

YAN ETKİSİ OLMAYAN BİR İLAÇ; HASTALAR RİSALESİ

Günümüzde dünya çapında her alanda ve her türlü ilimde epey ilerleme kaydedilmektedir. Yapılan çalışmalar insanlığın maddi ve manevi gelişimine hayli katkı sağlamaktadır. *Astronomi, genetik, fizik, kimya, biyoloji, astroloji, tıp v.s* alanlarda güzel ve verimli çalışmalar icra edilmektedir. Bu faaliyetlerin bazıları sadece zamanımız insanların ancak bir kısmını ilgilendirirken, bazı alanlarda yapılan buluşlar, tüm zamanları ve insanları ilgilendirmektedir. Bu çalışmaların başında hiç şüphesiz tıbbi ve sağlığa dayalı çalışmalar gelmektedir. Sağlık alanında yapılan ve daha ispatı tam olarak ortaya konamayan yeni bir tedavi yaklaşımından çokça bahsedilmektedir: "**Ruh-beden ilişkisi ve inancın tedavideki rolü**"

Hastalık ve sağlık hususunda, vehimli ve vesveseli olan kişilerin hastalıklara daha kolay yakalandıkları, fakat güçlü iradeye ve tevekküle sahip insanların hastalıklara daha dirençli oldukları yapılan araştırmalar ortaya koymaktadır. İnançlı ve huzurlu olanların tedaviye daha yatkın, inançsız ve stresli kişilerin ise tedaviye daha geç cevap verdikleri de bilinmektedir. Çünkü, insanın **bağışıklık (immün)** sisteminin güçlenmesinde kimyevi ve maddi ilaçların yanında manevi telkinler, hastalığa bakış açısı ve hayat görüşü de önemli bir yer tutar. Bir insanın manevi telkin ve tevekküle yakınlığı ölçüsünde, insanın bağışıklık sistemi güçlenmekte ve hastalıklara dayanıklılığı da artmaktadır.

Düşüncelerimizin, ruhi ve kalbi hayatımızın ve duygularımızın sağlıklı olması bedenimizin sıhhat ve afiyeti üzerinde olumlu tesir yaptığı muhakkaktır. Mesela, bizi derin yaralayan hadiseler yaşadığımızda, aşırı yorulduğumuzda hastalıklara karşı direncimiz zayıflar ve daha kolay hastalanabiliriz. Nitekim, zihnen, ruhen ve kalben iyi durumda olduğumuzda, bedene olumlu sinyaller gönderilir. Böylece grip ve soğuk algınlığına karşı daha sağlam dururuz. Ters bir durum söz konusu olduğunda hastalığa daha yatkın hale geliriz. Aile içinde veya işyerindeki bazı olumsuzluklar ne kadar artarsa, tansiyonumuz da ve yatağa düşme ihtimalimiz de o nispette artar. Depresyona girdiğimizde veya ruhen bitkin ve yorgun olduğumuzda hastalıkta mukadder olur. [*Henry Dreher (1995). The Immune Power Personality, Reprinted by Arrangement with Dutton Signet, A Division of Penguin Books USA, Inc. Çeviren: Dr. Selim Aydın.*]

Zamanımızda tam olmasa da "**modern tıp**" artık bu gerçekleri kabul etmeye başlamıştır. Yakın bir gelecekte de, bunu büyük bir buluş olarak önümüze getireceğini ve bu buluş ile övüneceğini şimdiden görür ve duyar gibi oluyoruz. Böylece ruh ve beden münasebetlerinden meydana gelen hastalıklarda, psikolojik faktörlere daha çok pay biçilecek ve iman olgusu biraz daha ön plana çıkacaktır. Çünkü Modern tıbbın ulaşmaya çalıştığı nihai noktayı, semavi dinler insanlığın tâ başlangıcında halletmişlerdir. Özellikle **İslam dini ve Kur'an-ı Kerim**, bu konuda en son noktayı ortaya koymuştur.

