

ALLAH



RUHUMUZ



BEDENİMİZ

Eyüp ÖZEREN





Bu kitabın tüm yayın hakları Eyüp Özeren'e aittir.
Yazarın yazılı izni olmadan hiçbir şekilde çoğaltılamaz.
Alıntılarda yapının adı belirtilmelidir.

Editörler

Ash ÇALIŞKAN

Dr. Metin ÖZSOY

Yayına Hazırlayan

DNT Ortadoğu Yayıncılık A.Ş.

Bayındır 2 Sokak 63/12 Kızılay/ANKARA

Tel: 0(312) 418 40 77 Web: www.dntortadoguyayincilik.com

Tashih: Ahmet TOMBAK

Baskı: Ateş Basım

0 (312) 341 95 09

İSBN: 978-605-60529-0-3

Ücretsizdir

Baskı:2011

Eyüp ÖZEREN

Tel: 0 (312) 315 55 45

yonetim@buyukortadogutip.com.tr

ALLAH



RUHUMUZ



BEDENİMİZ

Eyüp ÖZEREN

İÇİNDEKİLER

1- Sunuş	4
2- Allah	6
3- Ruh	10
4- Ölüm	14
5- Ahlak	18
6- Dua	22
7- Vefa	26
8- Baba	30
9- Kader	34
10- Hobilerimiz	36
11- Bedenimiz	40
12- Sağlık	64
13- Kanser	72
14- Aşk	74
15- Suriye	78
16- Yunanistan	83
17- Mısır	86
18- Yorgunluk	92
19- Sorular	95
20- Peygamberimiz	96
21- İnsanın Elinde Olmayanlar	100
22- İnsan Hayatının Eylem Süreleri	101

İÇİNDEKİLER

23- Allah 'ım Varsın	105
24- Çalışma İlkelerimiz, Vizyonumuz, Misyonumuz	106
25- İcatlar Kronolojisi	108
26- Lider mi, sosyopat mı?	114
27- Yaşam Boyu Yaptığımız Planlar	118
28- Kadınlar ve Erkekler Arasındaki Farklar	120
29- Sevdiğimiz İnsan ve Kaybetmememiz Gereken Değerlerimiz	130
30- Ülkeler ve Sembolleri	132
31- Özlü Sözler	136
32- Türkiye' de Gezilecek Görülecek Yerlerimiz	200
33- Hayatta Önemli Olan En Az Nelere İhtiyaç Duyarız	208
34- Mobbing (İş Yerindeki Kâbus)	210
35- Ölürken Son Sözleri	216
36- 2011 Yaşayan Bağımsız ve Özerk Türk Devletleri, İslam Konferansı Örgütüne Üye Devletler, Büyük Ortadoğu Ülkeleri	222
37- Evrensel İnsan	228
38- Değişmeyen Sada Ezan	230
39- İnanan - İnkârcı - İkiyüzlü	232
40- Mutluluğun Sırrı	238
41- Ruhumuz	240
42- Allah	244
43- Allah-Kendimiz-Diğer Yaratılanlar Kitabı Hakkında Görüşler	248

SUNUŞ

- 1- İnsanın her türlü dış etkiden bağımsız, kendi iradesine, kendi düşüncesine dayanarak karar alması ve karar vermesi olarak ifade edebileceğimiz özgürlük veya hürriyet, aynı zamanda insan onurudur.
- 2- Özgürlük, insanı **vardan** yaratan Allah'la insanın hem bedenene, hem ruhen yaklaşması, aydınlanması, yücelmesidir.
- 3- Saf insanlar; yaptığı işlerden kendisi zarar görür, başkasına yarar sağlar. Aptal insanlar; yaptığı işlerden kendisine ve başkasına zarar verir. Kötü insanlar; yaptığı işlerden kendisi yarar görür, başkasına zarar verir. İyi insanlar; yaptığı işlerden hem kendine hem başkasına yarar sağlar.
- 4- Biyo- Psiko-Sosyal bir varlık olan insanın, akıl ve iradesini kullanarak sorumlu davranabilmesi, iyi ve kötüyü bilmesi, doğru olan davranışları göstermesi onu her zaman yüceltir.
- 5- Alın bölgemiz düşünce ve davranışlarımızı düzenler. Alın insanın en şerefli yeridir. (Frontal lob, ruhun aklın beyindeki idare merkezidir) İnanan insanlar alınlarını sadece secdeye götürerek Allah'a yakınlaşırlar. İnsanlar el öptükleri ve öptürdükleri zaman insan onurunu zedeletmiş olurlar.
- 6- **Ruhumuz** dünyada bedenimizle birleşip yaşıyor, kendi kaderini çiziyor. Allah'ın kaderiyle örtüştüğü zaman dünya cennete dönüşüyor. Beden ölünce **Ruhumuz** yaşıyor, ebedi hayatımızda da Allah bedenimizi yeniden yaşıyor.
- 7- Hiçbir insan hiçbir insandan üstün değildir. **Aklını, gönlünü, ahlakını** iyi insan olmak için kullanıp, hem kendine hem başkalarına yarar sağladığında Allah'ın kaderi de sana olumlu yansiyarak, yardımı gelecektir, işte o zaman üstün insan olacaksın.

SUNUŞ

8- Dünyadaki tüm insanların gerçek sahibi **vardan** yaratan Allah'tır. Allah vardan var edendir, yoktan var edendir. Yoktan ve vardan yaratan tek varlık Allah'tır. Dünyadaki bütün insanlar ikiye ayrılırlar; iyi tarafları fazla olanlar (mükâfatları fazla olacaktır), kötü tarafları fazla olanlar (cezaları fazla olacaktır). Diğer ayırımlar teferruattır. İyi insanlar ve kötü insanlar dünyanın her ülkesinde her bölgesinde eşit olarak dağılmışlardır. Bazı yerlerde yasalarla, eğitimle, din öğretileriyle kötü insanlar engellenir. Kimi yerlerde engellenmez. Yaratıcıya yakınlaşanlar iyi insanlardır.

9- Sevdiğimiz insan tipi kimdir; çok para kazanan mı? Çok makamları, güçleri olanlar mı? Sülaleleri, ırkları, dinleri, statüleri ile övünenler mi? Obsesif, depresyonda, melankolik, bipolar v.s. yaratıcı deha ile delilik arası ilişkilendirilenler mi? Senin sevdiğin insan tipi kim... Benim sevdiğim insan tipi kim... Tek yüzlü olarak örtüşüyorlar mı? Aynı insan tipini mi seviyoruz... Dünya görüşlerimiz, ruhlarımız aynı dosdoğru istikameti mi gösteriyor...

10- Güne Allah' la başlamak.

Çalışmak, Emek Vermek, Tam Yaşamak.

Allah'a Şükretmek. Allah, Allah Demek.

Kefenli veya kefensiz dünya boyutundan arınmış bir **ruhla** gitmek...

Bu kitabın yazılmasındaki amacım da ilk kitabım "Allah – Kendimiz - Diğer Yaratılanlar" da olduğu gibi düşüncelerimi ve derlemelerimi değer verdiğim insanlara sunmaktır.

Eyüp ÖZEREN / 2011/ ANKARA

ALLAH

- 1- Allah'ım biz aciziz. Sen affet bizi.
- 2- Biz hak etmediğimiz halde Sen bizleri ne kadar yükseltiyorsun.
- 3- Allah'ım bizlere ne büyük nimetler veriyorsun.
- 4- Bizlere nefes aldırıyor, nefes verdiriyorsun. Ya nefes alamasaydık...
- 5- Bizleri yediriyor, içiriyor, doyuruyorsun. Ya doymasaydık...
- 6- Bizleri görüyor, gördürüyorsun. Ya göremeseydik...
- 7- Bizleri duyuyor, duyuruyorsun. Ya duyumasaydık...
- 8- Bizlerle konuşuyor, konuşturuyorsun. Ya konuşamasaydık...
- 9- Bizlere hissettiriyor, dokunduruyorsun. Ya hissedemeseydik...
- 10- Bizleri seviyor, sevdireyorsun. Ya sevemeseydik...
- 11- Bizlere koklatıyor, kokturuyorsun. Ya koklayamasaydık...
- 12- Bizlere yakınsın, gönlümüze doğuyorsun...
Bizlere hayat verensin. Ya yaşayamasaydık...
- 13- Allah dualara ışık verendir.
- 14- Dualarımızı kabul et Allah'ım.
- 15- Sevdiklerimizle birlikte sağlık, huzur, mutluluklar ver Allah'ım.
- 16- Her gününe, her nimetine çok şükrediyoruz Allah'ım.
- 17- Namaz kılıyor, sabrediyor, hamdediyoruz Allah'ım.
- 18- Günahlarımızın bağışlanmasını diliyoruz Allah'ım.
- 19- Dosdoğru çizgide gitmek istiyoruz Allah'ım.
- 20- İstikametten sapmamaya gayret gösteriyoruz.
- 21- Dünyadaki asıl hedefimizin değişmemesini istiyoruz.
- 22- Bildiklerimize, bilmediklerimize iman ediyoruz.
- 23- Yarattığın her şeyde senin büyüklüğünü görüyoruz.
- 24- Kâinatı keşfettikçe secdeye koşuyoruz.
- 25- Kainatın büyüklüğünü gördükçe bunları vardan yaratan Yaratıcının büyüklüğüne şehadet ediyoruz.

ALLAH

- 26- Allah'ın bizlere verdiklerinden vakfediyoruz.
- 27- Gelirimizin %2,5 – %4 - %10 - %20'sini karşılıksız veriyoruz.
- 28- Yetimleri koruyoruz.
- 29- Öksüzleri kolluyoruz.
- 30- Kimsesizleri sahipleniyoruz.
- 31- Fakirlere, yoksullara yardım ediyoruz.
- 32- Her şeyin sahibinin Allah olduğunun bilincinde oluyoruz.
- 33- Başa kalkmıyoruz.
- 34- İyiliklerimizi konuşmuyoruz.
- 35- Vakfetme dünya görüşünü benimsiyoruz.
- 36- Almıyoruz, veriyoruz.
- 37- Çalmıyoruz, çaldırmıyoruz.
- 38- Rüşvet alan da, veren de olmuyoruz.
- 39- Sağ elle verdiğimizizi, sol elimizle görmüyoruz.
- 40- Temel ihtiyaçlarda, rızıklarda aynı oluyoruz.
- 41- Yalan söylemiyoruz.
- 42- Sözümüzde duruyoruz.
- 43- Üzerimizdeki tüm emanetleri koruyoruz.
- 44- Dünyayı cennet olarak görüyoruz. Dünyayı cennete çevirmeye çalışıyoruz.
- 45- Dünyayı cehennem olarak görenlerden uzak duruyoruz.
- 46- Her olaydan olumlu sonuç çıkarıyoruz.
- 47- Her zaman her şartta kazanan oluyoruz.
- 48- Karamsarlık, paçandan aşağı çekmeler Allah'a inananın özelliği değildir.
- 49- Allah'a tam teslim olmak, huzurdur, kurtuluştur.

ALLAH

- 50- Allah'a tam teslim olmak zirvedir, mucizedir.
- 51- Allah'ım emsalsiz yaratansın.
- 52- Allah'ım yakarılansın.
- 53- Allah'ım verensin.
- 54- Allah'ım sevensin.
- 55- Allah'ım sevilensin.
- 56- Allah'ım affedensin.
- 57- Allah'ım her yerdesin.
- 58- Allah'ım her zaman var olansın.
- 59- Allah'ım kolaylaştıransın.
- 60- Allah'ım dertleşilensin.
- 61- Şifa verensin.
- 62- Rızıklandıransın.
- 63- Mutlu edensin.
- 64- Hakkımızdaki en iyiyi bilensin.
- 65- Başarılı kılansın.
- 66- Makamlar, mevkiler verensin.
- 67- Yaşatansın.
- 68- Karar verensin.
- 69- Bildirensin.
- 70- En büyük aşkınsın Allah'ım.
- 71- Var edensin Allah'ım.
- 72- Yok edensin Allah'ım.
- 73- Sonsuz kılansın Allah'ım.
- 74- Her şeyin sahibisinsin Allah'ım.
- 75- Yeşertensin Allah'ım.

ALLAH

- 76- Doğurtansın Allah'ım.
- 77- Yardımcısın Allah'ım.
- 78- Dostsun Allah'ım.
- 79- Sığınılınsın Allah'ım.
- 80- Barındıransın Allah'ım.
- 81- Barıştıran sensin.
- 82- Koruyan sensin, kollayan sensin.
- 83- Duyan sensin, duyuran sensin.
- 84- Gören sensin, gösteren sensin.
- 85- İştiten sensin, iştittiren sensin.
- 86- Bereketlendiren sensin.
- 87- İstediğine, istediğini veren sensin.
- 88- Ol demenle olduran sensin.
- 89- Şükürler edilen sensin.
- 90- Huzur verensin.
- 91- Gaybı bilensin.
- 92- Cennetle müjdeleyensin.
- 93- İyilerden kılınsın.
- 94- Kötülerden koruyansın.
- 95- Şah damarından yakınsın.
- 96- İçimizden geçersin.
- 97- Ruhumuzu yaşatansın.
- 98- Her şey yalan, Sen gerçeksın. Her şey fani, Sen mutlaksın.
- 99- Her şey sahte, Sen değilsin. Bizler sahtekâr, Sen değilsin.
- 100- Sensiz olunmayansın.

RUH

- 1-Ölümsüzdür.
- 2- Bedeni canlı kılar.
- 3- Nüfuz ettiği her şeye hayat verir.
- 4- Ruh yok edilemez.
- 5- Ruh için en yüksek erdemi ve bilgeliği elde etmek gerekir.
Bunun dışında bir özgürlük ve kurtuluş yoktur.
- 6- Ruh şekil değiştirir, olgunlaşır.
- 7- Ruh ebedilik üzere yaratılmıştır.
- 8- Ruhun öncesi vardır, vardan yaratılmıştır.
- 9- Ruhun sonu yoktur, yok olmaz.
- 10- Ruh yalın bir cevherdir, hava gibi latif bir varlıktır.
- 11- Arınıp, olgunlaşmış ruh cennetten çıkmaz.
- 12- Hayat ölümden gelmiştir, o zaman ruhlar öteki dünyada vardır.
- 13- Arınmadan dünyadan gidecek ruh öteki dünyada mutluluk bulamaz.
- 14- Kötü ruhlar, kötülük yaptıklarından başışlanma kazanıncaya kadar cehennemde kalırlar.
- 15- Hayatlarını iyilik yaparak geçiren ruhlar temizlenerek evlerine giderler, gerçek dünyada ikamet ederler.
- 16- Ruh bedene hayat verir.
- 17- Ruh nefes almayı sağlar.
- 18- Ruhun bedenle birleşip övölüp, yerilme ile nitelenmesi haline nefis denir.
- 19- Ruh nefsin ana elemanıdır.
- 20- Ruhlar uyumaz.
- 21- Arındırılmış olanlar bedensiz olarak büyük köşklerde yaşarlar.
- 22- Allah'ın kaderinin sesi, ruhumuzu çağırduğında gideriz.

RUH

- 23- İyî ruhlar tarifi mümkün olmayan, anlatmaya zamanımızın yetmeyeceği güzelliklerde yaşırlar.
- 24- Ne iyi, ne kötü olan ruhlar Araf'ta kalırlar.
- 25- Katillerin, ana babaya karşı suç işleyenlerin ruhlarının cezaları çok büyüktür.
- 26- Ruhu feyizle Allah insana vermiştîr.
- 27- Allah kâinata ruh verir.
- 28- Ruh her Şeye Şekil verir.
- 29- Ruh her Őekle girer.
- 30- Ruh görünür ama zatı Őekilden yücedir, uzaktır.
- 31- Salih ruh iyi insandır.
- 32- Ruh ilahidir.
- 33- Ruh aklın kaynağıdır. Ruh akılcıdır.
- 34- Ruh ayrıŐamaz.
- 35- Ruh parçalanmaz.
- 36- Ruh kendini bendinde toplar.
- 37- Ruhun amacı soyutluğa ulaşmaktır.
- 38- Ruhun amacı yaşama dönmedir.
- 39- Ruh tek Őekillidir.
- 40- Ruh beşeri olmayandır.
- 41- Canlılar âleminin en küçük yapı taşları olan hücrelerde ruh taşır.
- 42- Ruhun olmadığı hiçbir varlık yoktur.
- 43- Atomlarda hareketi yaratan ruhtur.
- 44- Ruh madde içindeki en yüksek olgunluğu insan mertebesinde bulur.
- 45- Ruh olgunlaŐa olgunlaŐa zirveye çıkar.
- 46- Ruh insanı yüce mahkemeye götürür.
- 47- Ruh nurani ve latifdir.

RUH

- 48- Melekler nuranıdır, cinler ise halis (alevli) ateştir. Melekler ve cinler de ruh taşıır.
- 49- Ruhun Őekle girmesiyle bütünsel melekler ve diğer yaratıklar var olur.
- 50- Bedenler ölür. Ruhlar ölmezler.
- 51- Anne karnında bebeğe 3-4 aylıkken ruh üflenmektedir. Ruhun üflenmesi, bebek hücre bilincinde iken akıl bilincinin verilmesidir.
- 52- Her canlı da ruh vardır. Ovum (yumurta) da, onu dölleyen sperm de canlıdır. Bu ikisinin birleşmesinden oluşan zigotta canlıdır. Ancak o aşamadaki ruh, sadece maddeye canlılık veren ruhtur. Henüz insan ruhu değildir.
- 53- Fetüs 3-4 aylık olduğunda beyinle organlar arasında iletişimi sağlayan sinir sistemi tamamlanır. Aynı zamanda verilen ruh ile bütün bedende canlılık ve koordinasyon sağlanır.
- 54- Bebeğe ruhun üflenmesi, ona akletme ve bilincin verilmesi demektir.
- 55- Bebeğe ruhun üflenmesi, o zamana kadar mevcut olan hücre bilinci yerine bütün vücudu yöneten ruhla akıl bilincinin verilmesidir.
- 56- Ruh bebeğin fizik organlarıyla birlikte gelişir.
- 57- Ruh anne babadan bazı özellikler taşıır. Bu nedenle insan anne babasından bazı fiziksel özelliklerle beraber ruhsal özelliklerde alır.
- 58- Bebeğe verilen ruh, bilinç ve akletme ile eşyayı tanımaya ve öğrenmeye başlar.
- 59- İnsan ruhu kendisine verilen aklını doğru kullanırsa kötü işlerden uzak durur.
- 60- İnsan ruhu kendisine verilen aklını doğru kullanmaz ise iyi işleri eyleme geçiremez.
- 61- İnsana ruhuyla eylemlerini seçme özelliği verilmiştir. Bu seçim insanın sorumluluğunu oluşturmaktadır.

RUH

- 62- Yapılan dualar ruhu rahatlatır.
- 63- Her insanın yaptığı iyilik ve kötülük, ruhu üzerinde iz bırakır.
- 64- Yapılan dualarla dirilerin ve ölülerin ruhu için Allah'tan yardım istenir.
- 65- Dua, Allah'ın ölünün ruhuna sevinç, rahatlık, mağfiret, rıza ve ih-san eylemesini istemektir. Cenaze namazı da ölünün ruhuna du-adan ibarettir.
- 66- Zalime, kâfire, ikiyüzlüye yapılan dualar onun ruhunu rahatlatmaz, ilahi adaletin pençesinden kurtaramaz.
- 67- Anne babaya yapılan dua onların ruhunu rahatlatır, anne ve baba-sının evladına duası da evladın ruhunu rahatlatır.
- 68- Âlimin, mazlumun, kimsesizin duası ruhları rahatlatır.
- 69- Ruhumuz hayırlı amellerimizle yücelir.
- 70- Allah, insana en üstün ruhu vermiştir.
- 71- Allah, kâinatı eşyaya verdiği ruhlarla idare eder, kuşatır.
- 72- Ruh bedenın şeklini alır. Ceset emanet elbisedir, değişmeyen in-sanın ruhudur.
- 73- Ruh da mahluktur. Ruh insanın hakikatidir.
- 74- Ruh ilmi Rab katındadır. Göğey yükseltlen insanın ruhudur.
- 75- Ruh'tan insanlara az bir bilgi verilmiştir.
- 76- Yaratılmış olan ruh, fonksiyonları ile anlaşılmaya çalışılmaktadır.
- 77- Allah yarattığı hiçbir ruha dahil değildir.
- 78- Yaratılan ruhlar, Allah'a direkt bağılı olarak bilgi aktarım aracı ve kontrol aracı olabilirler.
- 79- Her ruh ayrı bir varlıktır, farklıdır, özeldir. Parmak izi, damar izi gibi.
- 80- Her insana Allah ruh vermiştir. İnsanın beden boyutu ve ruh bo-yutu vardır.

ÖLÜM

- 1- Hiçbir kimse Allah'ın izni olmadan ölmez.
- 2- Hayat belirli bir süreye göre yazılmıştır, sonra ölüm gelir.
- 3- Ölüm şükretmektir. Ölüm, varlığın Allah'a şükretmesidir.
- 4- Allah yaşatır ve öldürür. Hayat ve ölüm Allah'tandır.
- 5- Allah yolunda öldürür veya ölürseniz Allah'ın bağışlaması ve rahmeti dünyalıklardan daha hayırlıdır.
- 6- Ölseniz de öldürseniz de Allah'ın huzurunda toplanacaksınız.
- 7- Yaratılan her canlı ölümü tadacaktır.
- 8- Nerede olursanız olun, sağlam kaleler içinde bulunsanız bile ölüm size ulaşacaktır.
- 9- Ölüm geldiği vakit Allah'ın görevli elçisi canımızı alır ve onlar görevlerinde asla kusur etmezler.
- 10- Her inatçı zorba hüsrana uğrayacak cehennemde irinli su içirilecek ona her yönden ölüm gelecek fakat ölmeyecek, şiddetli bir azap gelecektir.
- 11- Sana ölüm gelene kadar Rabbine ibadet et.
- 12- Her nefis ölümü tadacaktır.
- 13- Ölümden önce Allah insanları bir imtihan olarak hayır ve şer ile dener, dönüş Allah'adır.
- 14- İnsanlar muhakkak öleceksiniz.
- 15- Her can ölümü tadacaktır, sonra Allah'a döndürüleceksiniz.
- 16- Hiç kimse nerede öleceğini de bilemez.
- 17- Eğer Allah dilerse sizi öldürür ve yeni bir halk getirir, bu Allah'a göre zor bir şey değildir.
- 18- Şüphesiz sen öleceksin ve şüphesiz onlar da öleceklerdir.

ÖLÜM

- 19- Allah, ölen insanların ruhlarını öldüklerinde, ölmeyenlerinkini de uykularında alır.
- 20- Allah ölümüne hükmettiklerinin ruhlarını tutar, diğerlerini belli bir süreye (ömürlerinin sonuna) kadar bırakır. Şüphesiz bunda düşünen bir toplum için elbette ibretler vardır.
- 21- İnananlar ilk ölümden başka bir ölüm tatmazlar.
- 22- Şüphesiz Allah öldürür ve diriltir. Allah diriden ölüyü, ölüden diriyi çıkarır.
- 23- Aranızda ölümün gelmesini belirleyen Allah'tır, ancak hiç kimse sizin varoluşunuzun doğasını değiştirmekten ve sizi bilmediğiniz yeni bir varoluş biçimine getirmekten alıkoymaz.
- 24- Ölen kimse Allah'a yakın olanlardan ise onu rahatlık, güzel rızık ve naim cenneti beklemektedir.
- 25- Zalimler asla ölümü istemezler.
- 26- Sizin kendisinden kaçtığınız ölüm, sizi mutlaka bulacaktır, sonunda gayb alemini de görünen alemi de bilen Allah'a döndürüleceksiniz.
- 27- Her hangi birinize ölüm gelip de, Ey Rabbim beni yakın bir zamana kadar geciktirsen de sadaka verip iyilerden olsam demeden önce, size rızık olarak verdiğimiz şeylerden Allah yolunda harcayın.
- 28- Allah, sizi sınamak ve böylece hanginizin daha iyi iş yaptığını göstermek için ölümü ve hayatı yaratandır.
- 29- Hayır, can boğaza dayandığında, onu kim kurtarabilir denildiğinde, ölecek olanın artık dünyadan ayrılma zamanının geldiğini anlayıp, ölüm sancıları içinde kıvrandığında, işte o gün gidiş Rabbinedir.
- 30- Çok mal edinme hırsı, sizi ölünceye kadar oyaladı.

ÖLÜM

- 31- Allah yaşatır ve öldürür. Ölüm ebedi hayata doğuştur.
- 32- Ölüm geldiği zaman asla geri dönüş yoktur.
- 33- Kötülere cehennem de her yönden ölüm gelecek fakat ölmeyecek şiddetli azaplara uğrayacaklardır.
- 34- İyi insanlar cennette güven içinde ilk ölümden başka bir ölüm tatmazlar.
- 35- Şüphesiz en son varış Allah'adır, Allah güldürür ve ağlatır. Allah öldürür ve diriltir.
- 36- Sizin yerinize benzerlerinizi getirmek ve sizi bilmeyeceğiniz bir şekilde yeniden yaratmak üzere sizlere ölümü biz takdir ettik. Andolsun birinci yaratılışınızı biliyorsunuz, o halde niçin düşünmüyorsunuz.
- 37- Can boğaza geldiğinde artık onu geri döndüremezsiniz.
- 38- Ölümü ve hayatı yaratan Allah'tır. Allah öldürür, kabre koydurur, dilediği zaman diriltir.
- 39- Dünyada ölmek üzere olan bunun ayrılış olduğunu bilir, bu bacakların birbirine dolandığı zamandır.
- 40- Ölüm aynı anda başka boyutta yaşamdır.
- 41- Ölüm inananlara bayramdır.
- 42- Ölüm inananlar için Yaratıcısıyla buluşma anıdır.
- 43- Ölüm inananlar için kazanma anıdır.
- 44- Ölüm inananlar için ebedi saadettir.
- 45- Ölüm inananlar için cenneti yaşamaktır.
- 46- Ölümden zayıf olanlar korkar.
- 47- Ölümü inkârcılar, ikiyüzlüler hiç istemezler.
- 48- Kötüler kendilerinin hiç ölmeyeceklerini zannederler.

