GERÇEĞE DOĞRU
zafer
BİLİM-ARAŞTIRMA • KÜLTÜR-SANAT DERGİSİ

MAYIS
2021

FİYAT:
12,5 TL



Gençlik geni sirtuin ve oruç

PLASEBO, NOSEBO VE SAĞLIK

YARALI ASKERLERİNİ TEDAVİ EDEN KARINCALAR

KUM KITLIĞI!..

EVİMİZDEKİ SIVI ALTIN

VATANSEVER SULTAN VAHDEDDİN

BATI'DA 13 RAKAMI NEDEN UĞURSUZ SAYILIYOR?

ESTETİK AMELİYAT NE VAAD EDİYOR, NE VERİYOR?

Can bula cananını
Bayram o bayram ola,
Kul bula sultanını
Bayram o bayram ola.
Hüzn-ü keder def ola,
Dilde hicap ref ola
Cümle günah af ola
Bayram o bayram ola.
Lütfi'ye lütf-u Kerîm
Erise rahm-u Rahîm
Bermurad ede fehim
Bayram o bayram ola.

— Alvarlı Efe Hz.

Bayramınızı tebrik ediyoruz...

www.zaferdergisi.com

ÖNEMLİ HATIRLATMA

Dergileri ellerine ulaşmayan okuyucularımız, her ayın 20'sine kadar abone servisimize bildirdikleri takdirde bir sonraki sayımızla birlikte ücretsiz olarak tekrar yolluyoruz.

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

Dilek ve Görüşleriniz aşağıdaki adrese yollayabilirsiniz:

zaferdergim@gmail.com

Sizlerle
mayıs 2021

Merhaba değerli dostlar,
Mayıs sayımızı da sizlere ulaştırmaktan dolayı bahtiyarız. Rabbimiz daima güzelliklerde buluştursun. Bahar gibi, yaşamak gibi, salgından kurtulmak gibi...
Hep buradan ahirete bakarız. Bir de ahiretten baksak hayatımıza, yaşadıklarımıza... Neler neler değişecek nazarımızda... Büyük ihtimal daha güzel göreceğiz her şeyi, daha anlayışlı olacağız...
İmanın insana kazandırdığı bir güzellik de her şeyle "Yaratanın aynı olması" hasebiyle bir kardeşlik bağı kurması. Kalpteki iman her şeyi kardeş ve dost gösteriyor.
...
Bizler çatışma istemiyoruz ama bazıları maalesef öyle değil... Mesela bir türlü bitirmedikleri "din-bilim çelişir" iddiası. Buradan dertleri; din ile bilim çelişir, bilimin sözü doğrudur, öyleyse dinin söyledikleri yanlıştır demek. Dini yalanlamak için üretilmiş bir söylem bu.
Siz ne kadar açıklasanız da fayda etmez. Zaten söz art niyetli olanlara değil, anlamak isteyene söylenir...
Evet bir çelişme söz konusu; fakat bu, ateist bilim adamları ve onların inkarcı ve taraflı yorumlarıyla varlık âlemi arasında...
Onlara diyoruz ki, insanlarla varlık âlemi arasından çekilin; karanlık yorumlarınızı dayatmayın. Herkes yorumunu kendisi yapsın, kararını versin, neye inanmak istiyorsa öyle inansın...
...
Ehli imanın zaten bilimle bir problemi olması mümkün değildir. Düşünün mesela, elinizde bir elma var; buna bakıp Rabbinizin odundan meyve çıkarıp size rızık yaptığını, her şeyini sizin seveceğiniz şekilde yarattığını düşünüp şükrediyorsunuz. O sırada bir yazıdan bilimin elma hakkında tespitlerini okuyorsunuz. Bakıyorsunuz, elmanın besin değerleri, sağlığınıza katkıları, yapılış süreçleri vs... Şükrünüz, muhabbetiniz, Rabbinizin işlerine hayranlığınız artıyor. Mutlu oluyorsunuz...
İşte ehli imanın kâinatı öğrenmesi ve bilimsel verilerle yaratılış süreçlerini anlaması böyle imanını, hayretini ve muhabbetini tazeler, güçlendirir...
Ancak bu güzel süreç dayatılan ateist yorumlarla zehirlenir. Varlık âlemini ve bilgiyi kendi malları zanneden birileri, bilimi maske yaparak derler: "İşte bu tesadüfen oldu, şu yaptı, genlerle oldu vs. vs..."
Bu mesele inançla ilgili olduğu için tartışmak boşunadır. Çünkü bir yanda, imanı ifade eden "sevk-i İlâhî", diğer yanda tesadüfen olmayı, sahipsizliği ifade eden "içgüdü"; bir yanda imanı dillendiren "Allah'ın eseri," diğer yanda şirki ifade eden "tabiatın eseri"; bir yanda inançlı bakışı gösteren "yaratılıyor", diğer yanda inkârı dillendiren "kendi kendine oluyor." Yani çelişme ve mücadele din ile bilim arasında değil; kâinata dair yorumlarda var, iman ile küfür arasında var.
Bu sebeple en doğrusu söz, "Ben sizin taptıklarınıza tapmam, siz benim taptığıma tapmazsınız. Sizin dininiz size, benim dinim bana." diyerek konuyu kapatmak. Ve dönüp kâinatı bir kitap gibi okumaya devam etmek... Aklınla okumak, bilimle okumak, kalbinle okumak... Daha güzeli var mı? Çünkü ömrümüz en değerli sermayemiz; onu heba edecek vaktimiz yok...
...
Mayıs sayımızda katkısı ve emeği olanlardan ve abone olarak destek olan okuyucularımızdan Rabbimiz razı olsun.
Mayıs ayı fetihler ayı, aynı zamanda Ramazan Bayramını da idrak etmiş olacağız inşaallah... Bayramınızı tebrik ediyoruz. Duamız hayırların fethi, şerlerin def'i için...
...
Gayret, çalışmak, sefer bizim; zafer Allah'ın...

Editör: Suat Ünsal

GERÇEĞE DOĞRU
zafer
BİLİM-ARAŞTIRMA • KÜLTÜR-SANAT DERGİSİ

Ulusal Süreli Yayın
Mayıs, 2021
Fiyatı: 12,5 TL (KDV dahil)
İmtiyaz Sahibi:
Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği
İktisadi İşletmesi
Şirket Adına Yetkili: Cavit Çağlar
Genel Yayın Yönetmeni: Prof. Dr. Sefa Saygılı
Yazı İşleri Müdürü ve Editör: Suat Ünsal
Grafik-Tasarım: Mücahit Taşkın
Abone Servisi: Hatice Garlı - Betül Büken
abone@zaferdergisi.com

Gerçeğe Doğru Zafer Dergisi
Adres: Orta mah. Pazar geçidi sk. No: 20 Adapazarı, Sakarya
Abone Merkezi ve İletişim Adresleri
Orta mah. Pazar geçidi sk. No: 20 Adapazarı, Sakarya
www.zaferdergisi.com
zaferabone@gmail.com
İRTİBAT TELEFONLARI:
0 549 505 60 01 - 02 - 03
Nasıl Abone Olabilirsiniz?
Dergimize abone olmak ve yenilemek için
0 549 505 60 01 tel. arayabilirsiniz.
zaferabone@gmail.com adresine
isim, adres, telf. ve e-mail bilgilerinizi yollayabilirsiniz.
Abone Ücretleri
Yurt içi abone ücreti (12 sayı, 1 yıllık): Sadece 150 TL (KDV dahil)
Yurt dışı abone ücreti (12 say›, 1 yıllık): Avrupa 40 EURO
ABD: 50 USD, Avustralya: 60 AUD
Abone Ücretini Nasıl Ödeyebilirsiniz?
1- Kredi kartı numaranızı bize bildirerek ya da internet sitemizden ödeme yapabilirsiniz.
2- Bir PTT şubesine giderek POSTA ÇEK‹ hesabımıza abone ücretini yatırabilirsiniz.
(Lütfen posta çeki üzerine isminizi yazmayı unutmayınız.)
POSTA ÇEKİ HESAP NO: 170 880 68
Alıcı adı: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi
3- Ayrıca aşağıdaki BANKA HESAP nolarına abone ücretinizi ödeyebilirsiniz.
Banka Hesap numaraları
Hesap Sahibi: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi
TL HESAP NUMARALARI
(Hesap Sahibi: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi)
-Kuveyt Türk Katılım Bankası İBAN: TR18 0020 5000 0957 7519 4000 01
-Türkiye Finans Katılım Bankası İBAN: TR59 0020 6001 0903 7795 3900 01
EURO ve USD HESAP NUMARALARI
(Hesap Sahibi: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi)
-Kuveyt Türk Katılım Bankası
EUR: TR07 0020 5000 0957 7519 4001 02 BIC/Swift Code: KTEFTRIS
USD: TR34 0020 5000 0957 7519 4001 01 BIC/Swift Code: KTEFTRIS
Baskı-Cilt: Mega Basım Yayın San. ve Tic. A.Ş. Cihangir Mahallesi Güvercin Caddesi No:3/1
Baha İş Merkezi, A Blok Kat:2 34310 Haramidere/İstanbul
www.mega.com.tr Tel: 0 212 412 17 00 Sertifika No: 44452

içindekiler

8 Gençlik Geni Sirtuin ve Oruç
DR. ÖĞR. ÜYESİ ABDULLAH ŞUMNU

10 Yol İnsanı Olmak
PROF. DR. KEMAL SAYAR

12 Kum Kıtlığı!
AYTEN YADİGÂR

14 Düşünce Durağı
SÖZ: ÖMER SEVİNÇGÜL

16 İnanılmaz Bir Macera
ÜMİT ŞİMŞEK

18 Naftalin Kokusu
HÜSEYIN BURAK UÇAR

19 Âna odaklan, dengeni koru
ŞEYMA TÜRKAN

20 Yaralı Askerlerini Tedavi Eden Karıncalar
MELİKE KABAY

22 Plasebo, Nosebo ve Sağlık
NİHAL BALCI

26 Batı'da 13 Rakamı Neden Uğursuz Sayılıyor?
SERDAR ÇINARLI

28 Ramazan Ayının Sırları
MEHMET PAKSU

29 Saadet Asrından Bir Hatıra
İBRAHİM YARDIM

30 Allah'ı Anmak Bize Bayramdır
SELIM GÜNDÜZALP

34 Emirle Güzellik
PROF. DR. ALAADDİN BAŞAR

36 Evimizdeki Sıvı Altın
PROF. DR. FATİH SATIL

40 Fotoblok / Düğme
DR. SENAİ DEMİRCİ

42 Hayata Dair Notlar
MEHMET TÜZÜN PSİKİYATRİST

44 Kanın Pıhtılaşması
DR. SELÇUK ESKİÇUBUK

46 Vatansever Sultan Vahdettin
İSMAİL ÇOLAK

49 Bir Hatıra Selam
ABDÜLKADIR ŞEN

50 Estetik Ameliyat
Ne Vaad Ediyor, Ne Veriyor?
ŞÜKRAN YILMAZ

52 "Eşcinsellik Geni" Yok
PROF. DR. SEFA SAYGILI

54 Modern İnkarcılığın İç Yüzü
PROF. DR. OSMAN ÇAKMAK

56 Zeka Soruları
DOÇ. DR. ERHAN PİŞKİN

57 Karikatür Okumaları / Yol
OSMAN SUROĞLU

59 Hal Çizgisi
OSMAN SUROĞLU

58 Düşünceler

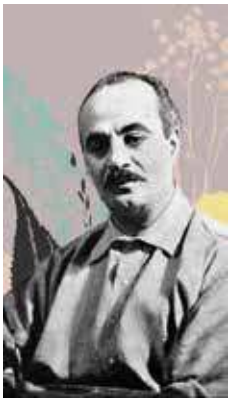
6 Satır Arası

38 Sayılı Sözler

Peyami Safa,

insanı tanımlarken, yaratılış ağacına verilen ilahî emeğin sonucunu da işaretliyor: "İnsan, dünyanın en geç olgunlaşan meyvesidir."





Halil Cibran,

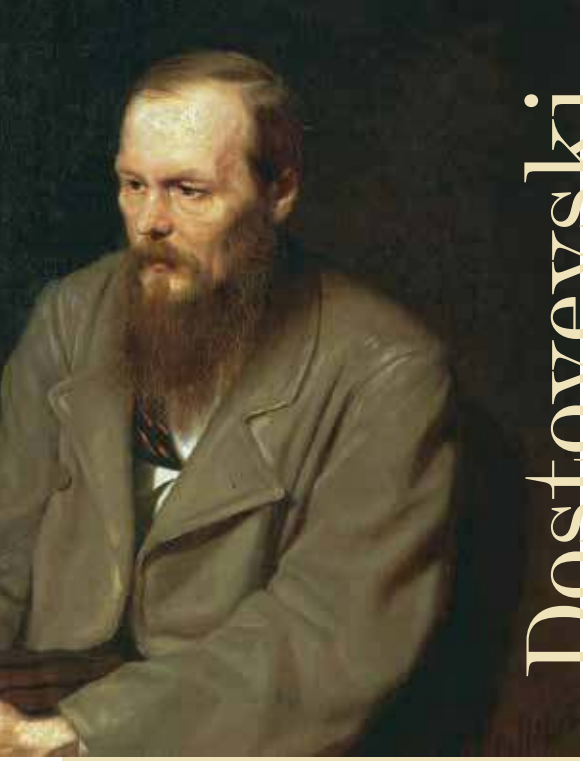
Dûha Sûresi'nin müjdesini fark etmiş yüreğinde: "Eğer kış, 'bahar yüreğimde' deseydi, ona kim inanırdı?" Cibran şöyle de yazabilirdi: "Eğer dünya, 'cennet yüreğimde' deseydi, ona kim inanırdı? Duyuyor olmalı o müjdeyi her baharın dudağından insan: "Sana verecek Rabbin, sen de hoşnut olacaksın!"



"Yazıyorum/ kurtarmak için sevdiğimi/şiirsiz şehirlerden"

— Nizar Kabbani

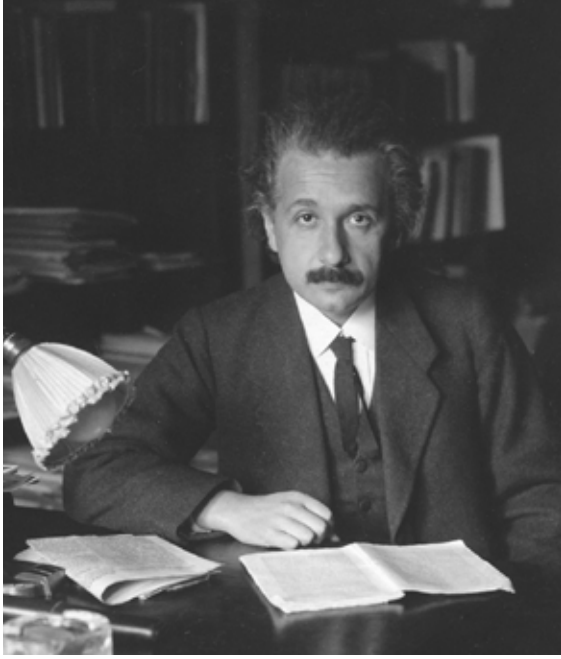
Mallarme, her şeyde anlam aramaya çağıran vahyin sesini vicdanında duymuş olmalı ki, 'okuma'nın konusu görüyor her şeyi:



Dostoyevski

"Evdeki en büyük uğraşım kitap okumaktı. İçimdeki sürekli kaynaşmayı dış etkilerle bastırmaya çalışırdım. Kullanabildiğim tek dış etki ise okumak, yalnızca okumaktı. En çok okumanın yardımı dokunuyordu bana; heyecan, zevk, acı... Okumaktan başka ne yapabileceğim şey ne de gidebileceğim yer vardı. Çevremde saygı duyduğum, beni kendine çekebilecek bir uğraş bulamıyordum."

Dünyada her şey kitap olsun diye var.



Albert
Einstein'in

yeryüzünün muktedirlerini iflas ettirecek çarpıcı bir matematik hesabı.
Bir tane 'bir' yüzünden 'binler' sıfırlanabilir:
"Dünyada bir tane dahi çocuk mutsuz olduğu sürece,
büyük icatlar ve ilerlemeler yoktur."

Sosyal medyada sahibini bulamadığımız bir sözde, "üşüme"nin tarifi öyle güzel yapılıyor ki:

Ve bağırdı annem tam kapıdan çıkarken: "Yüreğini ört! İnsanlar soğuk, üşürsün..."

Otofaji ve Gençlik Geni Sirtuin
Orucun Genç Kalmak ve Sağlık İçin Faydaları

DR. ÖĞR. ÜYESİ ABDULLAH ŞUMNU

Otofaji'yi duymuşsunuzdur. 2016 Nobel Tıp Ödülü Otofaji çalışmaları sebebiyle Yoshinori Ohsumi'ye verildi. Japon bilim adamı, hücresel bileşenleri ayrıştıran ve geri dönüştüren temel süreç olan otofajinin mekanizmalarını keşfetti ve açıkladı. Otofaji veya otofagositoz, hücrenin yaşlanmış ve bozulmuş yapılarının, hücrenin kendi lizozomu tarafından sindirilmesidir. Yani otofaji, vücudun kendi temizliğini yapması demek.

Görüyoruz ki, bu harika bedeni yaratan, vücudun temizliği için harika sistemler de yaratmış. Bunlardan birisi lizozomlar. Lizozomlar vücudumuzda temizlik görevlileri olarak çalışıyorlar.

Ancak otofajinin çalışması için bir şart var: 14-16 saat kadar bir açlık. Aç kalınmazsa temizlik görevlileri (lizozomlar) da çalışmaya başlamazlar. Yani bedenimizi en güzel şekilde yaratan Rabbimizin orucu emretmesinin bir hikmetini de görmüş oluyoruz.

En Doğrusu İki Öğün Yemek

Normal zamanlarda akşam saat 18-19:00 gibi yemek yediğimizde, bunun sindirilme işlemleri 4-5 saat sürüyor. Ve yeme içme yapmazsanız, ertesi güne kadar kaslarda ve karaciğerde depo edilmiş glikojeni yakmış olursunuz.

Bu glikojen depolarını yaklaşık 5-6 saat enerji olarak kullanabiliriz. İşte bu safhadan sonra vücut yağ yakmaya başlar. Bedenimizde harika sistemler çalıştırılır; böylece önce şekerler, sonra yağlar yakılır. Ve kilo vermeye başlamış oluruz.



Sabah kahvaltısız olmaz demenin bilimsel bir gerekçesi yok. Kahvaltıyı ne kadar geç yaparsanız, bedeninizde o kadar yağ yakılır.

Fakat kahvaltıyı erken yaparsanız, salgılanan insülin hormonu sizi öğleyin de erken yemeğe zorlayacaktır. Hele öğle yemeğini atlayıp akşamı beklemeniz pek mümkün olmaz. Çünkü yediğimiz şeyler insülin salgılanmasına sebep olur. İnsülin de kandan bütün şekeri alır. Kahvaltı yapılmazsa, insülin salgısı olmayacağı için, vücut yağ yakmaya devam eder. Açlık hissi de olmaz. Kahvaltıyı öğlene yaklaştırır veya öğle yemeğiyle birleştirirsek, 14 saatten fazla aç kalmış olacağımızdan, şeker ve yağlar yakıldığı gibi hücrelerdeki otofaji mekaniz-

Açlık halinde, hücrelerimizdeki yaşlanmış ve bozulmuş yapılar temizlenir. Yani otofaji sistemi ile vücudumuz kendi temizliğini yapar. Ancak aç kaldığımızda vücudumuzdaki gençlik geni olarak da adlandırılan sirtuin geni aktif hale gelir.

ması da devreye girecektir.

