

*Sofra düzeni ile alakalı küçük tüyolar ve  
enfes yemek tarifleri s.20*



# İRŞAD 2009

Kasım Sayısı

**Mustafa ÖZBAĞ**

*“Tasavvuf ve Tarikat aynı mıdır?”  
Sorusunun yanıtıyla 5.sayfa’da*



*Baş ağrısına birebir şifalı mucizevî bitkiler nelerdir?*



*Sahabe Efendilerimizin  
Tevazusu sayfa 17.*



## İÇİNDEKİLER

Editörden

Resulullah'ın Nurunda Kuran ve Sünnete uyabilmek "Özgü MUŞTU"

Mustafa Özbağ Efendiden gül destesi "Gülenay ZİYA"

Peygamberler Tarihi "Aşlı GÜNDÜZ"

Fethi Güzel Şehirden Dost diyarına "Sükûtun Bendesi"

İslam'da evlilik "Emine ŞEN"

Sohbet-i Piran "Nihal KARADENİZ"

Çeşni

Peygamber (s.a.v)in dört gülü "Nuran Aybüke OKLU"

Ayine "Mehlika Elif KAZANÇ"

Çocuk Eğitimi ve Aile "Kadriye TAŞ"

Psikoloji "Semiha KORUR"

Edeb'iyat "Zeynep KOÇDEMİR"

Onlar Yıldızlar "Derya MAKTAV"

Hayatü's sahabe "Fatma ÇAPRAZOĞLU"

Sağlık "Elif KİRAZ"

Cilt bakımı "İpek TOPRAKCI"

Özlem'ini duyduğunuz yemekler "Özlem MOLLAOĞLU"

Şifalı bitkiler

Pratik bilgiler

Esmâ'ül Hüsna "Gülşah KÖPRÜ"



Şeyh Galip



**Psikolojide savunma mekanizmaları**





Sevgili İrşad okuyucuları;

Hayat engellenemez bir hızla, karşı konulamaz bir düzende akıp gidiyor. Uzun zamanları düşünceye dalmadan önce, birkaç dakika öncesine bakmak bile yeterli olacaktır. Arkamızda bıraktığımız zaman kabını nelerle doldurduğumuz şüphesiz ki önemli... İnsanoğlu içinde bulunduğu zamandan bir türlü memnun olmaz. Geçmişe duyulan özlem iççinde yaşanan zamanı hiçe sayar adeta. Daha sonra geçmişi düşünerek geçirdiğimiz geçmişte bir pişmanlık olur.

Thomas Browne'nin de dediği gibi geçmişten çok geleceği düşünmeliyiz, çünkü bundan sonra orada yaşayacağız. Yaşadığımız anı en güzel şekilde değerlendirip Nur-i Dilara'nın (s.a.v) ışığından faydalanmalıyız.

Yeni dönem yaşantının getirdiği yaşantının getirdiği geçim telaşesi, kalabalık, gürültü, teknoloji birçok şeye karşı inancımızı kaybettiriyor. Bizlere temizliğin, safiyaneliğin, kulluğun geçmiş içerisinde sıkışıp, kalıplaştığı inancını aşıyor. Oysa ki her dönemin altın çağ yaşayan toplumlari mevcuttur.

Karanlıklar içinde aydınlığa ulaşmak zor olmasa gerekir. Hiç ışık olmayan bir

odada küçük bir mum dahi olsa ışığı hemen fark edilir. İçinde bulunduğumuz zamanda da ruhumuza ferahlık kazandıracak kimseler bu anlayışla fark edilebilir. İranlı şair Kemal Hucendi kurtuluşun, geleceği nurla aydınlatmanın kolaylığını ama bunun farkındalık gerektirdiğini şu beyitiyle anlatıyor:

“Gönül ehli olanlar gittiler AŞK şehri boş kaldı deme,

Cihan Şemsi Tebrizi ile doludur ama onu görecek Mevlana nerede?”

Ardında küçük taneler halinde hayatlar bırakarak ilerlerken zaman,

Geçmişte yaşayarak bugünümüzü etmeyelim ziyan!

Dua ile...

EDİTÖR *Özgü MUŞTU*

YAYIN EDİTÖRÜ *Kadriye TAŞ*

GRAFİK TASARIM *Gülşah KÖPRÜ*

YAZI İŞLERİ *Gülenay ZİYA*

İLETİŞİM ADRESLERİ

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

[www.mevlana.org](http://www.mevlana.org)

[irsad.dergisi@gmail.com](mailto:irsad.dergisi@gmail.com)

Bu çalışma Mevlana Kültürünü Tanıtma ve Yaşatma Derneği'nin gençlik çalışması, kültür hizmetidir.

## Rəsulullah'ın Nurunda Kur'an və Sünnetə Uyabilmək

### Rahman və Rahim olan Allah'ın adıyla

Ben bir kölenin yediği gibi yerim,  
kölenin oturduğu gibi otururum;  
çünkü ben bir kuldən başkə şey değilim. *(Buhari, Tirmizi)*

Tevazunun en üst seviyesi! Alçakgönüllülüğün en güzel örneği! Âlemler O'nun (sav) için yaratılmışken, peygamberliğinden ziyade acziyetinin Allah huzurunda sonsuzluğunu ve kullukta zirveyi yaşıyan Hz. Muhammed Mustafa (sav)...

Allahu Teâlâ: "Siz nefsinizi övmeyiniz, kimin muttakî olduğunu Allah daha iyi bilir." *(Necm, 32)* buyurmuş ve kibirlenen, ululukla ve büyüklükle övünen insanların kendisine ortak koştuklarını ve büyük azaba uğrayacaklarını bildirmişti. *(Müslim)*

Kibirle dolaşan insanlar, toplum içerisine kendileriyle övünürlerken, esas övülmeye layık olan Allah'ı unutarak gaflete düşerler. Tevazudan yoksun olmak, zulmü beraberinde getirir, ahlaksızlığı doğurur ki Efendimiz (sav): "İman bakımından müminlerin en kâmil olanı, ahlakı en güzel olanıdır." *(Tirmizi)* buyurmuşlardır. Ahlak kalemizi kurarken, bir temel taşının eksik olması inşamızı (ahlakımızı) tehlikeye sokar.

Bir kimsenin kendisini diğer insanlardan daha aşağıda görmesi tevazu demektir. Ancak bu insanın kendisini aşağılamasını beraberinde getirmemeli, üstünlük sevgisinden kaçış toplumda kendisini aciz duruma düşürmesine neden olmamalıdır. Efendimiz (sav) ahabına, misafirlerine hizmet ederken peygamberliğini ön plana çıkarmamış, tevazu ile davranmıştır. Şunu hiçbir zaman unutmamalı ki övünmesi ve övünülmesi gereken en yüce insan Efendimiz (sav) iken, O alçakgönüllülükte hep en üstün idi.

Özgü Muştu

## SORU: Tasavvuf ve tarikat aynı mıdır?

**El Cevap:** Aynı değildir. Her ne kadar birbirinin içindeymiş gibi, birbirine yakınmış gibi görünse de tarikat Tarikat ehli kısmının yaparak, oluşturarak, özel uyguladıkları şekilde okullaşması, tasavvufun resmi resmi değildir. tekke ve zaviyeler tarikat kalmamıştır.