ÖLÜM

- 49- Ölümle kötü insanlar kötü eylem işleyemezler, cehenneme koşarlar.
- 50- Ölümle iyi insanlar hakikate uyanırlar, cennete koşarlar.
- 51- Ölüm ruhun özgürlüğüdür.
- 52- Kötü insanların ölümü esarettir.
- 53- İyi insanların ölümü hürriyettir.
- 54- Ölüm yok oluş değildir.
- 55- Ölüm ölümsüzlüğe diriliştir.
- 56- Ölüm gerçek hayatın önündeki perdenin kalkmasıdır.
- 57- Ölüm yeni ve ebedi hayata diriliş ve uyanıştır.
- 58- Ölüm Allah'a yaklaşmadır.
- 59- Ölüm sevenlerin kavuşmasıdır.
- 60- Ölüm uyanıştır.
- 61- Ölümü bilmek, ölmeden önce ölmektir.
- 62- Ölümde hayat kadar gerçektir.
- 63- Ölüm gerçek hayata geçiştir.
- 64- Ölüm imtihanın bittiği andır.
- 65- Ölüm ansızın gelendir.
- 66- Ruhu Şad olanlar ölümü bilerek ve severek karşılayanlardır.
- 67- Şehadet ne güzel bir ölümdür.
- 68- Allah yolunda ölenler, diridirler ama biz anlayamayız.
- 69- Ölüm adalettir.
- 70- Ne güzelsin ölüm
İyi ki varsın ölüm...

AHLAK

- 1- İnsanların iyi veya kötü sayılan davranışlarıdır.
- 2- Toplumda genel olarak uyulması gereken kurallar ve yapılması gereken görevlerdir.
- 3- İnsanın kendisi ile insanlar ile tüm varlıklar ile ilişkilerinde nasıl davranması, nasıl davranmaması gerektiğini gösteren değer yargılarının bütünüdür.
- 4- Varoluştan sorumlu olmaktır.
- 5- Hayata saygılı olmaktır.
- 6- Temel hakları korumaktır.
- 7- İyiliği emretmektir. Okumak ve öğrenmektir.
- 8- Zulme karşı çıkmaktır.
- 9- Adaletli davranmaktır. Erdemdir.
- 10- Fakirliği, yoksulluğu ortadan kaldırmaktır.
- 11- Bekârları evlendirmektir.
- 12- Hoşgörülülüktür.
- 13- Temizliktir.
- 14- Dürüstlüktür, merhametliliktir.
- 15- Edep ahlakın özüdür. Konuşurken sesini alçaltmayı edep sayan insan, arabanın kornasıyla, radyo ve televizyon gibi aletlerin gürültüsüyle çevreyi rahatsız etmez. Çünkü cansızlara bile canlı gözıyla bakan hiçbir canlıyı incitmez.
- 16- Örnek ve olgun insan olmanın ayırıcı ölçütü, emanete riayet etmektir.

AHLAK

- 17- Yalan söylemek, insanın şeref ve haysiyetini zedeleyen ve onu küçük düşüren davranışlardır. Yalan söyleyenlerin çoğu hasetçi ve cimri insanlardır.
- 18- İkiyüzlü insanlar; konuştuklarında yalan söylerler, söz verdiğinde yerine getirmez, emanete riayet etmezler.
- 19- İşleri ehil olmayanlara verdiğiniz zaman, işinizde kıyameti bekleyiniz.
- 20- Kardeşliğin olmadığı yerde sevgi yeşermez. Orada birlikten, bütünlükten söz edilemez.
- 21- İftira edenler, farkında olmadan en büyük zararları kendilerine ettiklerini görürler.
- 22- Kişinin hüner, şeref, servet ve başarı bakımından kendisini üstün görüp beğenmesi kibirdir. Bu insanlar arasındaki ilişkileri olumsuz yönde etkiler.
- 23- İnsanın kendisinde olmayan özelliklere sahip olanları çekememesi hasettir.
Haset, cahillik ve gözü doymazlığın birleşmesinden doğan kötü bir huydur.
- 24- Haddi aşma, aşırılığa gitmenin her türüsü, insanı ve toplumu zedeler.
- 25- Toplum hayatındaki ilişkiler samimiyet üzerine kurulmalıdır.
- 26- İş, söz ve davranışlarda gösterişe yer vermek, büyüklenmek riya'dır. Riya çıkar sağlamak için yapılır.
- 27- İçki ve kumar, tarih boyunca insanlığın başına ciddi sorunlar açmış, sosyal, psikolojik, ekonomik, biyolojik uzantıları olan ahlaki bir kötülüktür.

AHLAK

- 28- Rüşvet almak ve rüşvet vermek, bir milleti manen ve maddeten çökerten bir davranıştır.
- 29- Bozgunculuk üreten insanlara, topluluklara karşı gelinmelidir.
- 30- Bir insanın arkasından hoşlanmayacağı şeyler konuşmayın.
- 31- Liyakatli insan, işi olması gerektiği en güzel ve en yararlı şekilde yapan kişidir. Liyakatli olduğumuz konularla ilgili görüşmelere katılarak, fikir üretmek, konuları tartışmak, analizler yapmak, oy çokluğu ile kararlar almak, bu kararlara oy birliğiyle uymak, uygulamada kararlı olmak.
- 32- En yakınlarımız da olsa dilimizi eğip bükmemek, güçlünün yanında değil, haklının yanında olmak, hak mücadelesini pratikte göstermek ve adaletli olmaktır.
- 33- Alın teri döküp, hak ederek makam elde etmek, minnet ve diyet borçlarıyla bir yerlere gelmemek, liyakatli olmaktır.
- 34- Her insan gerekli olan temel eğitimi almalıdır. Allah Hz. Muhammed'i güzel ahlakı tamamlamak için göndermiştir.
- 35- Her insanın temel ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamak, temel ihtiyaçlarını karşılayamayan insanlar varken ihtiyaçtan fazlasını almamak.
- 36- Sorumluluk duymak, yaptığımız işlerin hesabını verebilmek.
- 37- Vatanseverlik; akrabalık ve kan bağı sevgisidir, milliyetçiliktir.
- 38- Aynı dine bağlı olmak, o dinin ilkelerini yerine getirmek.
Dindaşıktır.

AHLAK

- 39- Bir milletin ortak konuşma aracı, diğer milletlere karşı bağımsızlığı, özgürlüğü; dilidir.
- 40- Bir milletin ortak değeri, diğer milletlere karşı bağımsızlığı, özgürlüğü; bayrağıdır.
- 41- Ahlak hayatla birlikte, daima gerekli sosyal bir kuvvettir.
- 42- Yaşamın hiçbir alanı ahlaktan ayrı olarak düşünülemez ve ahlak kuralları hayatımızda her zaman bulunacak değerlerdir.
- 43- Ahlak ilkeleri, bizlere insan olma bilincini verir. Nasıl yaşamamız gerektiğini gösterir.
- 44- Ahlak ilkeleri, insanlara iyi ve kötünün ne olduğunu gösterir. İlişkilerde ortaya çıkar, hiçbir zaman kaçamayız.
- 45- Ahlakın olmadığı toplumlarda huzur olmaz. Karmaşa ve kargaşa olur, herkes herkesin hakkına saldırır, yarınları güvenle bakamazlar.
- 46- İslam'ın ana amacı ahlaklı bir insan ve toplum oluşturmaktır.
- 47- Kendisinde iyi huylar geliştirmiş olana iyi ahlaklı, kötü huylar geliştirmiş olana kötü ahlaklı denir.
- 48- Ahlaklı kişi, dışarıdan yönlendirilen değil kendi kendisini yöneten kişidir.
- 49- Ahlaklı toplum, iyilik ve güzellikleri gösteren, kötülük ve çirkinliklere karşı çıkan, tüm insanlığa örnek olacak model bir toplumdur.
- 50- Güzel ahlaktan daha üstün bir liyakat yoktur.

DUA

- 1- Allah'ı anmaktır. İbadetin özüdür.
- 2- Yolu aydınlatan ışıktır.
- 3- Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla bir işe başlamaktır.
- 4- Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla ilk adımı atmaktır.
- 5- Dua, yalnız Allah'a kulluk etmeyi dilemektir.
- 6- Dua, yalnız Allah'tan yardım dilemektir.
- 7- Dua, Allah'tan dosdoğru yola iletmesini dilemektir.
- 8- Dua, Allah'tan nimet bağışladıklarının yoluna iletmesini dilemektir.
- 9- Dua, Allah'tan gazabına uğrayanların ve sapkınların yoluna iletmesini dilemektir.
- 10- Allah'a yakarmaktır.
- 11- Allah'a yalvarmaktır.
- 12- Allah'tan istemektir.
- 13- Allah'a sığınmaktır.
- 14- Allah'a boyun eğmektir.
- 15- Allah'tan beklemektir.
- 16- Allah'a güvenmektir.
- 17- Allah'tan ümit kesmemektir.
- 18- Allah'ın kapısından ayrılmamaktır.

DUA

- 19- Allah'a yakınlaşmaktır.
- 20- Allah'la görüşebilmektir.
- 21- Dua, derdimize derman olmaktadır.
- 22- Dua, ruhsal yapımızı rahatlatmaktadır.
- 23- Dua, gerçek sahibimizde erimektir.
- 24- Bu dünyada da, ahirette de iyilikler istemektir.
- 25- Allah'tan ateş azabından korumasını dilemektir.
- 26- Sabretmeyi dilemek ve öğrenmektir.
- 27- Güçlüklere karşı dayanma gücü dilemektir.
- 28- Dua, Allah'a inanmaktır.
- 29- Dua, Allah'tan af dilemektir.
- 30- Dua, Allah'a şükretmektir.
- 31- Dua, Allah'ı zikretmektir.
- 32- Allah'tan doğruluktan ayrılmamak için dua etmeliyiz.
- 33- Allah'a söz verdiğimizde sözümüzde durmamız için dua etmeliyiz.
- 34- Allah'a emaneti korumamız için dua etmeliyiz.
- 35- Allah'tan faydalı ilim istemektir.
- 36- Allah'tan erdemli olmayı istemektir.
- 37- Nefsimizi temize çıkarmaktır.

DUA

- 38- Alemlerin Rabbi olan Allah'a hamdetmektir.
- 39- Allah'tan unuttuğumuz, hataya düştüğümüz kusurlarımızdan dolayı bizleri hesaba çekmemesini istemektir.
- 40- Gafletten sıyrılmaktır.
- 41- Öfke ve kinden uzak durmaktır.
- 42- Dua, özgür olmaktır.
- 43- Dua, bağımsızlıktır.
- 44- Dua, sevgidir.
- 45- İnsanların Rabbine sığınmaktır.
- 46- İnsanların sahibine sığınmaktır.
- 47- İnsanların ilahına sığınmaktır.
- 48- İnsanların kalbine sinsice vesvese verenin şerrinden Allah'a sığınmaktır.
- 49- Her türlü şerlerden Allah'a sığınmaktır.
- 50- Allah bize yeter demektir.
- 51- Dua, teslimiyettir.
- 52- Dua, haddini bilmektir.
- 53- Dua, Allah'ın ipine bağlanmaktır.
- 54- Dua, sabırla direnmektir.

DUA

- 55- Dua, mücadele etmektir.
- 56- Dua, yardım istemektir.
- 57- Dua, kalbi Allah'a bağlamaktır.
- 58- Dua, ruhun uyanmasıdır.
- 59- Dua, ruhun kıyamıdır.
- 60- Dua, insanın acziyetini bilmesidir.
- 61- Dua, Rabbin yüceliğini tanımaktır.
- 62- Dua, bedeninin tüm sistemlerini Yaratıcıya bağlamaktır.
- 63- Dua, ruhun mutmaine ulaşmasıdır.
- 64- Dua, sığınılanın sadece Allah olduğunun beyanıdır.
- 65- Dua, ağlayabilmektir.
- 66- Duası olmayan hiçbir şeye yaramaz.
- 67- Dua, insanı insan yapan en büyük unsurdur.
- 68- Dua, kulun Allah ile aracısız irtibatıdır.
- 69- Dua, kulun Allah ile aracısız rabitasıdır.
- 70- Dua, esirgeyen ve bağışlayan yalnız Allah olduğunu bilmektir.
- 71- Allah'ım fayda vermeyen ilimden, korkmayan kalpten, kabul olunmayan duadan, doymayan nefisten Sana sığınırım.

VEFA

- 1- Sevgi kokar.
- 2- Söz verir.
- 3- Sözünü tutar.
- 4- Bağlanır.
- 5- Bağlılığını sürdürür.
- 6- Sorumludur.
- 7- Sebatlıdır.
- 8- Sabırlıdır.
- 9- Kararlıdır.
- 10- Direnir.
- 11- Başarıdır.
- 12- Eylemdir.
- 13- Yetiştir.
- 14- Dirençli bir bağlanmadır.
- 15- Sevilene yetiştir.
- 16- Sabır sınavıdır.
- 17- Pınardır.
- 18- Anlayıştır.

VEFA

- 19- Vefalı olmak zanaattır.
- 20- Derin duygularla yorulmaktır.
- 21- Kendimizi adamaya hazır olmaktır.
- 22- İç dünyamızın zenginlikleri içerisinde yaşamaktır.
- 23- Güzel insan olmaktır.
- 24- Sevgiyi yaşamaya çabalamaktır.
- 25- Paylaşmaları yaşamaktır.
- 26- Etkileşimler içerisinde olmaktır.
- 27- Karşılıklı güvenmektir.
- 28- Dostluklar kazanmaktır.
- 29- Sevgiye sorumluluktur.
- 30- Sevdiğine sorumluluktur.
- 31- Dostluğa sorumluluktur.
- 32- Borcunu hatırlamaktır.
- 33- Yılmamaktır.
- 34- Korkmamaktır.
- 35- Kaçmamaktır.
- 36- Yan çizmemektir.

VEFA

- 37- Birlikte olmaktır.
- 38- Yaşam enerjisi almaktır.
- 39- Güzel bir dünya oluşturmaktır.
- 40- Yüksek değerlere ulaşmaktır.
- 41- Bizlere sevgi öğretenlere vefa borcumuz vardır.
- 42- Öğretmenlerimize vefa borcumuz vardır.
- 43- Sevdiklerimize vefa borcumuz vardır.
- 44- Dostlarımıza vefa borcumuz vardır.
- 45- Güzelliklere vefa borcumuz vardır.
- 46- Sevginin sürekliliğine vefalı olmalıyız.
- 47- Bağlanmanın aşkına vefalı olmalıyız.
- 48- Hayatın güzelliklerine vefalı olmalıyız.
- 49- Yaşamın anlamına vefalı olmalıyız.
- 50- Yaratıcının nimetlerine vefalı olmalıyız.
- 51- Unutmamaktır.
- 52- Nankör olmamaktır.
- 53- Sevdiğini kendine tercih etmektir.

VEFA

- 54- Bahane üretmemektir.
- 55- Zamanla sınırlı olmamaktır.
- 56- Ekonomik güçle ilgisi olmamaktır.
- 57- İkiyüzlülük yapmamaktır.
- 58- Denenmedir.
- 59- Sadakattir.
- 60- Furkandır. (İyi ve kötüyü ayırandır)
- 61- Kötü günde yanında olmaktadır.
- 62- Sımsıkı sarılmaktır.
- 63- Bağları koparmamaktır.
- 64- Arayıp sormaktır.
- 65- Zor zamanda aranmaktır.
- 66- Ahdine sadık kalmaktır.
- 67- İmandır.
- 68- İmanın eylemidir.
- 69- Dost olmayı istemektir.
- 70- Allah ile dost olmaktadır.

BABA

- 1- Dünyada yapılan en güzel işlerden biridir.
- 2- Baba evlat arasındaki sevgi karşılıksızdır.
- 3- Baba evlat arasındaki sevgi sınırsızdır.
- 4- Baba her zaman çocuklarını korur, gözetir.
- 5- Baba çocuk arasındaki iletişim doğal yaşanır, fitridir, rol değildir.
- 6- Baba her zaman çocuklarının arkadaşıdır.
- 7- Babalıktan hiçbir zaman vazgeçemezsin.
- 8- Babalıktan hiçbir zaman emekliye ayrılamazsın.
- 9- Baba her zaman yaslanılacak bir omuzdur.
- 10- Baba her zaman açık bir kapıdır.
- 11- Babalar için çocukları dünyanın en özel varlıklarıdır.
- 12- Çocukları etrafında olduğunda, babalardan daha mutlu hiç kimse yoktur.
- 13- Babalar çocuklarının sorularını bıkmadan, usanmadan cevaplar.
- 14- Babalar bütün sıkıntılarını çocuklarının bir gülümsemesiyle unutur.
- 15- Babalar hiç üzmediğin varlıklardır.
- 16- Babalar her zaman yanına koştuğun varlıklardır.
- 17- Babalar öf bile demediğin varlıklardır.
- 18- Babalar hayır duasını aldığı varlıklardır.
- 19- Baba her zaman her şartta çocuğunu düşünür.
- 20- Babalar çocuklarını hayata hazırlar.
- 21- Babaların gözünde çocuklar hiçbir zaman büyümmez.
- 22- Evlatlar için babalar hiçbir zaman ölmez.
- 23- Babalar evlatların her zaman kalbindedir.
- 24- Babalardan hiçbir zaman utanılmaz.
- 25- Babalar canı pahasına çocuklarını kötülüklerden korur.

BABA

- 26- Babalar çocuklarının özgürlük duygusunu besler.
- 27- Baba sert, kaba olmayandır.
- 28- Baba şiddet uygulamayandır.
- 29- Baba fanatizmi aşılamayandır.
- 30- Baba en iyi ahlakı öğretendir.
- 31- Baba meslek öğrenmemizi sağlarandır.
- 32- Baba âşık olduğumuzdur.
- 33- Baba çocuklarına âşık olandır.
- 34- Bütün dünyada bir tek güzel çocuk vardır, bütün babalar da ona sahiptir.
- 35- Baba ile evlat arasındaki güven hiçbir zaman sarsılmaz.
- 36- Baba güç abidesidir.
- 37- Baba temel direktir.
- 38- Baba hiç yorulmayandır.
- 39- Baba dünyamızı yıkmayandır.
- 40- Baba bizi sürekli dinleyendir.
- 41- Baba pozitif enerji verendir.
- 42- Baba içimizdeki potansiyeli harekete geçirendir.
- 43- Babaya güzel davranmalıyız.
- 44- Babaya iyilik yapmalıyız.
- 45- Babaya nazik olmalıyız.
- 46- Babaya tatlı sözler söylemeliyiz.
- 47- Allah'a ve babamıza şükretmeliyiz.
- 48- Hesap gününde babamı başışla Allah'ım diye dua etmeliyiz.
- 49- Babaya mirastan hak bırakmalıyız.
- 50- Babalarımızın üzerine alçak gönüllülük sermeliyiz.

BABA

- 51- Babalarımızın üzerine sevgi ve şefkat kanatlarını germeliyiz.
- 52- Babalar çocuklarını doğru yola davet eder.
Babalar çocuklarını iyiliklere, güzelliklere davet eder.
- 53- Babalar çocuklarını Allah'a sığınmaya davet eder.
- 54- Allah'a inanan, hesap gününe inanan babasını hiçbir zaman düşüncesinden, yaşamından çıkarmaz.
- 55- Baba sığınılacak ne kadar önemli bir limandır.
- 56- Baba sürekli aranandır.
- 57- Baba yol gösterendir, çocuklarını emanet bilinciyle büyütendir.
- 58- Baba evlatları için canını verebilir.
- 59- Baba hiç kötülük düşünemeyendir.
- 60- Baba ölene kadar evladını düşünendir.
- 61- Baba karşılıksız sana koşandır, evladını çok severdir.
- 62- Baba en iyi öğretmendir, baba bir okuldur.
- 63- Baba öldüğünde bir parçan kopandır.
- 64- Baba paylaştığıdır.
- 65- Baba gönlüne sardığıdır, baba duasını aldığıdır.
- 66- Baba çocuklarına Yaratan Allah'ı öğretendir.
- 67- Baba hediyeler verdiğiendir.
- 68- Baba üzmediğidir.
- 69- Baba sürekli aradığıdır, seni bekleyendir.
- 70- Baba her zaman sorduğundur.
- 71- Baba hastalandığında sırtında taşıdığıdır.
- 72- Baba hastalandığında sabaha kadar yanında kaldığıdır.
- 73- Baba her özel günlerde yanına koştuğundur.
- 74- Baba sen benim her şeyimsin dediğidir.
- 75- Baba çocuklarıyla ruhsal bütünleşendir.

BABA

- 76- Baba çocuklarıyla duygusal bütünleşendir.
- 77- Baba çocuklarıyla maddesel bütünleşendir.
- 78- Baba ülkeleri keşfetmeyi öğretendir.
- 79- Baba kültürleri yaşamayı öğretendir.
- 80- Baba matematiği, genetiği, pratiği öğretendir.
- 81- Baba bisiklete binmeyi öğretendir.
- 82- Baba yüzmeyi öğretendir.
- 83- Baba araba kullanmayı öğretendir.
- 84- Dik durmayı, eğilip bükülmemeyi öğretendir.
- 85- Gururlu, onurlu olmayı öğretendir.
- 86- Bonkör olmayı öğretendir.
- 87- Babamızın çocuğu olmak.
- 88- Babamızın iftiharı olmak.
- 89- Babamızın sevinci olmak.
- 90- Hayatımız boyunca babamıza daha çok yapışmalıyız.
- 91- Babamızın elinden daha çok tutmalıyız.
- 92- Babayla birlikte olmanın zevkine varmalıyız.
- 93- Kendimizi, babamızı daha iyi tanımalıyız.
- 94- Babamızın miras kalan genetiğimizi birlikte yaşamalıyız.
- 95- Baba evlat omuz omuza olmalıyız.
- 96- Birlikte koşmalıyız.
- 97- Babalar hiçbir zaman evlatları için kötü olamaz.
- 98- Babaların hakkı hiçbir zaman ödenmez.
- 99- Babalar dünyanın en iyi, en kutsal ve rahmet melekleridir.
- 100- Baba sen bana Allah'ın bir lütfüsün...

İyi ki varsın Babacığım...

KADER

- 1- İnsanın kendi iradesiyle çizdiği kader, iyilikler veya kötülükler yapmak üzere kurulmuştur.
- 2- İnsan kaderini; aklına, gönlüne, ahlakına göre şekillendirir.
- 3- İnsan kaderini iyilikler yapmak için kullanırsa, Allah'ın kaderi de kendi üzerine iyilikler oluşturur.
- 4- Allah'ın kaderi, insanda hiç beklemediği anlarda tecelli eder.
- 5- İnsan kaderinde elinde olmadan afetler, üzüntüler yaşasa da iyi insan olma özelliği varsa, Allah'ın kaderinde Allah'ın yardımlarını görür.
- 6- İnsanın kaderinde aleyhine gelişen bir olay ileriki zaman diliminde Allah'ın yardımıyla lehine dönüşür.
- 7- İnsan kaderinde her türlü kötülükler kötülükle değil, adaletle karşılık vermelidir.
- 8- İnsanın anne babasını seçme hakkı yoktur bu onun kaderidir.
- 9- İnsanın bu dünyada sonsuz kalma hakkı yoktur, vadesi geldiğinde bu dünyadan gider, bu onun kaderidir.
- 10- İnsanın bu dünyaya ♀ veya ♂ olmayı tercihle seçerek gelme hakkı yoktur, bu onun kaderidir.
- 11- İnsanın falan ırktan doğmuş olması onun kaderidir.
- 12- İnsanın fiziksel özellikleri onun kaderidir.
- 13- İnsanın yaratılış kaderinde üstünlük veya eksiklik yoktur, imtihandan geçme durumu söz konusudur.

KADER

- 14- İnsanın engelli doğması, az veya çok zeki olması, az veya fazla para kazanması kaderidir, üstünlük değildir, imtihandan geçmesi durumudur.
- 15- İnsanın erken veya geç ölmesi kaderidir.
- 16- İnsanın farklı cinsten bir insanla evlenmesi kaderidir.
- 17- İnsanın çocuklarının olması kaderidir. Çocuklarının olmaması kaderidir.
- 18- İnsanın akrabalarının olması kaderidir.
- 19- İnsanın kardeşlerinin olması kaderidir.
- 20- Ruhumuz dünya da bedenimizle birleşip yaşıyor, kendi kaderini çiziyor. Allah'ın kaderiyle örtüştüğü zaman dünyada cenneti yaşıyor. Ölünce de ruhumuz yaşıyor, ikinci hayatta da cenneti yaşıyor.
- 21- İnsanın fakir ya da zengin doğması onun kaderidir.
- 22- İnsanın fakir ya da zengin yaşaması, ölmesi onun kaderidir.
- 23- İnsanın anne ve babasından aldığı genetik yapıyla yaşaması, bu genetik yapıya bağlı hastalıklar geçirmesi onun kaderidir.
- 24- İnsanın karşı bir cinse ilgi duyması onunla birlikte olması, aşk yaşaması onun kaderidir.
- 25- İnsan iradesi ve aklıyla iyiliklerle dolu insan olma kaderini seçerse, Allah'ta bu insan için iyilikler dolu kaderini ona mucizeler şeklinde tecelli ettirir.

