

# Gece Başka Gündüz Başka

Nureddin Yıldız'ın 23.02.2020 tarihli (385.) Hayat Rehberi dersidir.

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ. وَصَلَّى اللّٰهُ وَسَلَّمْ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلٰی اٰلِهِ وَصَحْبِهِ اَجْمَعِیْنَ.

*Âlemlerin Rabbi Allah'a hamd, Efendimiz Muhammed aleyhisselama, ailesine, ashabına salat ve selam olsun.*

Aziz kardeşlerim,

Gördüğümüz bazı olumsuzlukları yorumlarken tepeden inme konuşabiliriz. Mesela çocuklarımızın bizim büyüdüğümüz zamandaki gibi olmadıklarını, ahlaklarının bozukluğunu, tembel olduklarını söyler ve çocukların üzerinden tamirat yapmak isteriz.

Ama bunun bir kökü vardır; derenin suyu ta yukarılardan bulandığı için aşağıda su bulanıktır diye düşünmemiz gerekirken biz ilk bulanık gördüğümüz yeri telafiye çalışırız. Sonuç ne oluyor? Gerisi hep bulanık geldiği için sorun düzelmiyor.

Hangi meseleye bakarsak aynı problemi görebiliriz. Örneğin kış olup kar yağmadığını söyler, konuyu bu kışın içinde çözmeye uğraşır, çözmek isteriz. Hâlbuki kar yağmaması, dört mevsimin toplamının sonucudur. Bir insanın hastalığının da kökleri vardır, güzelliğinin de sorunlarının da.

Yarı deli-yarı akıllı dolaşan psikiyatrik vaka hâlindeki insanlar, okullarda çocukların başarısızlıkları, sinirli ve gergin hayatlı kişiler olarak işe gidip gelmemiz, camide namaz kılanların bile nerdeyse savaş mevzisinde bekler gibi gergin olmaları; bütün bunların toplamı olan manzaranın nedenlerinden biri de gündüz ile gecenin ayarlarıyla oynanmasıdır. Kur'an'ımız ısrarla, Allah'ın geceyi dinlenme ve örtünme zamanı olarak yarattığını haber vermektedir. Biz geceyi gündüzleştirir yani geceyi de gündüz gibi kullanırken bunun çocuklarda tembellik, büyüklerde gerginlik, psikiyatrik durumların sebebi olacağını tahmin edemedik. Şimdi ise tahmin de ettik, gördük de zaten ama bir kere ampulü yakıp geceyi gündüz gibi kullanmaya başladığımız için bir türlü geri dönemiyoruz.

Gecelerimizin telef olması sorunu, bir kedi-köpeğin sokakta telef olması sorunundan daha önemsiz gözükmemektedir gözümüze. Devlet geç saatlere kadar devam eden futbol maçlarının düzenlenmemesini düşünmüyor hatta ellerinden gelse gece yarısına maç koyacaklar, insanlar daha çok izlesin diye. İnsanlığın yetmiş-seksen sene kadardır geceyi aydınlatması, bizi çiftlik tavuğuna döndüren bir yaşama biçimine hapsetti ve bunun da bir fatura getirdiği ortadadır. İnsanlar gergin, bitkin, dinlenmemiş, saldırgan oldular. Uykusu yarım insanlar direksiyon başına geçtiklerinden hayata trafik kazaları daha fazla müdahil oldu.

Fakat sorunun nereden kaynaklandığı üzerinde hâlâ zihin yormaya pek yanaşmıyoruz. Şalteri indirdik mi ev aydınlanıyor ama Allah'ın zihnimizi, yarısını gece dinlenmeye ayırmamız gereken bir formda yarattığını unutuyoruz. İnsan hâlâ Allah'ın ilk yarattığı insanın bünyesini taşıdığından hâlâ geceleri bir miktar dinlenmesi gereken bir bedeni var demektir. İnsan aydınlatma teknolojisini üretmiş ama henüz beynimizi değiştirmiş değildir. Hem sabaha kadar uyanık kalıyoruz hem de sabahleyin eczaneden rahatlatıcı bir hap alıyoruz.