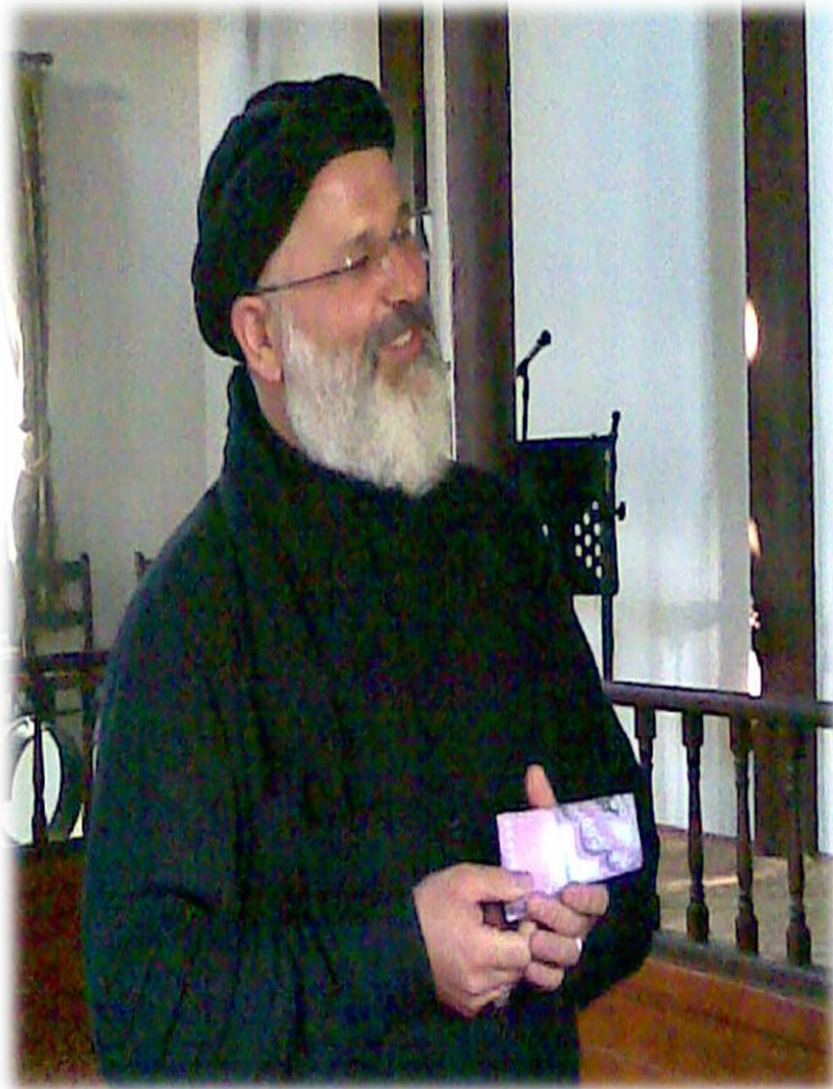


ve tasavvuf aynı değildir. tasavvufun içinden bir kendilerine özel mekânlar kendilerine özel ritüeller kıyafetler oluşturarak sistemdir. Yani tasavvufun bir resmileşmesidir. Tarikat, tarafıdır. Ama ehli tasavvuf Aslında cumhuriyetle beraber, kanunundan sonra, Türkiye’de Hatta bir yönden bakılacak

olursa dünya üzerinde tarikat kalmamıştır. Ama insanlar bununla isimlendirildiğinden yahut tarikat üzerinden hizmet ettiğinden, bir kısmı da tarikat üzerinden insanları istismar ettiklerinden lafız olarak, tarikat devam edip gelmiş. Örneğin: Rufai Tarikatı. Rufai Tarikatı’na müntesip bir kimse pembe giyinir. Gömleği, haydarisi, sarığı, takkesi pembedir. Zikrullah ritüelleri farklıdır. Sabah Rufai hatmi vardır, insanlar tekkede toplanırlar, sabah namazında Rufai hatmi yapılır. Şu cemaatin her sabah bir mekanda toplanıp Rufai hatmi yaptığını düşünebiliyor musunuz? Bu mümkün mü? Değil. Özel mekânlarınız olacak, özel giysileriniz olacak... Tarikata giren kimse malını mülkünü kendinde tutmaz. Tarikatın adabıdır; o kimse tarikata girdiği zaman malını da mülkünü de getirir dergâhın vakfına teslim eder. Der ki, ‘Benim malım, mülküm, canım, her şeyim buraya feda olsun.’ Tarikatın kendince mekânları vardır. Orada çileye katılır, onun çoluğuna çocuğuna vakıf bakar, evinin iâşesini sağlar. Onları Kur’an ve sünnete uygun bir şekilde yetiştirir, Allah’a dost etmeye çalışır. Böyle bir tarikat sistemi şu anda var mı? Yok. Tasavvufun ise mekâna, kıyafete, herhangi bir mevkie, hiyerarşiye ihtiyacı yoktur. Ayetle hadisle sabittir, onlar için bütün dünya mescittir. ‘Allah’ı zikrediniz.’ Ayet-i Kerimesi vardır, onlar Allah’ı zikretmek için özel mekân aramazlar, Allah’ı her yerde zikrederler. Hatta ilk zamanlar sokaklarda toplanıp Allah’ı zikrederlermiş. Meydanda, sokağın kenarında, bağda, bahçede, caddede... Üç kişi bir araya geldiler mi başlarıymış zikretmeye. ‘Dışarıdan sizi görenler deli olmuş desinler. Allah’ı öyle zikredin.’ Ehli tasavvuf halkın içinde durarak Hakk’a vuslat olmaya çalışır. Özel kıyafeti yoktur, özel takıları, ritüelleri yoktur. Onların Zikrullah halakalarında sadece edep vardır, edebi gözetirler. Allah’ın sevgisini, muhabbetini, hakikati gözetirler. O yüzden onlar halkın içerisinde tanınmamaya gayret ederler. İnsanların içinde doksan dokuzluk tesbihle dolaşmazlar, kendilerinin ehli tasavvuf olduğunun farkına varılacak özel bir kıyafet giymezler. Tarih boyunca onlar sarıla dolaşmamışlar, bir nişanımız olsun istememişler. Sırmalı kaftanlar, sırmalı takkeler, sırmalı ayakkabılar giymemişler. Sarıklarını özel işlemeli sarık olmamış. Onlar sünnet demişler; namaz kılarken, Allah’ı zikrederken sarığı bağlamışlar, bitmiş. Tasavvuf, Allah’ı sevmek demektir, kalbî bir yoldur. Tarikat her şeyini nefisle mücadelenin üzerine oturtmuştur. Tasavvuf ise her

şeyini kalbin üzerine oturtmuştur. Evet, nefisle mücadele eder amma velâkin onun için ihlâs, samimiyet, sevgi, muhabbet, Allah'a yakınlık kurmak önemlidir. Bu yakınlığı kurarken onun gözettiği tek yol vardır: Kur'an ve sünnet. Ehli tasavvuf, sünnet-i Resulullah'a çok bağlıdır, Kuran-ı Kerim'e çok bağlıdır. Ehli tarikat ise şeyhin koyduğu kurallar üzerinden gider. Şeyh ehli tarikata bir kural koyar, kural kuraldır. Onun dışına çıkılması mümkün değildir. Ehli tasavvufta ise şeyh kolay kolay kural koymaz, o; Kur'an ve sünneti anlatır. Herkes kendi kuralını Kur'an ve sünnet dairesinde kalarak oluşturur. Bu, ehli tasavvufta şeyh kenarda demek değildir. Onlar üstadın özüne, anlatmak istediğine bakarlar zahirine bakmazlar. Onun içine bakarlar, Allah sevgisine bakarlar ve onun anlattıklarından kendilerince kendilerine göre kural çıkarırlar, üstat onlara kural koymaz. Tarikatta ise üstat kural koyar. Der ki; 'Bunu böyle giyeceksin.' Derviş onu öyle giyer. Der ki; 'Bununla evleneceksin.' Derviş gider onunla evlenir. Der ki; 'Bu işyerini kapatacağın.' Derviş kapatır. Der ki; 'Tek ayak üstünde seke seke gideceksin.' Derviş tek ayak üstünde seke seke gider. Ehli tasavvufta ise üstat böyle kural koymaz. Üstat tek ayak üstünde seke seke gidiyorsa dervişler bakar; tek ayak üstünde seke

seke gidiyor. Size 'Git.' dedi mi? Hayır. 'Ya, biz de gidelim.' diyen gider. Gitmeyene; 'Neden gitmedi?' denmez. Ehli tasavvuf, dervişlerin özel işleriyle, özel meseleleriyle ilgilenmez. Derviş gelir üstada 'Benim böyle bir problemim var.' der. Üstat ona Kur'an ve sünnet noktasında bir çizgi çizer. Yap yahut yapma der. Ehli tarikatta derviş yapmazsa zarar görür, ziyana girer. O yüzden ehli tarikatın bir mekânı, bir kurumu olmada kendi hiyerarşisini oturtması çok zordur. Allah muhafaza eylesin. Uzun bir mesele, inşallah zaman zaman değiniriz.



Düzenleyen: Gülenay ZİYA

**15 Ekim 2009 AB Vakfı**



# Peygamberler Tarihi



ASLI GÜNDÜZ

## ***HZ. İBRAHİM a.s***

“Biliniz ki mallarınız ve evlatlarınız, sadece bir imtihan konusudur. Büyük mükâfat ise; ahirette Allah nezdindedir.” (1)

“Şu muhakkak ki gerek mallarınızda gerek canlarınızda imtihana tabi tutulacaksınız.” (2)  
İmtihanlar... Ve teslimiyetinde kararlı, kararında sadık olan İbrahim peygamber... Onun hususiyetini Allah Teâlâ, Kur’an-ı Kerim’de sena ederek, överek şöyle zikreder:

“Sözünün eri olan (ahdine vefa gösteren) İbrahim...” (3)

İbrahim -aleyhisselam- ateşe atılmakla; canı ile kendi nefsi ile imtihan edilmişti. Oğlunu kurban etme emrine itaati ile de evladıyla imtihan edilmiş, neticede tevekkül ve teslimiyeti, O’na her iki imtihanı da kazandırmıştı.