Nitekim: Kur'an-ı Kerim'de,

"O (Kur'an), inananlar için bir hidayet ve şifâdır. İnanmayanların kulaklarında bir ağırlık vardır ve Kur'an onlara kapalı ve anlaşılmaz gelir. (Sanki) onlara uzak bir yerden sesleniliyor (da anlamıyorlar)."(Fussilet, 41/44) ve

"Biz Kur'an'dan, mü'minler için şifa ve rahmet olacak şeyler indiriyoruz. Zalimlerin ise Kur'an, ancak zararını artırır."(İsra, 17/82)

buyurulmakla, Kur'anın başlı başına bir ilaç ve şifa olduğu belirtilmektedir. Çünkü, Kur'an insanın ruh, kalb, his, ve latifelerini tedavi etmekle, bedeninin de sağlığa kavuşmasını temin etmektedir.

Bediüzzaman Said Nursi Hazretlerinin Kur'andan istifade ederek yazdığı ve ["Hastalar Risalesi"](#) ismini verdiği küçük kitap, ruh beden ilişkisine dayalı yardımcı iyileştirici teknikleri içermektedir. Bu eser yan etkisi olmamakla beraber, faydası kesin olan önemli bir eserdir. Hastalar, bu kitapçığı okuduklarında, dinlediklerinde veya kendi aralarında hastalıkların nimet olan yönlerinden bahseden sohbetler yaptıklarında, bağışıklık sistemleri ve hastalıklara dayanma güçleri müspet yönde aktive edilmekte ve kullanılan ilâçların ve tedavi yöntemlerinin tesirleri artmakta, kısa sürede ciddi neticeler alınmaktadır. Bu konu ile ilgili açıklayıcı ve çarpıcı birkaç misal vermeye çalışalım:

1. Prof. Dr. Mustafa NUTKU anlatıyor:

Rahmetli babam Dr. Sadullah Nutku ve psikiyatri uzmanı rahmetli Prof. Dr. Ayhan Songar bir uçak seyahatinde yan yana oturuyorlarmış.

Daha önce tanışmadıklarından dolayı aralarında da herhangi bir sohbet olmamıştı. Rahmetli babam cebinden ["Hastalar Risalesi"](#)ni çıkarıp kendi kendine, sessizce okumağa başlamış. Yanında oturan **Prof. Dr. Ayhan Songar** göz ucuyla bu kitabı epey bir süzmüş, ardından, tanışmışlar. Babam, [Hastalar Risalesini](#), sesli okumaya başlamış. Prof. Dr. Ayhan Songar da dikkatle dinlemiş ve o zamana kadar dinlemediği Risale-i Nur Külliyyatının, psikiyatri uzmanı bir profesör olarak da kendisini çok ilgilendiren devalarını dinlerken, bir ara kendini tutamayarak:

"İnsan bu manevî devaları dinlerken, hasta olmayı temennî edeceği geliyor!" demiş.

Prof. Dr. Ayhan Songar, daha sonra uzmanlık alanı ile ilgili olarak, kendisine muayene ve tedavi için gelen hastalarına çoğunlukla ["Hastalar Risalesi"](#)ni tavsiye etmiş.

Prof. Dr. Ayhan Songar, ömrünün sonlarına doğru kanser hastalığına yakalanmış. Ecelle randevusuna doğru geri sayımının son günlerinde, vücuduna yayılmış olan kanser hastalığı ile hastanede yatarken yanından hiç ayırmadan okuduğu ve vefatında da yatağının yanı başında duran kitap, manevî devalar hazinesi: "[Hastalar Risalesi](#)" idi.

2. Moral Dünyası Dergisi'nden Zeynep Türkoğlu'nun bir yazısından:

Fatma Şahin... Radyo programcısı, engelliler rehabilitasyon merkezi aile danışmanı, idealist, dört kardeşin üçüncüsü. Yani en önemlisi "**Engelleri Aşan**" bir engelli. Ama güçlü bir iradenin sahibi... Açık Öğretim Fakültesi Halkla İlişkiler Bölümü mezunu. Bir Belediye'nin de Rehabilitasyon Merkezinde aile danışmanlığı yapıyor. Moral FM'de de "Engelleri Aşanlar" isminde bir programı var.