Bu kör döngünün çaresi, Allah'ın yarattığı tabii düzene dönmektir. Rabbimiz bize elektrik nimeti verdi diye yaratılış tarzımızı değiştiremeyiz. Toplu taşımaya mecbur olmadığımızı, arabamız olduğunu düşündüğümüzde niçin geç saatlere kadar misafirlikte oturmayı doğal karşılıyoruz? Neden gece yarılarında kadar film izleyebiliyoruz? Geceyi bir şekilde tüketmenin bedelini bedenlerimiz bugün ödemiorsa yarın mutlaka ödeyecektir.

Dünyanın sularının tükenmekte olduğu, denizleri kirlettiğimiz ve tabiatı bozduğumuz gibi Allah'ın yarattığı geceleri de harap ettik. Gecelerin değersiz biçimde kullanılması bir katliamdır. Herkes sabaha kadar zıplayıp uyumayabilir ama Müslüman, sabah namazı derdi olan insandır ve o namazı huzurla geçirdiği kadar da gündüzünü huzurla değerlendirecektir. **Artık pili bitmiş, hastalığı olan ihtiyarlar bile gece yarılarında kadar gündüz gibi oturlarsa dünyanın derelerinin kirliliği, ormanlarının**

**yandığı, sellerin arttığı vs. hakkında konuşmak komik kaçır. Üç senede bir taşan dere haberi gelecek de bunu tabiatın bozulması olarak göreceğiz; her gecesi harap oluyor dünyanın!**

Müslümanlık sadece sabah namazına gitmek, oruç tutmak ve iftar etmek dini değildir; geceleri de içerir Müslümanlık. Hayatımıza şekil vermedikten sonra Müslümanlığımız bize nasıl namaz kıldirtacak? Çocuklarımızı kaçta yatırdığımızın belli olmadığı bir programda onlardan verimli hafızlık da bekleyemeyiz, fen lisesinden iyi puanla mezun olmaları da mümkün olmaz. Ayarları bozuk ve düzensiz bir çocuktan ayarlı insanlık nasıl bekleyelim?

Çocuklarımızın sağlığı ve insanlık kıvamı bir bardak sütle yerine gelmez. Bitirilmiş, yarı aydınlık hâle getirilmiş geceler yüzünden sağlıkları da akılları da gidiyor çocuklarımızın. Matematik zekâları, ezber güçleri zayıflıyor. Sabah namazına, oyuna gider gibi kalkabilen çocuk sadece vaktinde yatan çocukla mümkündür. Onların kabahatlerini, yanlışlarını, başarısızlıklarını konuşmadan önce anne-baba olarak bizim yetiştirmemizde bir hata olup olmadığını araştırmalıyız. Evet, çocuklarına haram lokma yedirmemiş olmak ve tertemiz beslemek bir seviye göstergesidir ama geceler harap olunca birçok konu da kendiliğinden yaş tahtaya basmış oluyor. Yarına taş gibi uyanması gereken çocuğu gece yarısına kadar bitkin hâle getirerek verimsiz uykunun koynuna bırakıp ardından sabah namazına kalkabilmesini ve okula da gitmesini beklediğimiz karma bir âlem bu.

Çok fazla ve yoğun sorunumuzun bulunduğu bir dünyada gece konusunu masaya yatırmak tabii ki ilk etapta gereksiz gelebilir ama gündüze dair dertlerimizin de gecedен kaynaklanıyor olduğunu bildiğimizde işin rengi değişmektedir. Toplu taşıma araçlarında insanlar dinamit gibi; dokunsan patlayacaklar. Esnaf gergin, ona gelen müşteri de gergin. Siyasetçi gergin, vatandaş gergin. Bunun üzerine akşama kadar da facia haberlerine kulak verilip akşam da gecenin bile dinlendirme potansiyeli elinden alınmış hâlde eve gelince, aslında kırk kere söylene sinire sebep olamayacak bir sözden dolayı boşanmaya varan sonuçlar meydana çıkıyor. Herkes dolu çünkü ve patlamak istiyor.

Şüphesiz ki en temel sebep, Allah'tan kopuk hayat yaşamaktır. Şeriatı bir kenara itip kendi başımıza donanarak yaşayacaktık güya ama bunun olamayacağı görölüyor. Sonunda yatsı, başında sabah namazı olan günler insanın hayatını düzene koyabilir ancak.