Sıra malı ile servetiyle imtihan edilmesine gelmişti...

Cebrail –aleyhisselam- bir gün, İbrahim –aleyhisselam-’e insan kılığında geldi ve O’na:

- “Bu sürüler kimin?” diye sordu.

İbrahim (a.s.): “Rabbimin. Ben de emanetçiyim!” dedi.

Cebrail (a.s.): “Bana satar mısın?” dedi.

İbrahim (a.s.): “Rabbimi bir kere zikret, üçte birini; üç kere zikret tamamını vereyim!” dedi.

Cebrail (a.s.): “Rabbimiz! Sen ulûhiyetine yakışmayan noksan sıfatlardan tamamıyla münezzehsin, mukaddessin. Sen meleklerin ve Cebrail’in Rabbisin.” dedi.

İbrahim (a.s.): “Al, hepsi senindir, götür!” dedi.

Böylece Allah’ın Halil’i olan İbrahim (a.s.), Allah için bütün servetini bir anda feda etmiş, bu imtihanı da başarıyla geçerek, gerçek dost (Halil) olduğunu ispat etmiş oldu.

“Allah’ım! İbrahim’e ve âline rahmet ettiğin gibi Muhammed’e ve âline de rahmet et. Şüphesiz Sen övülmeye layık ve yücesin.”

“Allah’ım! İbrahim’e ve âline hayır ve bereket lütfettiğin gibi Muhammed’e ve âline de hayır ve bereket ihsan et. Şüphesiz Sen övülmeye layık ve yücesin.” (4)



1 Enfal 28, Tegabun 15

2 Al-i İmran 186

3 Necm 37

4 Buhari, Deavat 32; Tirmizi, Vitir 20; İbn-i Mace, İkame 25)



FETHİ GÜZEL ŞEHİR DEN  
DOST DİYARINA

Bir damla karanlıkta parlayan yıldızım...

Bir damla... Bazen bir derya içinden katre, bazen yağmurun tenine değirdiği bir dokunuş, bazen meleklerin özenle taşıdığı kar tanesi, bazen de aciz kulun cemaline gönülden konan bir zerre. Hepsi de bir damla, paha biçilemeyen...

Zifiri karanlığın konuk olduğu gecelerden bir geceydi ve bir damla idi bu küçük hanede tene değen. Ama bu damla ne meleklerin getirdiği bir kar tanesiydi ne de yağmurun dokunuşu, bu damla ta gönülden değen bir damlaydı. Billur olup düştü yere. Derken ötelerden, çok ötelerden süzülen bir ışık değdi tam damlanın üzerine. Bir başka parlıyordu bu gelen. Semadan bir parlıttı...

Karanlıklar içinde kaybolup gidecek bir damlaya hayat vermişti adeta. Geceye gömülüp gidecekti oysa. Işığın tüm ihtişamıyla parlıyordu bu damla. Kâinattaki diğer damlalardan şanslı idi şüphesiz. Ona değer verilmişti. O, fark edilmişti. Ve sonra ışığın geldiği yöne baktı heyecanla. Nasıl bu kadar güzel olabilirdi. Acaba ne demek istiyordu? Keşke dili olsa da anlatsa derdini. Söyleyeceği hüznü mü neşe mi bilemedi. Baktı, baktı... Akrep yelkovanın hızına ulaştı, semayı bir ses kapladı, o hala devam etti seyre. Açılmayacak bir kutuydu ışığın kaynağı, paylaşmıyordu sırrını. Neydi ondaki gizem anlayamadan kaybolmaya başladı gökyüzünde.

Ve o, terk etti karanlığı ve damla kurudu yavaş yavaş. Hayret! Hiç bu kadar uzun kalmış mıydı kâinatta? Hep bir şeylere karışıp yok olmaz mıydı oysa? O gece neydi damlayı bu kadar hayata bağlayan, ona can veren, onu merakta bırakan ?.. Bir daha gökyüzüne konar mı ışığın kaynağı ve bir daha kâinata düşer mi o damla?

Bilinmezler diyarında bir gece daha kavuşur güneşine... Hepsinden habersiz güneş, yerleşir kendinden emin gökyüzüne... Sahi tüm bunları damlaya güneşte yaşatır mıydı bir kere bile olsa?

Kamerin sırrına ulaşabilme umuduyla bir deneme daha naçizane kalemimden dost gönüllere, vessalam...







## NIKÂH VE NİKÂHIN ŞARTLARI

Nikâh, kadın ve erkeğin “Allah size nefislerinizden zevceler yarattı.” (Nahl, 72) ayet-i kerimesinin muhatabı olarak, helal yollardan birbirlerinden faydalanmalarını sağlayan bir akittir. Birçok şeyde olduğu gibi nikâh konusunda özellikle gençlerin dikkat etmesi gereken noktalar vardır.

Öncelikle nikâhın olabilmesi için imam şart değildir. Nikâh, bir tarafın teklif etmesi, diğer tarafın da kabul etmesinden ibarettir. Teklifi hangi tarafın yaptığı önemli değildir. Erkeğin kadına “Benim karım ol.”, “Seni nikâhladım.” veya “Kendini bana nikâhla.” demesi, kadının da kabul etmesiyle nikâh gerçekleşmiş olur. Artık, boşanma terimlerinden biri söylenmeden, kadın asla başkasıyla evlenemez. Dilsiz veya sağır olanların da anlaşılır şekilde yazı veya işaretle nikâhları yapılabilir.

Ancak şahitlerin bulunması, mehir ve talak (boşanma hakkı) konularının da daha sonra mutlaka konuşulup anlaşılması şarttır. Eğer bu şartlar yerine getirilmezse nikâh eksik kalmış olur. Tabii ki en efdal olanı nikâhtan önce yapılmasıdır.



Nikâhta taraflar bizzat bulunabilecekleri gibi, kendi adlarına vekil de tayin edebilirler. Bir kişi, ikisine birden vekil olabilir, ancak vekilin erkek olması şarttır. Nikâhta, belirsiz ifadeler değil - Hanefilerce-, açık söz ve kinaye olmalı ve geçmiş zaman eki kullanılmalıdır. Maksudı o an nikâhlanmak ise “nikâhlıyorum” gibi şimdiki zaman ekiyle de nikâh olur.

# NIKÂHIN ŞARTLARI

Nikâhın tam olması için belli şartlar vardır. Bunları şöyle sıralayabiliriz:

