış açısına sahip insanı mutlu eder. Çünkü mümin baktığı her şeyde Rabbinin sanatını, hikmetini, lütfunu görür.

Sonsuz güzelliklerin sahibi Yüce Allah, iman eden kullarına, "Erkek olsun, kadın olsun, bir mümin olarak kim salih bir amelde bulunursa, hiç şüphesiz Biz onu güzel bir hayatla yaşatırız ve onların karşılığını, yaptıklarının en güzeliyle muhakkak veririz" (Nahl Suresi, 97) ayetiyle, vereceği güzel karşılığı müjdeler. O halde, Allah'ın sunduğu güzelliklerin tadına varmanın yolu çok kolaydır; bunun için geç de geçildir, yaşayan her insan için umut vardır.

Allah, Kur'an'da vadettiği güzel hayat, mümin için, Allah'ı anarak, Onun hoşnutluğu için çalışarak, gördüğü her güzellik için şükrederek ve O'nun kudretini gereği gibi takdir edip överek yaşamaktır. Dünyadaki güzellikler, inanan insanın cennete duyduğu özlemi artırır. Çünkü 'o gün' geldiğinde önünde bambaşka bir perde açılacaktır. İşte tüm çabası, o perdenin arkasının tükenmesi olmayan güzelliklerle dolu olması içindir.

"Çevrelerinde altın tepsiler, kadehler dolaştırılır. Orada, nefislerin arzu duyacağı, gözlerin zevk alacağı her şey vardır. Ve siz orada süreklilikle kalacaksınız." (Zuhruf Suresi, 71)❖

## "28 yaşında, iş hayatında tutunamamış bir adamım. Artık, "yine yapamam" korkusuyla iş görüşmesine gitmiyorum. Günümün çoğunu odamda, aklımda takıntılı düşüncelerle geçiriyorum."

FEYZULLAH AKDAĞ  
PSİKOLOJİK DANIŞMAN

**Soru:** Hocam hayırlı çalışmalar dilerim. Ben 28 yaşında birçok işe girmiş ama bir türlü o işte tutunamamış bir adamım. Artık, CV dolduruyorum ama çağırdıklarında "yine yapamazsam" korkusuyla iş görüşmesine gitmiyorum. Dışarı çıkmıyorum. Günümün çoğunu odamda geçiriyorum. Ailemin de sabrı kalmadı bu durumuma. Aklımda sürekli takıntılı düşünceler dönüp dolaşıyor. Artık kaldıramıyorum. Ne tavsiye edersiniz?

**Cevap:** Üst üste yaşadığınız kötü deneyimler kendinize olan güveni sarsmış ve benlik algınızı olumsuz etkilemiş görünüyor. Kim olursa olsun insanın kendine bakış açısı olumsuz hale gelmişse yeteneklerine güvenemez ve karamsarlığa düşer. Bu karamsarlık sosyal hayattan daha fazla soyutlanmaya, içe çekilmeye neden olur. Olumsuz bir benlik algısıyla içe çekilen insanın en çok maruz kaldığı şey ise kendi kendine telkindir. Bu haldeki insanın kendi kendine telkini ise tam da sizin yaşadığınız "ya yine başaramazsam" olur.

Deneyebileceğiniz birçok yöntem vardır. Ancak en başta şunu iyice idrak etmeniz gerekiyor: İnsan, bir makine değildir. Haliyle

her zaman istisnasız olarak başarılı olamayacağı gibi istisnasız olarak da başarısız olamaz. Yani bazen başarı da başarısızlık da insana ve hayata dâhildir. Hal böyleyken herhangi bir işe kalkışmadan evvel o işi başarma ya da başaramama ihtimalimiz olduğu gerçeğini göz önünde bulundurmalıyız. "Başarmak zorundayım" düşüncesi "ya başaramazsam" telkinini otomatik olarak çağırır. Bu telkin zamanla kaygı düzeyimizi artırarak korkuya; korku ise bizi pasif bir hale getirerek içe çekilmemize neden olur. Oysa biz konu ne olursa olsun süreçten sorumlu-yuz sonuçtan değil. Sonuç, yani başarı ya da başarısızlık Allah'ın takdirinde olan bir meseledir. Moğolları defalarca mağlup eden

Celâleddin Harzemşah'a vezirleri galip geleceğini söyleyince "Ben savaşmakla mesulüm zafer Allah'ın takdiridir" dedirten işte bu şuurdur.