\*

Dinimiz yatsı namazının kılındığı andan sabah namazı vaktinin girmesine kadar olan bölüme 'gece' adını verir. Allah Teâlâ bu süreyi bize nimet olarak verdiğini söylemektedir. Gece olmasaydı insan çıldırır, cinnet geçirirdi. Belki de ekmek nimetinden daha büyüktür uyku nimeti. Bunun testi de oldukça kolaydır; yokluklarının kıyasıyla gayet iyi anlaşılabilir. Uyku ihtiyacımız diğer ihtiyaçlarımızdan daha acil ve önemli olduğuna göre bunun yerine getirilmesi de hassasiyet isteyecektir.

Bedenlerimiz bize Allah'ın emanetidir ve gece programının aksamaları yüzünden yıpranıyorlar. Buna bir çare bulunmalı, devletler nezdinde önlem alınmalıdır ama olmuyorsa biz kendimiz çare bulmalı, evimizde kendi düzenimizi kuralmalıyız. Gecesi ve gündüzü belli günler yaşamalıyız. Elektriđi gördükçe havaya fırlayan çocuklarımız olmamalı, günün karanlığına göre belirlenmiş bir gece tertibi sürdürülmelidir. Küçükler yatsının ardından yatmalı, büyükler de başka işleri varsa onları hallederek çok oyalanmadan geceyi değerlendirmelidir; ama evde yatsı namazının, yatmanın başlangıcı olduğunu belli etmesi gerekir.

Bari tavuklar kadar ciddi olmalıyız. Akşamdan sonra bir çuval buğday da verilse ilgilenmiyorlar, sabah namazıyla beraberse hemen dışarı atılıp rızıklarını arama hevesindeler. Çünkü tabii düzen böyle bir şeydir. Allah onları öyle ayarladığı gibi insanı da öyle ayarlamıştır. **Acil ihtiyaç, fazla ders çalışması gereken bir talebe, Allah rızası için hemen yapılması gereken iş, millî görev veya emniyet meselesi gibi durumlar haricinde bu düzen aksatılmamalıdır.** Yatsıdan sonra oturmayan ailemiz olmalıdır. Bizimle tavuk gibi olduğumuz yönünde alay edilebilir, hiçbir sakıncası olmaz. Erken yatıp erken

kalkmak tabii midir değil midir; önemli olan burasıdır. Ne dünyaya ne ahirete faydası olmayacak işler için gece yarılarında kadar beklemenin akıllıca olmadığı ortadadır.

Basiretli ve akıllı bir Müslüman'ı, misafir olarak gittiği yerde ikram üstüne ikram geliyor. Ev sahibi ilgisini eksik etmiyor. Evin çocukları ise esnemeye başlamış. Bu "Lütfen kalkar mısınız?" anlamına gelmiyor mu? Misafir hiç bu duruma "Çocuğun uykusu gelmiş, yatırın isterseniz" diye akıl vererek katkıda bulunur mu? Üstüne üstlük ev sahibi esnemeye başlamış ama misafir hâlâ oturuyor, "çay çok iyi olmuş" filan da diyor...

Şimdi bu misafirlik mi?

Üzülerek ve utanarak, Allah'tan hayâ ederek söylüyorum ki Batı'da hayat böyle değil. Sabahın altısında şehrin gürültüsü başlıyor, akşamdan sonra kimse kendi gürültüsünü sere serpe yapamıyor. Gece yarılarında kadar sürünme rahatsızlığı Batı taklitçilerinde vardır ama Batı'da yoktur; o saatlerde parklarda oturanlar serseri, eroin bağımlısı, polis kaçağı tipler olur. İster Batı'da ister Doğu'da olsun, dünyanın dört yanında insanlar sabaha dek zıplayıp uyumasalar bile biz Resûlullah sallallahu aleyhi ve sellemin Medine medeniyetinin bağlıları olarak, güneş endeksli hayat sürmek zorundayız. Güneş çıkınca piyasaya çıkmalı, güneş çekilince biz de evlerimize çekilmeliyiz. Medeniyet budur.

