

## ZİHİN KİRLİLİĞİ<sup>1</sup>

Mehmet Zeki AYDIN<sup>2</sup>

İnsan, akıl, zihin, kalp, sahibi bir varlıktır. İnsan, biriktirdiği, depoladığı bilgileri, duyguları akıl ölçüsüne vurur. Şayet aklını kullanır ya da aklına uyarsa doğru yolu bulur. Akla değil nefesine, dürtülerine uyarsa yanlış yapar. Kalp İslâm âlimlerine göre, imanın kaynağıdır. Bu nedenle kalp temizliği dinimizde çok önemlidir. Kalbin temiz olması gibi kirlenmesi de söz konusudur. Kalbimizi kirleten iç ve dış etkenler vardır. Kalbimizi dışarıdan günahlar kirletir. İçten, kalbimizi kirletmeye çalışan da nefis ve şeytanın ayartmalarıdır. O hâlde mümin bu iki kirliliğe maruz kalmamak için mücadele etmelidir.

THY'nin dergisi Sklife'nin Mart 2011 tarihli 332. sayısında<sup>3</sup> yer alan bir yazıda şu bilgiler yer almıştır:1 “Kaliforniya Üniversitesi'nden iki araştırmacı, Roger Bohn ve James Short, insan beyninin bir günde maruz kaldığı bilginin miktarını belirlemek üzere yaptıkları araştırmanın sonuçlarını 2009 yılında açıklamışlardır. Bu sonuçlara göre ABD'de yaşayan ortalama bir insanın beyni, her gün 100 bin 500 kelimeye maruz kalıyor ve bu rakam her yıl yüzde 2,6 oranında artıyor. Bu kelimelerin yüzde 45'i televizyondan, yüzde 27'si bilgisayarlardan, yüzde 11'i radyodan, yüzde 9'u basılı medyadan, yüzde 5'i telefon konuşmalarından ve geri kalanı da küçük miktarlar hâlinde filmlerden, oyunlardan ve diğer bilgi kaynaklarından geliyor.” Ülkemizde belki rakamlar aynı oranda değilse bile benzer etkilere bizim de maruz kaldığımızı söyleyebiliriz.

Çağımıza bilgi ve hız çağı deniliyor. Gerçekten günümüzde bilgiye ulaşmak kolaylaşmış ve çeşitlenmiştir. Bilgi güçtür, bilgi ve teknoloji sayesinde hayatımız kolaylaşmıştır. Edindiğimiz bilgilerin çoğalması, getirdiği faydaların yanında bir de zihin kirliliğine yol açmış-tır. Hâfızamızı, gerekli gereksiz o kadar çok şeyle dolduruyoruz ve zihinsel kirlilik oluşuyor ki; sonunda doğru ile yanlış, gerekli ile gereksizi ayırt edebilme yeteneğimiz törpüleniyor.

Zihin, elde ettiğimiz bilgileri arşivleyen ve adeta kütüphane görevi gören bir depo gibidir. Zihnimize yüklediğimiz bilgiler, düzeltilmemiş, toplanmamış bir odaya benzer. Nasıl ki bir odayı derleyip, toplamazsak, birkaç gün sonra ortalık darmadağınık olur, aradığımızı

<sup>1</sup> Bu yazı “Zihin Kirliliği”, **Somuncu Baba**, Malatya, Mayıs 2011, sayı:127, ss:41-44'de yayımlanmıştır.

<sup>2</sup> www.mehmetzekiaydin.com Email: mehmetzekiaydin@gmail.com

<sup>3</sup> <http://www.turkishairlines.com/tr-TR/skylife/2011/Mart/makaleler/egitimi-yenidendusunmek.aspx>

bulamayız; hatta bazen nasıl kötü kokular ve böcekler oluşursa, her şeyi depoladığımız zihnimiz de kirli bir odaya benzer.

Günümüzde, hepimiz çok fazla bilgi bombardımanına uğruyoruz ve kafamızı, gönlümüzü sokağın cazibesi dolduruyor. Sosyal ve siyasî haberler, mağazalar, vitrinler, televizyon film ve dizileri, arkadaş ve akraba çevremizdeki olayların dedikodusu, zihnimizi hatta hayallerimizi ve rüyalarımızı işgal ediyor. Akşam bunlarla yatıyor, sabah bunlarla kalkıyoruz. Yollarda bile cep telefonu ve internette iletişimimiz devam ediyor.