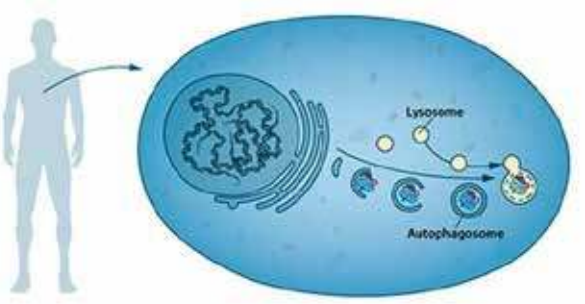
Gençlik Genleri ve Oruç

Oruç tutmanın ve aç kalmanın bir faydası da gençlik genleri olarak bilinen sirtuinlerin ancak açlık durumlarında aktif olmasıdır.
Sürekli yemek yiyenlerle kıyaslarsak, açlık ile gençlik genleri devreye girenler, 50 yaş için 10 yaş; 80-90 sene yaşayanlarda ise 20 yaş kadar daha genç oluyorlar.
Detoks veya vücut temizlik metotlarının, otofajinin yerine geçmesi de mümkün değil. Çünkü aç kalmayanlarda, gençlik genleri sirtuinler ve gençlik hormonları somatotropinler aktif hale gelmez, hatta otofaji sistemi de devreye girmez.
Yani genç kalmak da hasta olmamak da az yemek ve aç kalmak ile doğrudan bağlantılı. Otofajinin keşfi, bu gerçekleri daha iyi anlamamızı sağladı.

Oruç Hem Allah'ın Emrini Tutmak, Hem De Sağlık

Oruç tutarak hem Rabbimizin emrini yerine getirmiş oluyoruz, hem de bedenimizin bizim üzerimizde olan hakkını da vermiş oluyoruz. Yani manen huzur ve kazanım; maddeten de otofajinin, gençlik genleri sirtuinlerin ve gençlik hormonları somatotropinlerin devreye girmesiyle sağlık ve gençlik kazanıyoruz... Rabbimizin iç içe nimetlerine ermiş oluyoruz.
Bu noktada şuna dikkat edersek iyi olur: Otofajiden tam faydalanmak için sahurun karbonhidrat bakımında hafif olması iyi olur.

Ayrıca önemli bir sindirim prensibini de unutmayalım: Yemekten sonra 1 saat hiçbir şey yenilmemesi. Bu sağlık için önemlidir. Çünkü yemeğin ardından 5-10 dakika içinde sindirim salgıları salınmaya başlanır. Midedeki işlemler bir saat kadar sürer. Bu süre içinde bir şey yenilip içilmemeli, yoksa sindirim işlemlerinde tekrar başa dönülmesine ve karışıklığa yol açılır.
Yazımızı hekimlerin üstadı İbni Sina'nın, "Yiyin, için, fakat israf etmeyin" (A'râf Sûresinin 31) ayetine yaptığı atıf ile bitirelim: "İlm-i tıbbı (tıp ilmini) iki satırla topluyorum. Sözün güzelliği kısalığındadır. Yediğin vakit az ye. Yedikten sonra ise, dört-beş saat kadar yeme. Şifa hazımdadır." Yani, kolayca hazmedeceğin kadar ye, nefse ve mideye en ağır ve yorucu hal, yemek üstüne yemektir.



Lizozom, hücrede sitoplazmada bulunan bir organeldir. Dışı zarla çevrili yuvarlak kesecik şeklindedir. İçinde bir dizi yıkıcı sıvı enzim (biokatalizör) bulunur. Hücrede, yaşlanan ve bozulan yapılar lizozomlar tarafından sindirilir. Üstte hücre içinde Lizozom ve otofajizom'un çalışması görülüyor. (Kaynak: https://www.nobelprize.org)

PROF. DR. KEMAL SAYAR

Yol insanı

Varlığın mucizesi, küçük 'anlam anları'nda saklıdır. Çocuğunuzun nefes alıp verişinde, iyiliğin yüreğinizi ısıtmasında, derin insani bağların verdiği sıcak duygularda...

Neyin biricik ve değerli olduğunu hissettiren o anlar, bize "niçin?" sorusunun cevabını verir. "Bir durumu artık değiştiremediğimizde, kendimizi değiştirmeye zorlanırız." demişti Viktor Frankl, İnsanın Anlam Arayışı'nda.

Zorluk eşikte belirdiğinde, neyi yapabilecek ve neyi değiştirebilecek isek ona odaklanmalıyız

Her zorluk insanın ruhsal tekâmülü için de bir imkândır.

...

Anlam, niçin yaşadığımız ve neye inandığımızdır. En derin değerlerimizi temsil eder. Onu, denizden gelen şişenin içinde bir mektup alarak bulmayacaksınız.

Anlamı, kendi içinden hayata kendi cevabını verebildiğinde bulacaksın.

Anlam duygusunun eşlik etmediği bir mutluluk, sığ ve bencil.

Anlam dertsiz tasasız yaşamakta değil, dertle boğuşmakta, gayrette.

...

Soru şu, sen öldükten sonra geriye senden ne kalacak? Hangi başarı ve ünvan seninle toprağa gömülmeyecek? Dünyaya ve kendi içine düşürdüğün ışık ne?

"Bir işi bitirince diğerine koyul" zira anlam, anlamı aramakta, "yol insanı" olmakta.

Anlam, verdiğimiz mücadelede, akıttığımız alın terinde, dünyaya bir parmak izi gibi bıraktığımız biricik gayretimizde.

Gözyaşı ve alın teriyle. Aşk ile...





Kum Kıtlığı!

AYTEN YADİGÂR

Gündemin hızına yetişemediğimiz zamanlardan geçiyoruz. Görsel ve yazılı medyada haberler bir birini izliyor, sanal ağlarda paylaşımlarla çok kısa sürede geniş kitlelere ulaşılabiliyor. Bu kadar etkin ve yaygın bir iletişim imkânı olmasına rağmen duyduklarımız gördüklerimiz üzerinde durup düşünme fırsatı bulamıyoruz ve sürekli yeni konu başlıklarına yelken açıyoruz...

Zihinlerimiz gün boyu maruz kaldığımız malumat bombardımanı altında, gözlerimiz gerekli gereksiz bir şeyler izlemekten yorgun, kulaklarımız uzak yakın mesafelerden bize ulaşan her tondan ses kalabalığı ile uğuldamakta... Bütün bu olup bitenler, bunca haber neyin nesidir veya bunları nasıl anlamalı gibi soruları soramadan dikkatlerimiz yeni haberlere çekiliveriyor. Oysa bu hızlı akışa kaptırmazsak kendimizi, biraz dursak/durulsak birtakım sorular düşecek aklımıza belki de.

"Uzaktan veya yakından bize ulaşan haberler öylesine mi gündeme düşüyor, gün geçsin, kitleler meşgul edilsin mi isteniyor?"
"Birbirinden bağımsız görünen haberleri rutin akış içinde sıradan parçalar olarak kabul etmeyip geniş bir bakış açısıyla ve aralarında bağ kurarak değerlendirdiğimizde düşüncelerimiz farklı bir noktaya taşınır mı acaba?"
...
Pandemi sürecinde salgın, bulaş, kısıtlamalar, aşı, eğitim, ekonomi, sosyal hayat vs. konuları konuşuldu en çok. Bu arada bir haber hem de çok şaşırtıcı bir haber düştü gündeme:
"Dünya küresel bir kum kıtlığına gidiyor. Siyasi ekonomik krizlerin yanı sıra durumun büyük bir çevre krizine dönüşmesi artık sadece zaman meselesi."
Konuyla ilgili haberlerde 21. yüzyılda insanoğlunun sudan sonra en çok kullandığı ikinci doğal maddenin kum olduğu ifade ediliyor. İnşaattan asfalt ve yol yapımına, deniz dolgusu çalışmalarından su arıtmaya, kaya gazını çıkarma işleminden akıllı telefon, cam, kâğıt, boya, plastik, kozmetik ürünler, diş macunu ve silikon üretimine kadar pek çok alan zikrediliyor. Erozyonla oluşumu binlerce yıl süren kumun doğal yollarla yenilenebildiğinden çok daha fazla tüketildiğine dikkat çekiliyor. Sadece inşaat sektöründe yılda 50 milyar ton kadar kum kullanıldığı, ortalama bir müstakil ev için 200 ton, 1 km'lik otoban için 10 bin ton kum gerektiği verilen bilgiler arasında.

Kum kıtlığına dikkat çeken bu haberler bir bakıyorsunuz uzun süredir gündemin bir numaralı maddesi olan Covid-19 konusuna bağlanıyor ve manşet:
"Dünya küresel olarak kum kıtlığıyla karşı karşıya: Aşıların üretimi tehlikede."
Buna göre Covid-19 aşıları dağıtılırken önümüzdeki iki yıl içinde 2 milyar cam şişeye ihtiyaç duyulacağı öngörülüyor. Kuma talebin artması ancak olası kum kıtlığı nedeniyle şişe üretiminde yaşanan gecikmelerin aşıların dünyanın farklı bölgelerinde yaşayan insanlara ulaştırılmasında ciddi sorunlara yol açacağı-

haberlerini anlamaya/anlamlandırmaya çalışırken. Çok zengin olma halini ifade için "Denizde kum onda para" denmiş mesela. Yeryüzündeki varlığı ve niteliği düşünüldüğünde hep çokluğu çağrıştıran kumla ilgili nasıl olur da kıtlık söz konusu olabilir diye düşünmeden edemiyor insan. Kum ve kıtlık yan yana gelmesi mümkün olmayan iki kelime şeklinde kodlanmış çünkü zihinlerimizde.

Bir de "Sel gider kum kalır" atasözümüz var. Bize en özlü ifadeyle herhangi bir durumda önemli olan, kalıcı unsurlardır dersini veren. Post modern dünyanın belirsizliği içinde her an kaymaya ve savrulmaya müsait bir şekilde, şimdi ve burada olana odaklanıp kısa günün getirisi peşinde koşan günümüz insanlarının halini düşünelim bir. Ki bu zihniyet ben merkezliliği ve bireyin öncelikle kendi çıkarları peşinde koşmasını öngörmekte değil midir? Tam da burada bugün tüm insanlığı tehdit eden küresel sorunların temelinde, aslında Dünyanın tamamına yetecek kaynakların bir kısım insan tarafından sorumsuzca kullanılması, sömürülmesi, doğal hayatın tahrip edilmesi ve dengelerin alt üst olması yok mudur? Eğer bizler atasözümüzün dikkatimize sunduğu gelip geçici olan öğelerin fazla önem taşımadığı, bu nedenle bir işte asıl unsurlara önem vermemiz gerektiği dersini almış olsaydık bugün kısa vadeli kazanımlar uğruna "kum kıtlığı tehlikesi" gibi bir noktaya gelmemiz söz konusu olabilir miydi?

Hayatın içinde de birtakım olaylara maruz kalırız, yıllar içinde hayat tecrübesi ediniriz. Olaylar gelir geçer, geçici olanlara takılmayıp asıl değer verilmesi gerekenlere dikkat kesilmek gerek. Akıp giden hayatın içinde asıl olan, kalıcı olan, baki kalan nedir diye sorduğumuzda Âlemlerin Rabbi olan Allah'ın güzel isimlerinin tecellileri düşüyor akla bu kez. Bunun ne kadar farkında olur o nazarla bakabilirsek hayata, günlük rutinimiz, olup bitenler ve yapıp etmelerimiz bir o kadar anlam kazanır ve yaşama sevincimiz katlanır. Bu bağlar koparsa eğer ve bu bakış açısı yer bulamazsa hayatımızda, kendi kendimizi sığlığa mahkûm etmişiz demektir.

Bu noktada "kum kıtlığı" haberlerini El-Kerim ve Er-Rezzak esmaları eşliğinde değerlendirdiğimizde şunlar hatıra geliyor. Allah, el-Kerim'dir. Sonsuz kerem sahibi, çok cömert, lütuf ve ihsanı bol olan. Allah, er-Rezzak'tır. Allah, yarattığı tüm varlıkların rızkına da kefildir, tüm varlıkların ihtiyacını karşılayandır. Dünya üzerinde kazanılan rızık ve dünyevi diğer mallar, yalnızca Allah'ın izniyle ve O'nun takdiri iledir. Bunu unutursak birilerinin açlık, yokluk, hastalık, ölüm gibi konularda zaaflarımızdan faydalanmasına, bizleri korkutmasına ve manipüle etmesine zemin hazırlamış oluruz. Nitekim hayatı ekonomi merkezli tanımlayanlar, insanı üretim-tüketim ilişkileri içinde anlamlandıranlar insanın ihtiyaçları sınırsızdır, kaynaklar sınırlıdır vurgusu yapmışlardı önce. Zamanla varoluşa ve hayata dair bir tasavvur değişikliğine uğradığımız malum. Şimdi de kıtlık ve yokluktan bahsedilmekte. Dikkat! Uzmanlar uyarıyor: "Kum kaybı hassas ekosistemleri tehdit ederken, bu doğal kaynağın kullanımını düzenleyen küresel bir denetim sisteminin kurulması çağrıları giderek güç kazanıyor."

Devasa tarım arazilerinin tek elde toplanmaya çalışıldığı biliniyor. Pek çok alanda kullanımı söz konusu olan kumla ilgili de tekelleşme çabası mı var, bir anda gündeme düşen "kum kıtlığı" haberleri zihinleri bu senaryonun gerçekleştirilmesine hazırlamak için mi diye sormadan edemiyor insan.

İşte, haberleri okuyup geçmek duyup geçiştirmek başka, durup düşünmek bağlar kurmak başka. Ancak hakikat şu ki, bizim sonsuz kerem sahibi ve rızkımıza kefil olan bir Rabbimiz var. En büyük ve güvenilir dayanağımız O'dur. Kumdan mülhem deyimleri hatırlayalım bir kez daha. "Deve kuşu gibi başını kuma gömmek" gafletine düşmeyelim. Asıl olanı unutmadan yaşama gayretinde olalım. Yoksa deniz kıyısında "kumdan kaleler" yapıp sevinen ama gelen dalgaların onları silip süpürmesiyle hayal kırıklığı ve üzüntü yaşayan çocukların durumuna düşmek kaçınılmaz olur.

Düşünce Durağı

• Yolda yürüyen gezgin gibi ol,
çevir başını, gittiğin yola bak.
Duygularını gözden geçir, düşüncelerini düşün.
Hedeflerini gözden geçir bir daha,
rotana dikkat et.

• 'Melek gibisin' diyor sevgilisine.
Bir meleği seviyor bu âşık.
Kavuşunca bir insanla karşılaşıyor ve gümbürtü başlıyor.

• Niteliksiz üç kitap okumaktansa nitelikli bir kitabı üç kez okumak daha iyidir.

• İnsan, maziyi kımıldatamaz, istikbale hükmedemez.
Hayat şimdidir. Ne yapacaksan şimdi yap.



SÖZ: ÖMER SEVİNÇGÜL / KARİKATÜR: OSMAN SUROĞLU

Neşeli Öykü

Yan Etki

HAZIRLAYAN: AHMET ZAFER

Yaşlı bir amca korona aşısını vurulup, sağlık ocağından ayrılmış.
Fakat biraz yürüdükten sonra bulanık gördüğünü farketmiş. Hemen telefonunu çıkarıp zar zor gördüğü numaralar arasından sağlık ocağını aramış.
Telefona bakan hemşireye heyecanla "Hemşire kızım" demiş, "Ben biraz önce aşı oldum. Ama şimdi bulanık görüyorum, çok korktum... Hastaneye de yakınım. Hastaneye mi gideyim, sağlık ocağına mı geleyim?.." "Korkacak bir şey yok amcacığım" demiş hemşire, "buraya gelin, gözlüğünüz burada kalmış."



İnanılmaz Bir Macera

ÜMİT ŞİMŞEK

Her şey beklenmedik bir olaydır dünyamızda.
Her varlık, beklenmedik bir olayın sonucudur.
Sadece, onları sürekli olarak görmemiz bizi aldatır.
Ve gözümüzün önündeki nefes kesen maceraları seyretmekten bizi alıkoyar.
...
Bir ağaç gövdesi, kara topraktan beklenecek en son şeydir.
Zaten ondan çıkmamıştır.
Gerçi toprak içinde boy atar ağaçlar. Bazan yüzlerce kilo ağırlığa ulaştığı olur. Fakat topraktan hiçbir şeyi eksiltmez büyürken.
Işığı alır, işler ağaç. Suyu emer, işler. Bütün bunların bir ağaç gövdesine dönüşmesi aklın alacağı şey değildir.
Ama olmazlar olur.
Ve koca binalar gibi ağaç yükselir gözümüzün önünde, hiçten çıkarcasına.
Gövde dallara, dallar yine dallara ayrılır.
Görünmez bir kalıbın içini doldurur gibidir ağaç.
Ağacın aldığı şekil, sürekli değişen ve gelişen bir mimarî sergiler havada.
Oysa ağacın yiyip içtikleri içinde böyle bir kalıptan eser yoktur.
Tohumlar ve çekirdekler ise, kendi dışında olup biteni bilemez. Bir ağacın simasına hükmedemez.
Yine de olmazlar olur.
Ve her şey, beklenmedik bir hedefe doğru yürür.
...
Beklenmedik olaylardan beklenmedik başka olaylar çıkar.
Cansız ve kaba bir cismin üstünde dünyanın en narin güzellikleri canlanır.
Odunlar çiçek açar.
Bir iskeletin dirilişindeki güzellik, seyredeni hayrete düşürür.
...
Sonra çiçeklerin devri dolar.
Ve yemyeşil yapraklar fışkırır kuru odunlardan.
Hayatın tazeliği ihtiyar simaları süsler.
...
Ardından, peş peşe meyveler belirir dallarda.
Nasıl belirirler, nasıl renklenirler, nasıl tatlanırlar, nasıl kokulara bürünürler iştahları açmak için?
Akıllar ermez.
Ama beklenmedik olayların da ardı arkası kesilmez.
Ağaç gövdesi kendisinden beklenmeyen şeyi verdikten sonra, meyve de kendisinden beklenmeyeni verir.
Toprağa düşer ve bir esrarlı yolculuğa çıkar:
İnanılmaz bir maceranın yeni bir bölümünü başlatmak için.

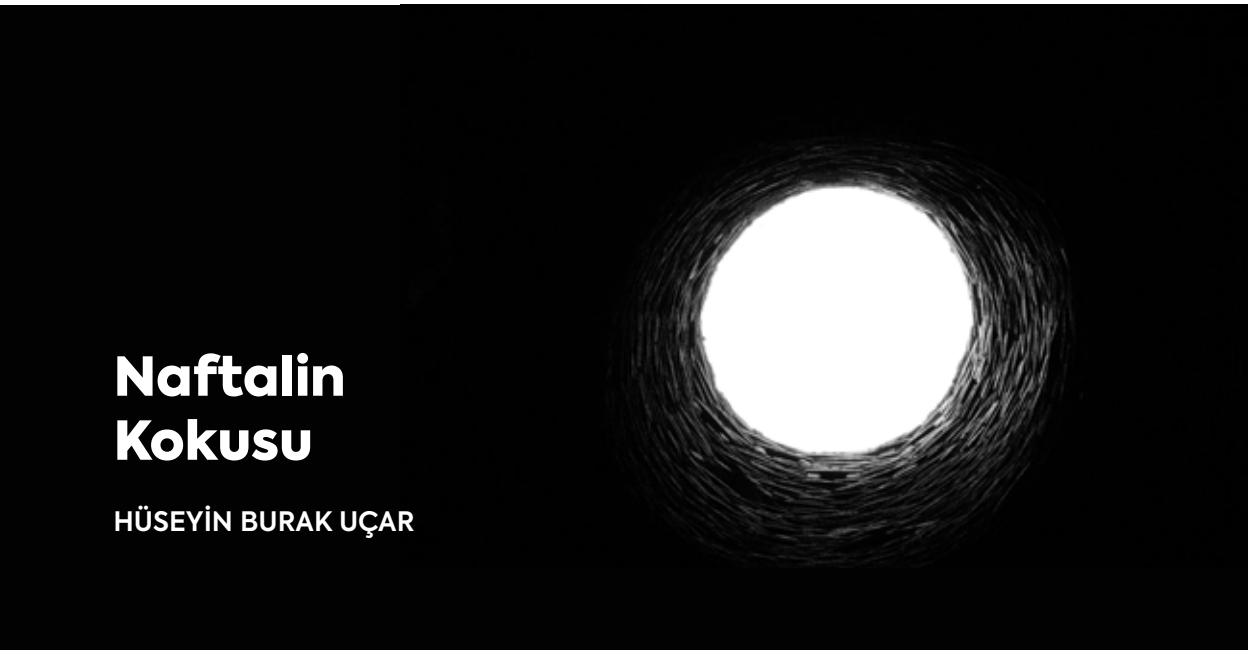
Yüzü sirke satmak

HAZIRLAYAN: AYŞE ZEHRA

BİR KASABADA, asık suratlı bir bal tüccarı varmış. Bu tüccar balın en iyisini getirip dükkânında satışa sunduğu halde müşterisi pek olmazmış.
Bu somurtkan tüccarın tam karşısında ise, başka bir bal tüccarı varmış fakat onun dükkanı sürekli işler, müşterisi hiç eksik olmazmış.
Bu yüzü gülmez bal tüccarı en iyi balları ucuza vermiş, bir şey değişmemiş. Başka şeyler denemiş yine de müşteri çekememiş.
Bu işe canı fena sıkılan asık yüzlü bal tüccarı, bu işin sırrını güngörmüş bir esnaf büyüğüne danışmaya gitmiş. Onun yanına varıp, durumu anlatmış; "ne yaptımsa olmuyor" diye dert yanmış. O olgun esnaf da abus çehresiyle tanınan bu tüccara bakıp:
"Evlat, kusura bakma ama," demiş, "Sen bal satıyorsun fakat suratın sirke satıyor; elbette insanlar sana gelmez."
Bu asık yüzlü tüccar kendini değiştirdi mi bilinmez amma, insanlar her zaman tatlı dilli, güler yüzlü olanları sevmişler ve böyle somurtkan duranlar için de "yüzü sirke satıyor" deyimi söylenir olmuş.
•••
Bu deyim, "hoşnutsuzluğu yüzünden belli" anlamında kullanılır.