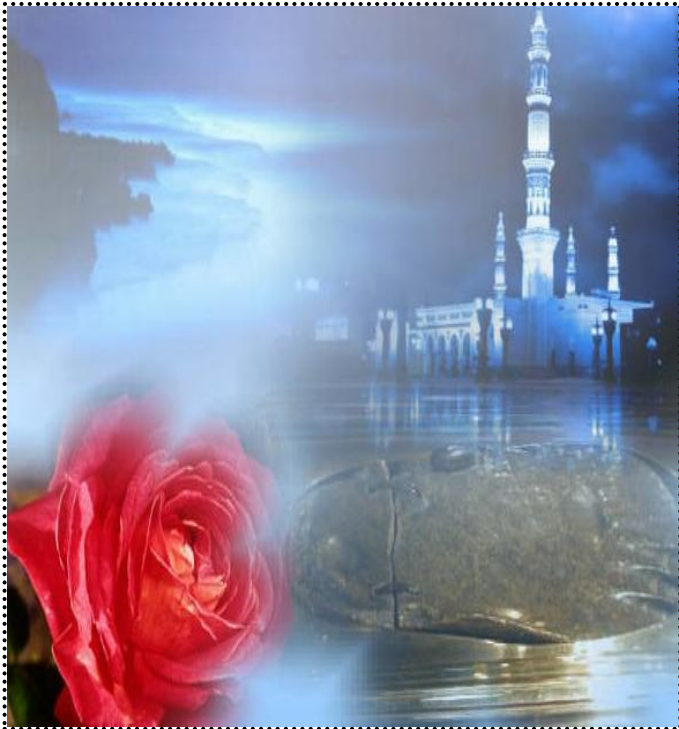
- ❖ **MEHİR:** Mehir miktarı ve verme zamanı anlaşmaya göre, ister nikâh anında ister nikâhtan sonra verilebilir. Ancak mehir miktarının az olmasını Resulullah (sav) Efendimiz şu hadisi-i şerifte nasihat etmiştir: **“Kadınların en bereketlisi, mehir yönünden en az olanıdır.”** (el-Tukani) Şunu da belirtmek gerekli, mehir kadının kendi malıdır. Koca mehir üstünde hiçbir yetkiye sahip değildir.
- ❖ **SAHİT:** Şahitlerin hazır bulunması, Resulullah (sav)’ın **“Nikâh ancak şahitlerle olur.”** (ibni Hüman) emrinin gereğince, kadın ve erkeğin birer erkek veya bir erkek yerine iki kadın olacak şekilde hazır olmaları şarttır. Tek bir kadının, delinin ve çocuğun şahitliği geçerli değildir.
- ❖ **TALAK:** Talak (boşanma hakkı), nikâh esnasında konuşulmalıdır. Kadın isterse üç nikâh hakkının tamamını, isterse bir kısmını almayı talep edebilir. Eğer erkek bu talebi kabul ederse, kadın erkeğin verdiği kadar nikâh hakkına sahip olmuş olur.
- ❖ **RIZA:** Velisi bakire bir kızı istediği ile nikâhlayabilir, ancak kız nikâhı kabul etmezse bozma hakkı vardır. Resulullah (sav)’a bir kız gelerek:  
-“Ya Resulullah babam falancaya beni nikâhladı, ne yapayım?” dedi. Resulullah(sav):  
-“Kabul et.” buyurdu. Kız:  
-“Ama ben onunla evlenmek istemiyorum.” deyince Resulullah(sav):  
-“O zaman nikâhı boz.” buyurdu. Kız:  
-“Ben babamı da mahcup etmek istemiyorum, buna hakkım var mı diye öğrenmek istedim.” dedi. Resulullah da bunun hakkı olduğunu ifade etti. Bakire bir kızı, velisi kızı sormadan nikâhlayabilir ama dul bir kadını velisi kadına sormadan nikâhlayamaz.
- ❖ Nikâhlanacak kimsenin akıllı, buluğ çağına ermiş ve özgür olması şarttır.
- ❖ Nikâhlanacak kadın veya erkeğin, evlenmesi haram olmayan kişilerle evlenmesi şarttır. (Haram olanlar; teyze, hala, amca, dayı, üvey anne, kayınvalide, kayınbaba, dede, nine, torunlar, sütkardeşler, sütanne vb.)
- ❖ Nikâh sözlerini tarafların duyması veya haberdar olması şarttır. Örneğin; bir toplulukta erkek çıksa ve orda olmayan birisini için “Falan kadını kendime nikâhladım.” dese, kadın da bunu duysa ve kabul etse nikâh gerçekleşmiş olur.

Nikâhlanacak olan kardeşlerimizin bu ayrıntıları bilmesi, nikâhlarının sıhhati açısından çok önemlidir.



## HACI BAYRAM-VELİ HAZRETLERİNİN TALEBELERİNE NASİHATLERİNDEN

- ❏ İnsanların fitnessinden kurtulmak istiyorsanız, çarşı ve pazarlarda sık sık bulunmayınız.
- ❏ Allahü Teâlâ'ya isyan yolunda, hiçbir kimseye yardım etmeyiniz.
- ❏ Hiddet ve kin, hakikatleri gören gözleri kör eder. Öfke, iyi düşünmeyi daraltır, yanıltır.
- ❏ Küçük çocukları seviniz, başlarını okşayınız. Onları sevindiriniz ki, Peygamber Efendimiz'in emrini yerine getirmiş olasınız.
- ❏ Çarşıda ve cami avlusunda bir şey yemeyiniz. Yol ortasında durmayınız. Ticaret erbabının dükkânlarında uzun müddet oturmayınız.
- ❏ Hiçbir günahı küçümsemeyin, çok çalışın. Boş gezenler, zengin bile olsa, arkadaşları şeytan, kalpleri şeytanın konağı olur.
- ❏ Helâlinden kazanıp, ondan fakirlere cömertçe veriniz.
- ❏ Ölümü çok hatırlayınız. Ölüm gelmeden hesabınızı yapınız. Tövbe ediniz ki affa kavuşasınız.
- ❏ Dünya gamından, nefsin sıkıştırmasından hafifleyip kurtulmak istiyorsanız, kabristanları sık sık ziyaret ediniz.
- ❏ Ayıp ve kusurlarını gördüğünüz arkadaşlarınızın, komşularınızın, sırlarını ifşa etmeyiniz. Çünkü gördüğünüz bu sırlar, size emanettir. Emanete hiyânet ise, çirkin bir harekettir.
- ❏ Âlim ve velîlerin kabirlerini ziyaret ediniz. Zira o büyükler, kendilerini ziyaret edenlere şefaet ederler.
- ❏ İlim sahiplerine hürmet ediniz.
- ❏ Halka yaklaşın fâsıklardan uzaklaşınız, iyilerle düşüp kalkınız.
- ❏ Yaşlılara saygı, gençlere sevgi gösteriniz.
- ❏ Hiçbir kimseye karşı bıkkınlık göstermeyin, onlardan biri imişsin gibi davranınız.



*Bilmek istersen seni, kim ki hayrete  
vardı,  
Can içinde ara canı, nura müslağrak  
oldu.  
Geç canından bu anı, Tevhîd-i Zat-ı  
buldu,  
Sen seni bil, sen seni... Sen seni bil,  
sen seni.  
Kim bildi ef âlini, Bayram özünü  
bildi,  
O bildi sıfatını Bileni anda buldu.  
Ande gördü zatını, bulan ol kendi  
oldu,  
Sen seni bil, sen seni. Sen seni bil,  
sen seni.*

*Nihal Karadeniz*

## KARANLIK

*Bazen insan düşer ya hiç düşmem dediği karanlığa... Bazen insan karanlıkta kalır ya sanki güneş batmış, ışıklar bir anda sönmüş gibi...  
Karanlık bile aydınlık gelir bazen ama bilmez ki aslında karanlığı aydınlık edinmiştir kendine. Onun karanlığıdır aydınlık... Işık saçan karanlık...  
Karanlık; gözlerini kapattığında bir şey görememen değildir, ışıklar söndüğünde karanlıkta kalman değildir. Asıl karanlık SEVGİLİ'yi görememektir. Onun haliyle hâllenememektir. Onun cemalini göremeden, Onunla bir kelam konuşmadan, Onunla bakışmadan hayat sürmektir karanlık. İşte biz bu karanlığı aydınlık etmişiz kendimize. Hiç SEVGİLİ karanlıkta aranıp bulunur mu? SEVGİLİ'nin nuru karanlıkta görünür mü? SEVGİLİ' NİN sesi karanlıkta duyulur mu? SEVGİLİ biz seni yanlış zamanda aradık, biz seni karanlıklar içinde aradık. Karanlığa uzat da bizi bu karanlıklar içinden Sen kurtar SEVGİLİ!*



*“Rahman ve Rahim olan Allah’ın adıyla...”*

### **“HZ. MUHAMMED (SAV)’İN İLK GÜLÜNÜN HİLAFETİ”**

Hicri on birinci yılda hastalanan Resulullah (sav) 13 Rebiyülevvel Pazartesi günü (8 Haziran 632) vefat etti. O’nun vefatını duyan Müslümanlar büyük bir üzüntüye kapıldılar ve ilk anda ne yapmaları gerektiğine karar veremediler. Hz. Ömer, O’nun Hz. Musa gibi Rabbi ile buluşmaya gittiğini, O’nun için “Öldü.” diyen olursa ellerini keseceğini söylüyordu. Resulullah (sav)’ın iyi olduğu bir sırada Hz. Ebubekir kızının yanına gitmişti. Vefat haberini duyar duymaz hemen geldi, Resulullah’ı (sav) alnından öptü ve “**Anam babam sana feda olsun ya Resulullah! Ölümünde de yaşamındaki kadar güzelsin. Senin ölümünle peygamberlik son bulmuştur; şanın şerefin o kadar büyük ki üzerinde ağlamaktan münezzehsin. Ya Muhammed, Rabbinin katında bizi unutma, hatırında olalım.**” dedi.

