

Neden Sinirleniyoruz?

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. وَصَلَّى اللَّهُ وَسَلَّم عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ.

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

Kardeşlerim,

Oldukça yüksek oranda sinirli ve gergin bir hayat yaşıyoruz. Bir balona iğneyle dokunulduğundaki manzara neyse insanlara biraz olsun dokunulma, rahatsızlık verilme ihtimalinde hemen hemen aynı durum yaşanıyor.

Çarşıda, ulaşım araçlarında, sokaklarda, aile muhabbetlerinde, cami bahçelerinde herkes her an patlamaya hazır hâlde bekliyor. Basit bir söz, küçük bir şaka, hafif bir dürtme, minik bir ekonomik alışveriş... sebebi çok da önemli olmaksızın herkes mızrağıyla bekliyor. Eşler pimi çekilmiş bomba, çocuklar henüz onlu yaşların başındayken adeta yıllardır aile geçindiriyor gibi bunalmış edalarda, yaşlılar kendilerini kral sandıkları hayal dünyalarının ortasında neyden alınıp köpürecekleri belirsiz... Herkes her şeyde haklı ve muhakkak başkaları haksız...

‘Böyle Müslümanlık olur mu?’ sorusunu bir kenara bırakalım ve daha temelden soralım; böyle hayat olur mu? İnekleri, koyunları bile mevcut yaşayışımızda maruz kaldığımız bunca stresin içine bıraksak herhâlde bir daha süt vermezlerdi. Bu kadar stresle biz bile bile ömrümüzü kısaltıyor, yuvalarımızı yaşanmaz hâle getiriyoruz. Bu yüzdendir ki insanlar işten çıktıktan sonra kalan zamanda akşamı ve geceyi huzurla geçirecekleri evleri yerine sigara dumanı altında kalacakları yerlere gitmektedirler. Evimiz huzur kaynağımız olma özelliğini ne yazık ki kaybetmiştir. (Kimsenin “Ama benim eşim bildiğiniz gibi değil” deme hakkı yoktur. Zira peygamberler ve salih kullar da siparişle eş bulabilmiş değillerdi ama eşleri yüzünden delirmediler. Bizim bu husus özelinde problemimiz, yaşamak hakkında düşünürken keyfimize göre bir hayat bulacağımızı zannetme gafletimizle de ilintilidir.)

Her şeye bir noktada anlam verilir de camiler Allah’ın rahmetini coşkunca hissedeceğimiz yerler olması gerekirken orada bile niye huzurumuz olmaz, insan camide de niçin sinirlenir, bunu anlayamıyoruz. Elbette burası, dünya, yorgunluk ve yaşlılık yeridir. Burası cennet değildir. Fakat kendi elimizle kendimizi bile bile yıpratmanın, sinir sistemimizi tarumar etmenin bir manası da yoktur. Bu nedenle hepimiz yanlış ve haksız tutumları kendimize bile isteye gösterdiğimiz, zulmettiğimiz hâlde neden sinirleniyor, huzurumuzun yokluğundan şikâyet ediyoruz?

Rahatlatıcı, teskin edici ilaçların herhâlde yakın zamanda bakkallarda bile satılacak kadar yaygınlık kazandığı mevcut manzaramızın perişanlığı, huzurumuzun yok edicisinin kendimiz olduğu gibi sağlayıcısının da kendimiz olabileceğini bize hatırlatmalıdır. Hastalığa, trafik kazasında sakat kalmaya veya başka bir faciaya karşı kendini korumak zorunda olduğu gibi sinir sistemini de insanın kendi korumalıdır. Kimsenin sinirlerini onun yerine devlet koruyacak değildir. Devlet ülkenin sınırlarını korur, kimsenin sinirlerini değil.

Gözümüze çivi batmasın, elimiz yaralanmasın diye dikkat ettiğimiz gibi beynimizin stresten çatlamaması için de dikkat etmeye mecburuz. Kendimizi şehrin stresine bilerek kurban ettikten sonra artık erken yaşlanma, zamansız yorulma gibi şikâyetlerin bir anlamı kalmaz. Elbette neticede plastikten bir varlık olmadığımız, biyolojik olduğumuz tespiti ortaya konabilir. Olaylardan etkilenebilir, başkalarını da etkileyebiliriz ancak bu, cinnet geçirmemizi ve etrafımızı vurup kırmamızı, ağzımızdan bedduaların eksik olmamasını gerektirmez.