Deyim Öyküsü





Naftalin Kokusu

HÜSEYİN BURAK UÇAR

Çocukluğumun geçtiği evde sedef kakmalı bir sandığımız vardı. Üstünde misafirler için ayrılan yatak ve yorganlar durur ve biz buna yüklük derdik. Yüklüğü üzerinde kırmızı gül desenleri olan beyaz örtüsü ile hatırlıyorum. Duvarı süsleyen tablodaki süvariler, sandığı korumak için oradaydılar. Çünkü annem komşumuz zahide teyzeye, buraya koyduğu şeylerin kendisi için çok kıymetli olduğunu söylemişti.

Bunu öğrenmem hiç iyi olmamıştı. Kıymetlim, bir tanem diyerek sevmesinden olsa gerek, bir gün beni de sandığa kilitlemesinden korkar olmuştum. Doğumda ölmüş olan ikiz kardeşimin de orada olabileceğinden şüphelenmeye başladım. Eminim annem onu da çok seviyordu.

Yusuf Peygamber'in kuyuya atıldığını öğrendikten sonra korkularım daha da arttı. Sandık belki de bir kuyuya açılıyordu!..

Babam "arkası yarın" tadında anlattığından, hikâye yarım kalmıştı. Yusuf hâlâ kuyudaydı.

O günlerde tuhaf şeyler oluyordu. Komşumuzun büyük kızı, elinde bir kap, yüzünde alaycı bir ifade ile karabiber istemeye gelmiş ve ablama, geceleri bizim evin etrafında dolaşan bir tilkiden bahsetmişti.

Bizim bahçenin köşesindeki sokak lambası da kırılınca, benim odam geceleri daha bir karanlık olmaya başladı.

Gördüğüm karaltı ve gölgeler, önce tilkiye, ardından kocaman ağzı olan testere dişli bir canavara dönüşüyor ve uykularımı kaçırıyordu.

...

O gün ablamı istemeye gelecekler diye ev kalabalıklaşmış ve herkesi bir telaş sarmıştı. Annem bir ara onu çağırarak yüklüğü boşaltıp sandığı açmasını istedi. Çok heyecanlanmıştım. Fakat herkesin içinde açılacak olmasına bir anlam veremiyordum. Ablam yüklüğü boşalttı ve sandığı açtı. İçinden kucağına

aldığı beyazlara sarılı bir bohçayı sevinçle gösterirken, ben ağzım açık kalakalmıştım. Kundağa sarılmış halde duran, ikiz kardeşimin hareketsiz bedeni miydi yoksa! Oradakiler bunu çok sıradan bir şeymiş gibi seyrediyor, hatta yaşadıkları tuhaf mutluluğu gizlemeye gerek duymuyorlardı.
Annem ablamın yanına yaklaşarak;
"Canım kızım" dedi. "Gelinliğimi iyi ki saklamışım. Eminim sana çok yakışacak."
Şaşkın bir halde sandığa yaklaştım ve incelemeye başladım. Bir mağazada gibiydim. Çatal kaşık takımından battaniyeye kadar her şey vardı.
Burnuma ağır bir koku geliyordu.
Öğrendim ki naftalin kokusuymuş. Ve daha başka şeyler de öğrendim sonra. Karabiber ablamın, tilki ise eniştemin kod adıymış. Geceleri evimizin her yanını aydınlatan sokak lambasını da bu tilki kırmış...

Âna odaklan, dengeni koru

ŞEYMA TÜRKAN

Havf ve recayı duymuşsunuzdur; korku ve ümit demek. Dengeli olmayı, savrulmamayı, aşırı uçlarda kendini kaybetmemeyi tavsiye eden bir manevi ölçüdür: "Havf ve reca arasında olmak." Bu, günahlarından dolayı korku duymak, sevaplarından ötürü ümit beslemek diye; ya da cehennemden ve ona götürecek işlerden korkmak, öte yandan cennet için ümitli olmak diye de örneklendirilir.

Çünkü çok korku da çok ümit de bozar insanın dengesini. Çok korkan kaçar; çok ümitli olan işi tembelliğe vurur. İkisi arasında olmalı insan, ikisini de yeterince hissetmeli kalbinde.

Ümit ve korku arasında olmayı manevi hayatımız için düşünsek de dünya işlerimizde de bizi dengeye kavuşturacak bir ölçüdür bu. Mesela yapmamız gereken işlerde, yeterince çalışmazsak başarılı olamayacağımız korkusu bizi daha ciddi, daha çok çalışmaya sevkeder. Başaracağımıza dair ümidimiz ise, bize çalışma azmi ve şevki verir, sonuca daha güçlü adımlarla yürürüz.

Yani "havf ve reca" prensibi her halükârda faydamıza... Bu, "Her iki dünya saadeti formüllerin"den birisini bir de böyle anlayalım... Günün mottosu bu olsun "âna odaklan, dengeni koru." Vesselam.



Yaralı Askerlerini Tedavi Eden Karıncalar

TERCÜME VE DÜZENLEME: MELİKE KABAY

Afrikalı Matabele karıncaları, gece gündüz devam eden bir dizi ölümcül baskınlar için yer altındaki yuvalarından yola çıkıyorlar. Savaş kendi bölgelerinde devam ediyor. Düşmanları ise, beslenme bölgelerinde toplanan beyaz karınca askerlerinin savaş birlikleri.
Pek çok karınca bu şiddetli çarpışmalardan dönemiyor. Bazıları ise çok kötü yaralar alıyor. Çünkü termitlerin çeneleri uzuvları koparacak kadar güçlü.
Bu araştırmada, böyle savaşlarda yara alan Matabele karıncalarına ne olduğu incelendi. Fakat büyük bir sürprizle karşılaşıldı: Sıhhiyeci karıncalar!..
Evet bu canlılarda daha önce hiç belgelenmemiş olan eşsiz bir davranış keşfedildi. Matabele karıncaları, yaralanan karıncalara acil tedavi uyguluyorlardı. Elbette bu tıbbi yardım, insanların acil servisleri gibi olmasa da iş görüyor.

Sıhhiyeci Karıncalar Nasıl Yardım Ediyorlar?

Hasta bakıcı karıncalar, yaralanan karıncaların yaralarını yoğun şekilde yalıyorlar. Çok ilginçtir ki, karıncaların küçük dilleriyle gerçekleştirdiği bu yalama seansları, bir seferde birkaç dakikadan bir saate kadar sürebiliyor. Ve üstelik yaralı karıncaların hayatlarını kurtarma konusunda inanılmaz bir başarı gerçekleşiyor.
Almanya Würzburg Üniversitesinde çalışan mirmekologların (karınca bilimciler) yaptığı gözlemlerde, yaralı karıncaların yaklaşık %90'ı tedaviden sonra iyileşti. Tedavi edilmeyen karıncalarda ise beş karıncadan dördü hayatını kaybetti.



Yara pansumanı. (Erik T. Frank/Würzburg Üniversitesi)

Bu tedavi uygulamasını araştırma ekibinden Erik T. Frank şöyle açıklıyor: "Bizim varsayımımıza göre bunu, yaraları temizlemek için yapıyorlar. Hatta belki de salyalarıyla antimikrobiyal madde uygulayarak, bakteri veya mantar enfeksiyonu tehlikesini azaltıyorlar."
Böyle pansuman uygulaması, hayvanlar âleminde görülebiliyor. Hatta karıncaların yaralı savaşçılara yardım etmesinin tek örneği bu değil. Bir yıl önceki araştırmada Frank, bir başka Megaponera analis türünden karıncalarda da, böyle hayat kurtaran uygulamanın eşsiz bir örneğini kaydetmişti. Karıncaların, termitlerle yapılan kavgalarda ayaklarını kayb-

Peki karıncalar, yaralı karıncaları nasıl buluyor ve yardım ediyorlar? Karıncalar yaralandıkları zaman, arkadaşlarını çeken ve onların kurtarma duygularını harekete geçiren, adeta "imdat sinyali" hükmünde kimyasal bir madde salgılıyorlar.



İşaretlenmiş yaralı Matabele karıncaları.

En Büyük Fedakârlık

İşin daha ilginç bir yönü de var; kurtarılamayacak kadar ağır yaralı olan karıncaların, gönüllü yardımcılardan gelen kurtarma çabalarına karşı direndikleri görülüyor.
Hafif yaralanan karıncalar, sakin ve hareketsiz şekilde yatıp yuvaya taşınmayı beklerken; ağır yara almış, mesela altı bacağından beş tanesini kaybeden bir karınca, adeta faydası olmayacak bir yardımı reddediyormuş gibi çılgın şekilde kıvranıyor.



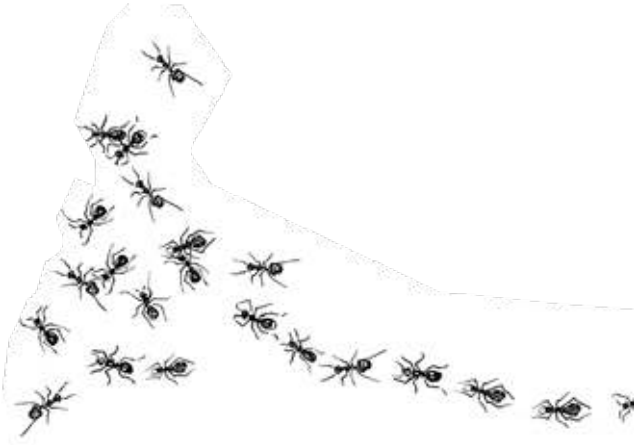
Yaralıyı taşıyorlar. (Erik T. Frank/Würzburg Üniversitesi)

Frank, National Geographic'e bununla ilgili diyor ki: "İnsanlarda, aciliyet sıralamasının gerekli olduğu durumlarda, kime yardım edileceği kararını doktor veriyor. Bu, yukarıdan aşağıya doğru ayarlanmış bir düzen. Karıncalarda ise durum tam tersi." Yani kime yardım edileceğinin kararını bizzat karınca veriyor gibi. Ümitsiz vaka ise yardımı kabul etmiyor.

Yaptıkları Şey Hakkında Bir Bilgiye ve İdrake Sahip Olmadan Nasıl Yapıyorlar?

Karıncaların organize hareket ederek hayatta kalmak, bir tehditle karşılaştıklarında planlı savunma yapmak veya genel olarak bilemediğimiz faydalı amaçlara yönelik bir araya gelişleri elbette ilk defa görülmüyor. Ancak karıncaların savaş meydanında sergilediği bu akıllıca ve şefkatli davranışlar, insandaki gibi düşünme ve duygulara benzetilebilse de, Frank'a göre bunu yapmak pek doğru değil. Bunun gerekçesini ise, The Guardian gazetesine şöyle açıklıyor:
"Karınca toplumu hakkındaki en etkileyici şeylerden biri, yaptıkları şey hakkında herhangi bir bilgiye veya idrake sahip olmadıkları halde, çok karmaşık ve gelişmiş davranışlar sergileyebilmeleri. Bunu çok basit kurallar ile yapıyorlar... Mesela karıncaların yaralıları aciliyetlerine göre sıralamasında ölçü şöyle: Eğer ayağa kalkabiliyorsa, hâlâ iş görebilir demektir."
...
Evet, akılsız ve şuursuz oldukları halde akıllıca işler yapmaları gösteriyor ki, bu canlılar kendi başlarına hareket etmiyorlar, yani yönlendiriliyorlar. Biz buna kısaca sevk-i ilahi ile yapıyorlar diyelim.

Kaynak:
https:/popsci.com.tr/kizgin-savasci-karincalar-yarali-askerlerini-tedavi-ediyorlar/



Plasebo, Nosebo ve Sağlık

NİHAL BALCI



Birazdan anlatacağım hikâyeye bir varmış bir yokmuş diye başlayasım geldi. Bir masalı andırıyor çünkü... Ama sizi yanıltmak istemedim. 1960'larda Amerika'da hastane kayıtlarına geçen ve Johns Hopkins Üniversitesinde düzenlenen Klinik Patoloji Konferansında Dr. John Harvey tarafından bir vaka analizi olarak sunumu yapılan olay şöyle:

Georgia-Florida sınırında Okefenokee'de ayın 13'üne denk gelen bir cuma gecesi 3 kız dünyaya gelir. Amerikalılara göre cuma günü ayın 13'ü olursa o gün uğursuz bir gündür. O gece orada bulunan ebe böyle 'felaket' bir günde doğan bu kızların lanetli olduklarını, birincisinin 16. doğum gününden, ikincisinin 21. doğum gününden, üçüncüsünün ise 23. doğum gününden evvel öleceğini söyler.

Yıllar sonra ilk kız 16. doğum gününden, ikincisi ise 21. doğum gününden önce ölür.

İlk ikisine ne olduğunu bilen ve bu vaka analizinin esas kahramanı olan 3. kız, bu lanete o kadar inanmıştır ki, 23. doğum gününden hemen önce ölüm korkusu içinde nefes nefese hastaneye gelir ve doktorlara onu kurtarmaları için yalvarır. Fakat ölümüne neden olacak bir sebep olmamasına rağmen o gece o da vefat eder.

Başka bir vakada ise, yanlış kanser teşhisi konulan bir hastaya 3 ay ömrü kaldığı söylenir. 3 ay sonra öldüğünde otopsi sonuçları kanser olmadığını ortaya çıkarır. Doktorlar onu kanserin değil teşhisin öldürdüğünü söylerler.

...

Gerçek olmayan bir tedavi, ilaç, düşünce veya inanç ile iyileşmeye 'plasebo etkisi' deniliyor. Nosebo etkisi ise plasebonun kötü ikiz kardeşi. Yani bir şeyin zararlı olduğunun düşünülmesi ve sonunda onun gerçekten zarar vermesi.

Bir grup kel adama saç çıkaracak ilaç diye telkin edip plasebo veriyorsunuz, gerçekten saçları çıkıyor.(1)

Başka bir gruba aynı hapı kemoterapi diyerek veriyorsunuz, mideleri bulanıyor, istifra ediyorlar, saçları dökülüyor.

Yapılan pek çok araştırma, analiz edilen gerçek vakalar, düşünce tarzının sadece bilinç altını değil, insanın fizyolojisini hatta ne kadar uzun veya kısa yaşayabileceğini de etkilediğini; hatta bir düşünce ve inanç ile kendini ölüme bile sürükleyebildiğini gösteriyor.

Fred Mason'ın intihar girişimi

26 yaşında bir yüksek lisans öğrencisi antidepresan bir ilacın araştırmalarına denek olarak katılır. Başladıktan bir süre sonra kız arkadaşı ile kavga eder ve hayatına son vermeye karar verir. Araştırma için ona verdikleri 29 hapın tamamını birden yutar. Fakat hemen pişman olur, yardım çağırır, ve yere yığılır. Komşusu tarafından hastaneye götürüldüğünde yüzü solmuş, nefes alışı düzensiz ve kalp atışları çok hızlıdır. Doktorlar hayati fonksiyonlarını normale döndürmek için çok uğraşırlar. Hasta neredeyse ölmek üzere iken, aldığı ilaçların plasebo olduğu ortaya çıkar. Kendisine bu söylendiğinde bütün semptomları birkaç dakika içinde tamamen yok olur. O sadece nosebo etkisine yenik düşmüştür.

Tavrımızın sağlığımızı nasıl etkilediğini gösteren zengin bir araştırma birikimi var. 447 kişiyi 30 yıl boyunca takip eden bir araştırma iyimserlerin olacak olaylarla ilgili en iyi senaryo üzerine yoğunlaştıklarından dolayı kötümserlere göre hem fiziksel hem de akıl sağlığı olarak daha iyi durumda olduklarını ortaya koyuyor.(2) İyimserler daha az acı hissediyor, daha mutlu ve daha sakinler.

800 kişiyi 30 yıl boyunca takip eden başka bir araştırma ise iyimserlerin kötümserlere göre daha uzun yaşadıklarını gösteriyor.(3) Kötümserlik, obezite ve yüksek kolesterol gibi erken ölüm için bir faktör. Mutlu insanlar daha az hasta oluyor, eğer incinir veya hasta olurlarsa daha çabuk iyileşiyorlar.

Genetik testlerin riski

Şu anda bazı kanserler için genetik test yaptırmak mümkün. Fakat belli bir hastalık için genetik test pozitif çıktığında istatistiksel olarak o kişinin bu hastalığa yakalanma ihtimali daha yüksek olsa da, bu o hastalığa yakalanmanın garantisi değil. Fakat tıbbi literatürden bildiğimiz bir şey var ki, sağlığınız ile ilgili neye inanıyorsanız, onun olma ihtimali çok yüksek. Bu yüzden aklımıza ne tür fikirler koyduğumuz çok önemli.

Öyleyse biz Bediüzzaman Hazretleri gibi: "Bizler için şimdi her şeyin iyi tarafına ve güzel cihetine ve ferah verecek vechine bakmak lâzımdır ki mânâsız, lüzumsuz, zararlı, sıkıntılı, çirkin, geçici haller nazar-ı dikkatimizi celbedip kalbimizi meşgul etmesin," demeliyiz.

Hastalık korkusu öyle bir hale geldi ki, 2000'li yıllarda bazı ünlülerin henüz hastalık belirtisi hiç görünmeden, genetik testlerin sonuçlarına göre, sağlıklı organlarını aldırdıkları manşetlere düştü. Zihinlerimizi daha hasta olmadan böyle düşüncelerle zehirlemek, özellikle genetik yatkınlık da varsa aslında hastalığı daha çok davet etmemizi sağlıyor. Fakat bu kaygan zeminin bizi nereye ulaştıracağını kestirmek zor. Bundan sonra doğan bebeklerimizin apandisit ve safra keselerini bir gün iltihap olabilir, taş yapabilir diye baştan ameliyatla alacak, benler bir gün melanoma olabilir diye hepsini kesip atacak mıyız?

Bediüzzaman Hazretleri Lemalar'da hasta bir arkadaşına hastalıkla geçen günlerin artık sevaba çevrilip, geçmişte kaldığını; onları düşünüp üzülmemesini, hatta şükretmesini nasihat ettikten sonra gelecek günler için endişesi ile ilgili şunları söyler:

"Gelecek günler ise, madem daha gelmemişler; Rabbin olan Rahmânü'r-Rahîmin rahmetine itimad edip, dövülmeden ağlama, hiçten korkma, ademe vücut rengi verme. Bu saati düşün. Sendeki sabır kuvveti bu saate kâfi gelir."

...