HOBİLERİMİZ

- 1- Hatıralar yazmak
- 2- Şarkılar söylemek
- 3- Müzik aleti çalmak
- 4- Düşünce üretmek
- 5- Trekking
- 6- Tespih koleksiyonu
- 7- Pul koleksiyonu
- 8- Dağcılık
- 9- Yabancı diller öğrenmek
- 10- Tarih öğrenmek
- 11- Kuran'ı öğrenmek
- 12- Dünya ülkelerini gezmek
- 13- Yüzmek
- 14- Kayak yapmak
- 15- Tenis oynamak
- 16- Sabah güneş doğarken yürüyüşler yapmak
- 17- Çiseleyen yağmurda yürüyüşler yapmak
- 18- Lapa lapa yağan karda yürüyüşler yapmak

HOBİLERİMİZ

- 19- Şiir yazmak
- 20- Şarkı sözü yazmak
- 21- Her hangi bir konuda yazı yazmak
- 22- Her gün en az 1 saat kitap okumak
- 23- Sinemaya gitmek
- 24- Tiyatroya gitmek
- 25- Futbol maçı izlemek
- 26- Futbol oynamak
- 27- Resim yapmak
- 28- Bulmaca çözmek
- 29- Hikâye yazmak
- 30- Bilgi yarışmalarına katılmak veya izlemek
- 31- Satranç
- 32- Dama
- 33- Telesiyej, teleski'ye binmek
- 34- Paraşütle atlamak
- 35- Araba kullanmak
- 36- Kano kullanmak

HOBİLERİMİZ

- 37- Ata binmek
- 38- Gemiye binmek
- 39- Uçağa binmek
- 40- Helikoptere binmek
- 41- Her yapılan işe besmele çekerek başlamak
- 42- Evden dışarı çıkarken Ayet-el Kürsi okumak
- 43- Koşmak
- 44- Kırlarda gezmek
- 45- Kumsallarda yürümek
- 46- Yaylada olmak
- 47- Parkta oturmak
- 48- Yatarken kitap okumak
- 49- Gece uykudan kalkarak kitap okumak
- 50- Sevdiklerini telefonla aramak
- 51- Öğrenilen güzel bir bilgiyi sevdiklerine aktarmak
- 52- Silah kullanmak
- 53- Ok atmak
- 54- Sosyal aktivitelere katılmak
- 55- Konserlere gitmek

HOBİLERİMİZ

- 56- Para koleksiyonu yapmak
- 57- Futbol takımlarını takip etmek
- 58- Ulusal spor organizasyonlarını takip etmek
- 59- Uluslar arası spor organizasyonlarını takip etmek
- 60- Oyuncak yapmak
- 61- Örgü örmek
- 62- Bahçe bitkileri yetiştirmek
- 63- Hayvan beslemek
- 64- Seyahat etmek
- 65- Balık tutmak
- 66- Piknik yapmak
- 67- Ev işlerini yapmak
- 68- Günlük tutmak
- 69- Sıra dışı işler yapmak
- 70- Üretmek
- 71- İnterneti iyi kullanmak
- 72- Bilgisayar programlarını öğrenmek
- 73- Arkadaşlarla buluşmak
- 74- İhtiyaç sahiplerini sevindirmek
- 75- Aklına, gönlüne, ahlakına uygun, keyif alarak yaptığın her iş hobidir.

BEDENİMİZ

I- Beyin:

1- Vücudumuzun emir merkezidir. Başkumandanıdır. Şefidir. Cevize benzer bir yapıdadır.

2- Vücudumuzdaki, tüm mekanizmayı tek başına yönetir. Vücuttan bilgi alır ve sen farkında bile olmadan ne yapılması gerektiğinin emrini verir.

3- Bir yetişkin insanda 26 milyar beyin hücresi vardır.

4- Beyin vücudun toplam ağırlığının sadece % 2'sini oluştururken, vücudumuza giren oksijenin % 25'ini kullanır.

5- Beyin olmadığı zaman insan yaşayamaz. Vücudun tüm bölümleri sinirler aracılığıyla beyne bağlanır, beynimiz sinir sisteminin emir merkezidir.

6- Beynimizde 12 çift sinir bulunur. Bunlardan bazıları duyu organlarından alınan bilgiyi beyne taşır. Bazıları kasları yönetir ve bazıları da kalp, akciğer gibi organlara bağlanır.

7- Sinirlerden gelen sinyalleri işler, böylelikle gördüğümüz, kokladığımız, tattığımız, dokunduğumuz ve duyduğumuz şeyleri anlamlandırabilir, sıcaktan bunalmayı, acıkmayı hisseder, acı çektiğimizi anlayabiliriz. Vücut aktivitelerini de beynimiz yönetir, spor yaparken terlemenin başlaması buna örnektir. Anılarımız, duygularımız ve kurduğumuz hayaller beynimizi oluşturan milyarlarca hücrenin ürünüdür.



BEDENİMİZ

- 8- Vücutun tüm bölümleri sinirler aracılığıyla beyine bağlanır. Beynimiz sinir sisteminin emir merkezidir.
- 9- Nöron denen milyarlarca sinir hücresi, vücudumuz içinde ve dışında neler olduğunu beyne haber vermek amacıyla sinyal gönderir, merkezi sinir sistemimiz bu sinyalleri okur ve karşılığında daha çok sinyal göndererek vücudumuza ne yapması gerektiğini söyler. Bu mesajlar saatte 400 km. hızla vücudun içinde dolaşır.
- 10- Beyin zarı (serebral korteks) en dışta 1mm. kalınlığındadır ve hücre iletişiminin yaşamımız boyunca kesintisiz devam ettiği yerdir.
- 11- Soğanilik (medulla oblongata) solunum ve sindirim gibi vücuttaki istem dışı hareketleri kontrol eder.
- 12- Beyincik (serebellum) dengede durmamızı sağlar ve beden hareketlerimizin uyumundan sorumludur. Beyin sapı beyni omurlığe bağlar.
- 13- Beynin ön bölgesi (prefrontal korteks) duygularımızla ne yapacağımız konusunda bize yol gösterir. Düşünme ve muhakeme etme yeteneğimizi kullanarak duygularımızı kontrol etmemizi sağlar. Beynimizde yer alan birbirine bağlı küçük yapılar öfke, mutluluk ya da sevgi gibi duyguları hissetmemizi sağlar. Alın bölgemiz düşünce ve davranışlarımızı düzenler. İnanan insanlar alınlarını sadece secdeye getirerek Allah'la yakınlaşıyorlar. Secde insanın en şerefli yeri olan alınını sadece Allah'ın huzurunda yere koyması aynı zamanda insanın Allah'a yakınlaşarak yücelmesidir. İnsanlar el öptükleri zaman insan onurunu zedeletiyorlar. Alın teri ile para kazanmak da çok önemlidir.

BEDENİMİZ

14 - Beynin her bölümü farklı görevlere sahiptir. Hareket bölgesi kaslara bilgi gönderir, hafıza bölgesi yaşanan bir olayı hatırlamayı, hayal gücü bölgesi de bir sürü hikâyeyi anlatabilmeyi sağlar.



- | | |
|---------------|-------------|
| 1- Hayal gücü | 5- Görme |
| 2- Hareketler | 6- İşitme |
| 3- Hafıza | 7- Tat alma |
| 4- Dokunma | 8- Konuşma |

15- Sol beyin (sözel ve eleştirel)

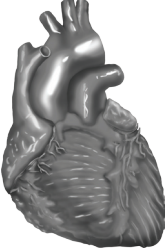
- 1- Analitik düşünür
- 2- Kuşkucudur
- 3- Kusurlara duyarlıdır, eleştirir
- 4- Savunma durumundadır
- 5- Yeniye ve denenmemişe direnç gösterir
- 6- Bekçidir
- 7- Mantığı ön plana çıkarır ve değerlendirir
- 8- Ahenkli
- 9- Akılcı
- 10- Objektif
- 11- Detaylarla ilgilenir

Sağ beyin (model arayıcı)

- 1- Yaratıcı düşünür
- 2- Açıkır
- 3- Yargılamaktan kaçınır
- 4- Görsel, işitsel imgelerle düşünür
- 5- Her şeyin mümkün olduğuna inanır
- 6- Güvenilirdir
- 7- Duygular ön plandadır
- 8- Öz sezisi güçlü
- 9- Şüpheci
- 10- Yapay, sübjektif
- 11- Detayla ilgilenmez

BEDENİMİZ

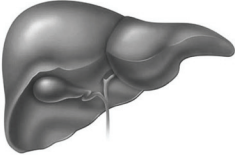
II- Kalp



- 1- Kalp günde ortalama 100 bin kez atar.
- 2- Pompalama işlemini kesintisiz sürdüren bir kastır.
- 3- Kalbimiz, kanı atardamar, toplardamar ve kılcal damarlar yoluyla tüm vücuda pompalar.
- 4- Kan damarları tıpkı bir karayolu gibi kanın gitmek istediği yere götürülmesini sağlarlar.
- 5- Kan akciğerlere gelip taze oksijeni alırken, diğer taraftan da karbondioksiti bırakır.
- 6- Kalp olmadığı zaman insan yaşayamaz.
- 7- Kalp her atışında kasılır ve gevşer.
- 8- Kalp 4 ana bölümden oluşur. Üstte sağ ve sol kulakçık, altta sağ ve sol karıncık.
- 9- Vücuttan gelen kan sağ kulakçığa, akciğerlerden gelen kan, sol kulakçığa gelir.
- 10- Sağ karıncık, vücuttan gelen kanı akciğerlere pompalar, sol karıncık oksijen oranı yüksek temiz kanı akciğerlerden vücuda pompalar.
- 11- Kalbimiz 24 saat boyunca vücuda sürekli kan pompalamakla sorumludur.
- 12- İnsan yumruğu büyüklüğündeki kalp vücudun motorudur.
- 13- İnsan koştuğunda vücuduna daha çok kan göndermek için kalbin ritmi hızlanır, yaklaşık dakikada 200 defa çarpar.
- 14- İnsan dinlendiği zaman ise yaklaşık kalbinin ritmi 75 sefer çarpar.

BEDENİMİZ

III – Karaciğer



- 1- Karaciğeri olmadığı zaman insan yaşayamaz.
- 2- Yaşamak için gerekli olan birçok biyokimyasal olay bu organda meydana gelir.
- 3- Vücudumuzdaki en büyük organdır, yaklaşık 2 kg. ağırlığındadır.
- 4- Karaciğer vücudumuzdaki zehirli maddeleri dışarı atmakla görevli bir organdır.
- 5- Karaciğer hücreleri kandaki zararlı maddeleri (aminoasitler, amonyak v.b.) filtre edip yararlı maddelere dönüştürür.
- 6- Safra adı verilen bir salgı üretir, safra sıvısı büyük yağ damlalarını daha küçük parçalara ayırarak yağların sindirimine yardımcı olur.
- 7- Yağların hazmedilmesini sağlayan safra sıvısı ve hayati önem taşıyan albümini üretmesi, karaciğerin önemli işlevlerindedir.
- 8- Besinler organizmaya faydalı olacak maddelere dönüştürülür.
- 9- Vücut ihtiyacı olan enerjinin büyük kısmını, karaciğerden alır.
- 10- Vücudu zehirli maddelerden arındıran bu organda, sinir bulunmadığından dolayı, karaciğerde meydana gelen bir rahatsızlık ağrılara yol açmaz. Bu sebepten dolayı da rahatsızlık ne yazık ki ancak ileri bir aşamada tespit edilir.

BEDENİMİZ

IV- Akciğerler



1- Vücutumuzdaki süngerimsi iki organa verilen isimdir.

2- İki akciğeri de olmadığı zaman insan yaşayamaz.

3- İnsan, birkaç gün yemeden, içmeden yaşayabilir, fakat nefes almadan birkaç dakikadan fazla yaşayamaz.

4- Akciğerler dakikada yaklaşık 15 defa şişer ve söner.

5- Akciğerlerin dibindeki küçük torbalar solunan havadan oksijen alırlar ve hücreleri besleyebilmesi için kana verirler. İşte bu değiş tokuş sırasında bu küçük torbalar hücrelerin atığı olan nefesle beraber karbon gazını dışarı atarlar.

6- Soluk alırken; oksijenle dolu havayı içine çekince akciğerler şişer. Buna soluk alma denir.

7- Soluk verirken; zehirli havayı yani karbon gazını dışarı çıkarınca akciğerlerin söner. Buna soluk verme denir.

8- Hava önce burundan veya ağızdan geçer, sonra soluk borusundan akciğerlere iner. Burada havayla kanın buluşması gerçekleşir.

9- Hapşırma ile havayı burundan saatte 160 km. hızla sertçe dışarı boşaltırız. Burundaki ufak tüyler tarafından tutulan bütün tozlar da böylece dışarı atılır. Boğazımıza kaçan tozlar ise öksürme refleksi ile dışarı atılır. Atılan tozlar da ses tellerine değdikleri için öksürük sesi çıkarırlar.

10- Ses; akciğerlerden çıkan havanın, boğazdan geçerken V şeklinde iki ufak esnek banda benzeyen ses tellerine teması ve onların titreşmesi ile oluşur. Dil ve dudaklar bu sesleri kelimelere dönüştürmek için hareket ederler.

BEDENİMİZ

V- Böbrekler

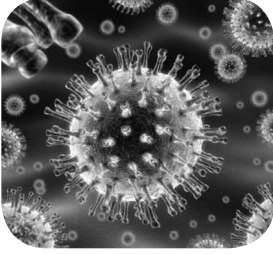


- 1- Kandaki zararlı atıkları temizler.
- 2- Her bir böbrekte nefron denen yaklaşık 1 milyon adet küçük filtre parçacıklar bulunur.
- 3- Nefronlar hep birlikte çalışarak kanı temizler ve vücudumuzdaki su, tuz ve diğer maddelerin oranını düzenler.
- 4- Kanımız böbrekler tarafından temizlendikten sonra tekrar dolaşımın sistemine gönderilir.
- 5- Geriye kalan üre adını verdiğimiz fazla su, tuz ve atık maddeler idrara dönüştürülür ve atılır.
- 6- Böbrekler kanı günde 300 kere filtreleyip temizliyor.
- 7- Böbreklerin ikisi de olmadığı zaman insan yaşayamaz.

BEDENİMİZ

VI- Hücreler

1- Vücudumuzda 75 trilyon hücre vardır. Hücreler sürekli ölürler ve



tekrar sentezlenirler. Organlar bu şekilde canlılıklarını sürdürürler; çünkü hücrelerin her saniye milyonlarcası ölmektedir.

2- Tüm canlıların yapı taşıdır.

3- Hücrenin dışında onu çevreleyen ve koruyan bir zar bulunur.

4- Hücre zarı, besinlerin, suyun ve diğer maddelerin hücreye giriş çıkışını kontrol eder, bakteriler ve diğer zararlı maddeleri de hücrenin dışında tutar.

5- Hücre çekirdeği (nükleus) hücrenin ortasında bulunup, DNA molekülü taşıyan ve hücreye komut veren, ayrıca yeni hücrelerin oluşmasını sağlayan bir yapıdır.

6- Her hücre çekirdeğinde 46 adet DNA zincir ipliği bulunur. Bu ipliklere kromozom denir.

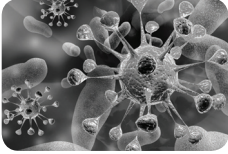
7- Her bir kromozom hücrelere vücudumuzu nasıl inşa edeceklerini söyleyen farklı genlerden oluşur.

8- İnsanları benzersiz yapan DNA' larıdır.

9- DNA, ebeveynlerden çocuklara aktarılan kromozom ve genleri oluşturan bir kimyasaldır. Sadece mikroskop ile görülebilir. Şekli dönen bir merdiveni andırır ve vücuttaki hücrelerin tümünde bulunur.

BEDENİMİZ

- 10- İnsanın DNA'sı ile şempanze DNA'sı arasındaki benzerlik %98.4, salyangoz DNA'sı ile benzerlik ise %70'dir.
- 11- Kromozom her bir hücrenin merkezinde bulunan küçük iplikçiklerdir. Göz rengi gibi ebeveynlerden gelen genetik bilgileri taşır. İnsanın kromozom sayısı 46, bezelyeninki 14, tatlı su istakozunun ki 200.



- 12- Gen; vücudun ne şekilde gelişeceğini belirleyen bir koddur. Genler ebeveynlerden çocuklara miras kalan şifrelerdir. Genlerimiz anne babamızın, onların anne ve babalarının, yani soyumuzun kalıtsal özelliklerini bize taşıyarak saçımızın rengini, yüzümüzün şeklini belirlerler. Bu genler karışarak insanı benzersiz bir varlık şekline sokarlar.
- 13- İnsanın tek bir DNA molekülünde 1 milyon ansiklopedi sayfasını veya başka bir deyişle yaklaşık 1000 kitabı dolduracak miktarda bilgi bulunur.
- 14- Her gün, 24 saat boyunca hiç durmadan her saniyede insanın gen bilgilerinden bir tanesi okunacak olsa, bu işlemin tamamlanması için 100 yıl geçmesi gerekmektedir.

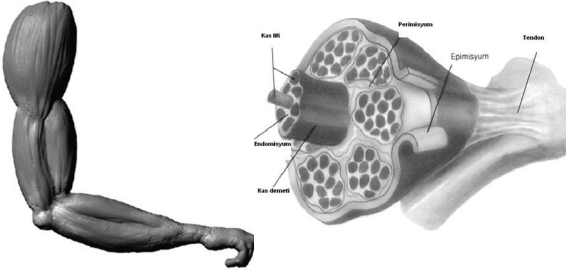
BEDENİMİZ

VII- Dokular

1- Hücre gruplarının birleşmesiyle dokular oluşur.

2- Vücudumuzda dört farklı doku türü vardır.

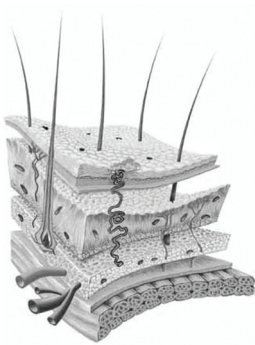
- Epitel Doku: İç organları ve vücudun dış kısmını örter.
- Bağ Doku: Organları yerlerinde tutar.
- Kas Doku: Hareketleri sağlar.
- Sinir Doku: Beyinden gelen sinyalleri vücuda dağıtır.



BEDENİMİZ

VIII- Deri

1- Yetişkin bir insanda deri ortalama 5 kilo ağırlığındadır.



2- Yetişkin bir insan derisinin yüz ölçümü yaklaşık $2m^2$ 'dir.

3- Deri vücudumuzu bir zırh gibi kaplayarak suyun ve mikropların içeri girmesini önler.

4- Dermis: Deriyi besleyen ve ona dayanıklılık sağlayan tabakadır.

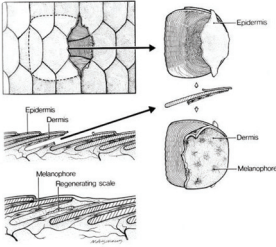
5- Deri Altı (Hipodermis): Alt deri tabakasının en alt kısmında ise vücut ısısını sabit tutan yağ tabakası vardır. Yağda oluşan bu katman insanı soğuktan korur ve ani darbe sonucu meydana gelen şokların hızını keser.

6- Üst Deri (Epidermis): Üst üste sıralanmış çok katlı kalın bir yapıya sahiptir. Bu yüzeysel katman çok incedir. Güneşte bronzlaşan katman budur.

7- Dermal Papilla: Kan dolaşımını deri yüzeyine getirir böylelikle deri kandaki besinleri kolaylıkla emer.

BEDENİMİZ

8- İnsan yaşamı boyunca 22 kg. deri kaybeder.



9- Her kıl derinin altında bir kas hücresine bağlıdır. Korktuğumuzda ya da üşüdüğümüzde kas hücresi kasılır ve kıllar dikleşir, böylece tüylerimiz diken oldu, deriz.

10- İnsan saç teli sayısı yaklaşık 100 bin'dir. Saçlar yılda 10 cm. uzar. Günde yaklaşık 100 tane saç tanesini kaybederiz.

- 11- Ayakların altı, ellerinin içi ve dudaklar hariç vücudun her yerine yayılmış milyonlarca tüyler vardır. Tüyler devamlı uzarlar.
- 12- Yaşlandığımızda saçlarımız beyazlar. Çünkü giderek daha az pigment ve melanine sahip oldukları için esas renklerini kaybederler.
- 13- Deri; her 35 günde bir yenilenir. Yani her yıl 10 defa deri değiştirilir.
- 14- Deri esneyen bir lastik gibi seninle birlikte büyür. Durmadan yenilenir, ölü deri gün boyunca dökülür. Deri insanı mikroplardan, tozdan, sudan, güneşten korur. Vücut ısını doğru sıcaklıkta tutmayı sağlar. Sıcak olduğunda serinlemek için küçük salgı bezleri ter salgılar. Üşüdüğümüzde vücut ısını 37 derece de tutmak için deri büzülür, pütür pütür olur.

BEDENİMİZ

IX- Kaslar



1- Uzun, kısalarak kemikleri hareket ettirirler. Kaslar kemikleri oynatmak için büyük lastiklermiş gibi hareket ederler.

2- Vücudumuzun büyük bölümü, iskeleti destekleyen ve hareket etmemizi sağlayan iskelet kaslarından oluşur. Bu kaslar bizim kontrolümüz

altında olduğundan istemli kaslar olarak da adlandırılırlar.

3- Esnek kablo yapısını andıran tendonlar tarafından bu kaslar kemiklerimize bağlanırlar.

4- Vücudumuzda farklı şekil ve boyutlarda 600'den fazla iskelet kası vardır.

5- İstemsiz kaslar kendiliğinden kasılan kaslardır. Bağırsak ve sindirim borusu gibi organlara etki ederler.

6- Kalp tüm gün durmadan atan istemsiz bir kastır.

7- Diğer istemsiz kaslar göz ve mide gibi organlarda yer alır.

8- Yüz kasları duygularımızı ifade etmeyi sağlar. Böylelikle gülümseyebilir, kaşlarımızı çatabilir, sevdiklerimizi öpebiliriz.

9- Parmaklarımızda hiç kas yoktur. Avuç içindeki ve ön koldaki kaslar, parmak kemiklerine bağlanmış tendonlara bağlıdır.

Kaslar, tendonları çekerek parmaklarımızın çekilmesini ve hareket etmesini sağlarlar.

10- Ortalama bir insan hayatı boyunca yaklaşık 127 bin km. yürür. Bu dünyanın çevresini 3 kez yürüyerek dolaşmak anlamına gelmektedir.

11- Kaslar insanın ağırlığının 1/3'ünü oluşturur.

12- Dil tek başına 14 kasa sahiptir.

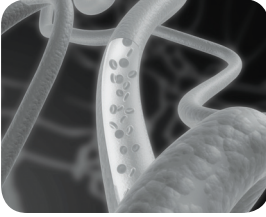
13- En uzun kas üst bacak kasıdır.

14- En kısa kas kulağın içinde üzengi kemiğindedir, 1mm. kadar kasılabilir.

15- En hızlı kas göz kapağı kasıdır, saniyede 5 sefer kırabilir.

BEDENİMİZ

X- Kan Damarları



1- Kan damarı; vücuda kan taşıyan kanallardır. Atar ve toplardamar olarak adlandırılır.

2- İnsan vücudundaki kan damarlarının uzunluğu uç uça eklendiğinde yaklaşık 160 bin kilometredir.

3- Bir insanın vücudunda dolaşan kan miktarı 5 litre civarındadır. Çocukların vücudunda yaklaşık 3 litre kan dolaşır.

4- Bir kan hücresinin vücudu dolaşıp kalbe geri dönmesi sadece 20 saniye sürmektedir.

5- Kanın sıvı olan bölümüne kan plazması denir. Bu sıvı besinleri, tuz ve mineralleri hücrelere taşır. Bu işlem vücut sınırlarının dengesini sağlar.

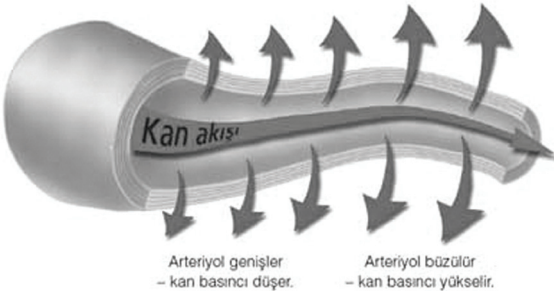
6- Vücudumuzda küçük bir damar zarar gördüğünde trombositler (kan pulcukları) ve yapışkanlık özelliği olan dokular kırmızı kan hücrelerini tutarak pıhtı oluştururlar.