Süreç odaklı olmak, insana âna odaklanmayı ve o ânın vacip kıldığı şeyleri yapmayı gerekli kılar. Sonuç üzerine değil, başarılı bir sonuç için o an yapılması gerekenlere odaklanır süreç odaklı insan. Bununla beraber insan en başta kendini iyi tahlil edip tanımalıdır. Bir işe başlamadan evvel o işin gerektiği özellikleri taşıyıp taşımadığını sorgulamalı ve kendi özellikleri niyetlendiği işe uygunsu Celâleddin Harzemşah gibi meydana atılıp o an yapması gerekeni yapmalıdır. Celâleddin Harzemşah bir bahçıvan değildi; küçüklüğünden itibaren askeri ve idari eğitime tabi tutulmuş ve bunları çok iyi bir şekilde öğrenmiş bir komutandı. Yani bir savaşta galip gelebilmesi için güçlü bir eğitimi, donanımlı bir ordusu ve doğru bir bakış açısı vardı. Bu üçü birleşince de sefer bizden zafer Allah'tan deme hakkına sahip olmuş oluyordu. Tabi her zaman galip de gelemeydi; hataları da oldu. Nitekim insan olmak kusurlu olmaktır.

Buradan çıkaracağımız sonuç ise önce kendinizin bir insan olduğunuzu hatırlayın; ardından bilgi, beceri, tecrübe ve kişiliğinizi tahlil edin; sonra niyetlendiğiniz işin sahip olduğunuz işle uyumunu hesap edin; bu uyum çoğunluğu teşkil ediyorsa "en kötü ne olabilir ki" deyip "sefer benden takdir Allah'tan" sloganıyla girişin işe. Unutmayın insan istisnasız her işinde başarılı olamayaacağı gibi yaptığı her işte de başarısız olmuştur. Muhakkak başardığınız işler de vardır. Başardığınız işler az da olsa onları başarırken neler yaptığınızı hatırlayın. Büyük ve hızlı adımlar yerine küçük ve sağlam adımlarla gitmek için kendinize zaman tanıyın. Korkmayın yeterince süreniz hep olacak.

Bunları yapmaya başladıktan sonra olumsuz takıntılı düşünceler konusunda daha sağlıklı ve köklü bir bakış açısı için aşağıdaki diğer önerilerimi de dikkate almanızı tavsiye ederim:

- **Profesyonel Yardım Alın:** Bir uzman ile görüşmek, takıntılı düşüncelerle başa çıkmanızda size rehberlik edebilir. Terapi, bilişsel davranış terapisi (BDT) gibi yöntemlerle takıntılı düşüncelerle nasıl başa çıkılacağını öğrenebilirsiniz.

- **Maneviyatınızı Güçlendirin:** Doğru kaynaklardan doğru bilgilerle tarihte yaşamış başarılı şahsiyetlerin hatalarını da içeren kitaplar okuyun. Bununla beraber ibadetlerinizi artırın. Fikir, zikir ve şükür birçok kapıyı açabilecek anahtarlardır. Bunlar karşısında takıntılı düşünceleriniz büyük oranda geçecektir.

- **Düşünce Kayıtları Tutma:** Takıntılı düşünceleri belirli bir düzen içinde yazmak, bu düşüncelerin ne zaman ortaya çıktığını, hangi duygularla ilişkilendirildiğini ve gerçekçi olup olmadığını değerlendirmenize yardımcı olabilir.

- **Düşünce Bozulması Analizi:** Takıntılı düşünceler genellikle düşünce bozulmalarına dayanır. Bu düşünce bozulmalarını tanımak ve değiştirmek, daha sağlıklı düşünce kalıplarını geliştirmenize yardımcı olabilir.