Herkesin mutlaka her şeyden şikâyet ettiği, konuştuğu ama illa dert yanarak konuştuğu mevcut vasatta adeta hiç iyi bir şey yokmuş, yaşanmıyormuş gibi bir izlenime kapılmak işten bile değildir. Zenginin ayrı, fakirin ayrı dert yandığı ekonomik hâller, kimsenin memnun olmadığı hayat şartları, şikâyet edilecek son şeylerden bile bir yolunu bulup muhakkak şikâyet etme hevesi kendi

huzurumuzu baltalamaktan başka anlama gelmemektedir -bundan daha önemlisi de Allah'ın nimetleri karşısında nankörlük anlamına gelmesidir.

Dünyada bizden daha zor ve kötü şartlar altında hayatını sürdürmeye çalışan çok fazla insan bulunduğunu bildiğimiz hâlde sağlığımızın bozulmasına göz yummuş oluyoruz. İnsanlar delirdiklerinde Allah akıl nimetini onlardan almış olduğu için bu konumuz dışındadır; ama kişinin kendi aklını bozması başkadır. Sigara içen birinin kendi ciğerlerini mahvettiğinde kıyamet günü bu suçtan hüküm giyeceği gibi delirecek, cinnet geçirecek kadar sinirlenen kimseler de ahirette sorgulanacaklardır. Bazı insanların kısa boylu, bazılarının esmer tenli yaratılmış olmasına benzer biçimde bazıları da gergin ve sinirli bir tabiatla yaratılmış olabilirler. Yüz insandan biri belki de ancak ilaçla teskin edilecek kadar sinirli olabilir. Zaten bu tür karakterde olan kimselerin çocukluklarında dahi yetişkinlikteki bu tabiatlarına dair ipuçları bulmak mümkün olabilmektedir. Burada bahis konusu ettiğimiz kimseler bunlar değildir.

İçimizde bile bile beslediğimiz bir canavar vardır. Bu canavarın yemini biz veririz. Bizi delirtmesi için yemini eksik etmeyiz. Şunu düşünelim: İnşaatta akşama kadar çalışan ve hâliyle çok yorulup bitkinleşen bir insanın ne yapması gerekir? Sekiz saat hatta daha fazla bir zaman boyunca yorucu işinin yanı sıra insanlarla da boğuşmuş, türlü zıtlık ve zorluk karşısında sinirleri iyice gerginleşmiş, bedeni ve zihni tamamen tükenmiş bir insanın yaptığı kolay katlanılabilecek bir iş değildir. Biz bu insandan mesai sonrası ne yapmasını bekleriz? Beklenen ve makul olan, akşam eve gelip huzurla namazını kılması, ardından günün kalan zamanında uzanıp bir güzel dinlenmesidir. Zira ertesi gün de aynı zorluktaki işine gideceği için pilinin dolmuş olması lazımdır.

Fakat bu kişiyi şöyle görürüz: Akşam oturduğu koltuğunda bir yandan yemeğini yemeye çalışırken diğer taraftan haberleri açmış ve o günkü trafik kazalarını, siyasî tartışmaları, ekonomik faciaları, melanetleri, işçi grevlerini izleyip dinlemeye koyulmuştur. Günün o saatine kadar dolmuş olan kafasının üzerine bir de bunları sos niyetine ekler ve sabahleyin stres dolu bir bünye, çatlamak üzere bir kafayla yatağından kalkmaya artık hazırdır.

Buradaki yanlışlık, yöntem sakatlığı tamamen kişinin kendinde düğümlenmektedir. **Eve dinlenmek için gitmiş olması gereken insan, o dinlenilecek zamanları televizyon, bilgisayar, cep telefonu başında beynini daha fazla sıkıp yormak yolunda harcamıştır. Sabah kalkınca başı kendiliğinden ağrıyor değildir, başını bizzat kendisi ağrıtmaktadır.**

Bize emanet olan yalnızca kalbimiz, ciğerimiz, gözlerimiz, ellerimiz değildir; beynimizin de emanet olarak verilmiş olduğunu bilerek hareket etmeye mecburuz. Beynimizi hasta edip aşırı yüklenme ve strese maruz bıraktıktan sonra artık çocuklarımızdan nefret eder, eşimizle kavga için bahane arar bir hâlde gelmemiz işten olmaz. Eşlerimizle Rabbimizin, "Size yanlarında huzur bulmanız için eşler yarattık" ayetinden tamamen uzak bir dünyada yaşamaya mecbur kalmamız bundandır. Eşinden bahsedince cinnet geçirecek gibi olan, adeta en büyük düşmanını hatırlayan kimse hâline gelmesi insanın kendini yoran, yıpratıcı, tüketen alışkanlıklarını terk etmemesinden kaynaklanmaktadır.