Olmayan bir şey, belki olur diye korkmak vücutta stresi tetikliyor. Bedenimizde kanser hücrelerini öldüren, enfeksiyon ile savaşan, bozuk proteinleri onaran, yaşlanmayı geciktiren doğuştan gelen tamir mekanizmaları var. Fakat sadece sinir sistemi rahat iken çalışabiliyorlar. Eğer vücut kendini zor durumda veya bir tehdit altında hissederse, örneğin devamlı

tehlikeli bir hastalığın yaklaştığını düşünürse, bu mekanizmalar aktifliğini yitirir. Bu olduğunda ise insan sadece o korktuğu hastalığa karşı değil, başka hastalıklara da açık hale gelir. Başka bir deyişle korku damarını böyle işlettiği zaman, sineğin ısırmasından kaçmaya çalışırken, yılanın ağzına girer.(4)

Düşüncelerimiz ve genlerimiz

Epigenetik araştırmaları çevresel faktörlerin, düşüncelerimizle şekillenen hormonların, inanç ve duyguların genlerin ifade edilişlerini değiştirebildiğini ispatladı. Genomun hücrenin içinde bulunduğu şartlara çok duyarlı olduğu, ve insanın düşünce, inanç, ve duyguları ile DNA'sının işleyişini değiştirebileceği ortaya çıktı.
Genetik kod milyonlarca farklı şekilde ifade edilebilen bir taslak gibi. Çevresel sinyallerden etkilenen düzenleyici proteinler vasıtasıyla 25 bin gen, en az 30 bin farklı şekilde ifade edilebiliyor. Çevresel faktörler genetik mutasyonları geçersiz kılıp DNA'nın işleyişini değiştirebiliyor; hatta bu değişimler yeni nesle aktarılıyor.

Doktor ve hasta

Bir doktorun şefkat ve ilgisi de hastanın iyileşmesine yardım ediyor. Birçok araştırma aslında doktorun kendisinin plasebo olabileceğini gösteriyor. Harvard Tıp Fakültesi hocası ve Plasebo Araştırmaları Direktörü Dr. Ted Kaptchuk bir araştırmasında hastalarına ilacı verir, ve verirken de ilacın sahte ilaç olduğunu söyleyerek verir. Yine de hastalar iyileşir.(5) Dr. Kaptchuk'a göre tedavideki en önemli kısım, hastanın pozitif düşüncesinden de ziyade doktorun özen ve ilgisi. Evet insanın içine doğuştan iyileşme mekanizmaları konulmuş olsa da, bilimsel çalışmalar, bu iyileşme sürecinde onun elinden tutacak, ona ilgi gösterecek ve onunla beraber iyileşeceğine inanacak bir doktor, sağlık çalışanı, veya bir yardımcıya ihtiyaca da işaret ediyor.
Evet doktor kendisi bir plasebo olabilir, fakat nosebo da olabilir. Spontaneous Healing adlı kitabında Dr. Andrew Weil "tıbbi lanet" terimini kullanır. Dr. Weil'e göre bir doktor hastasına 'kronik', 'tedavi edilmez' bir hastalığı olduğunu söyler ise, "5 ay ömrün kaldı," veya "Bu ilacı ömür boyu kullanmak zorundasın," der ise onu bilinç altında bu negatif düşünceler ile programlar. Bu negatif düşünceler, bilgilendirme amaçlı, hatta verilmesi zorunlu ise de, iyileşme ve tedavi ümidi tamamen elinden alınan hastada stres oluşturup zarar verebilir. Oysa ümit verilir ise vücutta sağlık ve kendini tamir etme mekanizmaları harekete geçirilebilir.

İşin itikadî yönü

Allah sebeplerin üstünde kendi iradesinin hâkim olduğunu, dilediğinde her sebebi devre dışı bırakabileceğini bazı olaylarla bize gösteriyor. Plasebo etkisi ile, Allah'ın dilediğinde ilaç olmayan bir şeyle de şifa verebildiğini, yani şifa yaratmak için ilaca ihtiyacı olmadığını gördüğümüz gibi; nosebo etkisi ile de ümitli olmayı, Allah'a suizan beslememeyi anlıyoruz. Çünkü bir hadis-i kudsîde Rabbimiz "Kulum beni nasıl bilirse, ona öyle muamele ederim" buyuruyor. Demek ki, olumsuz düşünceler de bir talep ve dua hükmüne geçebiliyor.

Sağlıklı olmak

Sağlıklı olmak çok katlı bir binanın sağlamlığı gibidir. Bedenin sağlığı ise bu binanın en üst katıdır. Bu katı boyamak, süslemek, çatıyı tamir etmek elbette önemlidir. Ama temelleri ve alt katları sağlam olmayan, çimentosu ve çeliği yetersiz bir bina sadece çatısı ve en üst katının güzel yapılması ile dengede duramaz. Bir deprem olur ve bina sallanmaya başlar ise, yıkılmasa da en çok sallananlar da en üst kattakiler olacaktır. Sağlıklı beslenmek, hareketli olmak, temiz hava almak, iyi uyumak elbette



ki faydalıdır ve öyle olmalıdır. Ama bunlarla beraber insanın güzel insan ilişkilerine, mutlu bir iş ve evlilik hayatına, maneviyata, kendini özgürce ifade edebilmesine, yani huzura ve akıl sağlığına ihtiyacı vardır. Eğer bunlarda bir problem var ise vücut yavaş yavaş fısıldamaya başlar. Eğer bu fısıldamalara kulak vermez isek fısıldamalar çığlıklara dönüşebilir. Yani aslında sağlıklı olma ile ilgili yapılabilecek şeylerin en küçüğü, fiziksel bedenimize iyi bakmaktır.

İlişkiler önemli...

Sosyal hayatında güçlü ilişkiler içinde olmayanlar, olanlara göre daha çok kalp rahatsızlıklarına yakalanıyor ve depresyona giriyorlar. (6)
Evlenenler evlenmeyenlere göre daha çok yaşıyorlar.(7) Araştırmalarda insanın iyi olmak ve uzun yaşamak için yalnızlığını gidermesi, sigara içmeyi bırakmaktan ve egzersiz yapmaktan daha öncelikli olarak ortaya çıkıyor.(8)

Manevi hayat önemli...

İnançlı, dini toplantı ve sohbetlere, cemaatle ibadete katılanlar katılmayanlara göre 14 yıla kadar daha fazla yaşıyorlar.(9)

İş hayatı önemli...

İnsan kendini çalışmaktan öldürebiliyor. Japonya'da çalışmaktan ölenlerin aileleri, karoşi denilen bu duruma özel bir devlet yardımı alabiliyorlar. Amerika'da yıllık tatilini kullanmayanlar, kullananlara göre daha fazla kalp hastası olabiliyorlar.(10)

İyi bir arkadaş ve eş ilişkisi ilaç gibidir. Ama insanın vicdanındaki doğrular ile uyuşmuyor ve bu temel inanç ve doğrulardan taviz vermeyi gerektiriyor ise insanı zehirler. Sanatsal olarak kendini ifade etmek, şiir yazmak, resim yapmak, iyi bir işi olmak insanı rahatlatabilir, fakat aynı şey bunlarda da geçerlidir. İnandıklarımız ve yaptıklarımız birbirinden farklı ise beden ve ruh arasındaki bu uyumsuzluk da hastalığa davetçidir. Mutluluk ve sağlık içimizde ve vicdanımızdaki bu doğruları yaşamak ve yaşamak için de cesurca bazı adımları atabilmek, ve belki de bazı şeyleri değiştirmekle olur. İşte ancak o zaman bedenimiz mucize denilebilecek iyileşmelerin olması için olgun bir hale gelir.

Kaynaklar:

1. Lessons from the Past: Avoiding Placebo Generated Increased Hair Counts, Rushton and Van Neste
2. Optimism-pessimism assessed in the 1960s and self-reported health status 30 years later, Maruta et al.
3. Optimists vs Pessimists: Survival Rate Among Medical Patients Over a 30-Year Period, Maruta et al.
4. Mektubat, 29. Mektup
5. Placebos without Deception: A Randomized Controlled Trial in Irritable Bowel Syndrome, Kaptchuk et al.
6. Social networks in cardiovascular disease management, Shaya et al.
7. Marital status and longevity in the United States population. Kaplan et al.
8. Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review, Holt-Lunstad et al.
9. Does Religion Stave Off the Grave? Religious Affiliation in One's Obituary and Longevity. Wallace et al.
10. Vacation frequency is associated with metabolic syndrome and symptoms, Hruska et al.

BATI'DA 13 RAKAMI NEDEN UĞURSUZ SAYILIYOR?

SERDAR ÇINARLI

Uğursuzluk, kısaca bir şeyde bulunduğu zannedilen ve işlerin ters gitmesine sebep olarak ileri sürülen haldir diyebiliriz.

Batı'da da 13 sayısının uğursuzluk getirdiğine inanılır ve bundan dolayı 13 rakamı hiç sevilmez, hatta korkulur. Bu durum, size tuhaf ve anlamsız gelebilir, hatta "yok artık!" diyebilirsiniz. Fakat onlar için durum budur ve ciddidir. Bu inanışlarından ötürü mesela bazı yerlerde apartman dairelerinin 1,2,3 diye başladığını ve bu numaraların 12'den sonra 12 a, 12 b, diye devam ettiğini veya sokak, cadde numarası olarak 13'ün kullanılmadığını görebilirsiniz. Sayılar sırayla ilerlerken 13'e gelindiğinde kesintiye uğradığı veya atlandığı farklı uygulamalara denk gelebilirsiniz.

Acaba 13 sayısı Avrupalılar için neden uğursuz sayılır?

Bazı tarihi olaylara baktığımızda Batının 13 rakamına olan tepkisini anlamak mümkün olabilir. Çünkü rakamlarının toplamı 13 eden pek çok tarih, onlar için felâket yılları olmuş. İşte 13 sayısını uğursuz kabul etmelerinde, belki de bu yaşadıklarının rolü olmuş olabilir.

...

Aslında bu açıdan bakılınca Avrupanın felâket olarak gördüğü tarihler, bizim için saadet yıllarına denk gelir. İsterseniz bu tarihlerden birkaçına göz atalım. İşte rakamları yan yana toplandığında 13 eden tarihler:

- 571. Sayılarının toplamı 13 eden bu yılda, Âlemlere Rahmet, Peygamberlerin Sonuncusu, Efendimiz Hz. Muhammed (asm) dünyayı şereflendirdi. Tek başına bu bile 13 sayısının Batı âleminde sevilmeme sebebi olabilir. Çünkü O Zât (asm), hükmü kıyamete kadar geçerli olacak Son Hak Dinin Elçisi oldu ve tahrif edilmiş olan dinlerin hükmünü bitirdi.
- İlginç bir tevafuktur ki, Yuhanna İncilinin

onaltıncı faslının 13. cümlelerinde, Hz İsa (as), Peygamber Efendimize açıkça işaret ederek şöyle demektedir: "...O size her hakikate yol gösterecek; zira kendiliğinden söylemeyecektir..."

- 634. Bu tarihte Hz. Ömer (ra) Halife oldu ve İslâm ülkesinin sınırları Libya ve İran içlerine kadar genişledi.
- 751. Bu tarihteki Talas savaşından sonra, Türkler İslâmiyet'i kabul ettiler. Tarih boyu Türklerden çekinen ve onları Hıristiyan yapmak isteyen Batı için bu tarihin kötü hisler uyandırması elbette mümkündür.
- 1048. Bizanslıların Pasin ovasında bozguna uğramalarıyla birlikte Selçuklular, Anadolu'ya ilk defa büyük bir kuvvetle girmiş oldular.
- 1147. İkinci Haçlı Seferi başarısızlıkla sonuçlandı.
- 1174. Eyyubî Devleti kuruldu. Haçlı Seferlerine karşı Kudüs'ü ve Arap ülkelerini müdafaa eden bu devletin kurulmuş olması, Avrupalılar için gerçekten büyük bir talihsizlik oldu.
- 1291. Hayfa, Yafa, Antakya, Trablusşam ve Akka gibi merkezlerdeki son haçlı kalıntıları Memlükler tarafından yok edildi.
- 1354. Süleyman Paşa ve askerlerinin, Çimpe ve Gelibolu sahillerini fethetmesiyle Osmanlılar, Avrupa kıtasına geçmiş oldular.
- 1363. Edirne fethedildi ve Osmanlı Devletine başkent oldu. Aynı sene Macarlar, Bulgarlar, Sırplar, Eflaklılar ve Bosnalılardan meydana gelen Haçlı Ordusu, Sırpsındığı'nda perişan edildi.
- 1444. Haçlı Ordusu, Varna Savaşında darmadağın edildi.
- 1453. İstanbul fethedildi. Böylelikle Doğu Roma İmparatorluğu yıkılmış oldu ve Ortodoks Kilisesinin merkezi ellerinden gitti.
- 1480. Gedik Ahmet Paşa ilk defa İtalya sahillerine çıktı. Avrupa, Roma'nın alınacağı endişesiyle büyük panik yaşadı.
- Kanunî Sultan Süleyman, Almanya üzerinde 13. ve sonuncu sefer-i hümayunu "Zigetvar Seferi"ni yaptı.
- 1534. Denizlerde ve özellikle Akdeniz'de, Batılıların korkulu rüyası olan Barbaros Hayreddin Paşa, Kaptan-ı Derya (Deniz Kuvvetleri Komutanı) oldu. Ve Tunus fethedildi.
- 1543. Barbaros Hayreddin Paşa, Nice kalesini fethetti. Yine bu tarihte Fransa kralı tarafından Toulon geçici olarak Türklere bırakıldı.
- 1552. Turgut Reis Ponza'da düşman donanmasına darbe vurdu.
- 1570. Kıbrıs fethedildi ve Doğu Akdeniz tamamen bir Türk gölü haline geldi.

...

Bunlar 13 rakamının uğursuz sayılması konusunda fikir veren birkaç tarih. Elbette farklı başka tarihler ve farklı alanlarda gerekçe olarak görülebilecek konular olabilir.

...

Yukarıda verdiğimiz tarihler dediğimiz gibi, hepsi de bizim için çok güzel fetihler ya da hayırlı gelişmelerin gerçekleştiği zamanlar. Hz. Peygamberimiz (asm) bir hadis-i şerifinde, "İslâm'da teşaüm (uğursuz sayma, kötüye yorma) yoktur; en iyisi tefeüldür (iyiye yormaktır)" (Buharî, Tıb, 54) buyurmuş, diğer bir hadisinde ise: "Eşyada uğursuzluk yoktur, safer ayında uğursuzluk yoktur, baykuşun ötmesinde bir uğursuzluk yoktur" (Müslim, Selâm, 102) buyurarak bu anlayışın İslam'da bulunmadığını ifade etmiştir. Bir eşyayı, bir olayı ille de bir şeye yormak gerekiyorsa, Peygamber Efendimizin tavsiyesi doğrultusunda, iyiye yormak daha doğrudur.

Hadisler Işığında

Ramazan Ayının Sırları

MEHMET PAKSU

RAMAZAN KUR'AN MEVSİMİDİR

Abdullah bin Abbas (ra) rivayet ediyor: "Resûl-i Ekrem Efendimiz (asm), hayır, iyilik, yardım yapma hususunda insanların en cömerdi idi. Ramazan ayında da Cebrail aleyhisselâmla buluştuğu zaman çok daha cömert davranırdı.

"Cebrail her Ramazan gecesi Resulullah (asm) ile bir araya gelir, tâ ayın sonuna kadar Resulullah ona Kur'ân'ı okur, dinletirdi.

"Cebrâil ile buluştuğu günlerde Resulullah (asm) hayır-hasenat hususunda esen rüzgârdan daha cömert olurdu." (Beyhakî, 4:305)

Ramazan Kur'ân ayıdır, Kur'ân mevsimidir. Ramazan, kudsiyetini Kur'ân'dan alır: "Ramazan ayı ki, onda Kur'ân indirildi" mealindeki âyet (Bakara Sûresi, 185) bunu ifade eder. Ramazan, Allah kelâmının yeryüzüne inmeye başlamasının yıl dönümüdür. Diğer vakitlere nazaran bu ayda Kur'ân ile daha çok meşgul olunur. Okunur, dinlenir, mânâsı tefekkür edilir. Kâinata, hâdiselere onun nurlu penceresinden bakılır.

Sevgili Peygamberimizin (asm) bu ayda Kur'ân'la meşguliyeti daha da artardı. Hayatta bulunduğu süre içinde Ramazan girdiğinde vahiy meleği Cebrail, Peygamberimizin (asm) huzuruna gelir. Birlikte Kur'ân'ı okurlar, mütalâa ederlerdi.

Bizler de bu mübarek hâli düşünerek Kur'ân'la meşgul olursak mânevî payımız o derece artacaktır.

Okurken, sanki Resulullah (asm) ile birlikte okuyormuş gibi hayâlen o ânı yaşamak; sanki Kur'ân yeni inmiş de ilk defa okuyormuşuz gibi okumak güzeldir.

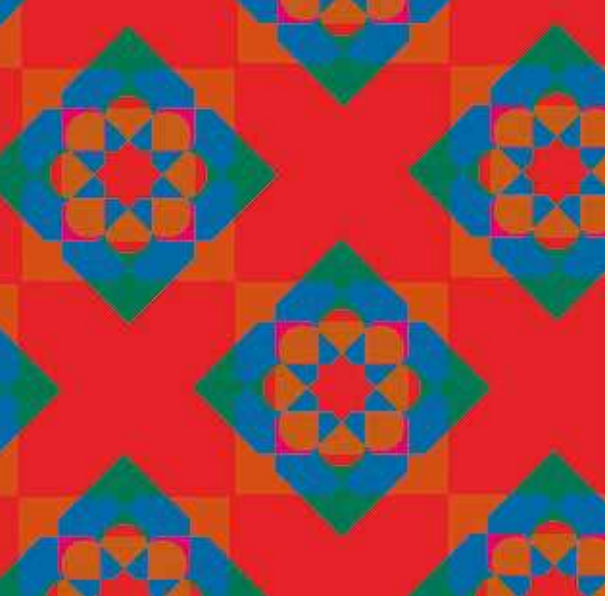
Dinlerken de sanki Peygamberimiz (asm) okuyor da ondan dinliyor, sanki Cebrail aleyhisselâmdan işitiyor, hattâ Cenâb-ı Hak'tan duyuyor gibi bir huşû içinde bulunmak, bu hisseyi artıran duygulardır.

Her Ramazan'da camilerde ve evlerde mukabele okunur. Böylece Peygamber Efendimizle Hz. Cebrail'in okuyuş şekilleri taklit edilir ki, kudsî bir hava yaşanır.

Ramazan'da yapılan ibadetlerin sevabı bire bindir. Başka vakitler okunan her Kur'ân harfine bir sevap verilirken, bu ayda sevaplar binleri, on binleri bulur. Kadir Gecesinde otuz bini geçer.

RAMAZAN MÜKEMMEL YAPAR

Ebu Hüreyre'nin (ra) rivayet ettiğine göre, Resul-i Ekrem Efendimiz (asm) şöyle buyur-



muştur:
"Oruç tutan bir kimse yalancılığı, yalan yere şahitliği ve cahilce davranışları bırakmaz, böyle günahları işlerse, yemesini içmesini terk etmesine Allah bir değer vermez." (İbni Mace, Sıyam:21)

Oruca niyet eden mümin sadece yiyip içmeye ara vermez. Midesine oruç tutturduğu gibi, diğer duygularına da onlara göre oruçlarını tutturu r.
Zaten mükemmel oruç da bu değil midir? Yani mide ile birlikte göz, kulak, kalb, hayal ve düşünce gibi diğer duygular da bir çeşit oruç tutarlar. Her birisi kendisine göre bir ibadete başlar.
Dilin orucu, yalandan, gıybetten ve çirkin sözlerden uzak tutulması ve Kur'ân, zikir, tesbih, salavat ve istiğfar gibi ibadetlerle meşgul olmasıdır.
Gözün orucu, harama baktırmamaktır. Kulağın orucu, lüzumsuz sözleri dinlememektir. Bunların yerine göz ibretle bakmaya, kulak hak sözleri, Kur'ân'ı dinlemeye sevkedilir. Kalb, hayal ve fikir gibi duygularla da güzel şeyler düşünülür.
Böylece mide ile birlikte bütün duygular da oruç tuttuğu için, boş yere aç susuz kalmamış olur, neticede mükemmel bir oruca yaklaşır

Saadet Asrından Bir Hatıra

PEYGAMBERİMİZİN BİR(İNCİ) EŞİ

HAZIRLAYAN: İBRAHİM YARDIM

Elindeki asasına dayanarak Resulullah'ın kapısına gelen yaşlı bir kadın, içeri girmek için izin istedi.
"Yâ Resulallah! Kim olduğunu bilmediğimiz ihtiyar bir kadın, sizi görmek istiyor" dediler. Resul-u Ekrem (sav), "Müsaade edin gelsin" buyurdular.
İhtiyarlıktan iki büklüm olmuş yaşlı kadın kapıdan içeri girdiğinde, Resul-u Ekrem (sav), hemen ayağa kalktı ve kendi minderini göstererek onu buyur etti. Daha sonra yaşlı kadına hürmetle alaka gösterdi ve ona ikramlarda bulundu...
Bir süre sonra yaşlı kadın müsaade isteyip gitti.
Hz. Ömer (ra) merak etmişti: "Yâ Resulallah! Bu kadın kimdi ki çok hürmet ettiniz ve ikramlarda bulundunuz?" diye sordu.
Peygamber Efendimizin cevabı, ne güzel bir vefa örneği idi: "Bu kadın, bizim Hatice'nin dostlarından idi."
...
Peygamberimiz, seneler önce vefat etmiş olan eşi Hz. Hatice annemizi (r. anha) hiç unutmadı. Bir gün ona olan vefasının ve sevgisinin sebebini soran, Hz. Aişe annemize (r. anha) Resulullah Efendimiz şöyle buyurmuştu: "Ey Aişe! Herkes beni inkâr ederken Hatice bana inandı. Herkes bana yalancı derken Hatice bana 'doğru söylüyorsun, asla çekinme' dedi. İnsanlar benden bir dirhemi bile esirger iken Hatice bütün servetini önüme koydu. Dünyada yalnız kaldığım zamanlarda Hatice benden hiç ayrılmadı ve 'üzülme, bütün bu sıkıntılar geçicidir' diyerek bana teselli verdi..."