Sonra dışarı çıkıp Hz. Ömer’i susturdu ve “Ey insanlar! Allah birdir, O’ndan başka ilah yoktur, Muhammed (sav) O’nun kulu ve elçisidir. Allah apaçık hakikattir. Allah’ın kitabı ve Resulullah’ın sünnetine sarılan doğruyu bulur. O, ikisinin arasını ayıran sapıktır. Şeytan, Peygamberimizin ölümü ile sizi aldatmasın, dininizden saptırmamasın, şeytanın size ulaşmasına fırsat vermeyiniz.”

Hiz. Ebubekir konuşmasıyla insanları teskin ettikten sonra, ensar Benu Saide saki fesinde toplanarak Resulullah'tan sonraki halifenin tayini için bir araya gelmişlerdir. Hiz. Ebubekir, Hiz. Ömer, Ebu Ubeyde ve muhacirlerden bir gurup hemen Benu Saide'ye gittiler. Orada ensar ile konuşulduktan ve hilafet hakkında çeşitli konuşmalar yapıldıktan sonra Hiz. Ebubekir, Hiz. Ömer ile Ebu Ubeyde'nin ortasında durdu ve her ikisinin ellerinden tutarak ikisinden birine biat edilmesini istedi. O, kendisini halife olarak öne sürmedi. Hiz. Ebubekir'in konuşmasından sonra Hiz. Ömer atılarak hemen Hiz. Ebubekir'e biat etti ve **"Ey Ebu Bekir! Müslümanlara sen Resulullah'ın emriyle namaz kıldırđın. Sen O'nun (sav) halifesisin ve biz sana biat ediyoruz. Resulullah'a hepimizden daha sevgili olan sana biat ediyoruz."** dedi.

Bu özel biatten sonra ertesi gün Mescid-i Nebi'de Hiz. Ebubekir bütün halka hutbe okudu ve resmen biat edildi. Hiz. Ebubekir'in halifeliğine karşı kimseden bir çıkış olmamıştır. Zaten tabii, fitri, akli ve maslahata uygun olan da O'nun halifeliğidir. Hiz. Peygamber (sav) ölmeden önce yazılı bir ahitname bırakmamış, ancak Hiz. Ebubekir'in faziletine dair mescidde konuşmuş, hasta yatağındaiken O'nu ısrarla ağırđıtmıř ve yerine imam tayin etmiştir.

Hiz. Ebubekir **"Resulullah'ın Halifesi"** seçildikten sonra mescidde yaptığı konuşmada, **"Sizin en hayırlınız değilim, ama başınıza geçtim; görevimi hakkıyla yaparsam bana yardım ediniz, yanılırsam doğru yolu gösteriniz. Ben Allah ve Resulü'ne itaat ettiğim müddetçe siz de bana itaat ediniz, ben isyan edersem itaatiniz gerekmez."** demiştir.

Emir-el Mü'minin'in dilinden;

- İsterdim ki mü'min bir kulun vücudunda biten bir kıl olaydım.
- Bir hayrı kaırırsan onu yakalamaya alış, ulaşınca da onu geç.
- Sabır imanın yarısı, yakîn (ölüm) ise tamamıdır.
- Ölüme karşı haris ol, sana hayat verilir.



*Nuran Aybüke Oğlu*

## *VECDİMİN BİR MERHALESİ*

Diz kırıp el açtığımız, nihayetsiz isteklerimizi sıraladığımız en özel halimizdir dua. Dünya işlerinden sıyrılıp, sadece Es-Samed olana yönelmektir. Günahımızın ağırlığından kurtulmak için, bir parça affedilme ümidiyle dayandığımız kapının tokmağına el sürmektir dua. Ruhumuzun vazgeçilmez ihtiyacı, gönüllerimizin miracı... Dua... Hem Rabbimizin emri, hem gönüllerin isteği... Hem kulluk vazifesi, hem acizliğimizin nişanesi...



*AYİNE*

Dua, Rabbimizle görüştüğümüz en özel ve en güzel andır. El açtıkça değer kazanır insan. El açtıkça yücelir, yükselir. En şerefli el açma halidir. Ruhumuzun derinliklerindeki gün yüzüne çıkarma vaktidir. Nâ-mütenahi çırpınışlarımızın gölgesinde, Hû nefesiyle huzur bulmaktır. Sonsuzluğa uzanan ellerimizin, niyetlerimizin en halis anıdır dua. Şimdiye razı olmayıp, gönlümüzü, gözümüzü ötelere açmaktır. İçimize verilen dua isteği, aslında ötelere uzanan bir yolculuğun davetiyesi...

“Gel!” deniliyorsa şayet, açılır bir bir semanın kapıları. İstiyorsak, çağrılmışızdır kutlu mevkie. İstiyorsak, alacağımız bir şeyler vardır hazine-i rahmetten.

Dua... Belki yazılanların hepsi, belki de hiçbiri... İfade etmek zor, En Sevgili'nin en güzel halini... Şunu iyi biliyorum ki; çaresizliğimin tek adresi... Kurumuş tenime değen bir yağmur tanesi... Vecdimin bir merhalesi...

İşte açıyorum ellerimi;  
“Ey Rabbim, kabul et tövbemi. Ve daha nice niyetlerimi...  
Tut elimden ki kurtar beni yitirmelerden.  
Tut ki koru beni yanlış gitmelerden; Sev ki eyle beni rızana erenlerden.”

*Mehlika Elif Kazanç*

# Çocuk Eğitimi ve Aile



**“HERKES KENDİ TERCİHİNİN SORUMLUSUDUR.” (Müdessir,38)**

## ÇOCUĞA GÜZEL İSİM KOYMAK

Yeni doğan çocuğa kısa bir süre içinde güzel bir isim koymak, anne ve babaların en önemli görevlerindedir. Resulullah (sav) güzel isim koymanın önemini şöyle açıklıyor: “Sizler kıyamet günü isimlerinizle ve babalarınızın isimleriyle çağrılacaksınız. Öyleyse isimlerinizi güzel yapın.”(Ebu Davud) buyurmaktadır. Çocuğa konulan isim hem bu dünyada hem de ahirette geçerlidir. Resulullah(sav)’ın isim konusundaki hassasiyetini daha iyi anlamak için şu hadis-i şerifi de görmek lazım; Yahya bin Said (r.a.) anlatıyor: Hz. Peygamber (sav)bol sütlü bir deve hakkında “Bunu kim sağacak?” diye sordu. Bir adam ayağa kalkmıştı ki, Resulullah (sav) adama: “İsmin ne?” diye sordu. Adam:“Mürre. (acı)” deyince O’na “Otur.” dedi. Hz. Peygamber (sav) tekrar, “Bunu kim sağacak?” diye sordu. Bir başkası ayağa kalktı, “Ben sağacağım.” Diyecekti, Hz. Peygamber (sav) O’na da “İsmin ne?” diye sordu. Adam: “Harb.” deyince O’na da “Otur.” dedi. Resulullah (sav)“Bu deveyi bize kim sağacak?” diye sormaya devam etti, bir adam ayağa kalktı, O’na ismini sordu. O da “Ya’iş. (yaşıyor)” cevabını alınca O’na “Sen sağ.” dedi.

Allahu Azimüşşan’ın isimleri kullara isim olarak verilir. Mesela; Kerim, Halim, Kadir gibi. Bu kelimeleri insanlara isim olarak vermek caizdir. Ancak bu kelimelerin başına “Abd” kelimesini eklemek daha efdaldır. Abd kelimesi ilave ederek söylendiği zaman, Kerim Abdülkerim olarak söylenir. Bu takdirde Kerim’in kulu deneceğinden, mana çok güzel şekil alır. Bu mecburi olmasa da güzel hassasiyet olur. Resulullah Efendimiz (sav)’ın açıklamalarına göre en güzel erkek isimleri: “Abdullah, Abdurrahman, Muhammed, Peygamber isimleri,



Hasan, Hüseyin ve diğer İslam büyüklerinin isimleridir.” Ve bu isimleri tavsiye etmiştir. Kız isimleri olarak tavsiyeleri de,” Ayşe, Fatma, Zeynep, Hatice, Cemile, Zehra”dır.

Mahşerde herkes kendi ismiyle çağrılacaktır. Şayet çocuğunuza koyduğunuz isim kötü manaya gelen veya gayrimüslim ismi ise mahşer günü çocuğunuzu utandırmış olacaksınız. Çocuğunuz size “Allah beni doğuştan Müslüman olarak dünyaya gönderdi, sen neden bana kötü manaya gelen isim koydun?” diyerek, sizden davacı olacaktır. Buna da hakkı vardır. Çünkü Peygamber Efendimiz (sav), çocuğun anne ve baba üzerindeki hakkının üç tane olduğunu ve bunların çocuğa güzel isim koyması, çocuğa dinini öğretmesi ve hayatını devam ettirebilecek bir zanaatın öğretilmesi olduğunu söylemiştir. Burada hayatını devam ettirebilecek bir zanaattan kasıt; erkekler için evini geçindirecek bir iş, kızlar için ise evini ve ailesini idare edecek ev işleridir.