### **Dervişin Fikri Neyse Zikri de O Olur**

Doğal olarak, insanın kafasına neler yerleşir, zihnini neler meşgul ederse, kendinde de o şeylerin etkisi görülür. “Dervişin fikri neyse zikri o olur.” sözünde ifade edildiği gibi, zihnimizi ne meşgul ediyorsa onları konuşuyoruz, konuştuklarımıza inanmaya ve inandıklarımızı da yaşamaya başlıyoruz.

Zihin, anlama, bilme, öğrenme, hatırlama veya unutmama gücüdür. Zihnimizi bir kaba benzetirsek, nasıl ki bir kabı neyle doldurursak o rengi ve tadı alır. Zihnimizi iyi, güzel, doğru bilgilerle doldurursak ondan iyi, güzel, doğru davranışlar ortaya çıkar. O hâlde, bilgi kaynaklarımızı ve türlerini dikkatli seçmeli; nereden, hangi bilgilerle zihnimizi dolduracağımıza karar vermeliyiz.

Zihin, çoğu zaman yanlış ve kötü düşüncelerin, batıl inançların, çirkin görüntülerin, boş ve kötü sözlerin etkisi ile kirlenir. Yaşanan kötü olaylar ve hatalar zihni yorar. Her kötü-lük, her yanlışlık insanda derin izler bırakır. Bu kirlenmenin devam etmesi yani kötü işlerin ve hataların devamlı yapılması, güzel ve hayırlı işlerin yapılmasını engeller.

Maalesef günümüzde çoğumuz, zihin kirliliğine maruz kalıyoruz. Bugün, ev ve işyerlerinde televizyon ve bilgisayarlardan, çarşı ve sokaklarda gördüklerimizden olumsuz etkileniyoruz. Bazen yaparak, bazen görerek, bazen dinleyip ses çıkarmayarak, günahlara ortak oluyoruz. Böylece, çok ciddi bir zihin kirliliği yaşıyoruz.

Çoğumuzun hiç boş vakti yok; o kadar çok işimiz var ki, aynı anda birçok işi yapmaya çalışıyoruz. Hâlbuki zihin aynı anda iki işi birden yapmakta zorlanır, çünkü aynı anda iki ayrı işe yoğunlaşamaz. Ama çoğu zaman aynı anda birçok işi birlikte yapmak istiyor ve zihnimizi zorluyoruz. Böylece her iki iş de yarım kalabiliyor. Bu nedenle, tek bir işle uğraşıp dikkatimizi bu işe vermeliyiz.

Hâfizayı zayıf düşüren ve unutmaya sebebiyet veren pek çok etken sıralanabilir. Bunların bir kısmı bedensel hastalıklardan kaynaklanırken, büyük kısmı psikolojik ve zihinsel nedenlerdendir. Beyin ve hâfıza üzerinde çalışan uzmanlar, genellikle beynin ihtiyaç duyduğu oksijen, glikoz ve bazı enzimlerin yeterli miktarda sağlanamamasını; stres ve gerginlik gibi

sebeplerle beynin enerjisinin hemen tükenmesinden dolayı çalışma akışının düzensizleşmesini; sadece bazı meseleler üzerine yoğunlaşmadan dolayı beynin bir bölümünün çalıştırılmamasını; sistemsiz düşünme alışkanlığını, unutma sebepleri olarak sıralamaktadırlar. Bazı İslâm âlimleri, gereğinden fazla uykunun beyni hantallaştırdığını, sürekli dolu olan midenin, zihni olumsuz etkilediğini, sabah gün doğarken uyumanın ve harama bakmanın da unutkanlığa sebep olduğunu ifade etmişlerdir.

Zihin kirliliği, insanın normal düşünmesini engellediği gibi unutkanlığa da sebep olur. Çünkü unutmanın nedenlerinden biri de zihnin çok şeyle meşgul olmasıdır. İslâm âlimleri, harama bakmaktan, faydasız söz ve davranışlardan kaçınmanın gereğinden bahsetmişlerdir. Bu nedenle, sistemsiz düşünme alışkanlığına yol açabileceği ve zihni işe yaramayan bilgilerle dolduracağı endişesiyle mezar taşlarını okumayı bile mahzurlu görmüşlerdir. Çünkü boş işler, faydasız bilgiler ve boş hayaller zihin kirliliğine sebep olur ve hâfizayı zayıflatır. Aynı şekilde, günümüzde, gereksiz reklam panolarının, araba plakalarının, televizyon ekranlarının ve gazete sayfalarının zihni kirlittiğini ve unutkanlığa sebep olduğunu söyleyebiliriz. Bu nedenle, hepimiz bilgi kaynaklarımızı gözden geçirmeliyiz. Duyduklarımız, gördüklerimiz, okuduklarımızın ne kadarı meşru ve helal dairesinde olduğunu düşünmeliyiz.