Hayatı yaşamayı beceremedikten sonra kabahat siyasetin, ekonomik verilerin ya da Birleşmiş Milletler organizasyonunun değildir; bu mücadele ve hatta savaş en başta kendimizle yaşadığımız, kendimizi yıpratığımız bir süreçtir. Yaşamayı becerememek, sadece haberleri izlemek, icap edince kavga gürültü içine girmekten ibaret bir şey sandığımız hayat bize baş ağrıları, bol sinir ve nihayet cinnet hâlinde başka şey vermemektedir. Diğer taraftan tarlalar, bağlar, dağlarda çalışarak hayatını - üstelik bizimkinden çok daha zor şartlarda- geçiren ecdadımız ise yüz senelik ömrü hastalıklı tamamlamışlardı. Bizim teknoloji ve imkân bolluğumuzun o imkânsızlıklara kıyasla çok daha rahat olmamızı sağlaması gerekirken manzaramız ortada...

*

Tabii ki dış sebeplerden de söz etmek mümkündür, kabahatin tamamı insanın kendinde olmaz. Ancak kıyamet gününde hesap verirken dışarının soğukluğunu gördüğümüzü, evimizi ısıtmak için sonuna dek mücadele verdiğimizizi söyleyebilecek kadar üzerimizden atmış olacak mıyız sorumluluğumuzu? Dışarının soğukluğuna rağmen ısınmak için çabalınamamak, aksine soğuğa maruz kalışımızı engellemeyecek durum içinde olmak bizi veballe baş başa bırakmaz mı? **Evlerimiz başta olmak üzere yaşamak için seçtiğimiz yerler sükûneti ve huzurumuza, beynimizin rahatlığına yardımcı oluşuyla bizi destekleyen mahiyette olmalıdır. Aksi takdirde dünyada vicdanen rahat edemeyişimiz şöyle dursun, kıyamet gününde de altından kalkamayacağımız bir hesapla yüz yüze kalırız.** Zira sözgelimi intihar etmiş kimselere beden emanetine ihanet etmelerinin hesabı sorulacağı gibi beyin, kalp, akıl, sinir nimetlerini yıpratmaktan da hesaba çekilmek mümkündür. Bu dünya ve dünyanın üzerinde yaşayan bedenler bizim değildir, bir sınav odasında bulunduğumuzu unutamayız.

Dünyada bulunma maksadımız imtihan edilmektir. Biz tam şu anda imtihandayız. Çok sinirlenerek, sinirlerimizi kontrol altında bir türlü tutamayarak başkalarına bedel ödetmemizin, çanaklar kırmamızın ve kötü işlerin sebebi hâline gelmemizin kıyamet gününde ileri sürebileceğimiz bir bahanesi olmayacaktır. Bunlar için “Ama eşim beni çok sinirlendirmişti” mazeretini ileri süremeyeceğiz. Herkes ve her şeyin tamamen imtihan edilmemize yönelik var olduğu bize söylenmiş, daima hazırlıklı bulunmamızın gereği vurgulanmıştı. Öyleyse bir ‘hayatı yanlış anlama’ söz konusudur.

Hayatımıza teknik aletler, teknolojik imkânlar, konforlar ve kolaylıklar girdikçe huzurumuzun artma sebebi olmadıklarını artık anlamak mecburiyetindeyiz. Tuşlu telefonlar bir dertti, tuşsuz akıllıları geldi ama bu sefer bizde akıl bırakmadı. Telefonla iletişim arttıkça dostluklar tavsadı, gevşedi, uzaklaştı ve eşler birbirinin casusu hâline geldi. Anlaşıyor ki marifet bir konfor imkânına daha sahip olmakta değilmiş. Bu hakikati teslim etmeye ve gerçekçi olmaya mecburuz.