- **Zaman Ayarlama:** Endişe ve takıntılı düşüncelerinizi belirli bir süre içinde sınırlı tutarak, bu düşüncelerle başa çıkmanızı kolaylaştırabilirsiniz. Gün içinde belirli bir "endişe zamanı" belirleyip, bu süre dışında bu düşüncelere odaklanmamaya çalışabilirsiniz.

- **Fiziksel Aktivite:** Egzersiz yapmak, stresi azaltabilir ve zihinsel sağlığınızı güçlendirebilir. Düzenli fiziksel aktivite, takıntılı düşüncelerle başa çıkmanıza yardımcı olabilir.

- **Sosyal Destek:** Aile üyeleri, arkadaşlar veya destek grupları gibi sosyal destek kaynaklarıyla konuşmak, duygusal yükü hafifletebilir ve başkalarının benzer deneyimlerini paylaşarak destek bulmanıza yardımcı olabilir. Unutmayın yalnız kaldıkça olumsuz telkinlerin etkisi artar. Sevdiklerinizin varlığı ve onlara dokunmanız, onların da size dokunması gücünüze güç katacaktır.❖

# düşünceler

HAZIRLAYAN: **ASLINUR BAHAR**

Bir karar vermeden önce üzül, düşün; ama kararını verdikten sonra üzüntü ve düşüncelerden kurtulmuş olarak yoluna git.

— **DOĞAN CÜCELOĞLU**

İnsan kalbi, iyilik gördüğü kimseyi sever.

— **HZ. AİŞE (RA)**

Şahsiyet sahibi olmak, insanlar görmediği zaman da doğru olanı yapmaktır.

— **J. C. WATTS**

Cömertlik, cennet selvisinin dalıdır.

Böyle bir dalı elden kaçıranlara yazık...

— **HZ. MEVLANA (KS)**

Dünyanın çelişkileriyle uğraşmakta zevk yoktur. Asıl zevk, olayları ibret gözüyle seyretmektir.

— **MUALLİM NÂCİ**

Ahlaklılık ve menfaat gözetmeyi, insan hayatının çiçekleridir.

— **NURETTİN TOPÇU**

Dil, yırtıcı bir hayvana benzer.

İpini biraz gevşettin mi ısırır.

— **HZ. ALİ (KV)**

Şu dünya kitabını baştan başa okudum da içinde rahatlığa dair bir ibareye rastlayamadım.

— **ŞAİR NÂBİ**

Çocuklara bak, gidecek uzun bir yolları var.

İhtiyarlara bak, uzun bir yoldan geldiler.

Aradakilere bak, iş güc onların sırtında.

— **AFRIKA ÖZDEYİŞİ**

Din yüzünden gerilemedik, gerilediğimiz için dinden ayrıldık.

— **PEYAMİ SAFA**

Onlara sorsanız hiç ilerlenmiyor derler, onların yönünde ilerlemediğiniz zaman.

— **A. GİDE**

Hayır, arzuladığımız neticenin gerçekleşmesi değildir. Doğruyu yaptığımız zaman, ortaya çıkan her netice 'hayır'dır.

— **İMAM RABBANİ (RA)**

Kimin işlerinde eksigi çoksa, o herkesin noksanlıklarını arar.

— **SÜLEYMAN ÇELEBİ**

Kuş, yuvasını gide gele kurar.

— **ATASÖZÜ**

HAL DİLİ

OSMAN SUROĞLU

sebep

AYAĞIN TAŞA TAKILSA, **kalbini** yokla.

Hacı Bektaş-ı Veli



OSMAN  
SUROĞLU

# Allah'ım

Gönder şifa meleklerini  
Düşün alnımız ateşi  
Hani yoktan var ettin  
Lutf eyle var kalayım  
Yâ Şâfi.

Suya giden ceylanlar gibi  
Yuvarlansın da ömrüm  
Su sesinin önünde  
Kalbini bir gül için  
Yakmak nedir bileyim  
Yâ Rabbi!

*Kemal Sayar*