Peygamber Efendimiz bazı kötü anlamı olan isimleri iyi anlamı olan isimlerle değiştirmiştir. Mesela Uzza putun kulu anlamına gelen “Abduzza”yı, Allah’ın kulu anlamına gelen “Abdullah” ismiyle; ateş parçası anlamına gelen “Cemne”yi, güzel kız anlamına gelen “Cemile” ismiyle değiştirmiştir. Güzel isimlerden maksat manasının kötü olmamasıdır. Şu aralar sıkça duyduğumuz ve çok popüler olan “Aleyna” isminin anlamı ‘üzerimize’ demektir. Bu isim Yasin Suresinde geçiyor.



## **BAZI İSİMLER VE MANALARI**

- Ebrar: Özü sözü doğru olanlar, hayır sahipleri.
- Hanife: Allah’ın birliğine inanan kişi.
- Kamuran: İstedğine ulaşmış, mutlu.
- Esmâ: Ad, isim.
- Leyla: Uzun ve karanlık gece.
- Lamia: Parlayan, parlak.
- Verda: Gül.
- Ahunur: Göz kamaştıran güzelliğe sahip olan.
- Lara: Su perisi.
- Tuana: Cennete düşen ilk yağmur damlası.
- Mehmet: Küçük Muhammed.
- Senanur: Övülen nur.
- Hatice: Temiz.
- Kübra: Büyük.
- Sude: Perişan.



Hazırlayan: Kadriye TAŞ



## PSİKOLOJİDE SAVUNMA MEKANİZMALARI

Hepimizin kendi yaşam örgümüz içerisinde geliştirmiş olduğumuz daha anne karnından başlayarak son nefesimize kadar sınıksız sarıldığımız çeşitli savunma mekanizmalarımız vardır. Hayatımız boyunca adım adım duygu tanımlamaları yaşarız. Bu tanımlamalar içerisinde bizi üzen inciten duyguları tanımlarken ve onların oluşum süreçlerini hatırlarken aynı şekilde tekrar kırılmamak adına çeşitli savunma mekanizmaları geliştiririz. Bunlar bazen gerçekten bizleri korumaya yararken çoğu zamansa hayatın tadını yakalayacağımız en güzel anları ve en güzel ilişkileri kaçırmamızı sağlayacak kadar bize zarar verebilir. Kendi elimizle kendimizi vurmaktır savunma mekanizmaları. Tıpkı kelebeğin kozasının içinde güvenle yaşaması gibi güvenle onların içinde yaşarız, ama savunma mekanizmalarımız içinde kaldığımız sürece aslında bir kelebek değil bir tırtıldır, kelebek olmak ve sonsuza uçmak istiyorsak kozalarımızı delmemiz gerek. İşte bu yazımızda savunma mekanizmalarımızın ne için oluştuğu ve hangi bilinçte saklandığı gibi tanımlamalardan bahsedeceğiz.

Psikanalizin kuramsal kavramı "Ben" (Ego), "O" (id) ve "Ben üstü" (Superego) terimleriyle anılan ve "Ruhsal Aygıt" da denilen, ruhsal bir organizasyondan yola çıkar. "Ben" (Ego), kişiliğin bir alt yapısıdır. Oldukça bağımsız bir işleve sahiptir ve dış çevre ile, "id" ve "Superego" olarak adlandırılan diğer iki ait yapı arasında bir aracı görevindedir. "id" içinde hıza ulaşmayı amaç edinmiş istek ve duyguları bulundurur. Bu istek ve duygular, "libidinöz" ve "saldırgan" dürtülerden köklenir.. "Superego" ise, toplumun geçerli kavram ve ölçülerini içinde barındırmaktadır Yani gerçeğin ahlak kurallarını ve kişinin kendi kendini kontrolünü, eleştirisini temsil eder.

Ego nun işlevi, dış dünya ve bu dünyadaki insanlar arası ilişki nesneleriyle id ve Superego nun gereksinimleri arasında uyum sağlamaktır. Bir yandan dış dünyanın kural ve gereksinimlerini id ve Superego ya karşı temsil ederken, bir yandan da (id ve Superego nun gereksinimlerini dış dünya ilişkileri içinde temsil eder. Yani, kişinin sosyal ilişkilerindeki her türlü zorunlulukları ve çıkarları Ego tarafından temsil edilmektedir. Bir başka deyişle, Ego merkezi bir yönetim olup organizmanın uyum sürecindeki ruhsal organıdır ve aynı zamanda savunma süreçleri de burada bulunur. Ego, id ve Superego güçlerinin karşılıklı ilişkilerinin öğrenilebilmesi için ruhsal Savunma Mekanizmalarının öğrenilmesi son derece önemlidir.

Değişik insanlarda benzeri biçimde süre giden ve bilinçdışı otomatik olduğundan kişinin kendisinin bilinçli olarak algılayamadığı pek çok savunma şekli vardır. Bunlara Ego Savunma Mekanizmaları ya da Savunma Davranışı denir. Ego Savunma Mekanizmaları pek çok olup, bunlardan en çok rastlananlar şunlardır: Bastırma, yüceltme, düşle doyum, yerine koyma, yansıtma, gerileme, yâdsıma ve akılcılaştırma.

İşte bir sonraki sayımızda da elimizden geldiğince bu savunma mekanizmalarını açıklayarak bunların yaşamımıza olan etkilerini irdedeceğiz inşallah. Hepimiz için daha az savunma duvarlı ve daha özgür bir dünya diliyorum. Selam ve dua ile.



Hazırlayan: Semiha Korur



## ŞEYH GALİP



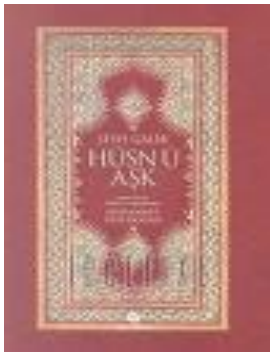
Mustafa Reşit Efendi babası, Emine Hatun ise annesidir. Daha çok küçük yaşlarda büyük bir kabiliyet ve başarı gösteren şair, ilköğrenimini babasından görmüş, daha sonraları dönemin ünlü şairlerinden Farsçanın inceliklerini öğrenmiştir. Ailesinin etkisiyle Mevlana Dergâhı'nda çileye girmiş, sonra yine ailesinin etkisiyle çilesini tamamlayamadan İstanbul'a geri dönmüştür. İstanbul'a döndüğünde Yenikapı Mevlevihanesi'nde çilesini tamamlamıştır. Daha sonra, 1791'de Galata Mevlevihanesi şeyhliği yapmıştır. Ansızın 3 Ocak 1799'da, İstanbul'da ölmüştür; ölümünün nedeni bilinmemektedir. Türbesi bu mevlevihanenin bahçesinde dir.

### TARZI VE EDEBİYATI

Esed ve Galip mahlaslarıyla yazdığı şiirlerini toplayarak 24 yaşında iken divanını meydana getirdi. (1780) Şeyh Galip, hiç kuşkusuz Nedim'den sonraki dönemin en ünlü şairlerindedir. Sembolizm tarzının Türk edebiyatındaki öncüsü olmuş, birçok buluşu ve oluşturduğu manzumlarla divan edebiyatının gelişmesinde büyük bir rol oynamış olmasına rağmen divan şiirinin geleneklerinden kopmamıştır. Bugün Şeyh Galip'in şiirleri gösterdiği harika sembolizm ve betimlemelerle özellikle Batıda fazlasıyla beğeni toplamaktadır. Şeyh Galip'in eserlerinin en önemli yönlerinden birisi de tasavvufi temellere sahip olmasıdır. Şeyh Galip tasavvuf edebiyatı açısından çok önemli bir isimdir.