İnsan hayatı yaşayış zihniyetindeki altyapıyı sağlam kurarak bünyesinin sinir sistemini en azından asgarî seviyede güvenli hâle getirebilir. Sinirsiz olmanın mümkün olmadığını bilmeliyiz ancak ortalıkta asit gibi dolaşmanın, çatacak yer aramanın da doğal olmadığını bilmemiz gerekir. Peki, nedir söz konusu altyapı hazırlıkları? Kendimize nasıl bir zemin kurmalıyız ki bünyemizin sinirlerini gereksiz yıpratmadan, kendimizi anlamsızca tüketmeden, huzurlu ve ahenkli yaşamak mümkün olsun?

1- Düzeltmemiz gereken ilk altyapı meselesi acelecilik sorununuzdur. Aceleci, olayları ve işleri akışına bırakmadan, kendi iradesine göre oluşturmaktır. Çocuk 9 ayda doğar; 6 ayda doğmasını isteyen birinin tek çıkış yolu sinirlenmek, kafasını bozmaktır. Çocuğun reşit olması 25 yaşına kadar devam edecek bir süreçtir; bunun geldiği anlam şudur: 18 yaşındayken yaptıklarının, o çocuğun bundan sonraki genel istikametine dair söylediği şey pek de bağlayıcı olmaz. Ancak 25 yaşına gelmiş bir insan paranın, anne-babanın ne olduğunu hakkıyla anlamaya başlar.

Bunun bize öğrettiği, kendimiz 68 ve oğlumuz da 30 yaşındaysa alttan alta hâlâ bir çocukla muhatap olduğumuzun bilincini taşımamız gerektiğidir. Eğer karşımızdaki 30 yaşında insandan hayatı tamamen anlamış, derslerini almış ve özümsemiş birinin olgunluğunu beklersek varacağımız yer kafamızı vura vura sinir küpü olacağımız bir duvardır!

Hayat bize irademiz ve dileğimiz doğrultusunda bir düzen kurmayacaktır, kimseye kurmuş değildir. Parayla her istediğimiz olmaz. Acele eden, vakti kullanmayı bilmeyen birinin yaptığı yalnızca takvim yapraklarını beşer beşer kopararak varmak istediği güne daha hızlı varacağını zanneden birinin eylemine benzeyebilir. Bir ayın bitmesi için otuz gün geçmesi gerekir; takvim yapraklarını çok kopararak bunu on güne düşüremeyiz. Eşinin, çocuğunun olgunlaşmasını ve hayattan alması gereken dersleri tamamen hazmetmiş biriyle muhatap olmayı hemencecik bekleyen birinin durumu budur. Dün açılış kurdelesini kesilmiş bir dükkânın bugün vergi rekortmeni olmasını beklemek gibi...

2- Hayatımızda çok fazla tiyatro var. Her şeyin esprisi, şakası, eğlencesi yapılıyor. Siyasetçileri, devlet adamlarını, dini bile eğlence konusu yapan ve fıkralardan, esprilerden bağımsız anlayamayan bir anlayış sakattır. Dinle, ahirette, cennetle, cehennemle şaka olmaz. Her şeyi makaraya sarabilen birini hayat da bir noktadan sonra makaraya sarmaktadır. Her şeyi tiyatro ve şaka bağlamında algılayan kimsenin kapısına hayatın kış şartları uğradığında sinir sistemi bozulmaktadır. Hayat bir tiyatro değil, bütünüyle imtihandır.

3- Yaratılışımız, kültürümüz ve yöremize uygun olmayan arkadaşlar seçiyoruz. Sözelimi İstanbul'a gelen biri artık Anadolu'dakilere ve Anadolu'ya benzemeyen arkadaşlar ve ortamlar oluşturması gerektiğini düşünüyor. Bir de kravat taktığında 800 senelik İstanbullu sayıyor kendini! Hayatı yapay hâle getirmekten, zorlamaktan başka bir sonuç vermeyen bu düzenek aslında doğup büyüdüğü yöreye ait kültürü, tarzı, dili yaşatsa o kişinin sağlıklı neticeler almaması demektir.