7- Atardamarlar kanı kalpten vücuda taşırlar. Oksijen oranı yüksek temiz kanı kalpten vücudun diğer kısımlarına taşıyan büyük kan damarlarıdır.

8- Toplardamarlar vücuttaki kanı kalbe taşırlar. Oksijen oranı düşük kirli kanı vücuttan kalbe taşıyan kan damarlarıdır.

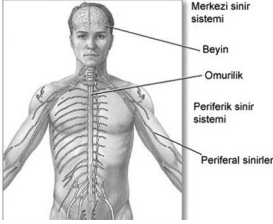
BEDENİMİZ

- 9- Vücutumuzun %70'i sudan oluşur, kanda ve hücrelerde su bulunur.
- 10- Kanda üç tip hücre bulunur. Alyuvarlar, akyuvarlar, kan pulcukları.
- 11- Alyuvarlar akciğerlerden vücutta bulunan sayısız hücreye oksijen taşır. Alyuvarlar kana kırmızı rengini verir.
- 12- Akyuvarlar hastalıklarla savaştan sorumlu, vücudun esaslı koruyucularıdır. Bazıları hastalık taşıyan mikropları yok eder, bazıları da enfeksiyon durumunda mikropları yok eden antikor üretirler.
- 13- Vücut hücrelerinin yarısı kan hücreleridir. Kan hücreleri çok çabuk öldükleri için, her saniye 3 milyon yeni kan hücresi üretilir.
- 14- Vücutumuzda dolaşan kanın yolculuğu tek yönlüdür. Kalbin sol tarafından çıkan kan, akciğerlerde oksijenle dolduktan sonra, atardamarlar aracılığıyla bütün vücudu dolaşır. Bağırsaklardan geçerken hücrelere dağıtacağı besinle dolar, sonra toplardamarla kalbe geri döner ve yeniden oksijen almak için akciğerlerden geçer. Bu yolculuk 1 dakikadan az bir sürede gerçekleşir.



BEDENİMİZ

XI- Sinirler



- 1- Yetişkin bir insanın vücudunda bulunan sinirlerin toplam uzunluğu yaklaşık 75 km.dir.
- 2- Vücudumuzdaki her bir sinir nöron adı verilen binlerce sinir hücresinden meydana gelir.
- 3- Nöronlar tek bir sinirin mesajını saniyede 90 metre hızla gönderebilen yapılardır.
- 4- Mesaj nöronun kolu ya da akson denilen yapı boyunca ilerleyerek küçük boşluklardan diğer sinir hücrelerine geçer. Bu boşluklara sinapsis denir.
- 5- Dendritler (nöronun kısa uzantısı) mesajı alırlar ve bu yolculuk mesaj gideceği yere ulaşıncaya kadar sürer.
- 6- Dirsek bir yere çarpınca kolun karıncalanmasına sebep olan şey aslında bir kemik değil sinirdir, bu sinir dirseğin içine doğru uzanır.
- 7- Cildimizde bize ne hissettiğimizi söyleyen birçok küçük reseptörler bulunur. Bir şeye dokunur dokunmaz reseptörler mesajları sinir hücreleri ile beyne iletirler. Ardından beyin, gelen algının ne olduğunu ayırt ederek vücudun neresinde hissedildiğini bulur. Sıcak, soğuk, titreme, baskı ve acı gibi birçok farklı algıları duymamızı sağlar.
- 8- Vücudumuzun en hassas bölgeleri eller, dudaklar, yüz, boyun, dil, ayaklar ve parmak uçlarıdır.
- 9- Kendimizi gıdıklamamız imkansızdır. Bunu yaparken beynimiz her şeyin farkında olduğundan bu algıyı görmezden gelir.
- 10- Bebeğin doğduğunda parmak izleri yoktur, bu izler üç ayın sonunda oluşur.

BEDENİMİZ

XII- Kemikler



1- Farklı boyutlarda ve şekillerdeki kemiklerin hepsi birlikte insan iskeletini oluşturur. Bir yetişkinde 206 kemik vardır. Çocukların iskeleti 208 kemikten oluşur.

2- Kemikler canlı dokulardır. İskeleti oluşturarak vücuda şekil verirler. Kemikler vücuda destek olur ve organları korurlar. Omurgamız sayesinde ayakta durabiliriz. Omurga kemiği 33 omurdan meydana gelir.

3- Kemiğin dışındaki sert tabaka; kan damarları, sinirler, kemik hücreleriyle dayanıklı lif ve minerallerden oluşur.

4- Bir kemiğin kırıldığında iyileşmesi üç ayı bulmaktadır.

5- Bazı kemiklerde yeni kan hücreleri üreten kırmızı ilik bulunur.

6- Boynumuzdaki kemiklerin sayısı zürafanın boynundakilere eşittir. Zürafanın sadece omur kemikleri daha uzundur.

7- Hangi yaşta olursak olalım uyluk kemiğimiz, boyumuzun yaklaşık dörtte biri kadardır.

8- Vücudumuzdaki kemiklerin çoğu 12 yaşına geldiğimizde gelişimlerini tamamlamıştır Ancak kol ve bacadaki kemikler 20 yaşına kadar büyümeye devam eder.

9- Kafatası, beyni koruyan, yüz ve boyun kaslarını destekleyen 29 kemikten oluşmuştur.

10- Her bir ayakta 26 kemik, 33 eklem, 19 kas bulunur.

11- Kemiklerin dışı sert ve yoğundur, bu bölüm kalsiyum ve fosfordan meydana gelir.

BEDENİMİZ

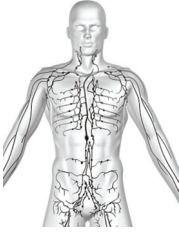
- 12- Göğüs kafesi kalbi ve akciğerleri korur.
- 13- Kıkırdak, kemik uçlarında bulunan kaygan bir maddedir ve kemiklerin arasındaki sürtünmeyi azaltır.
- 14- Eklem bağları, kemikleri birleştirerek ve eklemleri tutacak şekilde kemik uçlarını sararlar.

XIII- Lenf Sistemi

- 1- Vücudu bakteri ve enfeksiyonlardan korumaya çalışan lenf damarlarından oluşur.
- 2- Lenf damarları içinde su ve başka yararlı birçok maddenin de bulunduğu lenf sıvısı denilen renksiz bir sıvıyı dokulara bırakır.
- 3- Lenf damarları, lenf sıvısını vücuttan geri toplayarak kan dolaşımına bırakırlar.
- 4- Lenf düğümleri denilen organlar diğer küçük doku ve organlarla birlikte çalışarak, bakterilerle savaşacak beyaz kan hücrelerini (akuyvarları) üretirler.
- 5- Lenf düğümleri yaklaşık olarak bir fasulye tanesi büyüklüğündedir.
- 6- Lenf sıvısını vücuda pompalayacak kalp gibi bir organ yoktur. Dolaşımının sağlanması için kas aktivitesi gerekir, bu nedenle egzersizin önemi bir kere daha ortaya çıkar.
- 7- Bademcikler vücudumuzun enfeksiyonlarla savaşına yardım eder.
- 8- Koltuk altı lenf düğümleri toplam 20 ila 30 civarında bulunur.
- 9- Lenfatik bir organ olan apandis çok fazla bakteriyi topladığından iltihaplanır.
- 10- Lenf damarları kilometrelerce uzunluktadır.

BEDENİMİZ

XIV- Savunma Sistemi



- 1- Vücudumuz güçlü savunma sistemine sahiptir.
- 2- Vücuda zararlı bakteri ve virüs girişi olduğunda antikor denilen özel proteinler üreterek onları etkisiz hale getirir.
- 3- Antikorlar bakterilerle savaşmak için kan dolaşımında gezerler.
- 4- Antikor, özel kan hücreleri tarafından bakterilerle savaşmak amacıyla üretilen bir kimyasaldır.
- 5- Kanımızda bulunan B hücreleri, vücudumuza gelen her türlü bakteriye karşı antikor üretir.
- 6- Kıl folikülleri sebum denilen bir kimyasal madde üreterek bakterilerin çoğalmasını önlerler.
- 7- Gözyaşında gözleri bakterilerden koruyan özel bir kimyasal madde bulunur.
- 8- Ağız ve boğaz sağlığı için, tükürüğün içinde bakterilerle savaşan kimyasallar bulunur.
- 9- Solunum yollarında bulunan tüycükler tehlikeli olan her şeyi tutarlar.
- 10- Bağırsaklarımızda yaşayan yararlı bakteriler zararlı bakterileri yok etmek için bazı kimyasal maddeler üretirler.
- 11- Bakteriler küçük tek hücreli organizmalardır. Bazı bakteriler zararlı olup, vücut sağlığını bozarak tahrip ederken bazı yararlı bakterilerde bu zararlı bakterilerle savaşarak vücudu korur.

BEDENİMİZ

XV- Hormonlar

- 1- Vücutumuzda toplam 30 farklı hormon bulunur.
- 2- Hormonlar vücut aktivitelerini yönetmek ve düzenlemek için sinir sistemiyle birlikte çalışırlar.
- 3- Besinleri sindirmemize, vücut sıcaklığının sabit tutulmasına yardımcı olur, vücutumuzun gelişimini yönetirler.
- 4- Açlık, susuzluk ve yorgunluk hissetmemizi sağlarlar.
- 5- Acıktığımızı, doydüğümüzü ya da midemizdeki son öğün sindirilene kadar acıkılmamayı bize söyleyen hormonlarımızdır.
- 6- Tüm bu hormonların yöneticisi ise hipotalamustur. Hipotalamus tüm bezler arasında en fazla hormonu üreten ve en çok hormonu yöneten bezdir.
- 7- Hipofiz bezi, hipotalamus tarafından üretilen hormonları depolar.
- 8- Tiroit bezi, vücudun enerji düzeylerini yöneten bezdir.
- 9- Timus bezi, vücudun savunma mekanizmasının üstünde etkili olan bir hormon üretir.
- 10- Kalbin ürettiği bir hormon kan basıncının düzenlenmesinde rol oynar.
- 11- Böbreküstü bezleri, kalp atışlarını hızlandıran ve vücudu tehlikelere karşı hazırlayan adrenal hormonunun salgılanmasını sağlarlar.

BEDENİMİZ

XVI- Sindirim

1- Midenin kas dokusundan oluşan duvarları, yiyecekleri ezen ve par-



çalanmayı sağlayan sindirim sıvılarını üretirler.

2- Daha sonra yiyecekler mideyi terk ederek daha fazla sindirim sıvısının ortaya çıktığı ve besinlerin emildiği ince bağırsağa gider.

3- İnce bağırsağın alt ucu olan ileumdan geçerek, dışkı olarak atılımından önce tutulduğu yer olan ve anüse açılan rektuma gittiği görülür.

4- Mide, bağırsak ve karaciğerin de içinde bulunduğu sindirim sistemi organları hep birlikte çalışırlar.

5- Midemiz salgıladığı hormonlarla açlığın ve sindirimin kontrol edilmesini sağlar.

6- Ağızda dişler harekete geçerek besini ezmek için çiğnerler.

7- Salya besinlerin yemek borusundan aşağı inmesine yardımcı olur, süre: 3 saniye

8- Mide besini sıvı hale getirmek için çalkalar, süre: 3 saat

9- Oluşan sıvı vücut için neyin yararlı, neyin yararsız olduğunu ayıran ince bağırsağa iner. Yararlı olan önce kana daha sonra hücrelere ulaşmak için bağırsak çeperinden geçer, süre: 4 saat.

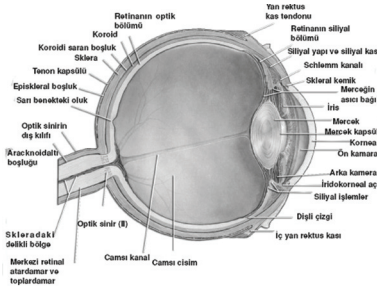
10- Sindirilmeyen besinler kalın bağırsağa gelir burada dışkıya dönüşür, atılır, süre: 10 saat.

BEDENİMİZ

- 11- Dişler bir hayat boyu binlerce kilogram besin çiğnerler, iyi bir sindirim için vazgeçilmezdirler.
- 12- Diş mineden oluşur, vücudun en sert görünen parlak kısmıdır. Diş minesini dişleri mikroplardan, şoklardan, soğuktan ve sıcaktan korur.
- 13- Bebekler dişsiz doğar. İlk dişler 6 aylıkken görülür. 2 yaşında 20 süt dişi olur. 6 yaşında süt dişleri düşmeye başlar ve saklı olan yetişkinlik dişleri çıkar.
- 14- Bütün yetişkinlik dişleri çıktığında 32 dişi olur.
- 15- Kesici dişler: Keser
Köpek dişler: Parçalar
Azı dişleri: Ezer

XVII- Görme

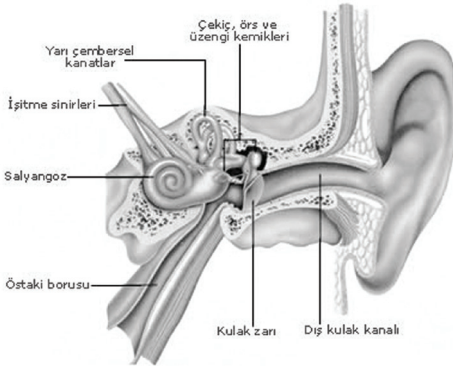
- 1- Kornea ve göz bebeği ışığın içeri girmesini sağlar.
- 2- İris tabakası ışığı algılar.
- 3- Göz merceği ışığı optik sinir ile görüntüyü beyne ileten retinanın üzerine ters olarak odaklar.
- 4- Beynimiz devreye girerek ters görüntüyü düzelterek algılar.
- 5- Gözün renkli kısmı olan iris göz bebeğini yönetir.
- 6- Parmak izinde olduğu gibi her insanın iris şekli de kendine özgüdür



BEDENİMİZ

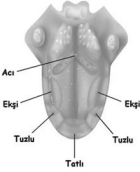
XVIII- İşitme

- 1- Tüm sesler gözle görülemeyen ses dalgaları şeklinde yayılır.
- 2- Ses dalgaları kulak zarına çarpana dek kulak kanalında yol alırlar.
- 3- Kulak zarı titreşir ve dalga dalga yayılan bir etki yaratır.
- 4- Dalga 3 küçük kemik boyunca ilerleyerek kulağın derinliğinde bulunan kulak salyangozunun (koklea) oval penceresinden geçer.
- 5- Ses titreşimleri küçük kıl hücreleri tarafından beyne götürülecek elektriksel sinyallere dönüştürülür.
- 6- Beynimiz sinyalleri yorumlayarak sesleri fark etmemizi sağlar.
- 7- Kulaklarımız aynı zamanda dengede durmamızı sağlarlar. Yarım daire kanalları vücudumuzla birlikte hareket eden bir sıvıyı bulundurur. Denge reseptörleri olarak adlandırılan küçük tüycükler hareketi algılayarak beyne bildirir.



BEDENİMİZ

XIX- Tatma



1- Dilimizin düzeyi yaklaşık 10.000 tat alma tomurcuğu ile kaplıdır.

2- Tat alma tomurcuğu içinde tat algılayıcı sinir hücreleri bulunur.

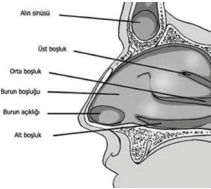
3- Yiyecek ağızımıza girdiğinde tükürük tarafından eritilir.

4- Ağızımızda bazı kimyasal maddeler açığa çıkar.

5- Reseptörler bu kimyasal maddeleri algılayarak beyine sinyal gönderirler.

6- Dil; acı, tatlı, tuzlu ve ekşi olmak üzere 4 ana tadı algılayabilir.

XX- Koklama



1- Tat ve koku alma sistemleri bir arada çalışarak yiyeceklerden lezzet almamızı sağlarlar.

2- Koklama, burun üst kısmında yer alan bir grup koku reseptörü ile gerçekleşir.

3- Koku molekülleri burnumuza girdiğinde reseptörler beyne sinyal gönderir.

4- Beynimizle kokladığımız şeyin ne olduğunu anlayabiliriz.

5- Koku hücrelerinde silin olarak adlandırılan koku tespit edici yaklaşık 2 milyon tüycük bulunur.

SAĞLIK

I - Şu An Dünyada Doğru Diye Öğretilen Yanlışlar

- 1- Beynimizin %10' unu kullanıyoruz; doğrusu %100'ünü kullanıyoruz.
- 2- Grip aşısı gribe yol açar; doğrusu grip aşısı ölü bir virüs aşısıdır insanı hasta etmez, korur.
- 3- Yere düşen bir yiyeceği hemen alırsanız yiyebilirsiniz bir şey olmaz; doğrusu bakteriler, çeşitli mikroplar hemen yiyeceği sararak hastalık yapabilir.
- 4- Uyurgezerleri asla uyandırmayın kalp krizine, felce yol açarsınız; uyandırmak onları korkutabilir, yatağına götürüp yatırmak en doğru şeydir, kalp krizine, felce yol açmaz.
- 5- Bir şeyler kaldırmak fıtığa yol açar; yol açmaz ancak fıtığı olan hastalarda fıtığının fırlamasına yol açabilir.
- 6- Erkeklerin saatte bir seksi düşündüğü; bilimsel araştırmalar erkeklerin çoğunluğunun seksi günde bir veya birkaç defa düşündüğünü, kadınlarda ise bu oranın daha az olduğunu göstermektedir.
- 7- Şu an dünyada, bize kim olduğumuz, niçin yaratıldığımız ve ne istediğimizi unutturan her şey normalmiş gibi öğretilmektedir.
- 8- Gücün paradan, paranın da mutluluktan çok daha önemli olduğuna inanmak; sağlıklı, huzurlu ve mutlu olmak hepsinden önemlidir.
- 9- Yaşamı araba, ev, para, makamla, statülerle kıyaslamak; yaşamın gerçek nedenini keşfetmeyi ıskalamak.
- 10- Hayır kurumlarına katılarak dünyadaki toplumsal eşitsizliğe son verme konusunda üstüne düşeni yaptığını sanmak; dünyada insanlar temel ihtiyaçlarda eşit olduğu zaman sen üzerine düşen görevini yapmış sayılırsın.

SAĞLIK

II- Beyine Zarar Veren Alışkanlıklar

1- Kahvaltı etmemek.

Kahvaltı etmeyen kişilerde kan şekeri seviyeleri düşüktür. Gerekli besinlerin yeterli alınmaması beyinde dejenerasyonlara yol açar.

2- Sigara içmek.

Çoklu beyin büzülmesine, Alzheimer hastalığına yol açabilir.

3- Aşırı yemek yeme.

Beyin arterlerinin sertleşmesine neden olarak zihin gücünün azalmasına yol açar.

4- Yüksek şeker tüketimi.

Dengesiz beslenmeye neden olur, proteinlerin emilmesini azaltarak beyin gelişmesine engel olabilir.

5- Hava kirlenmesi.

Beyin vücudumuzda en çok oksijen tüketen organdır. Kirli havanın teneffüs edilmesi beyne giden oksijeni azaltır ve beyinde bozulmalar başlar.

6- Uyku yetersizliği.

Uyku beynimizin dinlenmesini sağlar. Uykudan uzun vadeli yoksunluk beyin hücrelerinin ölmesini hızlandırır.

7- Uyurken kafayı örtmek.

Kafayı örterek uyumak karbondioksit konsantrasyonunu artırır ve beyne hasar veren etkilere yol açabilir.

8- Uyarıcı düşüncelerde eksiklik.

Düşünmek, beyin jimnastiği en iyi yoldur. Beyni uyaran düşüncelerin eksikliği beyin daralmasına yol açabilir. Çapraz bulmaca, sudoku vb. iyi egzersiz sağlar.

9- Az konuşmak.

Zihinsel sohbetler beyin etkinliğini geliştirir.

10- Hastalık sırasında beyini çalıştırmak.

Hasta iken çok çalışmak veya bir şeyler öğrenmek beyin etkinliğinin azalmasına yol açabilir ve ayrıca beyne zarar verebilir.

SAĞLIK

III- İlk Yardım

- 1- Trafik kazalarında ölümlerin %10'unun ilk 5 dakikada %50'sinin de ilk 30 dakikada meydana geldiği tesbit edilmiştir. Bu sürelerde bilinçli ilkyardım yapılırsa kişileri %50'ye kadar kurtarma şansınız vardır. Trafik kazalarında önce kendi can güvenliğinizi ve olay yeri güvenliğini sağlamalı, olay yerinin görülebilir şekilde üçgen reflektörlerle işaretlenmesi, meraklıların olay yerinden uzaklaştırılması, kazaya uğrayan aracın kontağının kapatılması, olay yerinde sigara içilmesine izin verilmemesi, yaralıların kımıldatılmaması gerekir.
- 2- Gaz kaçaklarında, gaz tüpünün vanasının kapatılması, kıvılcım oluşturacak araç gereçlerin kullanılmaması, ortamın havalandırılması, yaralının gerektiğinde güvenli bir ortama alınması gerekir. En hızlı şekilde ACİL YARDIM servisine (112) haber verilmesi gerekir. Mevcut imkânlar ve yapılan ilk yardım müdahalesi açıklanmalıdır.
- 3- Her yıl Eylül ayının ikinci cumartesi kutlanan DÜNYA İLK YARDIM GÜNÜNDE amaç, basit uygulamaların nasıl hayat kurtardığını göstererek herkesi ilk yardım öğrenmeye teşvik etmektir.
- 4- 2002 yılında Sağlık Bakanlığınca çıkarılan ilk yardım yönetmeliğine göre, iş yerleri için her 20 kişiden birisinin ilk yardım eğitilmiş olması, ağır işlerde çalışanlar için her 10 kişiden birisinin ilk yardım eğitilmiş olması zorunlu hale getirilmiştir.
- 5- Solunum durduğunda hemen suni solunum başlanmaz ise bir süre sonra kalp durması meydana gelir. Kalp durmasında en kısa sürede müdahale edilmez ise beyin oksijensiz kalacağından, 4-5 dakika sonra beyin hasarı oluşmaya başlar, hasta hayatını kaybeder. Bu uygulama ancak eğitim alınarak yapılabilir.

SAĞLIK

- 6- Kanamalarda; yara üzerine temiz bir bezle direkt baskı yapılır, kanama kol veya bacaklardaysa ve kırık şüphesi yoksa kanayan bölge kalp hizasından yukarıya yükseltilir. Burun kanamalarında hasta uygun bir yere oturtulur, başı hafif öne eğilir, burun kanatları 5 dakika süreyle sıkılır, sağlık kuruluşuna sevk edilir.
- 7- Ateşli havalede, vücut sıcaklığının 38 derecenin üzerine çıkmasıyla oluşur, genellikle 6 ay ve 6 yaş arasındaki çocuklarda rastlanır, hasta ılık suyla yıkanır veya ıslak havlu yada çarşafla sarılır, ateşi düşürülür. Tıbbi yardım istenir.
- 8- Sara krizinde hastanın kendisini yaralamamasına dikkat edilir, sık kan giysiler gevşetilir ve kriz kendi sürecine bırakılır. Hasta bağlanmaya çalışılmaz, kilitlenmiş çene açılmaya çalışılmaz, yabancı herhangi bir madde verilmez, su içirilmez. Bilinci kapalı hiçbir hastaya, yaralıya su içirilmez, içirilmeye çalışılırsa hasta boğulup ölebilir.
- 9- Yanıklarda hasta, yarasının battaniye vs. ile üzeri kapatılır ve yuvarlanması sağlanır. Yanık bölge en az 20 dakika soğuk suyun altında tutulur. Yanan bölgedeki giysiler dikkatlice çıkarılır veya çevresinden kesilir. Donmalarda hasta ya da yaralı ılık bir ortama alınır, kuru giysiler giydirilir, bilinci yerinde ise sıcak içecekler verilir. İçi su dolu kabarcıklar asla patlatılmaz, zarar gören bölgeler kesinlikle buz ve soğuk suyla ovulmaz, hastanın alkol almasına, sigara içmesine izin verilmez.
- 10- Zehirlenmelerde; sindirim yolu zehirlenmelerinde hasta ya da yaralının bilinci yerinde ise ağız su ile çalkalanır, bir şey içirilmez, kusturulmaz, zehirleyici maddenin tespiti yapılır. Bilinç kaybı varsa koma pozisyonu verilir (yan yatırılır) 112'den yardım istenir. Şofben ve karbon monoksit zehirlenmelerinde hasta ortamdan uzaklaştırılır, hareket ettirilir, yaşam bulguları değerlendirilir. Zehir danışma merkezi 114 aranır. www.ilkyardim.org.tr

SAĞLIK

IV- Su

- 1- Yaşamsal gıdamız. Allah'ın gökten indirdiği rızıkımız. Canlılık, bereket, güzellik, temizlik, saflık, huzur ve mutluluk kaynağımız. Havadan sonra en önemli ihtiyacımız.
- 2- İçme suyumuz; renksiz, tortusuz, kokusuz, berrak ve içimi hoş olmalıdır. Hastalık yapan mikroorganizmalar ihtiva etmemelidir.
- 3- Suda fenoller, yağlar gibi kötü koku ve tat veren maddeler bulunmamalıdır.
- 4- Suda arsenik, siyanür, selenyum, kadmiyum, krom, kurşun, çinko, nitrit, civa gibi zararlı kimyasal maddeler olmamalı, demir, mangan, magnezyum, baryum, nitrat, flor, amonyum, klorür ve sülfatlar ile radyoaktif maddeler sınır değerlerinin üzerinde bulunmamalıdır.
- 5- Suyun pH'sının nötr veya hafif alkali olması uygundur. Kaynak sularında pH 6.5-8.5, içme ve kullanma sularında pH 6.5-9.2 sınırları içinde olmalıdır.
- 6- Saf su; iletkenlik değeri 0,055 $\mu\text{S}/\text{cm}$ (25°C) veya elektrik direnci 18,2 megaohm-cm. olan sudur. İyi kaliteli su, elektrik akımına karşı sabit bir direnç gösterir.
- 7- İçme sularındaki kalsiyum ve magnezyum tuzları sertlik değerleri için önemlidir. Suda sertlik derecesi; 1 litredeki CaCO_3 (kalsiyum karbonat) miktarına göre hesaplanır. 1 Sertlik derecesi=10mg/lit (CaCO_3)
 - ▶ 0-5 Çok yumuşak su
 - ▶ 5-10 Yumuşak su
 - ▶ 10-20 Orta sert su
 - ▶ 20-30 Sert su
 - ▶ Çok sert su >30
- 8- Sıcak su; çay veya su bazlı içeceklerden farklı olarak mide yüzeyinden dolaşım sistemine direkt olarak emilen birkaç maddeden biridir. Bedenin doğal serinletme sistemini çalıştırır, kan dolaşımında artışa neden olur. Kaburga kafesinin etrafındaki kasları gevşetir, daha derin nefes almamızı sağlar. Kabızlığı giderir, besinlerin emilimini artırarak sindirime yardımcı olur. Yemeklerden yarım saat önce içilen su iştahı azaltır, kilo vermeyi hızlandırır, soğuk algınlığı, grip, zatürrede sıcak suyun faydaları vardır, balgamı sulandırır.