Allah'ı Anmak Bize Bayramdır

SELİM GÜNDÜZALP

Ey halleri değiştiren,
Ey geceden gündüzü, gündüzden geceyi çıkaran,
Ey kulunu sıkıntılardan, zorluklardan çıkaran,
Ey yumurtalardan acayip kuşları, canlıları yaratan,
Ey tırnak kadar tohumdan kocaman ağaç çıkaran,
Ey kuru daldan önce çiçek, sonra meyve çıkaran,
Ey DNA'larda, genlerde yazdıklarını açıp gösteren,
Ey Fettah olan Allah (cc)!
Bütün yeni yeni açılışlarda, başka başka safhalarda, çeşit çeşit sayfalarda, basit maddelerden benzersiz şeyler çıkarmanda Senin Fettah ismini görüyoruz, okuyoruz.
...
Aynaya baktığımda iki hücreden bir insanı çıkardığını görüyorum. Beni yokluk karanlıklarından dünya misafirhanene çıkardığını görüyorum.
Bir hücreyi açıp açıp bir insan yaptığını, yüzü yokken ona has yüz açtığını, sesi yokken ona özel ses verdiğini; akıl verip düşünceleri içinden çıkardığını, kalp verip duygular kaynattığını görüyorum.
Sen Fettah'sın; her şeyi basit halden ne güzel hallere taşıyorsun; nice güzellikleri nasıl da yerli yerince yapıyorsun.



...
Kışın ardından bahar sayfasını açıyorsun; bir kitabın sayfasını kolaylıkla çevirir gibi.
O kupkuru dalları önce hayata, sonra harika lütuflarına açıyorsun.
Ben kendimi dahi bilmezken, hayatıma yeni sayfalar açtın. Var ettin, varlığından haberdar ettin...
Sağlık buldum, aç oldum, tok oldum, hasta oldum, yokluk gördüm, varlığa erdim, unuttum, hatırladım, taş kesildim, yufka yürekli oldum, sevdim, sevildim, düşmanlık gördüm, arandım, unutuldum, şaşırdım, bildim.. hayat denilen hallerde, ömrümde nice sayfalar açtın bana... İyiliklerde, güzelliklerde, lütuflarda, Senin cömertliğini gördüm; çaresizliklerimde, düşmelerimde, çıkmazlarımda, Sensiz kalırsam çaresiz kaldığımı bildim; Sensizlik tükenmekmiş anladım...
Ancak Seni bulduğumda deva buldum Allah'ım!..
Sen ne güzel bir Rabsın, Sen kulunu ne güzel olgunlaştırıyorsun. Meyve, halden hale taşındığını görür ama o hallerin onu "meyve" yapmak için olduğunu bilemez; olunca görür. Ben de öyleyim; sonunda anlıyorum ki, "Hayr-ı Mutlak'tan hayır gelir, Cemil-i Mutlak'tan güzellik gelir, Hakîm-i Mutlak'tan abes (anlamsız) bir şey gelmez." Ve Sana sığınıyorum Rabbim, kendi çelmelerimle düşmekten Sana iltica ediyorum...
...
Sen Fettah'sın, kalpleri imana açansın. Güneşle dünyamızı aydınlıklara çıkardığın gibi, Kur'an'ı da kalplerimize güneş yaptın. Işığınla gözümüze fer, nurunla kalplerimize iman verdin.
Senin nurunla görür olduk her şeydeki imzalarını, mühürlerini, fiillerini. Eserlerinden fiillerini, isimlerini bildik, isimlerinle Seni tanıdık.
Resme bakıp ressamı, kitabını okuyup yazarını tanıdığımız gibi, kudret kaleminle yazdığın "kâinat kitabını" okuyup, inceleyip Seni tanıdık, Senin kudretini anladık, Senin ilminin her şeyi kuşattığını gördük, Senin güzel isimlerini öğrendik...
...
İnsan bilmediğine düşmanmış. Sana düşman olanlar da Seni tanımayanlar.
Seni tanıdıkça sevdik, sevdikçe kalbimizde cenneti yaşadık. Sen sevdiğin için yarattın. Bizi var ederek, nimetlerini vererek sevdiğini gösterdin, gösteriyorsun; biz de şükrümüzle, ibadetimizle teşekkürümüzü gösteriyoruz.
Hayat Seninle güzel Allah'ım.
Bu kalp Seni sevmekle güzel.
Bu hayat Resulüne (asm) benzemekle güzel.
Bu göz, eserlerini Senin eserlerin olarak görmekle güzel.
Bu akıl, yarattıklarını anlayıp Seni tanımakla güzel.
Yollar Sana götürünce güzel.
Niyetler Seninle, işler Seninle güzel Allah'ım.
...
Yine bir sayfa çevirdin, yeni bir bayram açtın yâ Fettah. Bu bayrama erdirdiğin gibi, mahşerde de amel defterlerimizi sağımızdan vererek, bizleri ebedi bayrama ulaştır.
Seni sevdik, Seni razı etmek istedik, oruç tuttuk, namaz kıldık, hayırlar yaptık. Niyetler Senin için olunca güzel. İbadetlerimizi kabul eyle ey kullarını seven ve çok sevilen Rabbimiz. Sen ne güzel bir Rabsın...



Kim Güzelliğinin Farkında?

DOÇ. DR. RASİM SOYLU

Bir kelebek kendi güzelliğini, kanatlarındaki sanatı görebilir mi? Selfi çeken bir tavus kuşu gördünüz mü? Dünyada yüzlerce birbirinden güzel ve sanatlı hayvanlar ve bitkiler var ancak hiçbiri bu güzelliğin, estetik ve sanatın farkında değil.

Herhalde canlılar içerisinde aklıyla, şuuruy- la, duygu ve düşünceleriyle hem kendi güzelli- ği- nin hem de başka güzelliklerin farkında olan tek istisnai varlık insandır. Gerçi cinler ve melekler de şuurlu varlıklar olarak tanımlanıyor. Ancak onların tabiattaki bu güzellikleri görme- si ve tanımlaması çok sınırlı.

Örneğin ne melekler ne de cinler bir çileğin gerçek güzelliğini bilemez ve idrak edemezler. Gerçi görebilirler ve canlıların güzellikleriyle mazhar oldukları Esma-yı Hüsna'yı tefekkür ederler ancak iştahları ve acıkmaları olmadığı için tadamazlar. Bizim gibi lezzet alamaz bizim gözümüzle bakamazlar. Rengiyle, biçimiyle, tadıyla ve kokusuyla bütün meyveler ve çiçek- ler insan için yaratılan çok özel güzelliklerdir. Zaten insanın bu dünyaya gelişinin en önemli sebebi

ve gayesi, bu güzellik, sanat ve hikmetten yola çıkarak tüm bunların sanatkârını ve yaratıcısını tanımak ve teşekkür etmek değil midir? Dolayısı ile insanlar hem doğayı bir kitap gibi okuyabilir, hem de bir sanat galerisi gibi gezip temaşa edebilirler. Hayvanlar gibi sadece ken- dileri için gerekli olan bir iki rengi değil bütün renklerin binlerce tonlarını birbirinden ayırıp algılayabilirler. Sadece renkleri ve biçim- leri değil bütün güzel kokuları, güzel tatları, güzel sesleri fark eder, zevk eder, duygusal coşku yaşarlar, şükrederler. Bütün güzel sanat- lar, güzel mutfak ürünleri, moda, müzikler ve par- fümler bu güzelliklerin sevkiyle açılan ilgi alan- larıdır.

Artık herkes cep telefonuyla gördüğü güzel- likleri kaydederek kalıcı yapmaya çalışırken kendisini de selfi çekerek bu güzelliklerin için-



Hayal edin;
çiçeği olmayan bir
gezegenden gelseler,
etrafımız çiçeklerle
çevrili olduğu için,
herhalde sevinçten
çıldırıyor olduğumuzu
düşünürlerdi.

— I. Murdoch

de sergiliyor. Bunun da ötesinde insan kendi güzelliğini de fark eder ve güzelliğini bir manken edasıyla ve bir sanat eseri gibi şuurlu varlıkların nazarında sergiler. Hatta bizzat Yüce Yaratı- cımızın huzurunda bize vermiş olduğu güzellik ve mükemmellikleri sergileriz ve Ona bunlar sebebiyle hamd ederiz.

Herkesten önce sonsuz ilim, irade ve kudret sahibi Yüce Sanatkâr olan Yaratıcı evrendeki güzelliklerin en incelerini bizzat O görür ve O bilir. Hatta "Madem yapan bilir elbette bilen konuşur" vecizesinde ifade edildiği gibi, elbette tabiattaki bütün estetik ve güzellikleri, yaratanı olarak en iyi O bilir. Mona Lisa'nın sanatını ve güzelliğini en iyi Da Vinci bileceği gibi, Mona Lisa gibi insanların simalarındaki bir eşi daha olmayan güzellikleri, sanat ve estetiği en iyi Yüce Yaratıcımız bilir. Çünkü biz Onun eserleriyiz. O bize hem güzellikler veriyor, hem de bu güzellikleri anlayacak, değerlendirecek, takdir edecek yetenekler veriyor.

Sizce hangisi daha değerli, verdiği güzellikler mi, o güzelliklerin farkına varacak, onları takdir edecek yetenekler mi?



EMİRLE GÜZELLİĞİN, YASAKLA ÇİRKİNLİĞİN TAHAKKUK ETMESİ

İBADETLERDE ESAS OLAN EMRE UYMAKTIR

PROF. DR. ALAADDİN BAŞAR

"Amma mezheb-i hak olan ehl-i Sünnet ve Cemaat derler ki: "Cenâb-ı Hak bir emreder, sonra hasen olur. Nehyeder, sonra kabih olur." Demek emir ile güzellik, nehiy ile çirkinlik tahakkuk eder." (Bediüzzaman, Sözler)

İbadetlerin illeti emir, haramlardan sakınmanın illeti ise nehiydir. Yani, "Biz niçin oruç tutuyoruz?" sorusunun cevabı, "Allah böyle emrettiği için" şeklindedir. Oruç tutmanın bir hayli faydası vardır. Ramazan Risalesi bu hikmetleri çok güzel ortaya koymuştur. Ama biz ibadetleri bu faydalar için yapmıyoruz.

Orucu örnek verelim: Ayet-i kerîmede orucun Ramazan ayında tutulması emredildiği halde, bir kişi başka aylarda on ay oruç tutsa, oruç borcu üzerinden sakıt olmaz. Orucun hikmetleri bu halde de fazlasıyla yerine gelmiştir, ama emredildiği gibi yapılmadığı için bu açlık, oruç olmamıştır.

Demek ki ibadetlerde esas olan emre uymak, kulluğunu hatırlamak, bunun gereğini şuurlu bir şekilde yerine getirmektir. Zaten ibadetlerin bir kısmının hikmetlerini bilmemiz söz konusu olmaz. Meselâ, sabah namazını niçin iki rekât kılarız da öğleyi dört, akşamı üç kılarız. Bunun hiçbir izahı yoktur. Bu sorunun tek cevabı: Rabbimiz öyle emrettiği için.

Biz, sabah namazının farzını iki rekât kılmakla emre uymuş oluruz, akşamınkini de üç rekât kılmakla... Mesele rekât sayılarında değildir, esas olan emre uymaktır.

"Emrolunduğun gibi dosdoğru ol" emri (Hûd Sûresi, 112), bütün müminlere de verilmiştir. İnancımızın doğru olması, iman hakikatlerine ehl-i sünnet itikadına göre inanmamızla gerçekleştiği gibi, ticaretteki doğruluğumuz yalandan, faizden, ihtikârdan uzak bir ticaret yapmakla gerçekleşir.

İbadetlerimizin de dosdoğru olması, onların emredildiği gibi kılınmasıyla gerçekleşir. Bu hakikatten gaflet eden bazı vesveseli insanlar, ibadeti çok daha mükemmel yapacağım derken bazı aşırılıklara sapar ve hataya düşerler. Meselâ, oruçlu kimsenin iftarda ve sahurda az da olsa bir şeyler yemesi gerekir. Çok daha mükemmel oruç tutacağım diye hiç iftar ve sahur yapmadan günlerce aç kalan kişi takva adı altında kerahete düşer.

...

Takva zannıyla yanlış yola girme vesvesesine, özellikle abdest ve namaz konusunda daha fazla düşülür. Bir mümin, abdestini emredildiği gibi aldı mı mesele tamamdır. Daha fazla hassasiyet göstererek üç kere yıkaması gereken bir organını beş kere yıkadı mı buna takva

denmez, vesvese denir. Üç kere yıkanacak bir organı beş kere yıkamak daha iyi olsaydı üç rekâtlık bir namazı da beş rekât kılmak daha makbul olurdu.

Su bulunmayan yerde teyemmüm caizdir. Su ile yıkanmak zatında güzel olduğu için abdestin su ile alınması şart olsaydı teyemmümle abdest caiz olmazdı. "Dinde zorluk yoktur." ve "Din kolaylıktır." hükümlerine uyuluyor ve su olmayınca teyemmümle abdest alınabiliyor. Mesele suda veya toprakta değil, söz dinlemekte, emir tutmaktadır. Teyemmüm yapan kişi de emir dinlemiş olur, su ile abdest alan kişi de.

Bu gibi vesveselere düşmemenin yolu ibadetlerimizi emredildiği gibi dosdoğru yapmaya çalışmak, ama huzur ve huşu noktasında kendimizi fazla zorlamamak, huzura engel hallerden de mümkün olduğu kadar uzak kalmaya dikkat etmektir.

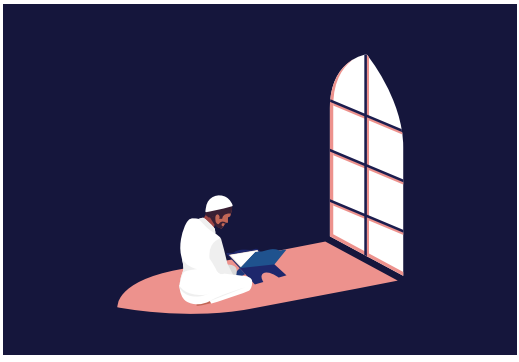
Bir başka örnek: Hanefi mezhebinde vücuttan kan çıkınca abdest bozulur. Kan çıkması zatında çirkin olduğu için abdest bozulsaydı, Şafii mezhebinde de bozulması gerekirdi. Şafii mezhebinde kadına el değdiğinde abdestin bozulması da bunun gibidir.

Bizler içtihat yapmaya yetkili olmadığımıza göre fıkıh meselelerinde bir müçtehide uymak durumundayız. Bir Hanefi, kan çıktığında abdest almakla emre uymuş olur, bir Şafii de kadına eli değdiğinde abdest almakla. Marifet, ne kadında ne de kanda değil, emre uymadadır.

Keza, bir dönem, Mescid-i Aksa'ya karşı namaz kılınıyordu, daha sonra emr-i İlâhî ile Kâbe'ye karşı namaz kılınmaya başlandı. Eğer Kâbe'ye karşı namaz kılmak zatında güzel olduğu için farz kılınmış olsaydı, Mescid-i Aksa'ya karşı kılınan namazların kabul olmaması gerekirdi. Her iki halde de emir tutulmuştur; esas olan mescitlere yönelmek değil, emre uymaktır.

Oruç ibadeti geçmiş kavimlerde de vardı. Ancak Ramazan'da bir ay oruç tutmak Müslümanlara mahsus. Eğer, orucun Ramazan'da tutulması zatında güzel olduğu için farz kılınmış olsaydı önceki kavimlerin oruçlarının kabul olmaması gerekirdi.

Peygamberlerin insanlara tebliğ ettikleri iman hakikatlerinde tam bir ittifak olduğu halde, şeriatlarda, emir ve yasaklarda bunu görmek mümkün olmaz. Her kavim ayrı bir şeriatla yükümlü kılınmıştır. Ve yine her kavim kendisine emredileni yapmakla istikameti bulmuştur. Bunlardan sadece birisi zatında güzel olduğu için va'z edilmiş olsa idi diğer bütün ibadetlerin bâtıl olması gerekirdi. Hâlbuki bir kavme helal kılınan bir şey, bir başkasına haram kılınabiliyor.



EVİMİZDEKİ SIVI ALTIN

PROF. DR. FATİH SATIL

Sıvı altın da olur muymuş demeyin! Bal gibi de olur. Hatta hemen hemen herkesin mutfağında da bulunur.

Zeytin ağacının en önemli ürünü olan zeytinyağı, "Sıvı Altın" olarak bilinir. Neden mi? Çünkü; zeytinin o eşsiz meyvesinden çıkarılan yağ önce gecelerimizi aydınlattı, mabetlerimizi nurlandırdı; o yağla saçlarımızı, cildimizi güzelleştirdik; mutfağımıza baş tacı ettik. Şimdi ise şifa kaynağı olduğunu keşfettik. İşte tüm bu özelliklerinden dolayı zeytinyağı Sıvı Altın unvanını fazlasıyla hak ediyor.

Zeytinyağını diğer bitkisel yağlardan ayıran en önemli iki özelliği; meyveden elde edilmesi ve hiçbir kimyasal işleme tabi tutulmaksızın tamamen fiziksel işlemlerle mekanik olarak elde edilip, doğal haliyle tüketilebilir niteliklere sahip olmasıdır.

Mutfağımızdaki Sağlık Vesilemiz

Zeytinyağı, kalori değeri ve sindirilebilirdik derecesi yüksek, esansiyel yağ asitlerinin kaynağı ve içeriğindeki A, D, E ve K vitaminleri ve antioksidan özelliği ile adeta küçük bir eczane.

Hadsiz merhamet sahibi Rabbimiz, zeytinyağı içeriğine çok sayıda antioksidan, özellikte fenolik bileşenlerle birlikte mikrop öldürücü ve mantar yok edici birçok doğal madde yüklemiş. Bu doğal maddeler, zeytin ağacını dış zararlardan koruyup ömrünü uzatıyor. Haliyle zeytinyağı ve içeriğindeki maddeler aynı zamanda insan ömrünün uzamasına da vesile olmaktadır.

Zeytinyağı içeriğinde vücut için zaruri olan omega-6 yağ asidi (linoleik asit) de bulunmaktadır. Bundan dolayı damar sertliği ve şeker hastalığı için önerilmekte-

dir.
Zeytinyağının bir diğer şifalı özelliği de kötü kolesterolü (LDL) düşürücü iyi kolesterolü (HDL) ise yükseltici faydası olmasıdır. Bu sebeple kalp ve damar hastalarına ilaç olarak tavsiye edilmektedir.