E  
d  
e  
b  
i  
y  
a  
t



### ESERLERİ

- Divan (Şiirler)
- Hüsn ü Aşk (Güzellik ve Aşk)
- Şerh-i Cezîre-i Mesnevi
- Es-Sohbetü's-Sâfiyye

Zeynep KOÇDEMİR



### ASLANPENÇESİ SA'D bin EBU VAKKAS

*İran kuvvetlerinin Müslümanlara saldırılarını yoğunlaştırdıkları bir dönem... Müslümanlar arka arkaya ağır kayıplar verdi. İranlılar, Müslümanları arkadan vurdu. İslam ordusu için yeni bir komutan tayin edilmesi gerekiyordu. Bu kişi de Sa'd oldu.*

*Onun hayatında, bununla birlikte övünülecek birçok şey vardı. O, Allah yolunda ilk ok atan ve kendisine ok atılan kişiydi. Araplar ve Müslümanlar arasında en cesaretli sayılırdı. Allah korkusundan çokça ağlardı.*

*O,Allah'a yalvardığı zaman duası kabul görülen, yediği temiz, konuştuğu temiz, yaradılışı temiz olardı. Öyle kuvvetli bir imana sahipti ki annesinin dinine geri dönmesi için açlık grevine girmişti. Ama Sa'd hiçbir şey karşılığında satmamaya kararlıydı. Annesi ölmek üzereyken onun yanına getirdiler.*

*Annesine dönüştürmeleri söyledi: "Bilesin ki ey anne! Yüz canın olsa, her bir canın teker teker çıksa, yine de dinimi terk etmem. Şimdi ister ye, ister yeme!"*

*Hicretin 54.senesi.*

*Sa'd 80 yaşında...*

*Rabbine kavuşma hazırlıkları içerisinde...*

*İnsanların omuzlarında, Medine sokaklarında, son muhacirin naşı taşıdı. Kendisinden önce Allah'a kavuşmuş olan dostlarına uğurlandı*



## Sahabenin Zikri

Fatma ÇAPRAZOĞLU

## TEVAZU

Tevazünün en güzel incileri Efendimiz (sav)'den sahabe-i kirama, sahabe-i kiramdan bizlere yansımaktadır. Resulullah (sav) her insan gibi beşerdi. Kulun yemesi gibi yer, oturuşu gibi otururdu. Zayıf, düşkün ve yoksullarla birlikteyken kibirlenmez, çekinmezdi. Kalın, aba yüklü elbiseler giyerdi. Kölelerin arpa ekmeği ziyafetine eşlik ederdi. Âlemlere rahmet ümmi Peygamber (sav)...

Efendimiz'in bu güzel ahlakından yansıyan Selman-ı Farisi (r.a.), Medain şehrinin valisi idi. Üzerine giydiği giysi halkın üzerine giydiği giysiden sadeydi. Aba ve şalvar ile dolaşırđı. Şehre yeni gelenler Farisi (r.a)'yi tanıyamazlardı, yanlarındaki yük eşyalarını O'na taşıtırlardı. Selman-ı Farisi (r.a) yiyecek bir şey bulduğunda cüzamlı hastaları toplar onlarla yerdi. Enes (r.a) Efendimiz (sav)'den şöyle nakletmiştir: "Her kimin malı gücü yettiği halde Allah için tevazu göstererek, (pahalı) elbiseler giymeyi terk ederse Cenab-ı Hak kıyamet günü onu bütün insanların huzurunda çağırır. İman ehlinin zinetlerinden dilediğini seçip giymekte serbest bırakır." Hz. Ali (r.a) vali iken çarşı ve pazarlarda dolaşırđı. Yolunu şaşırana yol gösterir, kaybolanı araştırır, bulur, zayıf ve güçsüzlere yardım ederdi. Satıcı ve bakkallara uğradığında onlara: "İşte ahiret yurdu! Biz onu yeryüzünde böbürlenmeyi ve bozgunculuğu arzulamayan kimselere veririz. En güzel akıbet, takva sahiplerininindir." (el-Kasas,83) ayetini okurdu.

Tevazu sahibi; toprak gibi üzerine basıp geçmelerine aldırmandan verimli ol.

Sen her bahar tohumlarını yeşert.

Sen her bahar bin bir renk çiçeklerinin kokusuyla sarhoş etmeye hazırlan.

Uzat dallarını sen etrafa, hoyrat tutunmalarına, canının yanmasına bakma.

Bak canın sefa bulsun, biri dalı görüp tuttu de.

Sakin savurma, savrulma da...

Ne mutlu şahsiyetini yitirmeden tevazu gösterebilene...

Meskenete ve zillete sürüklenmeden nefsinı alçaltana...

Helalinden biriktirmiş olduğu maldan infak edene...

Ne mutlu fıkıh ve hikmet ehli ile haşır neşir olana...

Zal ve meskenet ehline acıyana...

Ne mutlu zillete düşmeden nefsinı zelil kılana...

Kazancı helal olana! Güzel ve aşikâr halleri olana! İnsanlara insan gibi muamele edene... Ne

mutlu ilmiyle amel eden âlime... Malından fazlasını dağıtana... Sözü kısa edene, dilini

tutana...Cenab-ı Allah hepimizi güzel ahlak ve tevazu ehlinden eylesin. Amin... Amin



İnsanların evde ve işyerinde en çok zehirlendikleri vakaları şöyle sıralayabiliriz:

- \* Kimyevi madde üreten fabrikalardaki gaz sızıntıları,
- \* Boya ve tiner gazları,
- \* Bazı temizlik maddelerinin birbiriyle karıştırılıp, solunması,
- \* Çekişi iyi olmayan bacalara bağlı kömür ve

gaz sobalarından odaya dolan sızıntılar,

- \* Isıtma ve pişirme için kullanılan ocak tüplerindeki gaz kaçaqları,
- \* Otomobillerde içeriye sızan egzoz gazları,



Kapalı bir odaya girdiğimizde, bayılmış birini gördüğümüzde gaz kokusu alıyorsak, kesinlikle elektrik düğmesini açmamalıyız. Kibrit veya çakmak kullanmamalıyız. Aksi takdirde yangına veya patlamaya sebep olabiliriz. Odayı havalandırmak ve kazazedeyi olay yerinden temiz havaya çıkarmak ilk yapacağımız müdahale olmalıdır. Ayrıca gaz sızıntısı yapan kaynağı bulup kapatmalıyız. Kazazedenin solunumu olup olmadığını kontrol etmeliyiz. Eğer soluk alıp vermiyorsa hemen suni solunum yapmalıyız. Kalp atımlarını kontrol etmeliyiz. Kalp atımları hissedilmezse kalp masajı yapmalıyız. En kısa sürede sağlık kuruluşuna ulaştırmalı ve gerekli acil müdahaleye başlanmalıdır.

\*Aile Sağlığı Ansiklopedisi (Doç. Dr. Sefa SAYGILI)

\*Sağlık Ansiklopedisi

## Cilt Bakımı

İpek TOPRAKCI

### KURU CİTLER İÇİN DUŞ JELİ

1 kahve fincanı sıvı el sabunu

1 çorba kaşığı zeytinyağı

3 çorba kaşığı kayısı yağı

3 çorba kaşığı soya yağı

Bütün malzemeleri karıştırıp, banyo işleminiz biterken tüm vücudunuza sürün.

5 dakika bekletin.

Sadece su tuttuktan sonra kurulayın.

### SİVİLCELER İÇİN

Çörekotunu sirkeyle kaynatın, yüzünüze sürün.

Sivilcelerinize iyi geldiğini göreceksiniz.

Pelin otunu kaynatıp yüzünüze masaj yaparak

sürün, sivilcenize iyi gelecek.

Pirinci kaynatıp suyuyla cildinizi

temizleyin.

### İRİ KIRPIKLER İÇİN

1 tatlı kaşığı Hint yağı

1 çay kaşığı buğday yağı

1 çay kaşığı soya yağı

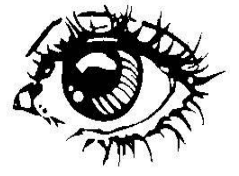
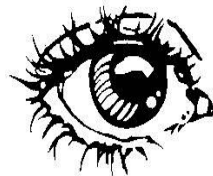
Hepsini karıştırıp benmari usulü ısıtın.

İyice ılıdıktan sonra kirpiklerinize sürün.

Bunu haftada üç gün uygularsanız kirpikleriniz

hızla uzamaya başlar.