SAĞLIK

- 9- Su içerken vücudumuzun sesine kulak verirse, dolaşım sistemimizin işleyişini, boşaltım ve sindirim sistemimizin hareketlerini ve vücudumuzdaki tüm enerji değişimlerini hissetmeye çalışalım, susamış biri olarak, içilen suyun lezzeti ilaç gibi gelecektir.
- 10- Günde en az 6-8 bardak su için. İdrarınız koyu- renkli ise yeterli su içmiyorsunuzdur. Oda sıcaklığında suyu içmek en iyisidir.

V- Beslenme

- 1- Genler ve yiyecekler arasındaki uyumsuzluk hali şişmanlık; diyabet, hipertansiyon, felç, ülser, astım, romatizma, kanser, osteoporoz gibi son yıllarda artış gösteren kronik hastalıklara neden olmaktadır.
- 2- Üç beyaz; tuz, şeker, un azaltılmalıdır.
Her yiyecek doğal tüketilmelidir.
Doyuncaya, patlayıncaya kadar yenmemelidir.
- 3- Çiğ yiyecekler beslenmenin %60'ını oluşturmaktadır.
Kırmızı et, otlayan hayvan eti olmalı, beyaz ette köy tavuğu tercih edilmeli, katkı maddelerinden dolayı salam, sosis tercih edilmemelidir.
Ağır metal zehirlenmesi riskini azaltmak için küçük balıklar tercih edilmeli.
Yumurta en kaliteli protein kaynağıdır. Günde 1 adet yenilebilir.
- 4- Sebzeler daha çok çiğ tüketilmeli, salata tarzında tercih edilmelidir.
Soğan, sarımsak hücreleri paslanmaktan koruyan en önemli antioksidan yiyeceklerdir.
Meyvelerden, az şekerli meyveler daha çok yenilebilir. Üzüm, çilek, yaban mersini, kızılıncık gibi meyveler çok yüksek antioksidan etkilere sahiptir.
- 5- Sütten çok süt ürünleri olan yoğurt, peynir tercih edilmelidir. Pastörize sütlerde faydalı bakteriler (probiyotikleri) de yok edilmektedir. Mümkünse günlük mandıra sütü tüketilmelidir.

SAĞLIK

6- Erişkin bir insanın bağırsağında yaklaşık 100 trilyon probiyotik (yararlı bağırsak bakterileri) bulunur. Bu rakam insan hücre sayısının 10 katı kadardır. Probiyotikler bağışıklık sistemini güçlendirirler, salgıladıkları enzimlerle yiyeceklerin hazmını kolaylaştırırlar.

Toksinlerin (zararlı maddelerin) kan dolaşımına geçmesini engeller. Un ve şekerden fakir, sebze, meyve, et, yumurta gibi doğal gıdalardan zengin bir diyet bağırsak florasının koruyuculuğunu bozmadır. Fermantasyon ürünleri olan turşu, yoğurt, peynir, şarap, boza, sirke bağırsak florasında bulunan probiyotikleri artırır.

Probiyotikce en zengin gıdalar anne sütü ve Kafkasların milli içeceği olan kefir. Nohut, fasulye, mercimek, bezelye vb. haftada 2-3 kere yenmelidir.

7- Günde 1-2 avuç ceviz, fındık, fıstık, ayçiçeği, kabak çekirdeği, badem vb. yenmesi oldukça yararlıdır. Çiğ ve az tuzlu olanlar tercih edilmelidir. Yağ kısıtlaması vücut için zararlıdır. Sanılanın aksine yağ az şekerli fazla yiyecekler insanı daha çok acıktırır ve daha çok şişmanlatır. Margarin yağlar kimyasal bir ürün olduğundan insan vücuduna zarar verir, tüketilmemelidir.

Tohumlu sıvı yağlar, ayçekirdeği, mısırözü yağı az kullanılabilir. Zeytinyağı mükemmel bir yağdır. Sızma olanlar tercih edilmelidir. Fındık yağı da zeytinyağına benzer özelliklere sahiptir. Tereyağı mükemmel bir yağdır, mümkünse özgür otlayan hayvanların yağı, köy tereyağı, tüketilmelidir. Kuyruk ve iç yağı da tereyağı gibi yararlıdır. Tereyağı A vitamini, E vitamini, selenyum, kobalt, iyot açısından zengindir. Ke-ten tohumu balık yağından sonra ikinci omega 3 kaynağıdır.

8- Diyete adapte olmada güçlük çekenler köy ekmeği, kepek ekmeği, çavdar ekmeği, yulaf ekmeği ve bulgur yiyebilirler.

Çay yararlıdır.

Yeşil çayların diğer çaylara üstünlüğü yoktur.

SAĞLIK

5-10 dakika demlendikten sonra çay içilebilir. Sallama çay pek tercih edilmemelidir.

Kahve, neskafe, kapuçino vb. arada bir içilmelidir.

Sirke, nar ekşisi, şalgam suyu, meyan kökü suyu çok yararlıdır.

Tuz; yiyeceklerin içinde doğal olarak bulunur ve bu miktarlar vücudumuzun ihtiyacını karşılar. Yemeklerin ve salataların üzerine tuz serpmeyin.

Baharatlar; içerdikleri vitamin, mineral ve antioksidanlar açısından oldukça yararlıdır.

Rafine şekerler; çay şekeri gibi ve bunlarla yapılan yiyecekler pasta, gofret, bisküvilerden uzak durulmalıdır.

Çikolata; haftada bir kere orta boy, sütsüz ve kakao oranı yüksek kaliteli çikolata yenilebilir.

Bal; halis ise şifa verir, günde 2 çay kaşığı yenilebilir.

Tatlandırıcılar ve bunlarla yapılmış diyet ürünler yenilmemelidir.

Meşrubat olarak ayran, kefir, boza, şalgam suyu, meyan kökü suyu için.

9- Yemekler kendi suyunda ağır ağır pişirilmelidir.

Dondurulmuş yiyecekleri fazla tüketmeyin.

Ev konserveleri hariç konserve yiyecekleri fazla yemeyin.

Daha çok toprak güveç, cam yada bakır kapları tercih edin. Ema-ye ve çelik tencere daha sonraki tercihlerdir. Teflon ve alüminyum kullanılmamalıdır.

10- Günde 3 öğün yemek, çocuklar için 4-5 öğün yeterlidir. Lokmalar iyice çiğnenmelidir. Mümkünse 20.00' den sonra yemek yemeyin.

Mümkünse 23.00' ü geçirmeden yatın. 5-9 saat arasında uyuyun.

Uykudan en az 1 saat önce televizyon izlemeyi bırakın, kitap okuyun, ibadet edin ve sonra yatın.

KANSER

- 1- Sigara içme veya duman altı olma başta akciğer kanseri, mide kanseri olmak üzere diğer kanserlerinde en önemli nedenlerinden biridir. Bu yüzyılda 8 milyar kişiden fazlası sigaradan hayatını kaybetmiştir.
- 2- Emin ve meşru seks yapmama durumunda, AIDS, penis ve anal kanser ile rahim kanseri riski korumasız seksten dolayı artmaktadır. Düzenli rahim kanseri testi yaptırmak, rahim kanseri riskini azaltır.
- 3- Alkol kullananlarda kanser daha fazla gelişmektedir.
- 4- Bilinçli diyetler yapılmalıdır. Düşük hayvansal yağlı, meyve ve sebze zengin diyet yapanlar, kanser riskini azaltmaktadır. Meyve ve sebzeler antioksidanlar nedeniyle birçok kanseri önlemektedir.
- 5- Dünya Sağlık Örgütü 2010 yılından itibaren Dünya’da kanserin birinci ölüm nedeni olduğunu söylemektedir.
- 6- Doymuş yağlar obezite yaparak kansere davetiye çıkarmaktadır.
- 7- Sağlıklı kilonuzu muhafaza etmelisiniz. Sık kilo almak ve kilo vermek kansere davetiye çıkarmaktadır.
- 8- Güneş ışınlarından korunun. Dış ortamda çalışan insanlar mutlaka güneş gözlüğü kullanmalıdır. Güneşten koruyucu kremleri sürmelidir. Çok sıcak saatlerde dışarı çıkılmamalı, aşırı güneşlenme ve bronzlaşmadan kaçınılmalıdır. Her yıl 8 milyon kişi cilt kanserine yakalanmaktadır.
- 9- Ailenin kanser tarihçesini bilmelisiniz. Risk faktörlerini belirlemeliyiz. Bazı kanser türleri kalıtsal olabilmektedir. Özellikle göğüs, meme, kolon, yumurtalık kanserleri kalıtsal olabilir. Bu nedenle ailenizin belirli periyotlarda kontrollerini yaptırmalısınız.
- 10- Düzenli egzersizler yapmak birçok kanseri önleyebilir. Günde en az 30 dakika egzersiz yapılması faydalıdır. Spor salonlarına üye olabilirsiniz.

KANSER

- 11- Gereksiz bir şekilde kısa aralıklarla akciğer röntgeni, mamografi, tomografi çekirmek kanser riskini artırmaktadır.
- 12- Kimyasal katkı maddeleri, koruyucular ihtiva eden her türlü hazır gıda maddeleri kanser riskini artırmaktadır.
- 13- Çok sık mangal yapmak, hormonlu etler yemek, defalarca yağ değiştirmeden kızartmalar yapmak kanser riskini artırmaktadır.
- 14- Riskli, stresli işlerde çalışmak, altından kalkılamayacak borçlara girmek kansere yakalanma riskini artırmaktadır.
- 15- Çay, çorba gibi içecekleri çok sıcak içmek kanser olma riskini artırmaktadır.
- 16- Taşıyıcıların oranı her geçen gün artan Hepatit B hastalığına karşı aşı olmak bu hastalığı ve kanser riskini azaltmaktadır.
- 17- Kola gibi içkileri her gün tüketmek kanser riskini artırmaktadır.
- 18- Tatlandırıcıları kullanmak kanser riskini artırmaktadır.
- 19- Menopoza girmeyi geciktirmek, kabul etmemek biyolojik bir olayı engellemeye çalışmak kanser riskini artırmaktadır.
- 20- Ruhsal yapınızı tam doyurmadığınız zaman kanser riskini artırıyorsunuz, demektir.
- 21- Güven, huzur, sevgi ve iyilik hissi duygularının azlığı kanser riskini artırmaktadır.
- 22- Yalnızlık, endişe, korku, kıskançlık, öfke, hiddet gibi olumsuz duyguların fazlalığı kanser riskini artırmaktadır.
- 23- Çevresel şartların olumsuzluğu, çevresel kirlenme kanser riskini artırmaktadır.
- 24- Uykusuzluk, stres düzeyinin yoğunluğu kanser riskini artırmaktadır.
- 25- Sağlık kontrollerinin yetersiz kalması, inanç ve aidiyet duygularının yetersizliği kanser riskini artırmaktadır. Huzur kanserden korunmada en ucuz, en etkili ilaçtır.

AŞK

- 1- Aşk gizli bir hazinedir.
- 2- Aşk bilinmeyi sevmektir.
- 3- Aşkla yapılan imtihandır.
- 4- Adem'le Havva'ya Allah vermiştir.
- 5- Adem aşkla Havva'yı sevdiği için yasak meyveyi yemiştir.
- 6- Aşk bütünleşmektir.
- 7- Aşk kemale ermektir.
- 8- Aşk iki yarım elmanın bir bütün olmasıdır.
- 9- Aşk gülü dikeniyile sevmektir.
- 10- Aşk ölümü bayram görmektir.
- 11- Aşk dünyayı kuşatandır.
- 12- Aşk kendi canından daha çok sevmektir.
- 13- Aşk kendi ızdırabına razı olmandır.
- 14- Aşk ahlarını içinde saklamandır.
- 15- Aşk sevgilinin mutluluğu için kendi rahatını bozmandır.
- 16- Bir şeyin üstünü örtmektir.
- 17- Aşk aklını bir şeye bağlamaktır.
- 18- Aşk mucizeler yaşamaktır.
- 19- Aşk duygularıyla konuşmaktır.
- 20- Aşk gönüllerinde biriktirdikleriyle sevmektir.
- 21- Aşk sarhoş olmaktır.
- 22- Aşk güzellikler yaşamaktır.
- 23- Aşk zehirler içinde ölmemektir.
- 24- Aşk acı duymamaktır.
- 25- Aşk ateş üzerinde yürümektir.

AŞK

- 26- Aşk akılla gönlün birleşmesidir.
- 27- Aşk aklın yeterince gayretidir.
- 28- Aşk özlemin çok olmasıdır.
- 29- Aşk çok sevmektir.
- 30- Aşk sevgidir.
- 31- Aşk çılgınca şeyler yapmaktır.
- 32- Aşk, sevgi zekâsını kullanmaktır.
- 33- Aşk önemsenmektir.
- 34- Aşk evlat sevgisidir.
- 35- Aşk akıldan vazgeçmektir.
- 36- Aşk kaybetmektir.
- 37- Yontulmamış biri sevemez.
- 38- Aşk yontulmamış birini zarafete çevirmektir.
- 39- Aşk Allah ile sevmektir.
- 40- Mecnun'un Leyla'sını sevmesidir.
- 41- Ferhat'ın Şirin'i için dağları delmesidir.
- 42- Romeo'nun Juliet'ini sevmesidir.
- 43- Gözlerin şah damarından geçmesidir.
- 44- Güllere eller sürmektir.
- 45- Ateşlerde yanmaktır.
- 46- Aşk çaresiz ümidi kesmektir.
- 47- Aşk toprak gibi bastığın yer olmaktır.
- 48- Aşk cefalar çekmektir.
- 49- Aşk senin baktığın yerde olmaktır.
- 50- Aşk Allah'ı yaşamaktır.

AŞK

- 51- Aşk severek özgürleşmektir.
- 52- Aşk hürriyettir.
- 53- Aşk cazibedir.
- 54- Aşk cezbe iledir.
- 55- Aşk olgunlaştırır.
- 56- Aşk maneviyattır.
- 57- Gerçek aşk ruhanidir.
- 58- Aşk ruhun kemalatında bir aşamadır.
- 59- Aşk kalbin vuslatıdır.
- 60- Aşk ruhsal yakınlıktır.
- 61- Aşk bitmeyen biyoenerjidir.
- 62- Aşk maddeden vazgeçmektir.
- 63- Aşk çirkinliklerin üzerini örtmektir.
- 64- Aşk paylaşmaktır.
- 65- Aşk büyümektir.
- 66- Aşk vermenin keyfini yaşamaktır.
- 67- Aşk zevk almaktır.
- 68- Aşk gönlün beslenmesidir.
- 69- Aşk güçlendirmektir.
- 70- Aşk ödüllendirilmektir.
- 71- Aşk tatlı bir sürprizdir.
- 72- Aşk huzurdur.
- 73- Aşk tatmindir.
- 74- Aşk bağlanmaktır.
- 75- Aşk maddeden bağımsızlıktır.

AŞK

- 76- AŞk ilgidir.
- 77- AŞk Őefkattir.
- 78- AŞk yaşamın en bŧyŧk deneyimidir.
- 79- AŞk isyankardır.
- 80- AŞk devrimcidir.
- 81- AŞk kandırmaz.
- 82- AŞk evrenseldir.
- 83- AŞk saygındır
- 84- AŞk yŧzŧnŧ ıŐıldatır.
- 85- AŞk gŧzelleŐtirir.
- 86- AŞk affedicidir.
- 87- AŞk hoŐgŧrŧlŧdŧr.
- 88- AŞk iki ruhun birleşmesidir.
- 89- AŞk bir olmaktır.
- 90- AŞk dostluktur.
- 91- AŞk kalbidir.
- 92- AŞk yŧrektir.
- 93- AŞk gŧnŧldŧr.
- 94- AŞk muhabbettir.
- 95- AŞk hissetmektir.
- 96- AŞk duymaktır.
- 97- AŞk sınır tanımamaktır.
- 98- AŞk ırk, inanÇ tanımamaktır.
- 99- AŞk imtihandır.
- 100- AŞk manaya ulaşmaktır.

SURİYE

- 1- Hz. Muhammed Mustafa: “Şam ne mutlu bir şehir, Rahman’ın Melekleri onun üzerinde kanatlarını geriyorlar.”
- 2- Kültür ve inanç turizmi cenneti olarak kabul edilen komşu ülkemiz 20 milyon nüfusu, 185 bin km² yüzölçümü, 877 km. Türkiye ile kara sınırı, para birimi Suriye lirası (1 TL = 30 Suriye Lirası, 1 Dolar = 50 Suriye Lirası)
Her gün İstanbul – Şam, İstanbul – Halep karşılıklı uçak seferleri, Gaziantep’den, Kilis’den (Öncüpınar sınır kapısı), Hatay’dan (Cilvegözü sınır kapısı) Halep’e, Şam’a günlük 4 – 5 kez seferler yapılmakta, ayrıca 2 günlük, 5 günlük turlar düzenlenmektedir. Suriye’de yemek, içmek, kalmak çok ucuz, 2 günlük tur tutarı 110 Euro.
- 3- Cuma, Cumartesi resmi tatil günleri. Devlet Memurlarının mesai saatleri 07:30 – 15:30 arası. Akdeniz iklimi ve çöl iklimi yaşanıyor. Sanayi malları, tekstil (Halep ipekleri), zeytin, zeytinyağları, sabunlar, Halep fıstıklarıyla yapılan tatlı çeşitleri, meyve ve sebzeler, tarım, petrol, ticaret, kültür ve inanç turizmi gelir kaynakları.
- 4- 9 yıllık zorunlu eğitimi var, 7. Sınıfta meslek seçimi yönlendirilmesi yapılıyor, lise mezunu üniversiteye sınavsız giriyor, 10 tercih yaparak üniversiteye yerleştiriliyor. Kılık kıyafet sınırlaması hiçbir yerde yok, kamusal alan diye bir şey yok. Üniversite öğrencisinin yıllık harcı 11 Dolar, yabancı öğrencilerin 2000 Dolar. Parlamentosunda 250 Milletvekili var, 5 yıllığına seçiliyor. Cumhurbaşkanı 7 yıllığına seçiliyor. Evlilik, boşanma, miras gibi konularda şeriat hukuku geçerli, diğer konularda meclis karar veriyor. Şam’da, Halep’te Sheraton, Dedeman gibi 5 yıldızlı oteller yapılmış. Suriye’de tüm binalar betondan, taştan, boya yaptırılmıyor. Hepsi renksiz. Suriye’de yıllık gelir 3000 Dolar civarında, Devlet memurları ayda 200 – 400 Dolar arasında para kazanıyorlar.

SURIYE

Suriye'de özel televizyon kanalları yok. Oteldeki televizyondan CNN, BBC, Al Jazeera diğer ülkelerin kanallarını seyredebiliyorsunuz.

5- Suriye'nin tarihi insanlığın tarihi kadar eskidir. Hz. Adem' in oğulları Habil ile Kabil'in olayı Şam'da geçmiştir. M. 636 yılında İslam topraklarına katılmış, sırayla Emeviler, Abbasiler, Selçuklular, Eyyubiler hakimiyetinde kalmış, 1516 yılında da Yavuz Sultan Selim tarafından Osmanlı Devleti topraklarına katılmıştır.

6- ŞAM: Suriye'nin başkenti. Mekke-i Mükerrreme, Medine-i Münevver'e den sonra Şam-ı Şerif olarak anılan İslam inanç turizminin önemli bir merkezidir. Müslümanlar tarafından "Mübarek Şehir" olarak kabul edilir.

Nüfusu 5 milyon civarında, Barada Nehrinin oluşturduğu vahada yer alır. Şam' da büyük bir huzur, emniyet ve güven hissediyorsunuz.

Tarihi eserleri;

- Emeviye Camii (4 Mezhep için ayrı mihrap vardır),
- Selahattin Eyyübi türbesi,
- İlk Hava Şehitlerimizin kabirleri,
- Hz. Yahya Peygamberin türbesi,
- Hz. Hüseyin' in kesik başının defnedildiği türbe,
- Kanuni Sultan Süleyman'ın Mimar Sinan'a yaptırdığı Süleymaniye Külliyesi (Restorasyonunu Türkiye Cumhuriyeti karşılıyor, bittiğinde T.C. Kültür Merkezi olacaktır),
- Son Osmanlı Padişahı Vahdettin' in kabri (Süleymaniye Külliyesinin içinde),
- Hamidiye Kapalı Çarşısı (II. Abdülhamit Han yaptırmış),
- Hicaz Demiryolu İstasyonu (II. Abdülhamit Han yaptırmış),

SURİYE

- Muhyiddin İbn-i Arabi Camii ve türbesi,
 - Mevlana Halid-i Bağdadi türbesi,
 - Hz. Zeynep Camii ve türbesi (Peygamberimizin torunu, Hz. Ali ve Hz. Fatima'nın kızı, burası Ravza konumunda altın kubbesi, 2 minaresi, ziyaretçi insan seli...),
 - Hz. Bilali Habeşi türbesi,
 - Hz. Abdullah Bin Ümmi Mektum türbesi (Abese suresi inen kör sahabeye),
 - 16 Kerbela şehitlerinin başının defnedildiği türbe,
 - Peygamberimiz Hz. Muhammed (sav)'ın 2 hanımının defnedildiği türbe (Ummi Habibe, Ummi Selame),
 - Mevlevi Camii,
 - Dervişiyeye Camii,
 - Müzeler,
 - Uluslararası fuar alanı,
 - Vakıflar Bakanlığı,
 - Hilali gözetleme kuleleri,
 - Şam kalesi,
 - Şam'ın sırtını dayadığı Kasıyon Dağı. Hz. Adem' in oğlu Habil buraya defnedilmiş. Hz. Süleyman'ın dillere destan sarayı Kasıyon Dağı'nın zirvesindedir.
 - Şam' da 120 civarında Türk eseri bulunmaktadır.
- 7- HALEP: Türk sınırına 60 km. uzaklıkta, Suriye'nin ikinci büyük şehri, sanayi şehri, 4 milyon nüfuslu,
- Emevi Camii (= Zekeriya Camii = Umeyyed Camii = Büyük Camii)
"Peygamber efendimizin saç teli ve dişi var"
 - Hz. Zekeriya Peygamberin türbesi,

SURİYE

- Halep Kalesi, Kapalı çarşısı,
 - Ömer Bin Abdulaziz (İslam'ın 5. Halifesi olarak kabul edilir. Mezarı Halep'e 80 km. mesafede Maaratün Numan'dadır. Döneminde zekât dağıtılacak insan bulunamamıştır),
 - Bimaristan (Su ve müzikle akıl hastalıklarının tedavilerinin yapıldığı sağlık merkezi),
 - Peygamberimizin ayak izinin olduğu Kerimiye Camii,
 - Başkan Cami ve konferans salonu, Devlet Kütüphanesi, Başkan Parkı,
 - Tembel Avrat Pazarı,
 - 75 bin kişilik Halep Stadı (Fenerbahçe ile yapılan dostluk maçı ile açılmış.)
- 8- HUMUS: Suriye'nin 3. Büyük şehri, yapıların ve temizliğin daha düzenli olduğu bir şehir.
- Hz. Halid Bin Velid Camii ve türbesi, Hz. Ömer'in oğlu Ubeydullah'ın kabri (Halid Bin Velid, Hz. Ömer' in halifeliği döneminde Humus'u, Kudüs'ü fethederek tüm Suriye çevresinin Müslümanların eline geçmesini sağlamıştır, Humus'a Vali olmuştur.)
- Suriye Devlet Başkanı Beşşar ESAT'ın eşi Humus'ludur, sünnidir, kendisi alevidir, eşinin dayısı Suriye Başbakanıdır.
- 9- HAMA: Suriye'nin 4. büyük şehridir. Endüstri şehridir, Asi nehri şehrin içinden geçer, su dolabı şehri olarak anılır. Dünyanın en eski su değirmenleri 2000 yıl önce yapılmış, şehrin su ihtiyacını karşılamıştır. Asi nehri şehirden düşük seviyede aktığı için su dolapları yapılmıştır, su dolapları ağlayan ağaç şeklinde ses çıkarmaktadır, Yunus Emre'nin adına şiiir yazdığı Dertli Dolap burasıdır. Asi nehri Lübnan'dan çıkıyor, Hama'dan geçiyor, Hatay Samandağ'dan Akdeniz'e dökülüyor, tüm dünyada nehirlere kuzeyden güneye akar, burada güneyden kuzeye aktığı için Asi Nehri denmiştir. Tarım şehridir, Çukurova' da yetişen her şey burada yetişir.