4- Tartışıyoruz. Hayatında iğne-ilaç görmemiş insanlar aşı ve ilaç konusunda sağlık bakanından daha fazla çene çalmaktadır. Afette ne yapılması gerektiği, ekonomi gerçekleri veya başka herhangi bir konu... Her alanda uzman olan herkes, her şeyi, her zaman tartışıyor. Bir insanın beyni aynı anda doktor, hukukçu, din uzmanı, ekonomist, coğrafya bilgini, fay hatları sorumlusu olmayı nasıl kaldırsın?

Kendimizi bir hafta boyunca test ederek bu konudaki zafiyetimizi (ve ardından tespitimizi) bilebiliriz. Bir haftalığına kendimizi mercek altına alalım: Uzmanlık gerektiren, uzmanı olmadan konuşulunca absürt olacak kaç konuda görüş belirtmişiz? "Ben bu konudan ne anlarım, delirdin mi?" diyebilmiş miyiz? Her alanda uzman olmak ve kendini uzmanlık gerektiren konuların tartışılabilir yetkilisi saymak ileride delirmek için yeterli bir gerekçedir. Yirmi sene tahsilini gördüğü doktorluk mesleğinde insanlar yeri geliyor, sorulan bir soru hakkında bilgi sahibi olmadıklarını ve başka bir uzmana danışılması gerektiğini söyleyebiliyorlar. Hâl böyleyken kahvehanede, masa başında, kafe sandalyesinde oturan biri doktorun uzmanlığı ve başka birçok uzmanlık gerektiren hususta görüşlerini ardı ardına sıralamakta bir beis görmüyorsa burada elbette bir problemten bahsedilmelidir.

5- Allah'ın kulu, ölüme mahkûm, hastalıklı, bağırsakları dolu bir mahlûk olduğumuzu unutarak kibirleniyoruz. Eşimize, çocuklarımıza, arkadaşlarımıza, komşularımıza kibirli davranmak sonunda bizi yokuş aşağı yuvarlayan bir neticeye götürüyor. Kendini yüksekte gören şahsiyet, otobüse bindiğinde aslında hiç de sandığı kadar yükseklerde olmadığını anlayınca tosluyor. Bu toslamanın acısını da etrafından çıkarmak zorunda kalıyor. Hayatın gerçeği içinde zavallı bir kuluz; büyük konuşmanın ve kendimizi dev aynasında görmenin lüzumu yoktur.

6- Bedenimizin, aklımızın, karakterimizin, çevremizin, ailemizin, bilimimizin ortalaması olmayan bir kimliği yaşıyoruz. Televizyonda gördüğümüz diziye, hayatından kesitlere şahit olduğumuz birilerine göre yaşamaya çalışıyoruz. Hâlbuki aklımız, kapasitemiz, karakterimiz, ailemiz, semtimizin ortalaması o tipte bir hayat yaşamamıza engeldir. Engeli görmeyerek kendimizi orayı taklide doğru ittirdiğimizde sözelimi gereksiz bir harcama için taksit üstüne taksit girmeye zorlanıyoruz. Mobilya borcuna girersek hayatımızın çok iyi olacağını sanıyoruz. Ardından faiz geliyor. Borçlar, faizler, yatırımlar nihayet başarısız bir yatırıma dönünce de sinir sistemi bozuluyor.

Düzenimizi ve bakışımızı kendimize göre oluştursak bunlar yaşanmayacaktı.

7- Yalan! Çocuğa söylenmiş şaka kılıklı olanından iş ortağımıza aktardığımız yanlış bir beyana kadar her türlü yalan, birer yılan yavrusudur. Dün söylenen yalanın acısı bugün ve yarın çekilecektir. Eşe söylenmiş bir yalan, yıllar geçtiğinde aile fırtınası olup ortalığı kavuracaktır.

8- Sıradan bir Müslüman'a, "Gel, sana miras ilmini öğreteyim" dense hoca olmadığı için o ilmin işine yaramayacağı, daha kolay ve pratik konularla ilgilenmenin doğru olacağı cevabını verir -ki söylediği doğrudur. Lâkin iş haberleri dinlemek/izlemek/takip etmek olunca var olan bütün haberler ilgi alanımıza giriveriyor! O zaman ne uzmanlık ve özel ilgi alanı söz konusu olmuyor!