\*

Namaz kılmadığımızda Allah'a asi olduğumuz gibi kurduğu tabiat düzenini bozduğumuz zaman da ona asi oluruz. Nitekim Kur'an-ı Kerim, karada ve denizde düzenin bozulmasının, insanların kendi elleriyle yaptıkları yüzünden olduğunu haber vermektedir.

Yaşadığımız çarpıklığın esasen "Allah bizi niye yarattı?" sorusunun cevabını bilmemekle alakası vardır. Biz hayvan değiliz, insanız ve Allah'a kulluk için yaratıldık. Rabbimiz de bize gece ve gündüz görevleri vermiştir. Mukaddes kitabımız, Resûlullah sallallahu aleyhi ve selleme gece uyumasını emreden ayetin ardından "çünkü gündüz çok işin olacak ey peygamber" buyurmaktadır. Yani Muhammed aleyhisselam bile olsan gece tam dinlenmedin mi gündüz işlerini layıkıyla yapamazsın. Yetiyeceğin işleri çatlamaya hazır ve gergin bir küp gibi halletmeye çalışırsın.

Mevcut durumumuz, yaratılış maksadımızı ve beden sağlığımızı unutmaktan ileri gelmektedir. Bedenimiz plastik bile olsa şu yaşadığımız gece-gündüz karmaşasına dayanamaz. Burada **dikkatle düşünmemiz gereken husus, Allah'ın geceyi ve gündüzü gece ve gündüz olarak yaşamamızı istediği konusudur. Onun kulları olduğumuza göre gece ve gündüz dilimlerini onun istediği gibi ayarlamak, kurduğu düzene göre yaşamak ekstra bir şey değil, mecburiyettir.**

Bir anne-baba, çocuklarının önünde sigara içerken nasıl ara sıra vicdanı ses çıkarır ve çocuğa sigarayı göstermenin mahzuru aklına gelirse geç yattıklarında da aynı duyguyu hissetmelidirler, çocuklarına kötü örnek olduklarından ötürü. Sigara ciğerlere, uykusuzluk beyne zarardır. Rabbimizin verdiği elektrik nimetini yirmi dört saat tüketmek zorunda değiliz ki. Allah'ın verdiği üzümünden faydalanmak da mümkündür şarap yapmak da. Bunlardan biri nimeti yanlış kullanmaktır. Şehir hayatında gece yarısı bile toplu taşıma imkânı bulabilmek ne büyük bir nimet ancak bunu illa kullanacağız diye bir şart mı söz konusu olmalıdır? Bu nimet çıldırmak için değil yaşamak için gereklidir.

Öğretmenler ve ebeveynler, yeni neslin gece-gündüz ayarlarının doğru yerleştirilerek yetiştirilmesine gayret etmelidir. Aksinin vebali olur ve Allah bunu sorar. "Çocuklara yat dedik ama yatmadılar" itirazı da palavradır. Çocuk, o yattıktan sonra evde âlemler döneceğini biliyorsa nasıl yatsın, enayi mi? Sade "yatın" demekle çocuk niye yatsın.

Gece ile gündüzün yer değiştirmesi sağlığımızdan da öte, insanlığımıza zarar veren boyutlardadır. Hatta bunun tedavi gerektirecek çapta hastalığa varabildiğini de söylemek lazımdır. Herkes bir şeyi yapıyor diye onu yapmak ne akla ne ahlaka sığar. Hiçbir insan herkes değildir, annemizin karnından

tek geldik, kabre de tek girecek ve hayatımızın hesabını kendi başımıza vereceğiz. Toplumun alışkanlıklarına göre hayat belirleyecek olduktan sonra yaşamının ne manası olsun.

Bir Müslüman, çocuğunun alkolik olmasından korktuğu gibi uyku sersemi olmasından da korkmalıdır. Yirmi saat uyuyan da akılsızlık etmekte, ne zaman uyuyup uyandığı belirsiz biri de akılsızlık etmektedir. Gece yaralarına kadar telef edilmiş hayat, gündüzü başarılarla dolu bir hayat olmuyor. Rabbimiz üzerimizde öyle bir düzenek kurmuştur ki gece uyumakla şarj oluruz; beynimiz işlerimizi ayarlar, pazılarımız kuvvet toplar ve sabahleyin sağlam kalkarız. Ama şarj etmediğimiz, yarım şarj ettiğimiz bir cihaz ne kadar sağlıklı performans verebilir?