SURİYE

DERTLİ DOLAP

Dolap niçin inilersin Ben bir dağın ağacıyım
Derdim vardır inilerim Ne tatlıyım ne acıyım
Ben mevlaya aşık oldum Ben mevlaya duacıyım
Anın için inilerim Derdim vardır inilerim

Benim adım dertli dolap
Suyum akar yalap yalap
Böyle emreylemiş Çalap
Derdim vardır inilerim

YUNUS EMRE

- 10- BUSRA: Hristiyanların önemli merkezlerinden biridir. Kiliseleri, antik tiyatroları, Selçuklu döneminde yapılmış han ve hamamları vardır. Peygamberimiz 12 yaşındayken amcası Ebu Talip'le bu şehre gelmiş burada Bahira adındaki bir rahip Hz. Muhammed' in peygamberlik nişaneleri taşıdığını anlatmıştır, bu manastır hala ziyarete açıktır.
- 11- MALULA: Hz. İsa ve Hz. Meryem'in 16 yıl yaşadığı hristiyan köyü, Hz. İsa'nın konuştuğu dil olarak bilinen bugün tamamen unutulmanın sınırına gelmiş "Aramice " dili bu belde de konuşulmaktadır.
- 12- PALMİRA: Suriye çölünün ortasında kalan bu tarihi kent hayalet kent konumundadır.
- 13- Gaziantep – Halep arası 120 km., Kilis – Halep arası 70 km. Halep – Şam arası 355 km.
- Avrupa Birliği gibi Türkiye ile Suriye arasındaki sınırlar kalkmalıdır. Akrafa ve dindaş olan insanlar daha rahat kucaklaşmalıdır, birlik olmalıdır.
- Suriye şehirlerinde, kendinizi Türkiye şehrinde gibi hissediyorsunuz. Berlin'deki utanç duvarlarının yıkılması gibi sınırlarımızdaki utanç duvarları da yıkılacaktır.

Mayıs 2009

YUNANİSTAN

- 1- 15 milyon nüfusu, 5 bölge (Makedonya, Trakya, Epirus, Tesella, Mora) 54 ilden, 2000 'e yakın adadan (169 tanesinde yerleşim yeri mevcut) oluşmaktadır.
- 2- 1458 yılında Fatih Sultan Mehmet Yunanistan'ı fethetmiş, 400 sene Osmanlı hâkimiyetinde Osmanlı tebası olarak yaşamışlardır.
- 3- %98'i Yunanlı, % 2'si Türklere oluşmaktadır. Bulgar ve Ermeniler azınlık olarak yaşarlar. Dinleri Ortodoks Hristiyan'dır, devlet laik bir devlet değildir. Aynaros yarımadası özerk bölge, burada sadece Hristiyan Ortodoks din adamları yaşıyor, sayıları 5000 civarında.
- 4- Turizm, uluslararası deniz taşımacılığı, zeytin, zeytinyağı üretimi Yunanistan'ın başlıca gelir kaynaklarıdır.
- 5- Türk ve Yunan halkları arasında bir sorun yaşanmamaktadır. Komşu ilişkileri sıcak bir ilişki şeklindedir.
"Egenin hâkimi Türkler ve Helen (Yunan)'lılardır. Aralarında sınır olmayacak, kardeş olarak yaşayacaklardır."
Metestakis (Eski Yunan Devlet Başkanı)
- 6- ATİNA: Yunanistan'ın başkenti, 4 milyon nüfusu, İstanbul'u andırmaktadır.

Pire limanı antik çağlarda şehir planlamasının en iyi örneklerinden biridir. Atina' nın sembolü olan yılda 7 milyon turist çeken Akropolis. Üzerinde ana tapınak Parthenon (Apello Tapınağı) yükselmektedir, tanrıça Athena'nın anısına yaptırılan tapınaktır. Bunların yanında kanatsız zafer olarak bilinen Atina Nike Tapınağı vardır. Parteo'nun yanı başında, sundurmasının çatısını oluşturan hoş genç kız heykelleri ile Erechthion tapınağı vardır. Akropolis tepesinde olağanüstü akustiği ile Antik Herodes Atticus Tiyatrosu vardır, Antalya'daki gibi Aspendos Tiyatrosuna benzemektedir. Liyakos tepesinden Atina'yı seyrediyorsunuz. Tarihte yapılan ilk olimpi

YUNANİSTAN

yat (Zeus Olympion) alanı, 1896'da yapılan ilk modern olimpiyatın düzenlendiği Panathinaikon Stadyumu, Parlamentosu, Meçhul Askerin Mezarı, Omonia Meydanı, Syntagma Meydanı, Plaka Şehir Merkezi, Cathedrol, Keramikos Açık müze, İslamic Museum.

Dünyadaki devletlerin içinde başkentinde cami olmayan tek şehir, tek başkent Atina, Yunanlılar bununla övünüyorlar.

7- SELANİK: Yunanistan'ın ikinci büyük şehri, 1 milyon nüfuslu, İzmir'e benziyor.

Antik bölge Makedonya'nın başkenti.

Mustafa Kemal Atatürk'ün evi olan Atatürk Evi Müzesi. Türk Konso-
losluğunun bahçesinde bu ev bulunmaktadır. 1881 yılında doğan Mustafa Kemal'in çocukluk ve gençlik yıllarının bir bölümünü geçirdiği bu tarihi ev, 2 katlı, Anıtkabir'den getirilen özel eşyaları sergileniyor.

Sultan II. Murat'ın 1444 'de yaptırdığı Bey Hamam (Cennet Banyosu). Selanik'teki ilk Osmanlı hamamıdır.

II. Abdülhamid'in yaptırdığı Şadırvan, şehrin su ihtiyacını karşılamak için yapılmıştır.

Deniz kenarında yer alan bir abide ve müze olan Beyaz Kule, Selanik'in bir sembolü olarak boy göstermektedir.

Galerius Kemerı, Rotunda Binası (Süleyman Hortacı Camii) 3 dinin mensuplarının ayrı zaman dilimlerindeki ibadethanesi. St. George Kilisesi, St. Demetrius Bazilikası (Yunanistan'ın en büyük kilisesi, 5.yüzyılda yapılmış).

Selanik Kalesi, Yedikule Zindanları, Olympus Dağı, Aristoteles Meydanı, Aristoteles (Aristo) Anıtı, Aristotelion Üniversitesi, Uluslar arası Ticaret Fuar Alanı, Thermaic Körfezi, Alaca İmaretı.

YUNANİSTAN

8- SANTORİNİ: Bir volkanik adalar topluluğu. Adada yerleşim merkezleri denizden oldukça yüksek (300 metre) volkanik kayaların üzerine kurulmuş, 10 km. uzunluğundaki boşluğu doldurmuştur. Adanın hilal şeklindeki kısımlarına koloniler kurulmuş.

Gemiden botlarla karaya çıkıyoruz.

Denizden yerleşim merkezine teleferiklerle veya katırlarla çıkılıyor, yürümek isteyenler için 586 basamak çıkmak gerekiyor.

Adanın merkezi Fira'dır. Kaldera koyuna bakan otelleri, kafeleri, barları, gün batımında etkileyici bir panoramik görüntü sunmaktadır. Direkt olarak denizden çıkmış görüntüsü vardır. Ege denizinde uçuyor gibi olursunuz.

Santorini adası, sadece dünyanın en büyük volkanik çöküntüsünü çevrelemesi nedeniyle dünyanın mutlaka görülmesi gereken ilgi çekici yerlerinden biridir.

9- MİKONOS: Dünya sosyetesinin ve dünya eşcinsellerinin merkezi olan bir ada. Havaalanı da var, uçaklar sürekli inip kalkıyor. Yazın kalbi Mikonos'ta atıyor.

5 adet Yel Değirmenleri, Apollon Tapınağı, Paradays Plajı (Cennet plajı), Sanat Galerileri, mücevherciler, restoranlar, hediyelik eşyalar satan yerler.

Mikonos'un maskotu olan Pelikan Petros'u görüyorsunuz.

Bembeyaz evleri, mavi pencere ve kapılarıyla ve begonvil çiçekleriyle dikkati çekiyor. Turistlere sağlanan imkânlarının en üst düzeyde olduğu ada.

10- Oniki adalar, Rodos – Kos – Patmos – Kalymnos – Karpathos...

Doğu Ege Adaları

Girit

Kuzey Ege Adalar

Midilli

Sporadlar

Ağustos 2010

MISIR

- 1- Nüfusu 77.505.756 (2005) dünyanın en kalabalık 15.ülkesi, milli gelir olarak dünyanın en zengin 31. ülkesi, kişi başına gelir olarak dünyanın 115. ülkesi.
- 2- Asya ve Afrika Kıtalarında yer alıyor. Batı da Libya, güney de Sudan, kuzeydoğu da Filistin ve İsrail'le komşu. Akdeniz ve Kızıldeniz'e kıyısı var. Mısır'ın varlığı Nil Nehri'ne bağlıdır, nehrin akışı süreklidir. Mısır, Afrika, Avrupa ve Ortadoğu olmak üzere üç kültürün kesiştiği bir coğrafyada bulunur.
- 3- Mısır antik medeniyetiyle ünlü bir ülkedir ve dünyanın en çok ilgi çeken tarihsel anıtları buradadır. Giza Piramitleri, Karnak Tapınağı, Krallar Vadisi en önemli tarihsel anıtlardır. Papirüs ağacı Nil Nehri kenarında yetişiyor, 5 bin yıldır sağlam kalıyor. Mısırlılar bütün tarihlerini bu papirüslere kaydettiklerinden Antik Mısır'ın görkemli tarihine dair çok önemli olayların gelişimini görebiliyoruz. Antik Mısırlılar insanın KA(Deha), BA (Ruh), AKH (Gölge) ve BEDEN'den oluştuğuna inanırlar. Ölümden sonraki ebedi hayatta bedenlerine yeniden kavuşmak için iç organları boşaltılan cesetlerine mumyalama yapmışlardır.
- 4- Mısırlıların ekonomisi turizm, Nil ve alüvyonlu topraklarda yetişen dünyanın en kaliteli uzun elyafı pamuğu ile tekstil ürünleri ihracatına dayanmaktadır. Mısır gün içerisinde 20° C derecenin altına nadiren düşen sıcaklığı ve her zaman güneşli havasıyla Avrupalılar için ideal bir alternatif tatil yeridir.
Halkının %90'ı Müslüman, %10'u Hristiyandır.
Mısır eyalet sistemiyle yönetiliyor. Mısır Ortadoğu'nun en liberal Müslüman ülkelerinden biridir.

MISIR

- 5- 1517'den 1914'e kadar Osmanlı Yönetiminde kalmıştır.
(1798'de 3 yıl süreyle Fransız Napolyon Mısır'ı işgal etmiştir.)
1914'den 1952'ye kadar İngiliz işgalinde kalmıştır.
1952'de bağımsız olmuştur.
1970'de İsrail Sina Yarımadasını işgal etmiştir.
1979'da İsrail'le Mısır Barış anlaşması yapmıştır,
Aynı tarihte Mısır Arap Birliği'nden atılmıştır.
1989'da İsrail Sina Yarımadasını Mısır'a vermiştir.
Mısır Arap Birliği'ne yeniden alınmıştır.
2006 'da Parlamento seçimleri yapılmıştır.

6- KAHİRE: Binlerce Minareye sahip olan Kahire , " Minareler Şehri " olarak ta anılır. 18 milyon nüfusa, 3,5 milyon taşıta sahiptir. Tozlu, gürültülü ve her zaman hareketli bir şehirdir. Kahire Arap Konseyinin merkezidir ve Ortadoğu barışıyla ilgili diplomatik görüşmelere ev sahipliği yaparak önemli rol oynar. Kahire Afrika'nın en büyük kentidir, trafik sık sık durma noktasına gelir. Kentin merkezi Büyük Tahrir Meydanı (Özgürlük Meydanı), Ramses Meydanı, Modern Sanatlar Müzesi, Opera Binası, Kahire Kulesi (187 metre), Kahire Üniversitesi, El Ezher Üniversitesi, Kahire Hayvanat Bahçesi, Mahmut Halil Müzesi, Ümmü Gülsüm Müzesi, Kahire Müzesi (120 binden fazla eser sergileniyor), Kahire ünlü alış-veriş pazarı (Hanül Halil Çarşısı 1000 yıldır canlı), Seyyid El Hüseyin Camisi, El Nasır Muhammed Medresesi, Kahire Kalesi, Kavalalı Mehmet Ali Paşa Camisi, Sultan Halil Medresesi, Tolunoğlu Camisi, Gayer Anderson Müzesi, Sarkan Kilisesi, Ebu Serga Kilisesi, Ben Ezra Sinagogu, Kopt Müzesi, İmam Şafi Hazretlerinin Türbesi.

MISIR

7- PİRAMİTLER: Büyük Piramit, Antik Dünyanın Yedi Harikasından ayakta kalan tek anıttır. Yüksekliği 137 metredir. Paris'te Eyfel Kulesi inşa edildiği 1889 yılına kadar dünyanın en yüksek yapısıdır. Nil Vadisinden ışığı yansıtan bir fenere benziyor. Piramitler sabahları gül pembesi, öğlen güneşinde altın tonları, akşama doğru soluk ef-latun renklerine bürünüyor. Büyük piramit Firavunların bedenlerini korumak için 20 yılda 100 bin insan tarafından yapılmış, mezar odaları ve tünellerden oluşuyor. 2 havalandırma deliği mevcut. Tüm Fransa'nın etrafı Büyük Piramit'i oluşturan taşlarla örülse 3 metre yüksekliğinde bir halka oluşturuyor. Büyük Piramitte kullanılan taşların ortalama ağırlığı 2,5 ton, toplam taş sayısı da 2,3 milyondur. Piramitleri oluşturan taşların ağırlığı 2 ton ile 10 ton arasında değişiyor. Sfenks: Koruyucu tanrılarıdır, kefren başlı ve aslan gövdelidir. 73 metre uzunluğa, 20 metre yüksekliğe sahip bir koruyucu anıttır.

8- İSKENDERİYE: 8 milyon nüfus, Selanik şehrine benzemektedir. Büyük İskender tarafından M.Ö. 322'de kurulmuştur. Pharos Deniz Feneri (135 metre). Antik Dünya'nın yedi harikasından biridir. (Bugün yerinde yoktur.) Kayıtbay Kalesi, Res El Tin Sarayı, Abdul Abbas Camisi, Zahlud Meydanı kentin merkezidir. Yunan-Roma Müzesi, Pompeius Sütunu, İskenderiye Üniversitesi.

Unesco'nun desteğiyle İskenderiye Kütüphanesi 2002 yılında açılmıştır. 8 milyon civarında ciltli kitap bulunmaktadır.

9- SHARM EL SHEİKH: Antalya'yı andıran Kızıldeniz kenarında bir şehirdir. Antik eski şehir merkezi olan Old Market, yeni kurulmuş şehir merkezi olan Naama Bay, Cam Dipli tekne turuyla Kızıldeniz'in

MISIR

muhteşem sualtı yaşamını görüyorsunuz. (Napolyon Balığı, Papağan Balığı başta olmak üzere birçok çeşit ve renkte balıklar, sünger mercanları, 1000'den fazla balık ve deniz hayvanı türünü barındırmaktadır.) Sharm El Sheikh dünya dalgıçlarının cennetidir.

10- CEBEL MUSA (MUSA DAĞI): Hz. Musa'nın, Hristiyanlık ve son din İslam'da da temel ilkelerden olan 10 EMİR'i Allah'tan aldığı yer. Şarmel Şeyh şehrine 240 km. uzaklıkta olan Musa Dağı'na (Turi Sina) 3,5 saat araç yolculuğu (rakım 1500 metre) ve 3,5 saat te (6,5 km.) yürünerek çıkılıyor. 2300 rakımlı zirvedeki Musa Dağı'na ulaşıyor. Zirvede kilise ve mescit var. Hristiyanlar, Yahudiler ve Müslümanlar yan yana bu zirveye tırmanıyorlar. Zirvede Sabah Namazı kılıp, güneşin doğuşunu seyrediyorsunuz. Hristiyanlar, Yahudiler mum yakıp ilahiler söylüyorlar. Bu mekân Yaratıcı Allah'ın dağa tecesseli edip, dağın paramparça olduğu, Hz. Musa'nın o an bayıldığı, Hz. Musa Peygamber'e 10 emrin indiği mekândır.

ON EMİR

- 1- Allah'ı kalbinle ve aklınla sev
- 2- Allah'tan başka kimseye bağlanma
- 3- Anne ve babana sevgi ve saygı göster
- 4- Öldürme
- 5- Zina yapma
- 6- Çalma
- 7- Yalan söyleme
- 8- Başkalarının malına göz dikme
- 9- Altı gün çalış, yedinci gün dinlen
- 10- Allah'a şirk koşma

KASIM 2010





Turi Sina (Cebel Musa)
MISIR

YORGUNLUK

- 1- Her dört kişiden birinde görülmektedir.
- 2- Yeteri kadar (5 saat- 9 saat arası) ve kaliteli uyku yorgunluktan kurtarır.
- 3- Uyku bozuklukları, uyku apnesi yorgunluk nedeni olabilir. Burunda deviasyon, geniz eti, şişmanlık problemi olanlar yeteri kadar oksijen alamadıkları için kendilerini yorgun hissederler.
- 4- Yanlış beslenme yorgunluk nedeni olabilir. Yeterli ve dengeli beslenemeyenlerde, protein, karbonhidrat, vitamin, yağ, mineral dengesini iyi korumayanlarda ortaya çıkar.
- 5- Kansızlık (Anemi) daha çok kadınlarda ve çocuklarda görülür, çabuk yorulurlar, çarpıntıları olur. Gençlerde demir noksanlığına bağlı kansızlık, orta ve ileri yaşlarda B12 Vitamini noksanlığına bağlı kansızlık yorgunluğa yol açar.
- 6- Depresyon, sıkıntı ve stresle mutsuz yaşayanlar, yaşamdan zevk alamayan insanlar, unutkanlık, sinirlilik, alınganlık, ağlama eylemleri olanlar kendisini yorgun hissederler.
- 7- Trafikte sıkışanlar, uzun saatler geçirmek zorunda kalanlar kendilerini yorgun hissederler.
- 8- Tansiyon, kolesterol, ilaçlar (antibiyotikler v.b.), yorgunluk yapabilir.
- 9- Tiroit bezi hastalıkları (tiroit yetmezliği, hipotiroidi, nodüller, hashimoto), yorgunluk yapabilir.
- 10- Aşırı miktarda çay, kahve, kola tüketimleri tansiyonu yükseltir, gerginlik, yorgunluk yapar. Az miktarda çay, kahve, yorgunluğu giderir.
- 11- Enfeksiyon hastalıklarında yorgunluk olur.
- 12- Şeker hastalığı yorgunluk yapar. Şeker hücrelerimizde yakıt olarak kullanılır. Şeker hastalarında şekerin hücreye girişi ve kullanımı bo-

YORGUNLUK

zulmuştur. Yeteri kadar yakıt bulamayan hücreler yorgunluğa neden olur. Gizli şeker hastalığında yorgunluk yaşanır.

- 13- Kalp hastalıklarında yorgunluk olur.
- 14- Karaciğer yetmezliği, hepatit ve kronik böbrek hastalıklarında yorgunluk olur.
- 15- Vardiyalı sistemlerde gece ve gündüz sürekli dönüşümlü çalışanlarda yorgunluk olur.
- 16- Uzamış kaygıları, giderilemeyen endişeleri, çözümlenemeyen ruhsal çatışmaları, kronikleşmiş stres sorunları olan, fakat, organik bir hastalığı olmayan bazı insanların aylardır, yıllardır kronik yorgunlukları vardır. Sebebi bilinmemektedir.
- 17- Radyasyona maruz kalma yorgunluğa neden olur.
- 18- Sigara içmek yorgunluğa neden olur.
- 19- Fibromiyalji rahatsızlığı, sinir sistemi gerginliği, yaygın kas, eklem ağrıları yorgunluğa neden olur.
- 20- Bahar aylarında mevsim değişikliği nedeniyle yorgunluklar yaşanır.
- 21- Yaptığı işte tatmin olamama yorgunluk oluşturur.
- 22- Yaşamdan beklentilerini bulamamak yorgunluk oluşturur.
- 23- Kendini güçsüz hissetmek yorgunluk oluşturur.
- 24- Hastalıklara karşı daha hassas olma yorgunluk oluşturur.
- 25- Baş ağrıları yorgunluk oluşturur.
- 26- Kendine, işine, yaşama negatif tutum yorgunluk oluşturur.
- 27- Tatmin duygusunu yaşayamama yorgunluk oluşturur.
- 28- Kütüphanede duran kitapları okuyamamak yorgunluk oluşturur.
- 29- Fiziki efor sarf edememek yorgunluk oluşturur.
- 30- Tatil yapamamak yorgunluk oluşturur.

YORGUNLUK

- 31- Sohbet edememek yorgunluk oluşturur.
- 32- Konuşamamak, iletişim kuramamak yorgunluk oluşturur.
- 33- Eğlenememek yorgunluk oluşturur.
- 34- Spor yapamamak yorgunluk oluşturur.
- 35- Cinselliği yaşayamamak yorgunluk oluşturur.
- 36- Kendini yenileyememek yorgunluk oluşturur.
- 37- İyilik yapamamak yorgunluk oluşturur.
- 38- Program yapamamak yorgunluk oluşturur.
- 39- İlkeleri olmamak yorgunluk oluşturur.
- 40- Hedefi olmamak yorgunluk oluşturur.
- 41- Düşünememek yorgunluk oluşturur.
- 42- Tembellik yorgunluk oluşturur.
- 43- Sürekli alkol kullanımı yorgunluk oluşturur.
- 44- Sabredememek yorgunluk oluşturur.
- 45- Dua, ibadet edememe yorgunluk oluşturur.
- 46- Uyuşturucuya mahkûm olmak yorgunluk oluşturur.
- 47- Kumara mahkûm olmak yorgunluk oluşturur.
- 48- Ne işe yaradığını bilememek yorgunluk oluşturur.
- 49- Yorgunluktan kurtulmak için her gün 30 dakika yüzün veya düzenli egzersiz yapın. Ya da 30 dakika tempolu yürüyün. Yorgunluğun %65 azaldığı bilimsel olarak görülmüştür. Yorgunluğu gideren besinler; balık, yumurta, süt ve ürünleri, meyve ve sebzeler, yağlı tohumlar (fındık, ceviz, ...) kuru baklagiller, kepekli tahıllar, zeytin, zeytinyağı, karaciğer - dalak ve yeşil çayla beraber yeterli ve dengeli beslenmelidir. Yatmadan önce süt içmek faydalıdır.
- 50- Yaratınızı içinizde hissedin yorgunluğunuz % 100 azalır...

SORULAR

1- Matematiğin İflas Ettiği An

3 kardeş aralarında 10'a lira toplayarak 30 liraya bir dükkândan oyuncak satın alırlar. 30 lira verirler. Dükkân çalışanı oyuncağın 5 lira indirimine girdiğini aslında 25 lira alması gerektiğini fark eder hemen kardeşlere 1'er lira verir. 3 lira eder der. 2 lirayı da kendisine bahşış olarak alır. Kardeşler 10'ar değil 9'ar lira ödemiş olurlar.

3 kardeşin ödediği toplam rakam $9 \times 3 = 27$ TL, dükkân çalışanın aldığı bahşışta 2 lira olduğuna göre, toplam 29 TL etmektedir. 1 TL nereye kaybolmuştur. Cevabını bulun.

2- Mevlana'nın aşağıdaki sözünü 3 kez okuduktan sonra ezbere söyleyiniz:

NE SEN SENSİN

HEM SEN SENSİN

NE BEN BENİM

HEM BEN BENİM

NE SEN BENSİN

HEM SEN BENSİN

NE BEN SENİM

HEM BEN SENİM

PEYGAMBERİMİZ

- 1- İyilik, güzel bir ahlaka sahip olmandır. Günah ise içini tırmalayan ve insanların bilmelerini istemediğin şeydir.
- 2- Unutmayın, sizden öncekiler aralarında zengin ve güçlü kimseler suç işlediklerinde onları cezalandırmazlar, ama buna karşılık fakir ve güçsüz kimseler suç işlediklerinde en ağır cezaları verirlerdi. İşte onlar bu yüzden yok oldular.
- 3- Hiçbir baba çocuğuna güzel terbiyeden daha üstün bir hediye vermiş olamaz.
- 4- Kim kendisine rızkının genişlemesini veya ömrünün uzatılmasını isterse akrabasıyla ilişkisini sürdürsün.
- 5- Âlimler, gökteki yıldızlar gibidir. Yıldızlar nasıl karanlıkta yol gösterirse, onlarda yeryüzünde rehberdirler.
- 6- İlim öğrenmek her Müslüman'a (erkek ve kadın) farzdır.
- 7- Kolaylaştırınız, zorlaştırmayınız. Müjdeleyiniz nefret ettirmeyiniz.
- 8- Sevgi ile öğretmiş, sevgiyi öğretmiştir.
- 9- Nefsim elinde bulunan Allah'a yemin ederim ki, siz iman etmedikçe cennete giremezsiniz, birbirinizi sevmedikçe de olgun mümin olamazsınız.
- 10- Öfkelendiğiniz zaman susun.
- 11- Kişisel farklılıkları göz önünde bulundurun, insanlara en uygun üslubu ve en uygun muhtevayı seçerek öğretin.
- 12- Soru sormayı teşvik edin, soru soranları soruya cevap verenleri övün.
- 13- Bir konuda öğrenme gerçekleşmeden diğer bir konuya geçmemeyi tercih edin.