Orta yaşlı bir insana biyoloji öğretmeyi teklif etseniz, botanik ilminin ayrıntılarından haber verseniz “Bu yaştan sonra ne işim var onlarla!” der. Mantıklı olan da bu tavidir zaten. Ama haberleri en anlamsız, uzak, ince ayrıntılara varıncaya kadar her konu başlığında takip etmese dünya yıkılacak gibi takip eder. Dünyanın ücra yerlerinde, herhangi bir konuyla alakalı her ne olduyrsa mutlaka onu bilmesi gerekiyor gibi her şeyi izler. **Bir insana kırk gün deli dense deli oluyormuş da saat başı karanlık, kötü, feci bir şeyler hakkında haberler verip tedirgin edilse o insanın normal kalabileceğini mi düşünüyoruz? Her gün bir köşeden fırlayan “İstanbul’da büyük bir deprem olacak” haberleri durmadan zihnine boca edilen birinin zihninin nasıl allak bullak olacağını hesap edebiliyor muyuz? Böyle bir hayata hangi beyin dayanır?**

Bir haber bülteni var mı ki çiçekler, güzellikler, harikalıklarla ilgili olsun? ‘Haberler’ denen şey neredeyse tamamen kaos, fenalık, karamsarlık, fecaat, adilik ve çirkeflikle alakalıdır. Biz kendi hayatımıza bakmak, kendimize odaklanmak, sağlığımız ve ailemizle ilgilenmek mecburiyetinde değil miyiz? Bunca çürüme ve yıpranmanın hesabını Rabbimizin huzurunda verecek değil miyiz?

9- Düşünmeden konuşuyoruz. Konuştuğumuz her söz, sonra büyüüp bir canavar olarak karşımıza çıkıyor. Muhatap olduğumuz kimseleri dinlemiyor, henüz sözlerini bitirmeden kendi diyeceğimizi de onun dediği hakkındaki hükmümüzü de açıklayıveriyoruz. Düşünmeden ve dilimizi zihnimizden fazla çalıştırarak konuşmaya olan hevesimiz, itibarımız kadar sinir sistemimizi de zedeliyor.

10- Gereksiz, çoğu da israf olan borcun altına giriyoruz. Peygamber aleyhisselam Efendimiz, “*Borç gece uykusuz bırakır, gündüz yalan konuşturur*” buyurmuştur.

11- Özür dilemeyi ve özrü kabul etmeyi beceremiyoruz, ağırımıza gidiyor. Özür sürecini ertelemek veya görmezden gelmekle aslında en fazla kendimizi yıprattığımızı göremiyoruz. Muhatapımızın özrünü kabul ederek konuyu kapatmak bizi rahatlatacağı hâlde gururumuzu konuya hâkim kılıyor ve olan yine bize oluyor.

12- Aile içinde nezaket ve merhameti yayamıyoruz. Bunu erkeklerin erkekliklerine yakıştıramamaktan, kadınların da erkekleri şımartmamak gerektiği saikiyle tuzağına düştüğü bir durum bilmeliyiz. Nezaketsiz, nezaketli olanı da yapay hâller başımızın derdidir.

13- Namaz ve zikir başta olmak üzere ibadeti bir formalite olarak yapıyoruz. Hâlbuki Resûlullah sallallahu aleyhi ve sellem bunaldığı zamanlarda, “*Bilâl, ezan oku da rahatlayalım*” buyururdu. Demek ki namazın böyle bir rahatlatıcı tesiri söz konusudur. Namaza başlarken tekbir getirince bütün dünyayı arkana atmak, Rabbinle baş başa birkaç dakika geçirmek mümkündür. Tesbihi eline alıp Allah’ı hatırlamak insanı dünyadan ve dünyanın bütün dertlerinden koparan bir ilaç etkisi taşır. Bunu becerebilmek gerekir.

14- Dosta tutunamıyor, dost tutunduramıyoruz. Muhabbet ettiğimiz insanlar azalmış, bitmiş hâldedir. Hâlbuki insan tek başına hayatını sağlıklı sürdüremez, tek olmak Allah’a mahsustur. Herkese muhakkak surette rahatlayacağı, içindeki dertleri sünger gibi emdireceği dert arkadaşı lazımdır. Beraber sigara içilen arkadaştan değil, dostluğuyla sorunlardan uzaklaştırıp iç rahatlığa kavuşmaya yardım edecek kimseden söz ediyoruz.

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ. وَصَلَّى اللّٰهُ وَسَلَّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَىٰ اٰلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِيْنَ.

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