Covid-19 Aşısındaki Gizemli Madde: Squalen ve Zeytinyağı

Zeytinyağı yüksek miktarda antioksidan maddeye ek olarak "squalene" (skualen) içeriyor. Bu maddeler hücre yenileyici ve tamir edici özelliğe sahip. Bebeklerde ve küçük yaşlarda, insan vücudunda yüksek oranda skualen üretilirken ileri yaşlarda bu oran azalır. İşte bu nedenle cildimizde hem kırışıklıklar hem de vücutta direnç kaybı olur. İşte zeytin, bu maddeyle dolu. Akdeniz halkı tarafından bir "cilt doktoru" gibi kullanılan zeytinyağı ile zeytin özleri, hatta skualen özü, çok sayıda serumun dışında kişisel bakım kreminin de ana maddesi durumunda.
Aşı çalışmalarının hız kazandığı şu günlerde ilginç bir bilgi daha paylaşmak isterim. Çevreciler, Almanya'nın 2009'da domuz gribine karşı köpekbalığından elde edilen skualen maddesiyle aşı geliştirdiğini korona virüsüne karşı da aynı şekilde aşı geliştirilmeye çalışıldığını duyurdu. Bunun için 500 bin köpekbalığının öldürüleceğini söyleyen çevreci örgütler, bunun yerine "bitkisel skualen" kullanılmasını önerdi. İlginçtir, bitkisel skualen ise en çok zeytin ve zeytinyağında bulunuyor.

Bereketli Zeytin

Yüce kitabımız Kuran-ı Kerîm'de "mubareketin zeytunetin" ifadesiyle zeytinden "bereketli, kutlu, uğurlu, sayısız yarar sağlayan" anlamlarına gelen mübarek bir ağaç olarak bahsedilmekte ve zeytinyağına da dikkat çekilmektedir.
Başka bir ayette ise zeytinden yağ elde edildiği ve meyvesinin de değerli bir katık olduğundan söz edilmektedir: "Tûr-i Sinâ'da yetişen bir ağaç da meydana getirdik ki, bu ağaç hem yağ hem de yiyenlerin ekmeğine katık edecekleri (zeytin) verir." (Mü'minûn, 20)
Zeytin ve zeytin yağı, Peygamberimiz (asm) döneminde de önemli gıda maddeleri arasında yer alıyordu. Efendimiz, "Zeytinyağını yiyin ve onunla yağlanın. Çünkü o, bereketi bol ve mübarek bir ağacın meyvesinden çıkartılmaktadır" (Tirmizi, et'ime 43; İbn Mace, et'ime 43) tavsiyesinde bulunmuştur.
Bu vesileyle siz okuyucularımıza; zeytin gibi bereketli, zeytinyağı gibi sağlıklı, zeytin ağacı gibi uzun bir ömür dilerim.

Kaynaklar:
1. Kaplan M. Arıhan Karaöz S. "Antikçağdan Günümüze Bir Şifa Kaynağı: Zeytin ve Zeytinyağının Halk Tıbbında Kullanımı" A.Ü.D.T.C.F. Dergisi, 2012, 52(2): 1-15.
2. Armutçu F. ve ark. Zeytinyağı ve Sağlık: Biyoaktif Bileşenleri, Antioksidan Öz. ve Klinik Et. Konuralp Tıp Dergisi, 2013, 5(1): 60-68

SAYILI SÖZLER

İKİ

İşığı yaymanın iki yolu vardır:
Ya kandil olup yanacaksın, ya yanan kandile ayna olacaksın.
— Edith Wharton





ÜÇ

Okumak üç türlüdür:
Dilin okuması kıraattir.
Aklın okuması tefekkürdür.
Kalbin okuması hayattır.
— İmam Gazali (ra)



DÖRT

Dört ana vardır:
Az yemek ilaçların anasıdır.
Az konuşmak edeplerin anasıdır.
Az günah işlemek ibadetlerin anasıdır.
Sabretmek emniyetin anasıdır.
— Hadis-i Şerif



BEŞ

Beş şey oruç ve abdestte hayır bırakmaz:
Yalan, gıybet, söz taşıma, şehvetle harama bakmak, yalan yere yemin etmek.
— Hadis-i Şerif, Deylemî

ON

Resulullah [asm] buyurdu ki:
Allah cennet ehlini cennete sokmak istediği zaman onlara bir melekle armağanlar ve cennetten elbiseler gönderir. Cennetlikler cennete girmek istedikleri zaman melek onlara:
"Durun bende sizlere Âlemlerin Rabbinden bir armağan vardır." der.
Onlar: "Nedir onlar" diye sorarlar.
Melek: "On tane yüzük"
Birincisinde: "Selâm sizlere, ne hoşsunuz! Ebedî olarak içinde kalmak üzere haydi girin oraya!"
İkincisinde: "Üzerinizden hüzün ve keder kaldırılmıştır."
Üçüncüsünde: "Bu öyle bir cennet ki, ona amel ettiğiniz şeylerle varis oldunuz."
Dördüncüsünde: "Sizlere cennet elbiseleri ve ziynetleri giydirdik."
Beşincisinde: "Ben onları sabretmelerinin karşılığı olarak mükâfatlandırdım. Onlar gerçek kurtuluşa erenlerdir."
Altıncısında: "Bugün bu ecir yaptığınız itaatin karşılığıdır."
Yedincisinde: "Artık genç oldunuz ebediyen ihtiyarlamayacaksınız."
Sekizincisinde: "Artık emniyet içerisindesiniz ebediyen korkmayacaksınız."
Dokuzuncusunda: "Siz peygamberlere, sıddıklara şehitlere ve salihlere arkadaş oldunuz."
Onuncusunda: "Arşın sahibi Kerîm ve Rahîm olan Allah'ın komşuluğunda durunuz." yazılıdır.
Sonra da "Korkudan emin olarak selametle cennete giriniz" der.
Onlar da cennete girerler ve Allah'a hamd olsun ki, bizden üzüntüyü giderdi. Gerçekten rabbimiz çok affedici ve şükrü kabul edendir. O Allah'a hamd olsun ki, bize verdiği sözde durdu ve cennet yurdunu verdi. Biz cennette istediğimiz yerde otururuz. Ne güzeldir çabamıza verilen karşılık..."

fotoblog

Düğme

DR. SENAİ DEMİRCİ

"Gözyaşları içinde/birkaç dakika aradı/kürtaj masasından kalkarken/takılıp kopan/düğmesini" derken Sunay Akın, insanın kendisine takılandan vazgeçemeyişini hatırlatır. Kendimize düğümlenmiş candan vazgeçerken, düğümlenmekten vazgeçemiyoruz. Bağlanmanın kürtajı yok; mümkün değil.

Kapanmış bir düğme fabrikasının merdivenlerinde vazgeçilmiş düğmelere bakalım şimdi. Fabrika kapanmış; düğmeler boşta kalmış. Düğmeler boşta kaldığını görünce, yakalar açıkta kaldığını hayal ediyoruz. İçimiz acıyor. İlikler evlat acısı çekiyor. Düğmeler yetim kalmış gibi. İlik ve düğme bir arada olsaydı, yakalar kapanacaktı. İki yakası bir araya gelecekler var dışarıda. İki yakanın bir araya gelmesi, ölüm-kalımın mecazı olarak vuruyor bizi.

Şair belki de bu yüzden düğmeliyor acısını: *ah dilimin kıvrımında bekleyen düğümlü söz/yitirdim gömleğimin son düğmesini de/anladım işte, gözlerin bir başka nehrin suyu. (Mehmet Tombuloğlu)*

Yahudi geleneğinde, sevdiklerinin cenazesinde sembolik olarak düğmelerini koparır insanlar. "Sensiz eksiğim!" demeye gelir bu. Ölüme çaredir düğme. Düğme tamamlar. Düğme bağlar. Düğme kavuşturur. Düğme diriltir. Düğmesiz ilik eksiktir; boşuna bekler. İliksiz düğme gereksizdir; yakışık almaz.

Ayrılıkların ve kavuşmaların sembolüdür düğme ve ilik. Sevdaların ve vedaların kavşağında bekler. Kavuşmalar ayrılığa akar. Ayrılıklar kavuşmaya bakar. Şöyle mesela: Gömlek yakası kapanır da açılır da. Ceket önü iliklenir de açılır da.

...

Düğmelerin böyle boşta kalması, çalınmış hayatları, solmuş hayalleri getiriyor hayale. Acaba kimlerin olacaktı o gömlekler o ceketler o bluzlar o yelekler o hırkalar? Belki de gömleklerin içinde uçarı bir delikanlı yürüyecekti. Kalın bir palto, kaşları çatık ama kalbi mütebessim bir babanın omuzlarında kabaracaktı. Bluz, hayallerini ilmek ilmek ören bir genç kızın pembeli görüntüsü olacaktı. Yelek, oyuncaklarını arayan, yokuşlarda koşan bir çocuğun üzerinde savrulacaktı.

Ah, düğmeler! Böyle sahipsiz böyle yakasız böyle cakasız nasıl da yetim duruyorlar. Avuçlayan yok onları. Parmakları arasında avutan yok. Kimseyi sevindiremiyorlar. Kapalı kalabilecekken sessizce açılmış olmakla, mahrem bir davetin fısıltısı olamıyorlar. Sıkı sıkıya iliklere gömülerek sessiz bir hürmetin yakasına dolanamıyorlar.

...

Galiba, yakası dağılmış kendimi görüyorum fotoğrafta. Önünü ilikleyememiş sen de buradasın. Gömleğini giyememiş, bluzuna sarılamamış, umutlarına tutunamamış, hayallerinin ardı sıra koşamamış kalbi kırıklar da kadrajda. Tamam, ilk bakışta görünmüyorlar. Sadece düğmeler var fotoğrafta. İşte fotoğrafın gammazlığı burada. Renkli düğmelerin yarıda bıraktığı, yola terk ettiği, sırtını döndüğü, elini tutamadığı, kalbine dokunamadığı insanları arattırıyor gözlerimize.

Merdivenler boş. Düğmeler avare. Renkler



muhatapsız.
İçinde var olamadığımız her fotoğraf, şu temel gerçeği gözlerimize sokuyor: "Olmasan da olurdu aslında." Varız işte; düğmeleri hak edecek kadar hem de. Yokluğumuzla renkleri yetim bırakacak kadar önemliyiz hem.
Küçücük birer düğmeyiz. Dünyanın yakasına iliklendiğimizden beri, düğümler atıyoruz her şeye. Bağ kuruyoruz. Seviyoruz. Bağlanıyoruz. Tutunuyoruz. Tutunanlar var bize. Geçmiş ve geleceğin iki yakasını bir araya getiriyoruz unutup hatırladıkça. Burayı, bu fani dünyayı ahiretin yakasına tutuşturuyoruz umutlanıp yakardıkça. Elden ne gelir! İliğimize kadar düğmelenmişiz aşka...

Hayata Dair Notlar

MEHMET TÜZÜN
PSİKİYATRİST

İnsan,

**kendi eksiğini tamamlayanı sever,
kendine benzeyenle ise zıtlaşır.**

Sağlığın

**tek kelime ile tarifi yapılsa,
cevap 'denge' olurdu.
Mesela kan şekeriniz düşükse de kötüdür, yüksekse de.
Tansiyonunuz da öyle.
Marifet, orta noktayı bulabilmektir; olabildiğince.**



Hiçbir

**insan ne melektir ne de şeytan;
ne simsiyahtır ne de bembeyaz.
Hepimiz hataları ve sevaplarıyla grinin değişik tonlarındayız.**

Bir

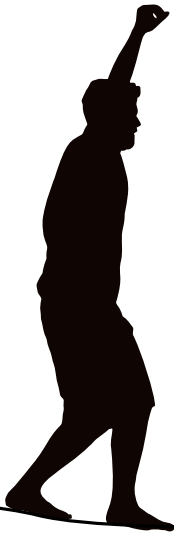
**insanı anlamak,
kendini onun yerine koymakla mümkündür.
Ama bu "ben onun yerinde olsam şöyle yapardım" demek değildir.
"Acaba nasıl düşünüp hissediyor ki böyle davranıyor?" demektir.
Bunu yapmanın en kestirme bir yolu da,
o kişideki rahatsız edici davranışın benzerini kendimizde aramak,
sonra avukat gibi o davranışımızı savunup sebeplerini açıklamak,
en sonunda da bulduğumuz açıklamayı o kızdığımız kişiye uyarlamaktır.**

Yarın

**dünyayı emanet edeceğimiz gençlere,
bugün hiçbir sorumluluk vermemek ve her işlerine karışmak,
onlara yapılacak en büyük kötülüktür.**

KANIMIZDAKİ İP CAMBAZLARINI TANIYORMUYUZ?

DR. SELÇUK ESKİÇUBUK



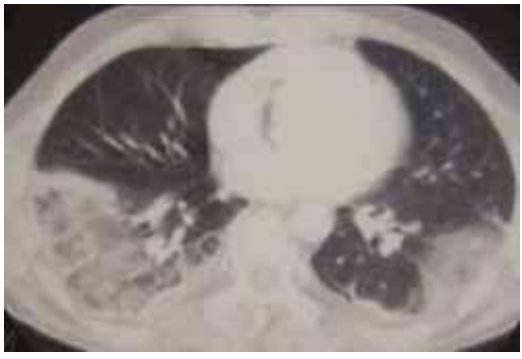
Bir damar zedelendiği ya da yırtıldığında, damar duvarı ve kandaki çeşitli mekanizmalar harekete geçerek kanın damar dışına çıkması engellenir ve kan kaybı önlenir. Kan ve dokularda pıhtılaşmayı etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bunlar pıhtılaşmayı sağlayan ve pıhtılaşmayı engelleyen maddelerdir. Kan pıhtılaşması bu iki grup madde arasındaki dengeye bağlıdır.
Normalde pıhtılaşmayı engelleyen maddeler baskındır ve kan pıhtılaşmaz; fakat damar zedelendiğinde, hemen yaranın iyileştirilmesi ile ilgili prosedür işletilmeye başlar ve o bölgede pıhtılaşmayı sağlayan maddeler baskın hale gelir. Pıhtılaşma sonucu akan kanın durdurulmasıyla yara kapanır. Dünyada, damarda açılan deliği kendi içinden bir mekanizma ile bir ağ örerek kapatabilen kandan başka bir sıvı yoktur.

Bir İpte Kırk Cambaz

Damarın yırtılmasına cevap olarak devreye giren pek çok kimyasal reaksiyonlar olur. Kanda ve dokularda, pıhtılaşmaya sebep olan 40'tan fazla madde bulunur. Bunların bir kısmı pıhtılaşmayı başlatmakta, bir kısmı hızlandırmakta, bir kısmı da pıhtılaşmayı sona erdirmekte görev alır.
Bedenimizde pıhtılaşma, pıhtılaşmayı hızlandıran faktörler ile pıhtılaşmayı engelleyen faktörler arasındaki dengeye bağlıdır. **Bu denge, kırk tane ip cambazının, tek bir ip üstünde düşmeden dengeyi sağlamalarından daha zor bir iştir.**



İpte kaç cambaz durabilir?



Yaygın akciğer embolisi (BT)

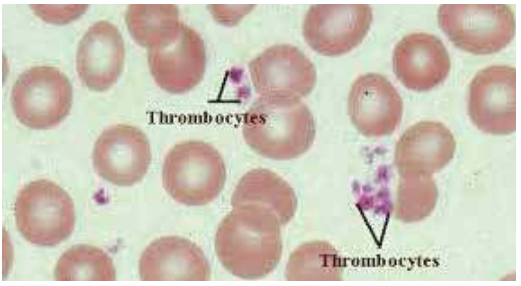
Pıhtılaşmanın Yeri ve Zamanı

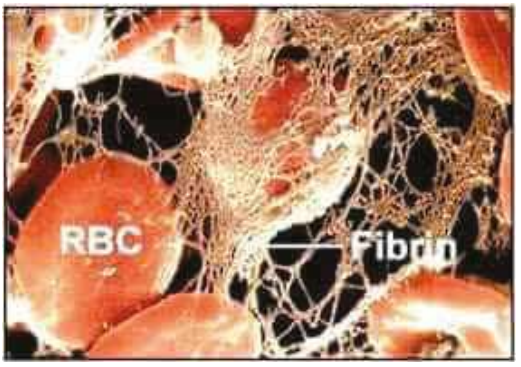
Damarda duvar yaralanmasından kısa bir süre sonra, kanamanın durması için o bölgede damarların çapı daraltılır. Önce **protrombin**

aktivatörü denen bir kompleks oluşur, sonra bunun etkisiyle kanda bulunan protrombin başka bir maddeye dönüşür onun adı da '**trombin**'dir. O da **fibrinojen** denilen maddeyi fibrine çevirir.
Fibrin ise iplikçik tarzında bir yapıdır. Fibrin sabitleme faktörü adı verilen bir protein pıhtıyı oluşturan fibrinleri birbirlerine iyice bağlayarak sıkıştırır. Bu arada kandaki trombosit adı verilen kan pulcukları, diğer kan hücreleri ve plazma yapımında da rol alır. Damarın iç duvarından salgılanan bazı maddeler kan pulcuklarını oraya yapıştırır. **Antitrombin** adı verilen başka protein ise, kanı pıhtılaştıran tüm proteinleri birer birer durdurur. Böylelikle kan, sadece ilgili yerde ve yeterli miktarda pıhtılaşır, damar içindeki kan akar gider ve görevini yapar.
Trombositler (kan pulcukları) kanın en küçük hücresel elemanlarıdır. Normalde kanın 1 mm3'ünde 150.000-400.000 adet pulcuk vardır, sayısı 50.000/mm3 altına düşmedikçe genellikle bir belirti vermez, bu değerin altında olduğunda darbelerden sonra çabuk morarma meydana gelebilir. Sayısı 30.000/mm3 altına indiğinde diş eti, burun kanamaları ortaya çıkabilir. Kadın hastalarda uzamış adet kanamaları görülebilir. 10.000/mm3 ve altında olduğunda kendiliğinden ciltte nokta şeklinde veya geniş morartılar şeklinde kanamalar görülebilir.
Protrombin kan plazması içinde bulunan bir proteindir. Karaciğerde yapılır ve yapımında K vitaminine ihtiyaç vardır. K vitamini bağırsak kanalında bulunan bakteriler tarafından sentezlenir. Karaciğer hastalıklarında yeterli miktarda yapılamadığı için ciddi kanamalar olabilir. Fibrinojen de plazma içinde bulunan ve karaciğerde yapılan ikinci bir proteindir. Pıhtılaşmada gerekli üçüncü bir madde de yeterli miktarda **Kalsiyum (Ca)**'dur.

Çok Hassas Süreçler

Pıhtılaşma mekanizması çok acil bir karar verilmesini gerektiren ve kanamayı durdurmak için ince hesaplamalara ihtiyaç duyulan bir olaydır. Ve bu olayda insanın kendi iradesinin hiçbir katkısı yoktur. Başarılı bir pıhtılaşma için moleküler düzeyde hayati mekanizmaların çalışması ve bütün parçalarının eksiksiz ve bir bütün olarak zamanı geldiğinde hareket ettirilmesi gerekir. Bu mükemmel sistemdeki tek bir aksama, zincirin halkalarının birinde bir gecikme kanın damarların içinde pıhtılaşmasına veya hiç pıhtılaşmamasına neden olacak ve her iki durum da ölüme bile sebebiyet verebilecektir.





Pıhtılaşama olmaması şeklinde bir bozukluk olursa bu sefer kanamalar durdurulamaz. Mesela Hemofili hastalığı kalıtsal olan ve erkeklerde kendini gösteren böyle bir kan hastalığıdır.
Kan damarında oluşan anormal pıhtıya **trombüs** denir. Pıhtı bir kez oluştuktan sonra, pıhtının yanından geçen kan pıhtıyı yerinden koparıp kan akımıyla birlikte sürükleme eğilimindedir. Dolaşımda serbest dolaşan pıhtılara emboli denir. Bu sefer de yaygın damar içi pıhtılaşması veya yaygın akciğer embolisi gibi ciddi başka bir kan hastalığı meydana gelir.

Bu yazıda özeti verdiğimiz pıhtılaşma olayındaki muazzam detaylara ve son derece hassas zamanlama ve dengelere sahip bu sistemi kuran ve her an işleten Rabbimizin bu kesintisiz nimetini düşünüyor muyuz?
Bu kadar ince matematiksel hesaplamalar gerektiren bu işler, tesadüfen ya da kendi kendine olabilir mi?..