Sonuç alıncaya kadar kullanın





Özlem Mollaoğlu

## ÇATAL, BIÇAK VE KAŞIKLAR

Çatal, bıçak ve kaşık takımlarının yemeklerin cinslerine göre kullanılması gerekir. Bu nedenle çeşitli boy ve tipte olanları vardır. Bunlar:

- Yemek için: Boyları 21–25 cm arasında olup her çeşit çorba, yemek, pilav gibi yemeklerde kullanılır.
- Balık için: Boyları aşağı yukarı 19–22 cm arasında olup balık yemeklerinde kullanılır.
- Pastalar için: Boyları 17–18 cm olup pasta ve tatlılarda kullanılır.
- Dondurma kaşıkları: Boyları 13–14 cm olup dondurmada kullanılır. Bu kaşıklardan uçları düz olanları kompostolarda kullanılır.
- Servis kaşıkları: Boyları aşağı yukarı 24–26 cm olup sadece yemekleri servis tabaklarından yemek tabaklarına almak için kullanılır.

Her zaman bıçak ve kaşık sağa, çatal ise sola konur. Ama biz sağ elimizle yediğimizden bıçağı sola koyup, kaşık ve çatalı sağa koyabiliriz.





## KROKET

Malzemeleri:

- 500 gr. Orta yağlı kıyma biraz salça
- 2 su bardağı ince bulgur
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 1 su bardağı ılık su
- 1 yumurta
- 1 çay bardağı irmik
- Tuz
- 1 adet rendelenmiş soğan
- Karabiber

Yapılışı:

İnce bulguru ılık su ile yoğurun. Dinlendirin, içine diğer malzemeleri koyun ve iyice yoğurun. Parçalar koparıp, uzun mekik şekli verin ve kızgın yağda kızartın.

## HURMA TATLISI

Malzemeleri:

Şerbeti için:

- 1 paket tereyağı
- 5 su bardağı şeker
- 2 yumurta
- 5 su bardağı su
- 2 kaşık yoğurt
- Yarım limon
- 1 paket vanilya
- 1 paket kabartma tozu

Yapılışı:

Malzemeler yoğrulur. Şekil verilip, fırına sürülür. Piştikten sonra şerbeti sıcak hamura ılık olarak dökülür.



Afiyet olsun.

# ŞİFALI BİTKİLER

## ÇAYLAR

8 - 10 adet karanfili ezdikten sonra kaynatıp suyunu içerseniz başınızın ağrısının geçtiğini fark edeceksiniz.

Oğul otu çayı, zencefil çayı, şahtere çayı, karabaş otu çayı, papatya çayı, yavşan otu çayı içmek baş ağrısına iyi gelir.

200 gr. üzerlik tohumu 5 kilo üzüm şırasıyla 1,5 kg. kalıncaya kadar kaynatılıp bir ay boyunca her gün iki bardak içilirse, müzmin baş ağrısını ve sarayı geçirdiği tecrübe edilmiştir.

Bir avuç arpa, bir litre suda kabukları ayrılınca kadar kaynatılır. Cam sürahiye süzülür. Bekletilip ılıklaşınca üzerine bir limon sıkılır. Balla tatlandırılıp içilirse baş ağrısına iyi gelir.



- ~ Anason çayı,
- ~ İhlamur çayı,
- ~ Kiraz sapı kaynatarak içmek,
- ~ Reyhan çayını,
- ~ Kekik kaynatarak suyunu içmek,
- ~ 2 gram karabiberi 3 çay kaşığı tarçınla kaynatarak içmek,
- ~ 1 bardak kaynar suya 4-10 gr. kimyon koyup demleyerek içmek de baş ağrılarına iyi gelir.

## HAREKETLERDE BULUNMAK

Deriyi her gün ılık suyla ovmalı, haftada iki kere ılık suyla yıkanmalı.

Bir hadis-i şerif meali şöyledir:

*(Hamamdan çıkarken ayakları soğuk suyla yıkamak, baş ağrısını giderir.)* [Ebu Nuaym]

Açık havada dolaşmak, yeşilliğe ve akarsuya bakmak da iyidir.

Baş ağrısı için, başa kına koymak da faydalıdır.

Allah (*Celle celalühu*) Şafi adının yüzü suyu hürmetine herkese şifa nasip eylesin.





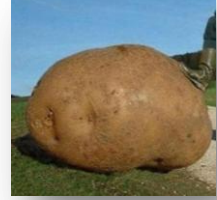
## PRATİK BİLGİLER



1:Domatesi kolay soymak için bıçağın sırtıyla kabuklar soyularak yönün tersine sürtülür veya kaynar suda bekletilir.

2:Balık kokan tavayı limonla ovalayın ve yıkayın.  
Balık kokusu tavadan gidecektir.

3:Soyulmuş patateslerin kararmadan saklanabilmesi için, saklanacak kabın içine su ve bir tutam tuz koyun. Buzdolabında saklayın, gerektiği zaman suyla yıkayıp kullanın.



4:Taze ceviz lekesini elden çıkarmak için eller önce bir iki dakika sirkeye batırılmış bir pamukla ovulup ardından soğuk suyla da ovarak yıkanır.



5:Çikolata sosu hazırlanırken içine biraz kahve konursa tadı çok daha değişik ve lezzetli olur.

6:Yeşil salata ve marulu yıkadıktan sonra bıçakla keserek doğramak yerine elinizle koparın. Böylece vitamin kaybını önlemiş olursunuz.

7:Parlaklığını kaybeden çelik tencerelerinizi ısıtılmış sirke ile ovup sonra iyice durular ve bir bez parçası ile parlatırsanız tencereleriniz pırıl pırıl olur.

8:Kapılarınızın veya çekmecelerinizin bir müddet sonra açılıp kapanmaları zorlaşır. Bunu önlemek için kapılarınızın ve çekmecelerinizin sürtünen kısmına vazelin sürülün.



9:Kuş üzümünü ayıklamak için onları bir avuç unla ovuşturunuz ve kalın delikli bir süzgece atınız. Unla beraber çöpler de düşer.

10:Lavaboyu temizlerken tuzla bastırarak silince hem iyice temizler hemde kokuları giderir.



## *ES-SELAM* "Selam olsun sana, gel selamet bağıslayan Allah'a"

Ayıplardan ve afetten yarattıklarını emin kılan, koruyan, her türlü tehlikelerden kullarını selamete çıkaran. Cennetin bahtiyar kullarına selam eden.

Allah'ın bütün sıfatları değişikliğe uğramaktan da sâlimdirler. Yani, onlar için bir noksanlaşma, bir farklılaşma, kaybolma, yok olma düşünülemez.

Selam isminden 3 mana çıkarabiliriz;

1- Selamete çıkartan. Allah Selam'dır. Bu isim ile yarattıklarına tecelli edince onları düşmanlardan, sıkıntılardan, tehlikelerden, musibetlerden ve her türlü kederlerden selamete çıkartır.

2- Selamette olan."Yani zatının tüm hata ve kusurlardan münezze olmasi." Allah'ın bütün eksikliklerden ve kusurlardan münezze olması yani selamette olmasıdır. Selam isminin bu manası Kuddüs ismine benzer. Bu manada her bir mahlûk Allah'ın Selam ismine şahitlik eder.

3- Kullarına cennette selam veren. Bu mana Yasin suresinde "**Çok esirgeyen Rabb'dan onlara bir de sözlü "Selam" (vardır)**" (Yasin,58)

**"O Allah ki, O'ndan başka ilâh yoktur. Melik'tir; Kuddûs'tur; Selâm'dır..."** (Haşr s. 23)

**"Zâtı kusurdan, sıfatları noksanlıktan ve fiilleri şerden sâlim olan."** (İmam Gazâlî)

Yaradan için tükenmek, yanılmak, yaşlanmak, unutmak, yetersizlik vs... söz konusu değildir. Bu sebeble O benzersiz ise gösterdiği yolda bu şekildedir. Kulunu en iyi tanıyan ve kulu için en güzel yolu bilen de yine O'dur. İnsanoğluna esenlik ve güvenlik teminatı veriyor ve himayesine alıyor. "**Rableri katında esenlik yeri onlarındır. Yaptıkları (güzel) işlerden dolayı O, Onların dostudur.**" (En'am s. 127)



**Gülşah KÖPRÜ**

**Es Selam** olan Rabbine tutunursan asla kaybetmezsin. Allah kullarına öyle bir ip uzatmış ki, bu da Kuran'dır. Selamete vardırca bu yolda İpin diğcr ucunda da bizler varız. O halde ipe tutunarak dünyadaki yolunu, yürüyüşünü tamamla.

**"Hep birlikte Allah'ın ipine sımsıkı sarılın..."** Al- i İmran s.103

*Selamet yolu İSLAM, selameti veren ES SELAM,  
selamete koşan MÜSLÜMAN*

Kaynak: Feridun Yılmaz Yüceler, Beyaz sır  
Zeynep Işık, Allah'ımızı tanıyor muyuz?