Çok rahat bir tavrı ve duruşu var hayata karşı. Halbuki bir rahatsızlığı olan kişiden, bundan daha farklı bir hal beklenir. O'nun hastalığı, genetik bir sebebe bağlı olan bir kas hastalığıdır.

Bundan sonrasını Fatma Şahin'den dinleyelim: Teşhisin konulması çok uzun sürdü, neredeyse 13-14 yılı aldı. Tamam hastayım. Ama hayatıma nasıl devam edeceğim. Burada biri çıkıyor ve diyor ki, sen artık bir şey yapamazsın. Öyle otur bir kenarda. Yani hayatını bitmiş hissediyorsun, hem de daha yirmi beşinde! ve bunu diyen kim biliyor musunuz; doktor!. Tam tersi olması gerekirken, bilgilendirecek ve teşvik edecekken...

Evet, maalesef doktor bizi böyle yönlendirmişti. Yani insanın bakışı da daha farklı oluyor. Ben bir ara çok hastalanırdım. Çünkü bunalıyorsun, bir şeyle ilgilenmiyorsun, bir işe yaramadığını hissediyorsun. Sanki süreni doldurmuşsun, her şey bitmiş. Sürekli bir yerlerim ağrıyordu. Doktora gidiyoruz, tabi ki hastalık çıkmıyor, çünkü stresten bunlar. Adeta hastalık hastası olmuştum. Ama doktordan her seferinde kendimce eli boş dönmekten o kadar yorulmuştum ki. Kızıyordum da. Keşke bir hastalığım çıksa diye bekliyordum. Yani ciddi bir hastalığım olsun, ben de çok yaşamadan gideyim. Bu hale gelmiştim.

Evde bir şey yapmadan oturunca çok boş vakti oluyor insanın. Ben de o boşluğu okuyarak değerlendirmeye çalıştım. Çok okudum. Cidden çok okudum. Hastalar Risalesi'ni okudum. Bir de benim gibi hasta olanlarla ilgili Hadis-i Şerifler çok ilgimi çekiyordu. Çok büyük moral oluyordu bana onlar. Aslında bu da başka bir süreçti. Yani hastalığımı kabullendikten sonra ilk olarak şöyle düşündüm. Bu belki de bana verilmiş bir cezadır. Ya da belki de aileme verilmiş bir cezadır. Sonra şöyle bir dönem başladı; iyi ki hastalanmışım, yoksa kim bilir o sağlığı nasıl yanlış şeylerde heba edecektim. Ve yine okumaya sarıldım. Bilmezsiniz siz, bir ara uçacaktım neredeyse!

Bu misaller, ilk olmadığı gibi son da değildir. Çünkü, ruh - beden etkileşimi muhakkaktır. Ruhun manevi olarak beslenmesi ve tedavi edilmesi, bedeni de maddi

olarak rahatlatacak ve stresten, tevekkülsüzlükten kaynaklanan hastalıkları da ortadan kaldıracaktır. Maddi ve bedeni hastalıkların altındaki İlahi rahmeti göstermesi sırrı ile de, hastalığı sevdirecek ve İsyân yerine şükür edecektir.

Hastalar Risalesi:

- *Hastalıkların da namaz, oruç ve diğer ibadetler gibi ibadete vesile olduğunu ve ondan istifade etmemiz gerektiğini,*
- *Hastalık vasıtasıyla, Şafi İsmine mazhar olduğunu,*
- *Hastalıkların insanın yüzünü asıl hayat olan ebedi hayata çevirmesi lüzumunu,*
- *Sihhatin ehemmiyetini hissettirmekle, Allah'ın bize verdiği nimetleri hatırlatıp şükürümüzü artırmamız hususunu,*
- *Ölümü hatırlatmakla, bu dünyanın fani olduğunu ve ona aldanmamızın büyük bir helaket ve felaket olduğunu,*
- *Hastalıkların, İnsanlar arasında ki hürmet, merhamet ve sevgi tohumlarını yeşerttiğini, ayrıca eski dostluk ve muhabbetleri tazelediğini,*
- *Hastalığı artıran ve ikileştiren merakı kaldırmakla, hastalığı hafifletmenin yollarından önemli bir ipucunu da **bizlere ders verir.***