Zihin, öncelikle günahlar, hatalar, yanlışlıklar ve kötülüklerle kirlenir. Her günah, her hata ve her kötülük onda mutlaka bir iz bırakır. İnsan çok defa böyle bir zihin kirlenmesinin farkına varamaz ama zamanla onun etkilerini kendi gönlünde ve duygularında hissedebilir. Böyle bir kirlenme, hayırlı işlere devam etme arzusunu kırar, salih amellerde süreklilik isteğini azaltır ve kötü-lüklere eğilimini arttırır.

### **Kulak, Göz ve Gönül Hepsini Yaptıklarından Sorumludur**

Kur'an müminleri şöyle uyarmaktadır: "Hakkında bilgin bulunmayan şeyin ardına düşme. Çünkü kulak, göz ve gönül, bunların hepsi ondan sorumludur."<sup>4</sup> "Ey inananlar! Kendinizi ve ailenizi, yakıtı insanlar ve taşlar olan ateşten koruyun."<sup>5</sup>

Dinimiz, yalan, fuhuş vb. haram sözleri söylememizi haram kıldığı gibi bunları dinlemek, okumak ve yazmaktan da sakındırmıştır. Aynı şekilde bakışlarımızda da haramdan sakınmamızı istemiştir. Meselâ; zina büyük günahlardan kabul edilmekle kalmamış ona götüren yollar da yasaklanmıştır. Efendimiz (s.a.v.), şöyle buyurur: "Âdemoğluna zinadan nasibi takdir olunmuştur. O buna mutlaka erişir. Gözlerin zinası bakmak, kulakların zinası dinlemek, dilin zinası konuşmak, elin zinası tutmak, ayakların zinası (ona) yürümektir. Kalbe gelince o, arzu

---

<sup>4</sup> 17/İsrâ, 36.

<sup>5</sup> 66/Tahrîm, 6.

eder, ister. Üreme organı ise bunu ya gerçekleştirir, ya da boşa çıkarır.”<sup>6</sup> Göz görüntüleri, kulak sözleri, zihne, kalbe aktaran bir pencereye benzer.

Göz ve kulak korunmazsa kalbi, şehvî duygulara sevk ederek insanı azgınlaştırır. Hazret-i Ali şöyle anlatıyor: “Rasulullah (s.a.v) zamanında, adamın birisi Medine yollarının birinde yürürken, bir kadın gördü. Ona bakmaya başladı. Kadın da ona bakıyordu. Böylece şeytan her ikisine de vesvese verdi. İki de birbirlerinin hoşlanarak bakışmaya devam ettiler. Adam, bu şekilde kadına bakarak giderken, duvara çarptı ve burnu kırıldı. “Zihin, elde ettiğimiz bilgileri arşivleyen ve adeta kütüphane görevi gören bir depo gibidir. Zihnimize yüklediğimiz bilgiler, düzeltilmemiş, toplanmamış bir odaya benzer. Nasıl ki bir odayı derleyip toplamazsak, birkaç gün sonra ortalık darmadağınık olur, aradığımızı bulamayız; hatta bazen nasıl kötü kokular ve böcekler oluşursa, her şeyi depoladığımız zihnimiz de kirli bir odaya benzer.” Adam, “Vallahî Rasulullah’a gidip, olayı anlatmadan kanı-mı silmeyeceğim.” dedi. Olayı, Peygamberimize anlattı. Nebî (s.a.v.), “Bu, günahının cezasıdır.” buyurdu.”<sup>7</sup>

Bunun üzerine Allah, şu ayeti vahyetti: “Mümin erkeklere söyle: ‘Gözlerini bakılması yasak olandan çevirsinler, mahrem yerlerini korusunlar. Bu, onların arınmasını daha iyi sağlar. Allah yaptıklarından şüphesiz haberdardır. Mümin kadınlara da söyle: Gözlerini yasak olandan çevirsinler, iffetlerini korusunlar, süslerini, kendiliğinden görü-neni müstesna, açmasınlar. Başörtülerini yakalarının üzerine salsınlar.”<sup>8</sup>