PEYGAMBERİMİZ

- 14- Yapamayacağınız şeyleri söylemeyin.
- 15- Emrolduğunuz gibi dosdoğru olun.
- 16- Her şeyin bir yolu vardır, cennetin yolu da ilahidir.
- 17- İnsanlara akılları ölçüsünde söz söyleyin.
- 18- Cennet annelerin ayakları altındadır.
- 19- Namaz müminlerin nurudur.
- 20- Her iyilik sadakadır.
- 21- Cömert olunuz ki Allah 'da size cömert davransın.
- 22- Temizlik imandandır.
- 23- Allah'ım yaratılışımı güzel yaptığın gibi ahlakımı da güzelleştir.
- 24- Yalan insanın yüzünü kara eder.
- 25- Dua müminin silahıdır.
- 26- Kalbinde zerre kadar kibir bulunan kimse cennete giremez.
- 27- Allah'ın rızası anne babayı memnun etmekle kazanılır.
- 28- Allah'ın gazabı anne babayı öfkelenlendirmekle hak edilir.
- 29- Bir kimse kardeşini bir kusurla ayıplarsa o kusuru işlemeden ölmez.
- 30- İlim Çin'de dahi olsa onu isteyiniz.
Beşikten mezara kadar İlim öğreniniz.
- 31- Selam kelimadan öncedir.
- 32- Nasıl yaşarsanız öyle ölürsünüz, nasıl ölürseniz öyle dirilirsiniz.
- 33- Duası kabulünde şüphe olmayan 3 kişi: mazlumun duası, misafirinin duası, anne babanın evladına duası.

PEYGAMBERİMİZ

- 34- Kıskançlık yapmayınız, ateşin odunları yediği gibi, kıskançlıkta iyilikleri tüketir.
- 35- Yemekten önce elleri yıkamak yoksulluğu giderir.
Yemekten sonra elleri yıkamak günahları giderir.
- 36- Sizin en hayırlınız Kuran'ı öğrenen ve öğretendir.
- 37- Emanete ihanet edenler tam bir imandan mahrumdurlar.
- 38- Allah'ın en çok sevdiği iş; yalandan, iftiradan, küfürden, günahlardan uzak durup korunmaktır.
Din kardeşinle çekişme, onunla alay etme.
- 39- Bizi aldatan bizden değildir.
- 40- Besmelesiz başlanan her iş hiçbir netice vermez.
- 41- Bir iyiliğe 10 kat mükâfat vardır.
- 42- Hiçbir kimse diğerine karşı böbürlenmesin.
- 43- İnsanlara teşekkür etmeyen, Allah'a da şükretmez.
- 44- Cennetin anahtarı hastaları ve yoksulları sevmektir.
- 45- Allah'a ve ahiret gününe inanan kimse ya iyi söz söylesin ya da sussun.
- 46- Doğru sözlülük iyiliğe, iyilik cennete götürür.
- 47- Sizden biriniz kendisi için istediğini kardeşi içinde istemedikçe, gerçekten iman etmiş olamaz.
- 48- İhtiyatlı davranmak Allah'tan, acele etmek şeytandandır.
- 49- Asıl pehlivan güreşte rakibini yenen değil, öfkelenildiğinde öfkelerini yenen kimsedir.

PEYGAMBERİMİZ

- 50- Kanaatkâr ol, işte o zaman en iyi şükreden sen olursun.
- 51- Kişi dostunun yolundadır, o halde sizden biriniz dost edineceği kimseye dikkat etsin.
- 52- Şüphesiz Allah şekillerinize ve mallarınıza bakmaz, o kalplerinize ve amellerinize bakar.
- 53- Dünya ahiretin tarlasıdır.
- 54- Bir genç bir ihtiyara yardım ederse Allah' ta ona ihtiyarlığında ikram edecek kimse ihsan eder.
- 55- Sabır cennet hazinelerinden bir hazinedir.
- 56- Komşusu açken tok yatan bizden değildir.
- 57- Bir insanı dünya dertlerinden kurtararı Allah ahiret dertlerinden kurtarır.
- 58- Yalancılık ahlaksızlıktır, ahlaksızlık insanı cehenneme götürür.
- 59- İyilik ahlak güzelliğidir. Kur 'an'ı yaşamak iyi ahlaktır.
- 60- Mümin hurma gibidir. Meyveleri daima yenir, tatlıdır, yaprağı hiç bir zaman dökülmez.
- 61- Mümin balarısı gibidir. Hep güzel şeyler yer, hep güzel şeyler üretir. Her yere konar ama hiçbir yeri bozamaz.
- 62- Mümin altın gibidir. Üstüne ister toprak, ister pas gelsin ama ne değişir, ne bozular.
- 63- Mümin aktar (Lokman Hekim) gibidir. Beraber oturduğunda, beraber yürüdüğünde her zaman faydalı olur. Güzel kokular verir.
- 64- Mümin taze ekin gibidir. Rüzgar istediği kadar sallasın, ona hiçbir zaman zarar veremez, kırılmaz, dik durur.

İNSANIN ELİNDE OLMAYANLAR

- 1- Doğum
- 2- Ölüm
- 3- Hastalık
- 4- Yaşlılık
- 5- Açlık
- 6- Uyumak
- 7- Susamak
- 8- Sıcak
- 9- Soğuk
- 10- Deprem
- 11- Fırtına
- 12- Şimşek
- 13- Rüzgâr
- 14- Yağmur
- 15- Kar
- 16- Tsunami
- 17- Sel
- 18- Çiğ
- 19- Sis
- 20- Hortum
- 21- Dalgalar
- 22- Yıldırım
- 23- Aydınlık
- 24- Karanlık
- 25- Gece
- 26- Güneş'in doğması
- 27- Dünya'nın dönmesi
- 28- Ay'ın çıkması
- 29- Gök gürültüsü
- 30- Güneş'in batması
- 31- Volkanların patlaması
- 32- Dünya'ya gelmemek
- 33- Anne baba seçebilmek
- 34- Akraba seçebilmek
- 35- Dünya'da kalmak
- 36- Gaybı bilmek
- 37- Ruh
- 38- Yaratmak
- 39- Kalbin çalışması
- 40- Midenin çalışması
- 41- Nefes alıp vermemek
- 42- İdrarını yapmamak
- 43- Gaitasını yapmamak
- 44- Karaciğerin çalışması
- 45- Beyninin çalışması
- 46- İlkbaharda çiçeklerin açması
- 47- Sonbaharda yaprakların dökülmesi
- 48- İnsan neslinin devam etmesi
- 49- İnsanın yaratılış ilkesine karşı gelmesi
- 50- Allah'ın sürekli yaratması

İNSAN HAYATININ EYLEM SÜRELERİ

I- 77 Yıl Yaşayanın Eylem Süreleri

	♀	♂
1- Uykuda geçen süre	27 yıl	25 yıl
2- Bebeklik, çocukluk	10 yıl	10 yıl
3- İş hayatı	9 yıl	11 yıl
4- Televizyon	5 yıl	5 yıl
5- İnternet	5 yıl	3 yıl
6- Ev işleri	5 yıl	1 yıl
7- Diyet	7 yıl	2 yıl
8- Telefon	1 yıl	0,5 yıl
9- Spor	0,5 yıl	1 yıl
10- Trafik	0,5 yıl	1 yıl
11- Seks	0,5 yıl	0,5 yıl
12- Alış-veriş	1 yıl	0,5 yıl
13- Kitap okumak	1 yıl	3 yıl
14- Yazmak	0,5 yıl	0,5 yıl
15- Seyahat	1 yıl	3 yıl
16- Tembellik	3 yıl	7 yıl

II- Osmanlı Padişahlarının 24 Saatinin Süreleri

- 1- 6 Saat ülke sorunlarını yardımcıları ve danışmalarıyla görüşme
- 2- 4 Saat spor, gezme, avlanma
- 3- 2 Saat tarih ve benzeri kitaplar okuma
- 4- 3 Saat ibadet ve Kur'an okuma
- 5- 9 Saat ailesiyle birlikte olma ve uyku

İNSAN HAYATININ EYLEM SÜRELERİ

III- Ömür Süreleri

40 yaşına geldiğimizde, yaşitlarımızın %20'si ölmüş, %80'i yaşıyor
50 yaşına geldiğimizde, yaşitlarımızın %40'ı ölmüş, %60'ı yaşıyor
55 yaşına geldiğimizde, yaşitlarımızın %50'si ölmüş, %50'si yaşıyor
60 yaşına geldiğimizde, yaşitlarımızın %60'ı ölmüş, %40'ı yaşıyor
70 yaşına geldiğimizde, yaşitlarımızın %80'i ölmüş, %20'si yaşıyor
80 yaşımıza geldiğimizde, yaşitlarımızın %90'ı ölmüş, %10'u yaşıyor
90 yaşımıza geldiğimizde, yaşitlarımızın %99'u ölmüş, %1'i yaşıyor

IV- 24 Saatin Programı

- 1) 05.00 Kalkmak, Sabah Namazı, Kur'an okumak.
- 2) 06.00 Seks için en uygun saat, vücuttaki östrojen ve testosteron hormonları bu saatte en yüksek seviyededir.
- 3) 07.00 Kahvaltı, vücut en çok bu saatte aç oluyor.
- 4) 07.30 Dişlerin fırçalanması, duş.
- 5) 08.00 Gün ışığı almak. Vücudun D Vitaminine ihtiyacı var. İşe gidin.
- 6) 10.00 Kafamızın en dinç olduğu saat zor problemleri çözün.
- 7) 13.00 Öğle yemeği. Sindirim sisteminin en uygun çalışma saati. Yarım saatlik yürüyüş yapın veya egzersiz yapın.
- 8) 18.00 Ayakkabı satın alın. Ayakların en şiş olacağı saat.
- 9) 19.30 Akşam yemeği için ideal saat.
- 10) 23.00 Yatağa girin. Kitap okuyarak uyuyun.

İNSAN HAYATININ EYLEM SÜRELERİ

V- 1 Yılın Programı

- 1) Bir yılda en az 12 kitap okumak.
- 2) Bir hafta deniz kıyısında tatil yapmak.
- 3) Bir hafta yaylada tatil yapmak.
- 4) Yurt dışında bir ülke görmek için seyahat yapmak.
- 5) Ramazan Bayramı, Kurban Bayramı aile, akraba ziyaretlerinde bulunmak.
- 6) Bir yılda hobimiz olan bir kursa gitmek onun sertifikasını almak.
- 7) Temel ihtiyaç duyduğumuz bir yatırıma girmek (Ev, araba,...)
- 8) Bir sivil toplum kuruluşunun kurucusu olmak veya üye olarak orada verici konumda hayır yapmak.
- 9) Ramazan ayında iftarlar vermek, iftarlara katılmak.
- 10) Ömrümüzün muhasebesini yapmak.

VI- Dünyada İnsan

- 1) Dünya Nüfusu 7 milyar. 5 Kıtadan oluşuyor.
- 2) Dünyada 200 Devlet vardır. Bayraklı, başkentli, ulusal marşlı.
- 3) Dünyada özerk konumunda çok sayıda devlet var.
- 4) Dünyada 4 milyar yoksul insan mevcut.
- 5) Dünyada 1 milyar civarında açlık sınırının altında insan yaşıyor.
- 6) Ortalama ömür 67 yıl.
- 7) Dünya nüfusunun %1'i üniversite mezunu.
- 8) Dünyada her hafta 1 milyon insan ölüyor.
- 9) Dünyada kadın başına düşen ortalama çocuk sayısı 2,58'dir.
- 10) Dünya nüfusunun 2 milyarı okuma yazma bilmiyor.
- 11) Dünya nüfusunun %89'u Heteroseksüel, %11 Homoseksüel.

İNSAN HAYATININ EYLEM SÜRELERİ

- 12) Dünya nüfusunun %52'si Kadın, %48'si Erkektir.
- 13) Dünya nüfusunun %6'sı zengin. Bu zenginler dünya servetinin %59'una sahip ve hepsi ABD kökenlidir.
- 14) Dünya nüfusunun %57'si Asya'da yaşıyor. Geri kalan, %21'i Avrupa'da, %8'i Afrika'da, %14'ü Amerika'da yaşıyor.
- 15) G – 20 Ülkeleri dünyanın gelirinin %90'ına sahip.
- 16) G – 20 Ülkeleri dünya ticaretinin %80'ini gerçekleştiriyor.
- 17) Dünyada 57 müslüman ülke var.
Toplam nüfusları 1 milyar 700 milyon.
Dünya nüfusunun %25'i.
- 18) Dünyada Bebek ölüm hızı binde 40,8. (%4)
- 19) Dünyanın coğrafyasının
%20'si Müslüman.
%30'u Hıristiyan.
%0,3'ü Yahudi (Musevi).
%7'si Ateist.
%40'ı Doğu dinleri - Hinduizm- Budizm- Şintoizm- Konfüçyüsçülük,..
%3 Diğer dinler.
- 20) Dünyanın %30'u Beyaz, %70'i Beyaz olmayanlar.
- 21) Dünyanın %20'si iyi evlerde yaşıyor.
- 22) Dünyanın %1'i bilgisayar sahibi.
- 23) Bankada ve cüzdanınızda paranız varsa dünyanın %8'i arasındasınız.
- 24) Üzerinizde elbise, başınızı sokabilecek ev, buzdolabınızda yiyecek varsa dünyadaki insanların %75'inden daha zenginsiniz.
- 25) Dünyadaki tüm yöneticilerin %10'u iyi insanlar. (devlet, belediye, siyaset, sivil toplum kuruluşları, aileler, aşiretler, şirketler...)

ALLAH'IM VARSIN

Allah'im Varsin

Yanı Başımdasın

İçimde Canımdasın

Kanımda Şahdamarımdasın

Allah'im Varsin

Beynimde Aklımdasın

Her zaman Yanımdasın

Düşüncemde Ruhumdasın

Allah'im Varsin

Yememde İçmemdesin

Çalışmamda Gezmemdesin

Eğlenmemde Sevmemdesin

Allah'im Varsin

Yüreğimde Coşansın

Kalbimde Atansın

Gönlümde Akansın

Allah'im Varsin

Duamda Şükürümdesin

Ruhumda Secdemdesin

Hayatımda Uykumdasın

Allah'im Varsin

Sağlığımda Hastalığımdasın

Güldüğümde Ağladığımdasın

Yaşadığımda Öldüğümdesin

25 Mayıs 2009 / MUCUR

ÇALIŞMA İLKELERİMİZ, VİZYONUMUZ, MİSYONUMUZ

Çalışma İlkelerimiz

- 1- Bilimsellik.
- 2- Ahlaki değerlere bağlılık (Güvenilirlik, güler yüzlü – hoşgörülü hizmet, dürüstlük, şeffaflık...)
- 3- Müşteri memnuniyeti ve insan haklarına saygılı kaliteli hizmet.
- 4- Takım çalışması; yönetim haftalık toplanarak gündemdeki konuları görüşür, kararlar oy çokluğu ile alınır, oy birliği ile uygulanır. Şirketlerimizde %51 hisseyi en az 3 (üç) kişi alır.
- 5- Toplumsal sorumluluk: Ortaklarımız gelirlerinin en az %2,5'ini gönüllü olarak hayır kurumlarına (..... Vakfımıza) aktarırlar.
- 6- Kurumlarımızın kârının 1/3'ü yatırıma, 1/3'ü banka yedek, 1/3'ü ortaklara kâr olarak dağıtılır. Yönetimin tespit ettiği oranda da performans dağıtılır.
- 7- Kurumlarımıza personel alımı çok kişi içerisinde seçilerek en az 3 yöneticinin mülakatı ile yapılır, şirket ortaklarının yakın akrabaları personel olarak çalışamazlar.
- 8- Yönetim kurulu tüm ortaklarla ayda bir toplanarak bilgilendirme toplantısı yapar. Yeni atılımlar, stratejik konular tüm ortakların görüşüne sunulur karar alınır. Tüm çalışanlar ile de ayda bir değerlendirme toplantısı yapılır.
- 9- Kurumlarımız her yılın programını, tahmini bütçelerini yıl girmeden çıkarıp, uygulamaya geçer.
- 10- Kurumlarımızın hedefleri kendilerini sürekli geliştirerek çağdaş kurumlar olmaktadır.

ÇALIŞMA İLKELERİMİZ, VİZYONUMUZ, MİSYONUMUZ

Vizyonumuz

Uluslar arası standartlarda hizmet sunarak, çalışanlarımızın yetenek ve iş gücünden yararlanarak, işbirliği ve dayanışma ile müşteri memnuniyetini artırmak,..... hizmetinde hiçbir ayırım gözetmeden kaliteli, şeffaf ve hep ileriye yönelik yenilikleri takip ederek bilimsel, evrensel normlarda hizmet vermek, dünyadaki en kaliteli merkezlerinden biri olmaktır.

Misyonumuz

.....yılı aşkın tecrübemiz ile müşteri ve müşteri yakınlarına kaliteli, çağdaş, güvenilir hizmeti vermeyi amaç edinmiş kökleri eskiye dayanan ve hedefleri hep daha ileriye yönelik olmak amacı ile;

- Uluslar arası standartlarda kaliteli hizmet vermek.
- Uzman kadromuz ile güvenilir bir hizmeti sağlamak.
- Deneyimli ve güler yüzlü personellerimiz ile müşteri memnuniyetine odaklı, yüksek kalitede hizmetini en iyi şekilde sunmak.
- Yayınlamış olduğumuz dergi ve gazetemizle müşterilerimizi ve yakınlarını doğru bilgilendirmek.
- Uzman hocalarımız tarafından verilen konferans ve branş eğitim hizmetleri sunarak devamlı gelişmek ve müşteri memnuniyetini arttırmak.

İCATLAR KRONOLOJİSİ

- 1- M.Ö. 4241 Mısırlıların takvimi ilk defa kullanmalarıyla, olayların tarih olarak ifade edilebilmesi mümkün olmuştur.
- 2- M.Ö. 3200 Mezopotamyalı Sümerler yazıyı kullanan ve tekerleğin resmini çizen ilk halk olmuştur.
- 3- M.Ö. 1300 Suriyeliler kendi alfabelerini geliştirmiştir.
- 4- M.Ö. 700 Lidya'da (bugünkü Türkiye) malların alım satımı için ilk kez para kullanılmıştır.
- 5- M.Ö. 10 Romalı mimar Vitruvius bir vinç tasarlamıştır.
- 6- M.S. 805 Kimyanın babası Cabir Bin Hayyan, Atom bombası fikrini ilk defa açıklamıştır.
- 7- M.S. 9.YY Muhammed Bin Musa, Dünyanın çevresini ölçen ilk matematikçi ve astronomdur.
- 8- M.S. 950 Farabi, ses olayını ilk defa fiziki yönden açıklayan bilginidir.
- 9- M.S. 1000 Çinliler havai fişek yapmak ve işaret göndermek için barut kullanmıştır.
- 10- M.S. 1037 İbni Sina, Eserleri Avrupa Üniversitelerinde 600 sene temel kitap olarak okutulan dahi doktor. İlaç bilim ustasıdır, hastalık yapan küçük organizmalar, cıva ile tedavi bazı keşifleridir.
- 11- M.S. 1040 Beyruni, dünyanın döndüğünü ilk bulan bilim adamı. Amerika kıtasının varlığını Kristof Colomb'un keşfinden 500 sene önce bildirmiştir.
- 12- M.S. 1045 Çin'de Pi Cheng portatif matbaa harflerini icat etmiştir.

İCATLAR KRONOLOJİSİ

- 13- M.S.1123 Ömer Hayyam, cebirdeki binom formülünü bulan bilimcin. Dünyanın ilk rasathanesini kurmuştur.
- 14- M.S. 12. YY Cabir Bin Eflah, çubuklu güneş saatini bulan ilk bilim adamıdır.
- 15- M.S.13.YY Mevlana, dokuz gezegenin bulunduğunu söylemiştir. 13. asırda atom bombasının tehlikelerinden söz etmiştir.
- 16- M.S.1453 Akşemseddin, Pasteur'den önce mikrobu bulan ilk bilim adamıdır.
- 17- M.S.1554 Piri Reis, büyük coğrafya bilgini. İlk dünya haritasını çizmiştir.
- 18- M.S. 1592 Galileo, cisimleri 30 kez büyüten bir teleskop yapmıştır.
- 19- M.S. 1614 İskoçyalı matematikçi John Napier logaritma cetvelini icat etmiştir.
- 20- M.S. 1642 Blaise Pascal, toplama makinesi icat etmiştir.
- 21- M.S. 1643 Evangelista Torricelli, hava basıncını ölçmek için cıvalı barometreyi icat etmiştir.
- 22- M.S. 1668 İsaac Newton, ilk aynalı teleskopu yapmıştır.
- 23- M.S.17.YY Hazerfen Ahmet Çelebi, planörün mucididir.
- 24- M.S.17.YY Lagari Hasan Çelebi, füzeciliğin mucididir.
- 25- M.S.1783 Marquis de Jouffroy d'Abbans, ilk buharlı gemiyi yüzdürmüştür.
- 26-M.S.1783 Montgolfier Kardeşler, hava balonunu başarıyla uçurmuştur.
- 27-M.S.1801 İlk denizaltılardan Nautilus ilk yolculuğunu tamamlamıştır.

İCATLAR KRONOLOJİSİ

- 28- M.S.1804 Richard Trevithick, raylar üzerinde giden ilk buharlı lokomotifini yapmıştır.
- 29- M.S.1814 Friedrich König, elle çalışan matbaadan çok daha hızlı olan buharlı matbaayı geliştirmiştir.
- 30- M.S.1826 Fransız fizikçi Joseph Niepce, tarihteki ilk fotoğrafı çekmiştir.
- 31- M.S.1830 Fransız terzi Barthelemy Thimonnier ilk dikiş makinesini tasarlamıştır.
- 32- M.S.1837 İngiliz William Cooke ve Charles Wheatstone, ilk elektrikli telgraf makinesini yapmıştır.
- 33- M.S.1843 Samuel Morse, mors alfabesini icat etmiştir.
- 34- M.S.1857 New York'ta bir binadaki dükkânda ilk defa asansör kullanıldı.
- 35- M.S.1863 Londra'da ilk metro işletmeye açıldı.
- 36- M.S.1868 Christopher Sholes, ilk kullanışlı daktiloyu yapmıştır.
- 37- M.S.1876 Alexander Graham Bell, ilk telefon konuşmasını yapmıştır.
- 38- M.S. 1877 Edison, fonografi icat etmiştir.
- 39- M.S.1881 Emilie Berliner, ilk gramofonu yapmıştır.
- 40- M.S.1884 Hiram Maxim, ilk makineli tüfeği yapmıştır.
- 41- M.S.1885 Avusturyalı kimyacı Carl Auer, havagazi lambasını icat etmiştir.
- 42- M.S. 1890 Daimler motor şirketi otomobil üretimine başlamıştır.
- 43- 1901 King Camp Gillette, ilk tıraş bıçağının patentini almıştır.
- 44- 1903 Amerikalı Wright Kardeşler, ilk motorlu uçağın uçuşunu gerçekleştirmiştir.

İCATLAR KRONOLOJİSİ

- 45- 1903 William Einthoven, elektrokardiyografi cihazını icat etmiştir.
- 46- 1908 Geiger'in icat ettiği ve adını verdiği Geiger Sayacı, radyasyonu saptamak ve ölçmek için kullanılmaya başlanmıştır.
- 47- 1909 General Electric Şirketi, elektrikli ekmek kızartma makinesini yapmıştır.
- 48- 1923 İki İsveçli mucit, ilk buzdolabını tasarlamıştır.
- 49- 1925 Londra'da trafik lambaları kullanılmaya başlanmıştır.
- 50- 1926 John Logie Baird, ilk televizyon görüntüsünü başarıyla iletmıştır.
- 51- 1926 Robert Goddard, ilk sıvı yakıtlı roketi fırlatmayı başarmıştır.
- 52- 1929 Philip Drinker, hastaların solunum yapmasına yardım etmek için demir ciğeri icat etmiştir.
- 53- 1933 Alman bilim adamları Max Kroll ve Ernst Ruska elektron mikroskopunu yapmıştır.
- 54- 1938 Macar Lazlo Biro, tükenmez kalem icat etmiştir.
- 55- 1938 Amerikalı Chester Carlson, ilk fotokopi makinesini icat etmiştir.
- 56- 1939 İgor Sikorsky adlı Rus mühendis tarafından ilk helikopteri yapmıştır.
- 57- 1942 Alman Wernher Von Braun, ilk uzun menzilli füzeyi (V2) yapmıştır.
- 58- 1942 Amerikalı Enrico Fermi ilk nükleer reaktörü yapmıştır.
- 59- 1945 Amerikalı Percu Spencer, ilk mikrodalga fırını tasarlayarak patentini almıştır.