Gece uykusuzluğunun en önemli sebeplerinden biri gündüz kestirmeleridir. Uyku düzensizliği olan biri mesela kırk gün kadar süre boyunca gündüz hiç uyumamalı, esnese de bir yere yığılıp kalsa da uyumamalı ve bünyesini yeniden fabrika ayarlarına çevirmelidir. Yani uykusunu gece çağrılacak bir şey olarak bünyesine programlamalıdır. Senelerdir geceyi âlem, keyif, ziyaret, televizyon, komşuluk için kullanıp gündüz de yarım saatlik kestirmeyle vaziyeti kurtarmaya alışmış bünye yeniden kızağa alınmalıdır. Gündüz uykusuz geçmeli ki gece uyuyarak geçirilebilsin.

Akşam yemekleri de çok önemlidir. Akşam sofrasına on senedir aç gezen birini doyuracak gibi yemek yığan anlayıştan sonra gece yatılır ama uyumamaz. Hanım kardeşlerimiz bu konularda erkeklerden daha titizler. Mesela karbonhidratlı, unlu, ağır yağlı yiyecekleri akşamları pişirmemelidirler. Doktorların tarif ettiği şekilde menü hazırlamaya gayret edilmeli ve bu yatma saatinden en az üç saat önce bitmiş olmalıdır –ki altı-yedi saatlik uyku bizi şarj edebilsin.

Aile içinde, işte, siyasî meselelerde veya başka bir psikolojik konuda sorunlar yaşayan kardeşlerimiz çareyi gece uyumamakta bulurlar ama aslında üç-dört gün iyi uyku, derdini de unutturacak kadar güzel bir çözümdür. Hanım kardeşlerimiz bu düzenleri oturtmakta, Allah'ın onlara verdiği evin sorumlusu olma ağırlığının kıymetini bilmelidirler. Efendimiz aleyhissalatu vesselam, *“Kadın, kocasının evinin çobanıdır”* buyurmaktadır. Kadınlar istedikleri her şeyi yaptırmayı bildikleri gibi *“bu evde uyku esaslı bir hayat var”* demeyi bilmeli, gereğince adımlar atmalıdırlar.

Bahsettiğimiz konu şakaya veya gevşek davranmaya gelir bir mesele değildir. İşte, hayatımız ortada ve Allah'ın düzenine karşı mücadelemizin bünyelerimiz üzerindeki etkileri de meydandadır. Dere yukarıdan akıyor, biz akış istikametine doğru yürümeye çalışıyoruz. Hâlbuki Allah'ın kurduğu düzen böyle değildir.

Bu arada, konumuzla ilintili olarak, bereketsiz günlerin de sabah namazı kılınmayan günler olduğunu bilmeliyiz. Resûlullah sallallahu aleyhi ve sellem, *“Sabah namazını kılan, Allah'ın zimmetindedir”* buyuruyor. Geçimsiz ve dağılmak üzere bir ailenin yakın zamanlı sabah namazı grafiğini görmek bu bakımdan öğreticidir. Sabah namazı takvimi düzgün işleyen bir aile Allah'ın yardımını kendileriyle bilmelidir. Bir evde Allah'ın bereketi yoksa İblis var demektir.

Sabah namazını hayatımızın gündüzü ile gecesini arasında tampon bir vazife olarak görmediğimiz sürece Allah'ın rızası da bizimle olmayacaktır. Sabah namazını iyilik ve kötülüğümüzün, hayır ve şerrimizin ölçüsü olarak kullandığımız sürece Allah'ın izniyle iyi gidiyoruz demektir. Şayet sabah namazımızda sorun varsa öğle namazını da uzun süre devam ettirebileceğini düşünmek safdilliktir. Şeytan bir dişini, hem de en güçlüsünü sökmüştür ya, diğerlerini de tek tek alacaktır...

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. وَصَلَّى اللَّهُ وَسَلَّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ.

*Âlemlerin Rabbi Allah'a hamd, Efendimiz Muhammed aleyhisselama, ailesine, ashabına salat ve selam olsun.*