Peygamberimiz (s.a.v.), bir insanın ilk karşılaştığında kadına bakmasının gayr-i ihtiyârî olduğunu ve bağışlanacağını, ama ihtiyârî olacağı için bakmaya devam etmesinin ve bakışlarını tekrarlamasının günah olduğunu belirtmiş; bakışı sürdürmeyi ve bakışları tekrarlamayı men etmiştir.<sup>9</sup>

İnsan, beş duyu ile davranışlarını yapar ancak karar verme yeri kalptir. Gazâlî, “Rabbinin askerlerini ancak kendisi bilir.”<sup>10</sup> ayetini açıklarken; insanın beş duyusunu kalbin maddî askerlerine, hayal ve düşüncüyü de manevî askerlerine benzetmektedir.<sup>11</sup>

Gazâlî İhyâ’da insanın dış-tan gelen tahriklere ve içten gelen şeytanî vesveselere karşı haramlardan nasıl korunacağını geniş olarak açıklamaktadır.

---

<sup>6</sup> Buharî.

<sup>7</sup> Tecrîd-i Sarih.

<sup>8</sup> 24/Nur, 30–31.

<sup>9</sup> Bkz. Ebû Dâvûd, Nikâh, 42,43; Tirmizî, Edeb, 28.

<sup>10</sup> 74/Müddesir, 31.

<sup>11</sup> İhyâ, III/13–116.

İşlenen günahların kalbimizi kirlettiği, bir ayette, “Hayır hayır! Doğrusu onların kazanmakta oldukları kalplerini paslandırmıştır.”<sup>12</sup> şeklinde ortaya konulmuştur. Bunu açıklamak üzere, Efendimiz (s.a.v.), “Kul bir hata işlediği zaman, kalbine siyah bir nokta vurulur. Şayet günahattan vazgeçer, istiğfar ve tövbe ederse kalbi cilâlanır. Böyle yapmaz da tekrar hatalara yönelirse siyah nokta artırılır ve neticede bütün kalbini kaplar.”<sup>13</sup>

İslâm’a göre, sadece emirleri yerine getirerek sevap kazanamayız, aynı zamanda haramdan kaçınmak da sevap kazandırır Yani kişi sevap hanesini, haramlardan kaçarak da doldurabilir. Yerine göre, kişinin bu yönde kazanacağı sevaplar daha çok olabilir. Özellikle günümüz şartlarını düşündüğümüzde, çok sık haramlarla baş başa kalabilmekteyiz Bu haramlara karşı bizim göstereceğimiz her karşı koyuş, manevî derecemizi yükseltebilir.

Çünkü çarşısıyla pazarıyla, televizyonuyla, internetiyle hayatımız, haramlara çok açık hâle gelmiştir Aynı ölçüde bizler, harama girmeme konusunda daha dikkatli olmaz, azim ve gayretimizi arttıramazsak farkında olmadan haramlara düşebiliriz.

Haram işledikçe günahlarımız artar ve kalbimizde oluşan o siyah noktalar, öyle bir gün gelir ki, bütün kalbimizi kaplar ama biz farkında bile olamayız. Dolayısıyla, daha baştan günaha karşı tavrımızı açıkça ortaya koymalıyız. Allah korusun bir günah işlediğimizde, hadiste belirtildiği şekilde, kalbimizi temizlemek için derhal derin bir pişmanlık duymalı, tövbe ve istiğfara yönelmeliyiz.

Ebu Said el-Hudrî (r.a.)’den rivayet edildiğine göre Nebî (s.a.v.) şöyle buyurdu:

- Yollarda oturmaktan kaçın! Sahabeler:

- Biz buna mecburuz. Meselelerimizi orada konuşuyoruz, dediler. Bunun üzerine

Rasulullah (s.a.v.):

- Oturmaktan vazgeçemeyecekseniz o hâlde yolun hakkını verin, buyurdu. Sahabeler:

- Yolun hakkı nedir Ey Allah’ın Resulü, diye sordular. Efendimiz:

- Harama bakmamak, gelip geçenleri incitmemek, selam almak, iyiliği emredip kötülüklerden sakındırmaktır, buyurdu.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> 83/Mutaffiin, 14.

<sup>13</sup> Tirmizî, Tefsîr, 83; İbn-i Mâce, Zühd, 29.

<sup>14</sup> Buharî.