VATANSEVER SULTAN VAHDEDDİN

İSMAİL ÇOLAK

Son Padişah Vahdeddin'in en büyük talihsizliği, saltanatının Osmanlı Devleti'nin yıkılış devrine denk gelmesidir. Osmanlı'nın tarihe veda etmesi sürecinde yaşanan tüm vahim gelişmelerin kurşundan yükünü taşımak durumunda kalmıştır. Yaverlerinden Ali Nuri Paşa'nın deyişiyle onun çektiği acıyı tarihte pek az hükümdar çekmiştir.

PARATONER VE MEŞALE OLDU

Sultan Vahdeddin, I. Dünya Savaşı'ndan yenik ayrılıp toprakları işgal edilen bir devlet devralmasına rağmen, işgal ve esaretin amansız şartlarına göğüs gererek batan devleti kıyıya çekme yükünü sırtlanmıştır. Bu gerçeğe, Saray Nazırı Avni Paşa'ya söylediği şu sözlerle parmak basmıştır: "Bize hükümdarlık değil, türbedarlık mukaddermiş. Vatan viraneye dönmüş, Anadolu ateş içindedir. Talih ve kaderim gereği maziden miras aldığım elim olayların içindeyim."

Son sığınağımız Anadolu'da istiklal meşalesini ateşletmiş ve vatanın kurtuluşunda büyük rol oynamıştır. Millî Mücadele komutanlarından Refet Bele de aynı hakikate temas etmiştir: "Sultan Vahdeddin, Birinci Dünya Savaşı'ndan sonraki felaketi, hiçbir ferdin hissedemediği mikyasta derinden duymuş, vatanın kurtarılması yolunda genç kumandanları Anadolu'ya dağıtmış insandır!"

İşgal ve esarete karşı paratoner vazifesi görüp, vatan ve milleti selamete çıkarmasına karşılık, maalesef tarihimizin en ağır şekilde itham edilen şahsı olmaktan kendini kurtaramamıştır. Bu duruma ilişkin Tarihçi Reşat Ekrem Koçu'nun tahlili gayet vecizdir: "Memleket felakete düştükten sonra işbaşına geçen, ağır sorumluluk yüklenen o kara bahtlı insanlar, tarihin sigorta lambalarına benzer. Kendilerinin yanması vatan ve milletin kurtulmasını temin eder."

İSTİKLALİ KURTARMAK İÇİN...

Padişah olduğunda Osmanlı Devleti, en karanlık günlerini yaşıyordu. 30 Ekim 1918'de imza-



lanan Mondros Ateşkes Antlaşması, her türlü imkân ve vasıtadan mahrum ve savunmasız bırakılan Osmanlı topraklarının işgal edilmesinin ve hatta devletin yıkılmasının önünü açmıştı.

13 Kasım 1918'de İtilaf Devletlerinin ilk işgal ettikleri yerlerden biri, ne yazık ki payitaht İstanbul olmuştu. Sınırları üç kıtaya yayılan ve asırlarca dünyaya hükmeden Osmanlı Cihan Devleti için kabul edilemez bir durumdu. Sultan Vahdeddin yaşadığı hicranı şöyle dile getirmişti: "İşgalciler Osmanlı'nın topraklarına girdikten sonra sınırda bir kulübeye girmekle, benim sarayıma girmek arasında bir fark yok! Gece gündüz ne çektiğimi bir Allah bilir bir de ben bilirim. Pencereden dışarı bakamaz oldum. Bunları görmeye dayanamıyorum! İstiklalimizi kurtarmak için mecburen bu hâllere katlanıyoruz. Ben milletin ateşli külü üzerine oturdum. Saltanatın kuş tüyünden minderleri üzerine oturup gömülmedim!"

Eşlerinden Nazikeda Kadınefendi'nin nedimesi Leyla Açba, padişahın hissettiği derin acıyı hatıralarına şöyle kaydetmişti: "Dört yüz yıldan fazla bu aziz şehir yabancı hâkimiyeti görmemişti. İçimiz kan ağlıyordu. Dersaadet şanımız ve şerefimizdi. Düşman kirli çizmeleriyle aziz topraklarımızı kirletiyordu. Milletimizin ocağı sönüyordu. Zat-ı Şahane, yanında duran Anber Ağa'ya "İşitiyor musun, bu benim milletimin cenaze marşıdır!" demişti. İngilizlerin işgal kumandanı Calthorpe, saraya gelip İstanbul'un işgal edildiğini tebliğ ediyordu. Efendimiz, bedbaht ve bitap halde hususi dairesine çekilmişti. "Bir şeyler yapmalı, bu böyle devam edemez. Bugün İstanbul, yarın nereyi işgal edecekler? Memleket elden gitmeden bir şeyler yapmalı!" demişti."



İŞGALLER VE SÖNMEYEN UMUT

Osmanlı Devleti'ni sarsan ikinci büyük işgal, İzmir'de gerçekleşti. Paris Konferansı'ndan çıkan karar gereğince Yunanlılar, 15 Mayıs

1919'da İzmir'e asker çıkardılar. Sultan Vahdeddin işgali duyunca hüngür hüngür ağladı. O anda yüreğini paramparça eden ıstırabı sonraki yıllarda şu manidar ifadelerle terennüm edecekti: "Saray da ben de yıkıldık haberi aldığımız zaman. Fetihler devri bir an, bir sinema filmi gibi geçti gözlerimin önünden. Ağlamak için yanımda bulunan herkesi dışarı çıkardım. Doya doya ağladım!"

Leyla Açba, işgalin, padişahı ne denli tahammül edilemez bir kedere gark ettiğiyle ilgili görüp işittiklerini şöyle not etmişti: "Gözlerimizden yaşlar boşanıyor, takatsiz vücudumuzu ayakta kalmak için zorluyorduk. İşgal pek kanlı ve zalimane olup Müslüman ahali katledilmişti. Tabii bu haber saraya tebliğ edilince Zat-ı Şahane çok ağlamış ve derhal Nevvare Hanım'ın dairesine giderek ona: "Bugün gene çok kan kaybettik." deyip kanepenin üzerine yığılıp kalmıştı."

İşgalin ardından saraya gelen İzmir Müdafaa-i Hukuk Heyeti'ne hissiyatını şu sözlerle aktarmış ve onları teselli etmişti: "İzmir vatanımızın bölünmez bir parçasıdır. Yurtseverlik duygularıyla dolu ve gerçek yaşama azmi içinde olan bir milletin, yaşama ve var olma emellerini hiçbir kuvvet yok edemez!"

AYLAR SONRA YÜZÜ GÜLDÜ!

İçinde bulunduğu hassas ve ağır ahvale rağmen, alenen olmasa da gizli bir biçimde Millî Mücadele'yi mütemadiyen destekledi. Millî Mücadele ile ilgili haberleri büyük bir dikkat, heyecan ve ümitle takip etti. 6 Eylül 1919'da İngiliz Morning Post Gazetesi'ne verdiği müthiş demeç, en başından beri Millî Mücadele'yi desteklediğinin mühim vesikalarındandı: "Memleketimin halkı namusunu, hayatını ve evini kurtarmak için pençeleşmeye hazırdır!"

17 Aralık 1919'da Amerikan Associated Press muhabirine verdiği beyanatta da, bağımsızlığımızı kazanacağımıza dair sarsılmaz inancını daha o zamandan ortaya koymuştu: "Doğu barışı, ancak Türkiye bağımsız kalmak şartıyla muhafaza edilebilir. Yeni Türkiye'ye, onun yeniden doğuşuna samimiyetle inanabiliriz. Türkiye yeniden doğuda huzur, refah, barış ve saadetin temel noktası olacaktır."

I. İnönü Zaferi'nin kazanılmasından duyduğu sevinç ve mutluluğu ise, Alemdar gazetesinin ünlü yazarı Refii Cevad (Ulunay) şöyle hikâye etmişti:

"İnönü muzafferiyeti o gece İstanbul'da duyulmuştu. O sırada sarayın Mabeyn Serkarinliği'nden telefonla arandık. Lütfü Simavi Bey çocuklar gibi şendi. Padişahın, haberleri bütün ayrıntısı ile öğrenmek istediğini ve kendisinin aylardır ilk defa yüzünün güldüğünü söyledi. Sonra öğrendik ki saray, bütün gazeteleri telefonla aramış ve zafer haberini öğrenmek istemişti. Sarayda ilk defa zafer için sofra açılmış ve halka eski devirlerde olduğu gibi tabla tabla yemek dağıtılmıştı. Zaferi izleyen Cuma selamlığında padişah ilk kez halka tebessümler ederek iltifatta bulunmuş ve Eyüp Camii'ne giderek dualar etmiştir."



ZAFERİ DÖRT GÖZLE BEKLEDİ

Yaveri İsmail Hakkı Okday'ın naklettiği müşahedeler de tarihi kıymete sahiptir: "Padişahın, arkadaşım Çopur Neşet Bey'le çalıştığımız odaya ikide bir uğradığına; Anadolu'da geçen Millî Mücadele'nin askeri durumlarıyla yakından ilgilendiğine ve bir askeri başarımızın kendisini son derece sevindirdiğine tarih huzurunda şahadet edebilirim. Sultan Vahdeddin, öyle sanıldığı gibi Millî Mücadele'mizin düşman orduları tarafından yok edilmesini katiyen arzulamaz; bilakis zaferi dört gözle beklerdi." İstiklale kavuşulacağına ilişkin umudunu artıran II. İnönü Zaferi de saray ve padişahı sevince boğmuştu. Anadolu ve İstanbul'daki camilerde günlerce mevlitler okutulmuştu. Mevlit okutanlardan biri de, tabii ki Padişah Vahdeddin idi. 10-24 Temmuz 1921'deki Eskişehir-Kütahya Muharebelerinde Düzenli Ordu'nun yenilmesi ve Sakarya Irmağı'nın doğusuna çekilmesi üzerine ise padişah, neşrettiği iradelerle matem ilan etmiş; Cuma Selamlığı'nda musiki çalınmamasını ve alkışçıların bağırmamasını bildirmişti. (Devam edecek)

Kaynakça: Ali Fuat Türkgeldi, Görüp İşittiklerim, Ankara, 1984; Lütfi (Simavi) Bey, Osmanlı Sarayının Son Günleri, İstanbul, 1973; T. Mümtaz Göztepe, Vahidüddin Mütareke Gayyasında, İstanbul, 1991; Osman Öndeş, Vahdeddin'in Sırdaşı Avni Paşa Anlatıyor, İstanbul, 2012; Leyla Açba, Bir Çerkez Prensesinin Harem Hatıraları, İstanbul, 2010; İ. Hakkı Okday, Yanya'dan Ankara'ya, İstanbul, 1975; Murat Bardakçı, Şahbaba, İstanbul, 1998; Selahattin Tansel, Mondros'tan Mudanya'ya Kadar, c.1, İstanbul, 1991; Bilal Şimşir, İngiliz Belgelerinde Atatürk, c.4, Ankara, 1992; Kadir Mısıroğlu, Osmanoğullarının Dramı, İstanbul, 1990; N. Fazıl Kısakürek, Sultan Vahidüddin, İstanbul, 1976; İsmail Çolak, Son Osmanlı Vahdeddin, 5. Baskı, İstanbul, 2011.

Bir Hatıra

SELAM

ABDÜLKADİR ŞEN

Evimin tam arkasındaki bakkaldan alış veriş yaptıktan sonra, ayaküstü sohbet etmeye başladık. Bakkal, ihtiyaç anında çabucak işinizi göreceğiniz dükkandır ama aynı zamanda komşudur... Görmüşken samimi bir muhabbet de oluyor böyle olunca.

Biz öyle konuşurken başka bir komşumuzun 10-12 yaşlarındaki çocuğu da geldi. Elindeki parayı uzatarak "Bir paket çay alabilir miyim" dedi.

Fakat bakkal ona istediğini vermek yerine, yüzünde sıcak bir tebessümle çocuğa bakıyordu. İki üç saniye geçti ki, çocuk bir şey hatırlamış gibi birden gözleri parladı ve yüzünde çocukça bir gülümsemeyle "Selamun aleyküm bakkal amca, kolay gelsin. Bir paket çay alabilir miyim?" diye bir düzeltme yaptı. Bakkal komşum da çocuğun selamını alıp o memnuniyetle, "Sen bunu da hak ettin" diyerek çayın yanında küçük bir de hediye verdi.

Ve çocuk bakkaldan sevinçle koşarak ayrıldı.

Önce şaşırdım ama gördüklerim benim de çok hoşuma gitti. Komşumu tebrik ettim. Ancak aldığım cevap beni daha da mutlu etti.

"Küçüklerimize örnek olmamız gerek." dedi, "Bize öğrettiler, ben de böyle bildiğim kadarıyla öğretmeye çalışıyorum. Başka türlü çay ver para al, tadı, anlamı olur mu o hayatın!.."

Tekrar tebrik ederek ayrıldım yanından. Evet bir şeyler değişecekse, küçük de olsa böyle samimi gayretlerle olacak. Yeter ki her birimiz küçük büyük demeden iyilik düşünelim, iyilik yapalım. Biz de gelecek nesillerimiz de böyle güzelleşeceğiz inşaallah.



ESTETİK AMELİYAT NE VAAD EDİYOR, NE VERİYOR?

ŞÜKRAN YILMAZ

Günümüzde bir estetik furyası almış başını gidiyor. Niçin yaptırılıyor? Ne kadar gerekli, ne kadar gereksiz? Yaptıranlar umduklarına maddi manevi kavuşabiliyorlar mı?..

Estetik ameliyatları iki farklı başlıkta düşünebiliriz. Öncelikle, doğumsal bir anomaliye bağlı ya da bir kaza sonucu oluşan şekil bozukluklarını, fonksiyon kayıplarını düzeltmeye yönelik ameliyatlar. Bu bir anlamda mecburi ve sağlıkla ilgili ameliyatlar, tıpta Plastik ve Rekonstrüktif Cerrahinin konusudur.

Diğer grup ise, hiçbir sağlık sorunu oluşturmadığı halde, daha güzel olmak kaygısıyla yaptırılan estetik ameliyatlar.

Hayalindeki insan olmak

Bu tür ameliyatlarla kişiler hayatında engel olarak gördüğü şeylere anlam ve güzellik geleceği ümidi içindeler. İnsanlar altın oranda burun, dudaklar, görünüş ve tablolara model olacak bir yüzün hayalini kuruyorlar.

Peki insanları halinden şikayetçi yapan, görüntüsünden memnuniyetsizlik duymaya iten sebepler neler?

Kısaca estetik ameliyatların bu kadar revaç bulmasının sebepleri; teknolojinin gelişmesi, sosyal medya, teşvik edici reklamlar, ihtiyaç üreten bilinçaltı telkinler, sahip olduklarını küçümseme ve gözü hep başkalarında olma psikolojisi.. vb, tüm bunların dışında insanları estetik ameliyatlara sevkeden başka etkenler de olabilir.

Hayaller ve hayatlar

Aslında estetik ameliyatlarla ilgili asıl sözü bu ameliyatları olan kişiler söylemeli. Acaba, herkesin gözü önünde olduğunu hissetmenin zorlamasıyla hep en güzel görünme yarışında olan sanatçılar, çalışan çalışmayan bayanlar, farklı ekonomik seviyeden insanlar estetik ameliyat konusunda ne diyorlar? Beklentileri karşılandı mı? Tüm problemleri çözüldü mü? Hayallerindeki hayata kavuşabildiler mi? Ve bu ameliyatları yaptıranlar ne tür sonuçlarla yüz yüze geldiler? Aynaya baktıklarında eskiye kıyasla hangi duyguları yaşıyorlar?..

Bunlar pek sorgulanmıyor, nazarlar daima toz pembe tablolara yönlendiriliyor. Acaba simâsında hiçbir kusur bulamadığımız bir kişi bile, kendisini çirkin bularak neden estetik ameliyat yaptırıyor?

Ameliyat olanların büyük bir kısmının bu ame-

liyatları yakın çevrelerinden dahi gizlemeleri düşündürücü. Acaba insanlar, işin öncesi ve sonrasıyla ilgili yeterince bilgilendiriliyor mu? Estetik kliniklerin reklamları, medyada boy gösteren estetik doktorları, makyajla ve photoshoplarla istenen şekilde dizayn edilmiş sanatçılar, insanları gerçek dünyaya mı yoksa hayal dünyasına mı götürüyor?
Acaba estetik ameliyat olan bu kişiler yakından ve makyajsız halleriyle nasıl görünüyorlar? Estetik ameliyat olmaya karar verme aşamasında olanlar, ameliyat olanları gerçek halleriyle görseler bakışları değişir miydi? İnsanlar sonucu şüpheli, hatta ölüm riski, duyu kaybı riski, ihtimal dahilinde başka ameliyat risklerini kabul ederek imza ile ameliyat masalarına nasıl yatıyorlar?

Bakışını değiştirmek

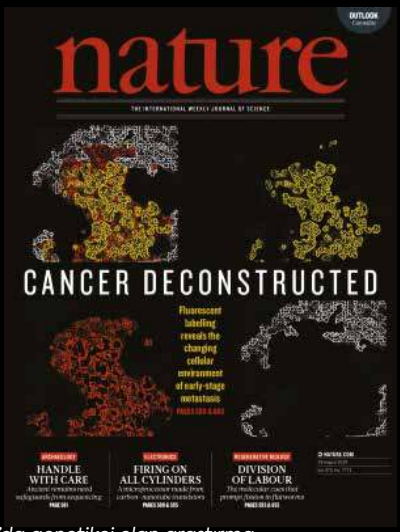
Dışımızdaki illüzyonlu dünyanın hipnoz edici havasından nazarımızı çevirsek, hayatın geçiciliğini hatırlasak, bugün bizi çok etkileyen şeylerin kısa zaman sonra önemini ve etkisini yitireceğini düşünsek, muhakkak zihnimiz berraklaşacak, kararlarımız daha çok yere basacak.
Özellikle yaşadığımız hayata bir mümin nazarıyla bakmayı unuttuğumuzda, dünya nazarımızda büyüyor ve ahireti, ebedi hayatı perdeliyor...
Oysa bu dünya bizi tatmin etmekten çok uzak, isteklerimiz bu dünyayı aşıyor. Bu isteklerden bir tanesi de mükemmel, kusursuz ve etkileyici bir güzellikte olmak; ancak bu isteğimiz de tıpkı ölümsüzlüğü isteme duygumuz gibi ahiret hayatımızda karşılığını bulacak bir duygumuz.
Dünyaya bir de bu açıdan baksak; ahirete çalışmak için verilen enerjimizi sonucu müphem işlerde ziyan etmesek.
Her şey doğru yerde aranmalı ki, bulunsun. Burası dünya ve burada hiçbir şey dört dörtlük olmaz. Kâmil güzellik, kedersiz mutluluk, mükemmel estetik.. her şeyiyle cennette.
Bunları dünyada istemek beyhude ve ahiretin, cennetin güzelliklerini unutmanın faturasını, estetik cerrahinin müşterisi olmakla ödüyoruz. Mânevi yönümüzü ihmal etmeler, karşımıza kaygılar ve estetik ameliyatlar olarak çıkıyor.

Sevdiklerimize yardımcı olalım

Estetik ameliyatlara koşmanın geri planında, çocuklukta eksik kalmış duyguların, ihmallerin, ezilmişliklerin, travmaların da etkisi olduğu unutulmamalıdır. Ve bu sebeple sevdiklerimize karşı güler yüzlü, yumuşak huylu olalım. Onlara değer verdiğimizi belli edelim. Büyüklerimiz ne güzel yaparlardı; bebeklikten itibaren "ay yüzlüm, gül yüzlüm" diye hitap ederler, "otur karşıma da şu güzel yüzünü bir seyredeyim biraz hoşbeş edelim" derlerdi, "Rabbim seni ne güzel yaratmış" diye iltifat eder, iman telkin ederlerdi. Ahiretteki güzelliklerin hiç solmayacağını, orada eskimeyen güzelliğimizin olacağını, istediğimiz tüm güzellikleri Allah'ın bize vereceğini anlatırlardı.
Bizler de anlatalım, unutturmayalım bu müjdeleri ki, bu sayede belki yakınlarımızı kırılacak hayallerin yıkıcı etkilerinden kurtarabiliriz.
...
Evet özetle; doğumsal anomali, hastalık ya da kaza nedenli estetik ameliyat dışındaki estetik ameliyatlarını daha ciddi düşünmek gerekiyor. Yazımızı, yüzünü gerdiren ve resimlerini paylaşan bir sanatçı için yapılan yorumla noktalayalım: "Estetik ameliyatla güzel olan bir kadın görmedim."

"EŞCİNSELLİK GENİ" YOK

PROF. DR. SEFA SAYGILI



Cambridge, Massachusetts'teki Broad Institute of MIT ve Harvard'da genetikçi olan araştırma yazarı Andrea Ganna'nın ifadesiyle: "Eşcinsel geni diye bir şey yok."

Taraflı bir takım medyada, erkek ve kadın dışında eşcinsellik şeklinde üçüncü bir cinsiyetin daha olduğunu, bunun kanıtlarının bulunduğunu iddia ediyor ve sürekli tekrarlıyorlar. Yeni yapılan geniş çaplı bir araştırma bunun yanlış olduğunu gösterdi.

Cinselliğin genetik temeli üzerine bugüne kadarki bu en büyük çalışma; insan genomunda eşcinsel cinsel davranışla bağlantılı beş noktayı ortaya çıkardı. Ancak belirteçlerin hiçbiri bir kişinin cinselliğini tahmin edecek kadar güvenilir değildi.

29 Ağustos'ta Nature dergisinde yayınlanan ve yaklaşık 500 bin kişinin genomlarına dayanan bulgular, daha önce yapılan daha küçük çalışmaların sonuçlarını destekliyor ve birçok bilim insanının şüphelerini doğruluyor: Cinsiyet, yani kadın veya erkek olmak genetik bir bileşene sahipken, hiçbir genin cinsel davranışlar üzerinde büyük bir etkisi yok. Bu da eşcinselliğin biyolojik bir temeli olmadığını gösteriyor.

Cambridge, Massachusetts'teki Broad Institute of MIT ve Harvard'da genetikçi olan baş araştırma yazarı Andrea Ganna'nın ifadesiyle: "Eşcinsel geni diye bir şey yok."

Üreme davranışlarının genetik temelini inceleyen Birleşik Krallık Oxford Üniversitesi'nden Melinda Mills'a göre de, "Bu sağlam bir çalışma."

Önceki Araştırmalar Yetersiz

Bilim adamları uzun zamandır kişinin genlerinin cinsel yönelimlerini kısmen etkilediğini düşünüyorlardı. 1990'lardan yapılan araştırmalar, tek yumurta ikizlerinin çift yumurta ikizlerine veya evlat edinilmiş kardeşlere göre cinsel yönelimi paylaşma ihtimalinin daha yüksek olduğunu gösterdi. Bazı araştırmalar, X kromozomunun Xq28 bölgesi olarak adlandırılan belirli bir kısmının, biyolojik olarak erkek olan insanların

cinsel yönelimiyle ilişkili olduğunu ileri sürdü. Ancak sonraki araştırmalar bu sonuçlar hakkında şüphe uyandırdı. Mills, bu çalışmaların hepsinin çok küçük örnekleme sahip olduğunu ve çoğunun da erkeğe odaklandığını söylüyor. Bu, bilim insanlarının cinsel yönelimle ilişkili araştırma becerisini engelledi.

500 Bin Kişi Üzerinde Yapılan Araştırma: İki Cinsiyet Var

Son çalışmada ise Ganna ve meslektaşları, SNP adı verilen tek harfli DNA değişiklikleri için yüz binlerce insanın genomlarına bakmak için, genom çapında ilişki çalışması (GWAS) olarak bilinen bir yöntem kullandılar. Ortak bir özelliği olan birçok insan belirli SNP'leri paylaşıyorsa, SNP'lerin bir şekilde bu özellik ile ilişkili olma ihtimali olmalıydı.

Araştırmacılar, çalışma katılımcılarını iki gruba ayırdı: Aynı cinsten biriyle ilişkiye girdiğini bildirenler ve yapmayanlar. Daha sonra araştırmacılar iki ayrı analiz yaptılar. Birinde, bir milyondan fazla SNP'yi değerlendirdiler ve birbirleriyle ortak olan daha fazla SNP'ye sahip kişilerin de benzer cinsel davranışlar bildirip bildirmediklerine baktılar. Bilim adamları, genetiğin cinsel davranıştaki varyasyonun %8-25'ini açıklayabildiğini buldular.

Ganna ve meslektaşları, ikinci analizleri için hangi belirli SNP'lerin aynı cinsiyetten cinsel davranışlarla ilişkili olduğunu görmek istedi ve bu bireyler arasında daha yaygın olan beş tane buldu. Bununla birlikte, bu beş SNP toplu olarak cinsel davranıştaki varyasyonun %1'den azını açıkladı. Ancak Ganna, bu SNP'lerin, herhangi bir bireydeki cinsel tercihleri güvenilir bir şekilde tahmin etmek için kullanılamayacağı konusunda uyarıyor, çünkü hiçbir genin cinsel davranışlar üzerinde büyük bir etkisi yoktur. Değişik araştırmacılar, aynı cinsiyetten cinsel davranışa karışan bazı SNP'leri tanımlamış olsalar da, genetik varyantların ne yaptığından emin değiller. Biri koku ile ilgili bir gene yakın, Ganna'nın söylediği gibi cinsel çekicilikte rolü var. Başka bir SNP, erkek tipi kellikle ilişkili—bu, bu hormonların aynı cinsiyetten cinsel davranışla bağlantılı olduğunu düşündüren, seks hormonlarının seviyelerinden etkilenen bir özellik. Ganna, sonuçların insan cinselliğinin karmaşıklığını gösterdiğini söylüyor.

Sapkınlıkların Biyolojik Temeli Yok

Bazı araştırmacılar ve LGBTQ savunucuları bu tür bir araştırma yapmayı sorgulayabilir, ancak Birney bunun önemli olduğunu söylüyor. Eşcinsel cinsel davranışlar üzerine pek çok sosyolojik araştırma yapıldı, ama bu son derecede karmaşık bir konu. Birney, tartışmaya güçlü, biyolojik temelli bir bakış açısı getirmenin zamanı geldiğini söylüyor.

Sonuç olarak: 500 bin kişi üzerinde yapılan bu araştırma da insanoğlunun erkek ve dişi olmak üzere iki cinsiyeti olduğunu, üçüncüsünün olmadığını göstermektedir. Eşcinsellik bir sapmadır.

Yazımızı bir ayet mealiyle bitirelim:

"Ey insanlar! Şüphesiz sizi bir erkek ile bir dişiden yarattık, tanışasınız diye sizi kavim ve kabilelere ayırdık. Allah katında en değerli olanınız Ona itaatsizlikten en fazla sakınanınızdır. Allah her şeyi hakkıyla bilmektedir, her şeyden haberdardır." (Hucurat Suresi, 13)

Kaynak: https://www.nature.com/articles/d41586-019-02585-6

MODERN İNKARCILIĞIN İÇ YÜZÜ

PROF. DR. OSMAN ÇAKMAK

İdeoloji ve felsefe ile karışık bir şekilde sunulan bilime kısaca "seküler bilim" diyeceğiz. Seküler bilim, yaratılışı tabiata ve sebeplere verir. Seküler bilim, fiilin sahibine (Allah) gerek yokmuş gibi ve failden hiç bahsetmeden, "sebepler yapıyor" der, dikkatleri sebeplere yöneltir. Bu üstü örtülü inkâr metodu, açıkça "Tabiattaki işleyişe Allah karışmıyor" demekten çok daha aldatıcı olur.

Seküler bilim, "Allah'ın varlığı yokluğu ve evrenimizde etken olup olmadığı, 'bilim'in konusu değildir" der. Ama "Yaratıcı'nın olmadığına" dair sürekli propaganda içine girer.

Seküler bilim, bir yandan "inanç ve dinden bağımsız" hareket ettiğini söyler; diğer yandan keşif ve gözlemlerini, "ateizm" (küfür ve şirk) lehine yorumlar. Samimi değildir.

Seküler bilim, "Yaratıcı"ya, mecburen sadece evrenin başlangıcında "İlk Neden" olarak küçük bir rol vermek ister. Bu İlk Neden Tanrısını bir süreliğine reddetmez görünür. Ancak ileride bilim, evrenin başlangıcını da çözüp "karanlık nokta" aydınlanacak, bu İlk Neden Tanrısı'na inanmak için mantıkî bir zorunluluk kalmayacak der!

Görüldüğü gibi, seküler bilim duruma göre "alenî deist" davranır. Ama aslında "gizli ateist"tir. Sıkışınca ise, "agnostistizme" kaçar. "Gözleyip bilemediğimiz tanrının varlık yokluğu gibi meseleler bilimin konusu ve sahası değil" deyip kaçar.

İnkârcılığın İç Yüzü

Seküler bilim, "Tanrı yok, varsa bile işleyişe karışmıyor" derken bir taraftan da asıl Fail ve Sani olan Cenab-ı Hak yerine başka failler ikame eder. Evrenin kendi başına işlediğini, bu yüzden yaratıcıya ihtiyaç olmadığını empoze eder. İnsanlar bunları sorgulamadığından bu "inançlar" zamanla benimsenir. Kişi içine düştüğü "şirk" düşüncelerinin farkına bile varmaz. Modern inkarcılığın iç yüzünü yazar Ayhan Küflüoğlu güzel anlatır. Küflüoğlu, bilim üzerindeki bu tasarrufu bir illüzyonistin ya da hokkabazın el çabukluğuna benzetir.[1] Dikkatiniz belli bir yöne çekilir ve asıl gerçek gözünüzden kaçırılır. Dikkatlerimiz evrendeki bazı "Sebep ve maddî nesnelere" yönlendiriliyor ve her seferinde "kâinattaki fiillerin fâili" nazarlardan kaçırılıp ve gizleniyor.



Bu zihnen uyutulma sonucu, "Âlem nasıl yaratıcısız ve sahipsiz olabilir!?" sorusu akla bile gelmiyor!.. Gelse de, inançsız bilim ona da "Fâilsiz, yani kendi kendine olduğu ya da çeşitli sebeplerin etkisi ve mekanizmalarla işlediği" şeklinde "güya bilimsel(!)" açıklamalarla hokkabazlık yapar.

Bu arada seküler bilim, sürekli objektif, dinden-inançtan bağımsız hareket ettiğini vurgular. Ancak tek yaptığı "kendi iddialarına inandırmak"tır.

Bilim adına, eğitim adına yapılan bu zihinsel bombardıman telkinlerine dünyaya gözümüzü açtığımızdan beri maruz kalmaktayız. Okullar ve ders kitapları ile yapılan zihinsel manipülasyon işlemine medya da destek verir. Özellikle dışarıdan transfer edilen belgesellerle...

İlimden İrfana ve Marifete Geçiş Hattının Kapanması

Seküler bilim, evren gözlem ve araştırmalarında "Kim?, Niçin?, Niye?, Anlam ve Amacı ne?" sorularını sormaz.

Hâlbuki bilimin en temel amacı; gözlem ve deneylere dayanarak, geçmiş ve gelecek hakkında bilgi ve bulgular elde etmektir. Somut gördüklerinden, soyut kanun ve prensiplere ulaşmaktır. Varlık ve işleyişten, "Teoriye göre, evrende şöyle bir şey de olması gerekir" deyip, henüz göremediği o varlık ve boyutları keşfetmeye çalışmaktır.

Eğitim aslında, insanın kendini ve kâinatı keşif yolculuğu halini alması gerekir. İnsan, var olan potansiyellerini keşfetmek için vardır. Çekirdekler gibi kendisine lütfedilen potansiyelini uyandırmalı ve işletmelidir.

Ne var ki materyalist bilim ve mevcut eğitim insanın asli ihtiyaçlarını ve fıtratını, ebede açılan duygularını görmezden gelir; insanın sonsuzluğu arzulayan duygularına bakmaz.

Böyle olunca bilgi sadece sınavda geçme aracı haline geldi. Öğrenilenler malumat boyutunda kalınca, ilimden irfana ve marifete geçiş hattı kapandı. Bilim materyalizmin "malı" zannedildi. Eşyanın/varlığın sır ve hikmetleri gizlendi. Bu yüzden okul kitaplarından başlamak üzere her türlü yazılı, sesli ve görüntülü yayın, bizi, "gerçeği anlamaz" bir nazarla kâinata bakmaya şartlandırıyor.

...

Materyalist ya da seküler bilim, laboratuvarlarda denenmeye uygun olmayan, dolayısıyla doğruluk veya yanlışlığı ölçümlerle belirlenemeyen bilgileri bilim-dışı ilan eder. Ancak beş duyu ile idrak edemediğimiz manevî duygularla idrak ettiğimiz gerçekleri kabule yanaşmaz. Seküler bilimce yapılan yanlışlık bu kadarla kalmaz. Beş duyu ve deneycilik (empirisizm ve pozitivizm) yöntemlerinin, bilgi edinme mekanizmalarından sadece birisi olduğunu nazarlardan saklar. Bilgiyi sadece maddede görülebilen miktarıyla sınırlar.

Seküler bilim, kâinattaki düzen ve ahengi inkâr etmez. Ne var ki, bu düzen ve ahengin tesadüfler sonucu ortaya çıktığına inanmamızı ister. Bunun ne mânâya geldiğini kendileri de bilmez. Onlara göre, kendileri yaratılmış, âciz, cahil, fânî ve başıboş sebepler, hiçten ortaya çıkan kanunlar aracılığıyla, etrafımızda görüp işittiğimiz o harikulâde ahenk ve denge içindeki sanat eserlerini yaratmaktadırlar.

...

Materyalist bakış açısı olaylara menfaati açısından bakar. Egoyu besler. Bilimi çevresine hükmedeceği bir araç olarak görür. Sonuçta, tabiatçı seküler eğitim, inançsızlığın (deizm ve ateizm vb) olduğu kadar ahlâksızlığın da bir kaynağı olur.

Bir yazıya baktığımızda dikkatimizi harflere ve kâğıda değil, harflerin birleşmesinden ortaya çıkan manalara yöneltiriz. Âlem de yazılmış bir mektup gibidir. Varlığın aslı, Allah'ın isimlerinin eserlerinde yansımasıdır. "Bilimsel gerçekler" de Allah'ın "Hak" isminin aynaları ve yansımalarıdır.

Tüm doğru bilimlerin kaynağı Allah'ın 'Hakîm' ve 'Alim' isimleridir. İslamiyet ile bilim birbirinin zıtı değil, varlığı anlamamızda birbirine destek veren iki kanattır.

Halbuki materyalizme ve ateizme alet edilen bilim, dikkatleri kelimenin anlamına değil, harflere yöneltmektedir. Bilimsel açıklamalar adı altında algıları yanıltıp "asıl anlamı gizler". Bu yüzden, günümüz biliminin materyalizmin hegemonyasından kurtarılması ve bilimin özgürlüğüne kavuşturulması en önemli bir mesele halini almıştır.

Kaynak:
Küflüoğlu, Ayhan, Bilimsellik Felsefesi'nin dayattığı Aksiyomatik Ön İnançlar. http://www.metabilgi.org/bilimsellik-felsefesinin-dayattigi-aksiyomatik-oninanclar/#more-4111 (20.07.2019)

Zeka Soruları

MAYIS 2021

HAZIRLAYAN: DOÇ. DR. ERHAN PİŞKİN

Soru 1:

"Örüntü"

2, 7, 27, 107, ?

Yukarıdaki örüntüde sonraki sayı ne olabilir? Niçin?

Soru 2:

"Şifre"

$$\frac{1}{3}\,ZAHMET, \quad \frac{1}{10}\,FEDAKARLIK, \quad \frac{2}{9}\,ERİŞİRSİN$$

Yukarıda ne anlatılmak istenmiş olabilir?

Soru 3:

"Yürüyen Merdiven"

Bir alışveriş merkezinin yürüyen merdivenlerinden çıkarken aynı zamanda yürüyorum. Normal hızla yürüyen merdiven hareket ederken 10 basamak çıkıyorum ve bu 120 saniye sürüyor. Benden hızlı olan Eymen ise 15 basamak çıkıyor ve bu 80 saniye sürüyor. Bu durumda yürüyen merdiven kaç basamaklıdır?

Soru 4:

"Güzel Defterim"

Ali, elindeki defterin sayfalarını numaralandırmak için 213 tane rakam kullandığına göre, defter kaç sayfadır?

Soru 5:

"Mesaj"

I B Y B Ğ V A F M

Yukarıda ne demek istenmiş olabilir?

Not: Çözümlerinizi, **isim**, **adres** ve **telefon numaranızı** ekleyerek, "**zekasorulari@zaferdergisi.com**" adresine bekliyoruz.

Her ay soruları doğru cevaplayanlar arasında yapılacak çekilişle, bir kişiye kitap hediye edeceğiz.

Kitap kazanan okuyucularımız ay sonunda web sitemizde ilan edilecek. **www.zaferdergisi.com**

Geçen Sayının Çözümleri (Nisan 2021)

Çözüm 1:
Bir Gün 24 Saattir.

Çözüm 2:
(Cevap: 13112221)
1 , (1 tane 1) 11, (2 tane 1) 21, (1 tane 2, 1 tane 1) 1211 , (1 tane 1, 1 tane 2, 2 tane 1) 111221, (3 tane 1, 2 tane 2, 1 tane 1) 312211, (1 tane 3, 1 tane 1, 2 tane 2, 2 tane 1) 13112221

Çözüm 3:
(Cevap: 62)
Toplam A tane oyuncak varsa, A=3x+2=4y+2=5z+2 olacak şekilde en küçük pozitif sayı 62'dir.

Çözüm 4:

X			
	X	X	
	X		

Çözüm 5:
(Cevap: En fazla: 28, en az: 20)
En fazla?
[Baş] * * * * * * * * * (Eymen) * * * (Eray) * * * * * * * * * * * * * [Son]

En az?
[Baş]* * * * *(Eray) * * * (Eray) * * * * * * * * * * * [Son]

Karikatür Okumaları



YOL

OSMAN SUROĞLU

Soru, cevaba götürür, oradan başka sorulara ve cevaplara...
Aklın adımlarıdır soru ve cevaplar...
Göz görebilmek için güneşe muhtaç olduğu gibi, akıl da varlığı ve varoluşun amacını anlamak için vahiy güneşine muhtaçtır.
Yoksa insanın "Ben niçin varım; nereden geldim; nereye gidiyorum?.." gibi hayatî soruları cevapsız kalır.
İnsan, Kur'an'sız kalırsa, yolda kalır...

düşün-celer

HAZIRLAYAN: ASLINUR BAHAR

Bugün gördüğün kolaylığı
dün yaşadığın zorluğa borçlusun.
HZ. ALİ (KV)

Akıl bir kuzu, nefis bir kurt, iman ise çobandır.
İman kuvvetli olmazsa nefis aklı yer.
HZ. MEVLANA (KS)

Artık, insanların ne dediklerine daha az dikkat eder oldum.
Yaptıklarını izliyorum.
D. CARNEGIE

Yaşarken tuz katmazlar aşına,
Methiyeler düzerler mezar taşına.
ZİYA PAŞA

Kalbe dokunmayan her şey eksik kalır.
İBRAHİM TENEKECI

Bulunduğun yer seni memnun etmiyorsa,
yerini değiştir. Ağaç değilsin.
J. ROHN

Geldik, çağı gördük ve ürperdik.
SEZAİ KARAKOÇ

Hayattaki seviyenizi,
birlikte yürüdüğünüz insanların seviyesi belirler.
PROF. DR. İHSAN FAZLIOĞLU

Bugüne kadar, 'düşünüyorum o halde varım' diyen Batı dünyası,
bugün ise, 'tüketiyorum, o halde varım' diyor.
PROF. DR. NEVZAT TARHAN

Güvenme varlığa, düşersin darlığa.
ATASÖZÜ

HAL DİLİ

OSMAN SUROĞLU

YOL



Bu yaşa erdirdin beni, gençtim almadın canımı
ölmedim genç olarak, ölmedim beni leylak
büklümlerinin içten ve dışardan
sarmaladığı günlerde
bir zamandı
heves ettim gölgemi enginde yatan
o berrak sayfada gezindirsem diye

ölmedim, bir gençlik ölümü saklı kaldı bende...

İrmak Öcal



www.zaferdergisi.com

ISSN 2618-6047
00533