İCATLAR KRONOLOJİSİ

- 60- 1946 Amerikalı John Mauchy ve John Eckert'in geliştirdiği ilk elektronik bilgisayar ENIAC halka gösterildi.
- 61- 1947 Edwin Land, bir dakikadan az sürede siyah beyaz fotoğraf çıkaran polaroid makineyi icat etmiştir.
- 62- 1948 Amerikalı üç bilim adamı John Bardeen, Walter Brattain ve William Shockley, transistorü icat ederek Nobel ödülü aldılar.
- 63- 1957 Sovyetler Birliği tarafından, Dünyanın çevresinde dönen insan yapımı ilk cisim Sputnik 1 fırlatıldı.
- 64- 1959 Christopher Cockerell tarafından tasarlanan Hover Kraft (zemin temas etmeden hareket eden araç) halka gösterildi.
- 65- 1960 Theodore Maiman, lazeri keşfetmiştir.
- 66- 1962 Telefon konuşmaları ve canlı televizyon görüntülerini ileten Telstar adlı ilk uydu fırlatılmıştır.
- 67- 1977 Dünya atmosferine dönüşünde parçalanmayan ve tekrar uçabilen uzay mekiği adlı ilk uzay aracı, ABD tarafından uzaya fırlatılmıştır.
- 68- 1982 Philips ve Sony şirketleri kompakt diski çıkardı.
- 69- 1987 İlk sayısal ses bantları (DAT) üretildi.
- 70- 1990 Yüksek netlikle televizyon yayını (HDTU) ilk kez yapıldı.

İCATLAR KRONOLOJİSİ

Londra Bilim Müzesi Tarafından Açıklanan Bilim Tarihinin En Büyük 10 İcadı:

- 1- Buharlı motor
- 2- Madame Marie Curie'nin X ışını keşfi
- 3- Apollo 10 kapsülü
- 4- Penisilin
- 5- Wernher Von Braun'un V2 Roketi
- 6- Dinamit
- 7- DNA Sarmalı
- 8- İki saniye el çevirmeli manyetolu telsiz radyosu
- 9- Ford'un ilk seri üretim otomobil modeli T
- 10- Pilot ACE bilgisayar

**Londra Bilim Müzesi
Kuruluşunun 100. yılında
Bilim Tarihinin En Büyük 10 İcadını Açıkladı**

LİDER Mİ? SOSYOPAT MI?

- 1- Lider vizyon çizer.
Sosyopat başkalarının vizyonunda gider.
- 2- Lider karizmatik kişiliğiyle etrafındakileri etkileme gücüne sahiptir.
Sosyopat mafyamsı kişiliğiyle etrafındakileri etkilemeye çalışır.
- 3- Lider ahlak ve fazilet kahramanıdır.
Sosyopat piyasa kahramanıdır.
- 4- Lider adaletli ve merhametlidir.
Sosyopat adaletsiz, merhametsizdir.
- 5- Lider iletişim ve değişime açıktır, değişim ve gelişimi devam ettirir.
Sosyopat değişim ve gelişime kapalıdır.
- 6- Lider güler yüzlü, saygılı, ciddi ve alabildiğine vakurdur.
Sosyopat asık suratlı, saygısızdır.
- 7- Lider yaratıcı düşünceye sahiptir.
Sosyopat hazırıcı düşünceyle hareket eder.
- 8- Lider takım ruhuyla hareket eder.
Sosyopat bireysel ruha sahiptir.
- 9- Lider, yeni Liderler yetiştirir.
Sosyopat yeni sosyopatlara zemin hazırlar.
- 10- Lider tarihten, en iyi insanlardan ve ölümden ders alır.
Sosyopat ders alma ihtiyacı duymaz.
- 11- Liderin enerjisi ve hareketi bitmeyecek gibi görünür.
Sosyopatın enerjisi yetmez, başkalarını kullanır.
- 12- Lider en zor olaylarda kararlı dik duruşunu gösterir.
Sosyopat psikopat duruşunu gösterir.
- 13- Lider en zor olaylarda öngörülerini uygular.
Sosyopatın pek öngörülerini yoktur.

LİDER Mİ? SOSYOPAT MI?

- 14- Lider en zor olaylarda ilgili taraflarla iletişim içerisine girer.
Sosyopat iletişim kurmaktan kaçır.
- 15- Liderler çalışanlarının özgüvenlerini artırırır.
Sosyopatlar özgüvenleri engellerler.
- 16- Liderler üstün yetenekli insanları bulmak, onlarla birlikte çalışmak konusunda uzmandırır.
Sosyopatlar kendilerinden daha yetenekli insanlarla çalışmazlar.
- 17- Liderler çalışma arkadaşlarını da riske girme konusunda yüreklendirirler.
Sosyopatlar çalışma arkadaşlarının başarılı olmasını istemezler.
- 18- Lider temel ihtiyaçlarının üzerinde yaşamaz.
Sosyopat en zengin şekilde yaşamak ister.
- 19- Lider ırkçılık yapmaz.
Sosyopat ırkçıdır.
- 20- Lider çok konuşmaz, daha çok dinler.
Sosyopat pek dinlemez, çok konuşur.
- 21- Lider hakaret etmez, bağırırır.
Sosyopat bağırır, hakaret eder.
- 22- Lider tüm insanları sever, değer verir, değer görür.
Sosyopat çıkarı olan insanları sever.
- 23- Liderin tüm adımları karşılıksızdır.
Sosyopatın tüm adımları karşılıklıdır.
- 24- Lider önce karşısındakini düşünür, sonra kendisini.
Sosyopat önce hep kendisini düşünür.
- 25- Lider devrimcidir.
Sosyopat statükocudur.
- 26- Lider korumalarla gezmez.
Sosyopat korumalarla gezer.

LİDER Mİ? SOSYOPAT MI?

- 27- Lider kaybetse de kazanan konumundadır.
Sosyopat kaybettiğinde yıkılır.
- 28- Lider tam bağımsız, özgür insandır.
Sosyopat bağımsız gibi gözüken çok şeylere bağımlı insandır.
- 29- Lider her gün kitap okuyan ve kitap yazan insandır.
Sosyopat kitap okuyormuş gibi gözüken insandır.
- 30- Lider her gece dua eden, şükreden, O'nunla rabıta yapandır.
Sosyopat yaratılanlarla rabıta yapandır.
- 31- Lider toplumlara nefes aldırır, yarınlara güvenle baktırır.
Sosyopat toplumların nefesini kesen, yarınlara umutsuz baktırandır.
- 32- Lider sakindir, doğaldır.
Sosyopat öfkeli, şatafatlıdır.
- 33- Lider toplumun en garibanlarını da kucaklar, sahip çıkar, yönetim kadrolarında yer verir.
Sosyopat toplumun güçlüleriyle çalışır.
- 34- Lider azınlıkların haklarını korur, güçlülere ezdirmez.
Sosyopat zaten güçlülerle olur, hak yer.
- 35- Lider geldiği zaman o yer bayram yerine döner.
Sosyopat geldiği zaman telaş, korku, endişe yerine döner.
- 36- Lider insanlığa hizmet etmiş olumlu iz bırakmış tüm insanları örnek alır, baş tacı eder.
Sosyopat çıkarına uygun insanları baş tacı eder.
- 37- Lider kimsenin önünde eğilmez, el öptürmez, alını sadece secdeye gelir.
Sosyopat insanların önünde eğilmesini ister, el öptürür, el öper.
- 38- Lider borç para istemez, karşılıksız para verir.
Sosyopat borç para alır, verir, karşılıksız vermez.

LİDER Mİ? SOSYOPAT MI?

39- Lider çağdaştır.

Sosyopat çağdıdır.

40- Lider ötekileştirmez.

Sosyopat ötekileştirir.

41- Liderle zerafeti yaşarsın.

Sosyopatla kabalığı.

42- Lider evrensel olmayan gelenekleri yıkar.

Sosyopat işine gelen evrensel olmayan gelenekleri yaşatır.

43- Lider kırmadan, dökmeden idare eder.

Sosyopat kırmadan idare edemez.

44- Lider hayatın bütün renklerini yaşar.

Sosyopat kendi rengini yaşar.

45- Lider kendisinden biridir hem de üstün biridir.

Sosyopat korktuğu biridir.

46- Liderin ilkeleri vardır.

Sosyopatın çıkarları vardır.

47- Lider periferi merkeze taşır.

Sosyopat periferle ilgilenmez.

48- Lider bedeviliği şehre, şehri dünyaya taşır.

Sosyopat küçük olsun benim olsun der.

49- Lider sevgi doludur, sevgi yayar, sevgi ile insanları kucaklar.

Sosyopat nefret, kin doludur, korkutarak insanlara hâkim olmaya çalışır.

50- Lider zamanla sınırlı değildir, etkinliği insanlık tarihi devam ettikçe sürer, örnek alınır.

Sosyopatın etkinliği sadece yaşadığı dönemle kalır.

YAŞAM BOYU YAPTIĞIMIZ PLANLAR

- 1- Kendi işimi kuracağım, kendi işimde çalışacağım.
- 2- Kendime yatırımlar yapacağım. Birkaç yabancı dil öğreneceğim, kayak yapmasını öğreneceğim, çok farklı hobiler edineceğim...
- 3- Sağlıklı besleneceğim. Yeterli ve dengeli bir diyetin içinde olacağım. Yemekler de öğün atlamayacağım. Saat başı bir bardak su içeceğim...
- 4- Spor yapacağım. Bir spor merkezine üye olacağım. Günde 1 saat yürüyüş yapacağım. 30 dakika egzersiz yapacağım...
- 5- İş ve özel hayatımın dengesini tutturacağım. İş stresini evime götürmeyeceğim. 8 saat iş hayatında, 9 saat özel yaşamda olacağım...
- 6- Stresimi kontrol edeceğim. Stresli bir anımda, başka bir işle uğraşacağım, günde 5 vakit namaz kılacağım, Kur'an okuyacağım...
- 7- İş yerinde daha iyi organize olacağım. Zamanımı daha verimli yöneteceğim.
- 8- Boş zamanlarımda sinema, tiyatro gibi sanatsal etkinliklere katılacağım.
- 9- Çevremi (network) geliştireceğim. Farklı meslek gruplarıyla, başka ülke insanlarıyla...
- 10- Her sene tatil yapacağım. Denize gideceğim, yaylada kalacağım, kayak merkezlerine, kaplıcalara gideceğim...
- 11- Emekli olunca bir sahil kasabasına yerleşeceğim, kafamı dinleyeceğim...
- 12- Yurtiçi ve yurtdışı seyahatler yapacağım. Ülkemde ve dünyada görmediğim bir yer kalmayacak.

YAŞAM BOYU YAPTIĞIMIZ PLANLAR

- 13- Görünüşümü, fiziğimi düzelteceğim. İdeal bir kiloda olacağım, güzellik, estetik yaptıracağım. Kılık kıyafetime daha çok dikkat edeceğim, modayı takip edeceğim...
- 14- Her gün kitap okuyacağım. Günde 2 saat kitap okumayı planlıyorum.
- 15- Her gün ibadet yapacağım.
- 16- Çok para kazanacağım, çok malım mülküm olacak, zenginler sınıfına gireceğim.
- 17- Şu marka arabayı satın alacağım, herkes bana bakacak...
- 18- İyi bir eğitim alacağım, üniversiteyi bitireceğim.
- 19- Sosyal sorumluluk projelerinde yer alacağım. Sivil Toplum Kuruluşlarında çalışacağım.
- 20- Herkese iyi davranacağım. İyi insan olmaya gayret göstereceğim...
- 21- Statülerimi sürekli arttıracam. Bir ev sahibi olacağım. Yazlık alacağım.
- 22- Birinci sınıf insan olacağım.
- 23- insanla evleneceğim.
- 24- 5 yıllık planımda...olacak, 10 yıllık planımda...olacak.
- 25- Eyvah hastalandım, eyvah ölüyorum galiba....

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

- 1- Erkekte 6 his, kadında 60 his vardır.
- 2- Başarılı erkek, eşinin harcayacağı miktardan fazlasını kazanabilmektedir.
Başarılı kadın ise böyle bir erkeği bulandır.
- 3- Bir erkek alış-verişte 20 liralık ürüne 40 lira verebilir.
Bir kadın 20 liralık ürünü indirim dönemlerinde 10 liraya alır.
- 4- Bir kadın gelecekte sadece bir koca bulana kadar endişe eder.
Bir erkek ise evleninceye kadar kaygısız ve tasasız yaşar.
- 5- Bir kadın kocasının değişeceğini düşünerek evlenir.
Bir erkek ise karısının hiç değişmeyeceğini düşünerek evlenir.
- 6- Bir kadın bakkala gitmek için bile giyinir, süslenir.
Bir erkek ise özel günlerde giyinir.
- 7- Bir erkeğin banyoda bulunan eşyası sayısı olarak 5'i geçmez.
Bir kadının ise sayılamayacak kadar çaktır.
- 8- Kadınlar kedileri sever.
Erkekler kedileri sevdiklerini söyler, kadının olmadığı zamanda kedileri tekmeler.
- 9- Bir tartışmada kadının söyleyecek son bir sözü vardır.
Bu son sözden sonra erkeğin söyleyeceği her söz yeni bir tartışma başlatır.
- 10- Kadınlar yeteneklerini açıkça kabullenip dışa vurmazlar.
Erkekler başarısız bir erkeği kim sever diye kendilerini yiyip, bitirirler.
- 11- Kadınlar coşkularına kendilerini bırakmazlar.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

- Erkekler güçlü olmaya çalışmak zorunda kalırlar.
- 12- Kadınlar cinselliğe sahip çıkıp dillendiremezler.
Erkekler serüvenci yanlarını bütünüyle sergilerler.
- 13- Kadınlar güçlü olmak arzu ve gücünü ortaya koyamazlar.
Erkekler yeteneklerinin peşinde gidemezler.
- 14- Erkekler bu dünyayı hala erkeklerin dünyası olarak görür.
Kadınlar bu dünyaya hayat verdiklerini düşünürler.
- 15- Erkekler giysilerini daha çok lacivert, siyah, gri renklerde seçer.
Kadınlar ise daha çok lacivert, siyah, gri dışındaki tüm renkleri giyer.
- 16- Erkekler ayna karşısında çizgi hesabı yapmazlar, makyaj yapmaları gerekmez. 5 dakika da hazır olurlar.
Kadınlar banyoda saatlerce kalır, saatlerce hazırlanır, nedeni sorulamaz.
- 17- Erkekler saçları kötü olmuş, iyi olmuş önemli değildir.
Kadınlar saçları için yarım gün zaman harcarlar.
- 18- Erkekler futbol maçlarına düşkündür, takımları maç kaybettiğinde yıkılırlar.
Kadınlar çoğunlukla maç seyretmeyi sevmezler.
- 19- Erkekler haber vermeden gecikirler ve evde beklendiklerini bilirler.
Kadınlar gecikeceklerse haber verirler.
- 20- Erkekler daha çok para kazanırlar, kadınlardan daha az yaşarlar.
Kadınlar daha az para kazanırlar, erkeklerden daha uzun yaşarlar.
- 21- Erkekler arkadan vurmazlar, sinsice işlemezler, açıktan saldırırlar, savaşımlara neden olurlar.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

Kadınlar hislerini açıklamaktan korkmaz, ağlamaları hiç sorun değildir, savaşlara neden olmazlar.

22- Erkekler ilişkimiz hakkında ne düşünüyorsun diye sormazlar.

Kadınlar seni seviyorum derken daha inandırıcıdır.

23- Erkekler kendileriyle barışıktır, daha kolay kilo verirler.

Kadınlar diyet yaptıklarında gizleme gereği duymazlar.

24- Erkekler uzaktan kumandanın kontrolünü ellerinde tutarlar.

Kadınlar anlamsız zapingler yapmazlar.

25- Erkekler kan ter içinde kalır, terlemeleri sorun olmaz.

Kadınlar kan ter içinde kalmazlar, sadece terlerler.

26- Erkekler kadınları saatlerce seyrederek.

Kadınlar yakışıklı bir erkek gördüklerinde akılları başlarından gitmez.

27- Erkekler şiddet filmlerini daha çok seyrederek.

Kadınlar romantik filmleri daha çok seyrederek.

28- Erkekler ilk beyaz saçla hayatlarını karartmazlar.

Kadınlar beyaz saçla yaşayamazlar.

29- Erkeklerin yaşları hiç sorun olmaz.

Kadınların 39 yaşında yaş skalaları durur.

30- Erkekler göbek dışında çok az şişmandırlar.

Kadınların göbekleri kemerden aşağı sarkmaz.

31- Erkekler sadece akşama ne yemek var diye sorarlar, aslında daha iyi açıcıdır.

Kadınlar bugün ne pişirsem diye düşünürler.

32- Erkekler istedikleri kadar yerler, yemekten 25 TL'ye sadece salata yiyerek kalkmazlar.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

- Kadınlar sesli geçirmezler.
- 33- Erkeklerin saçlarına tarak vurmak gerekmez, parmaklar o işi görür.
Kadınların saçları taranır, istedikleri kadar uzatırlar.
- 34- Erkekler kalçalarının görünüşünü pek umursamazlar.
Kadınların burunlarında, kulaklarında uzayan kılları yoktur.
- 35- Erkekler için sevgililer gününü unutmak dünyanın sonu olmaz.
Kadınlar tüm önemli günleri kolayca hatırlarlar.
- 36- Kadınlarda fikir değiştirmek bir ayrıcalıktır.
Erkekler tatsız bir buluşmayı tekrar görüşürüz diyerek sinsice noktalarlar.
- 37- Kadınlar kaybolduklarında yardım istemekten utanmazlar.
Erkekler çekinirler.
- 38- Kadınlar acıya dayanıklıdırlar.
Erkekler acıya daha az dayanıklıdırlar.
- 39- Kadınların karşı cinsle platonik ilişki kurma yetenekleri vardır.
Erkeklerin daha azdır.
- 40- Kadınların makyaj avantajları vardır.
Erkeklerin yoktur.
- 41- Kadınların evlenme tekliflerine değer birini bulmaları kolay değildir.
Erkeklerin daha kolaydır.
- 42- Kadınlar kaba kuvvete başvurmadan tartışmayı noktalarlar.
Erkekler çoğunlukla kaba kuvvete başvururlar.
- 43- Erkekler kadınları cinsel meta muamelesi görmeye bayılırlar.
Kadınlar dostlarına cinsel yaşamlarına ait ayrıntıları anlatmazlar.
Cinsellikleri sorgulanmaz.
- 44- Kadınlar arabadan anlamadıklarını söylerler.
Erkekler arabalarıyla evlidirler.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

45- Kadınlar iş hayatında başarı için erkeklerle yarışmazlar.

Erkekler herkesle yarışır.

46- Kadınlar iş yerlerinde kendi hemcinslerinin amir olmasını istemezler.

Erkekler için pek fark etmez.

47- Kadınların geyik avlamak pek hatırlarına gelmez.

Erkek her şeyi avlamak ister.

48- Kadınlar bütün bir günü hiç alış-veriş yapmadan çarşıda geçirir, yine de güzel bir gün geçirmiş olarak eve döner.

Erkekler saatlerce futbol tartışmalarından zevk alırlar.

49- Kadınların erkeklerden istedikleri: Ona bir sürpriz yapması, şiir veya güzel bir yazı yazması, en güzel kadın olduğunu söylemesi, çiçek getirmesi, özel günlerde hediyeler alması...

Erkeklerin kadınlardan istedikleri: Bir güler yüz göstermesi, şikâyet etmemesi, güzel sözler söylemesi, ona bir sürpriz yapması, özel günlerde hediyeler alması...

50- Bir erkeğin evleneceği kadında aradıkları: Güzel olması, ten uyumu, gönlün ısınması, kültürlü, sohbet edilebilir olması, mesleğinin, gelirinin olması, asaletinin olması, akıllı olması, çalışkan olması, kendisiyle barışık olması, opsiyonlarının olması, cinsellikte tatmin edici olması.

Bir kadının evleneceği erkekte aradıkları: Yakışıklı olması, ten uyumu, gönlün ısınması, kültürlü, sohbet edilebilir olması, bir mesleğinin, gelirinin olması, aileyi geçindirebilmesi, asaletinin olması, ahlaklı olması, akıllı olması, çalışkan olması, kendisiyle barışık olması, opsiyonlarının olması, cinsellikte tatmin edici olması.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

51- Kadınlar daha çok sözlü saldırganlık gösterirler.

Erkekler daha çok bedensel saldırganlık gösterirler.

52- Ergenlik sivilceleri kadınlara göre erkeklerde daha fazladır.

53- AIDS yakalanma %75 erkeklerde, %25 kadınlarda görülmektedir.

54- Duygusal kadınlarda sürekli kafa ütüleyen, erkeklerde duygusal bencil durumundadır.

55- Vücut kokusu kadınlara göre erkeklerde daha fazladır.

56- Spor yapan erkekler sayıca daha fazladır, kadınlar ise daha dayanıklıdır.

Erkeklerin hareketsiz halde iken vücudu m² başına 39,5 kalori yakar, kadınların ise 37 kalori yakar.

57- Vücuttaki kan miktarı erkeklerde 5 litre civarında, kadınlarda 4,5 litre civarındadır.

58- Kadınlar, erkeklere göre derilerinin altındaki yağ tabakası nedeniyle daha iyi yüzerler.

59- Kadınlar menozda ateş basması, uykusuzluk, gece terlemesi yaşarlar.

Erkekler andropozda hiçbir bedensel belirti göstermezler.

60- Kadınların vücutlarının %50-60'ı sudur, erkeklerin %60-70'i sudur.

61- Erkeklerin omuzları, daha geniş, kolları ve bacakları daha uzun, kemikleri daha ağır, eklemleri daha büyüktür.

Kadınların kalça kemikleri daha geniş, eklemleri daha esnektir.

62- Kadınların erkeklere göre ses telleri daha kısa olduğu için sesleri daha tizdir.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

63- Kadınların ağırlık noktası, erkeklerden daha aşağıdadır.

64- Erkekler kadınlardan daha çok para kazanmaktadırlar.

65- Kadınların işitme ve koklama duyuları daha güçlüdür.

66- Erkeklerin yağ dokusu, kadınların yağ dokusunun yarısı kadardır.

Kadınların yağ dokusu vücudun %27'sini oluşturur.

Erkeklerin yağ dokusu vücudunun %15'ini oluşturur.

Kadınlarda yağ kalça, baldır, göbekte daha çok toplanır.

Erkeklerde yağ karın bölgesinde daha çok toplanır.

67- Kadınlar, erkeklerden daha çok hastalanırlar.

68- Kadınlar, erkeklere göre kollarını dirsekten 6 derece daha fazla açabilir.

69- Kadın ve erkekte toplam 46 kromozom vardır.

Kadında XX, erkekte XY bulunur.

70- Kadınların saç kökleri iki milimetre daha derinde olduğu için saçları erkekler kadar çabuk dökülmez.

71- Erkekler kadınlardan %50 oranında daha fazla kas gücüne sahiptir.

72- Erkeklerin toplam 1,8 m², kadınların 1,6 m² derileri vardır.

Kadınların derisi daha ince ve kurudur bu yüzden daha hassastır.

Erkeklerin ter bezleri ve deri altı yağ bezleri daha fazla olduğundan derisi daha yağlıdır ve daha çok terler.

73- Erkeklerin akciğerleri kadınlardan %50 daha geniş hacme sahiptir.

74- Aynı kilodaki erkekler, kadınlardan daha çok yemek ihtiyacı duyarlar çünkü metabolizmaları daha hızlıdır.

75- Kadınlar erkeklerden 5 kat fazla ağırlar.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

- 76- Kadınların günlük kalori ihtiyacı 2000, erkeklerin 2400'dür.
- 77- Kadınlar erkeklere göre daha çok antikor üretirler.
- 78- Erkeklerin beyni kadınlara göre %14 daha ağırdır. Buna karşılık kadınlarda iki yarım küre arasındaki iletişim daha iyidir.
- 79- Kadınların %20'sinde, erkeklerin %8'inde safra kesesi taşı oluşur.
- 80- Erkeklerin kalbi kadınlara göre daha büyüktür ve daha yavaş çarpar.
Erkeklerde dakikada 72, kadınlarda dakikada 80'dir.
- 81- Kadınlar erkeklere göre kalın yağ dokuları nedeniyle soğuğa daha dayanıklıdır.
- 82- Erkekler kadınlardan daha hızlı yaşlanırlar.
55 yaşındaki kadın bedensel gücünün % 90'ına sahiptir.
55 yaşındaki erkek bedensel gücünün %70'ine sahiptir.
- 83- Kadınlarda buluş çağı 9-14 yaşlardır.
Erkeklerde buluş çağı 10-15 yaşlardır.
- 84- Erkeklerin bacakları kadınlara göre daha uzun ve kaslıdır.
- 85- Kadınların ortalama yaşam süresi 78 yıl'dır.
Erkeklerin ortalama yaşam süresi 72 yıl'dır.
- 86- Kadınlarda ortalama boy 1,60 cm., ağırlık 62 kg.dir. Göğüs çevresi 90 cm., kalça genişliği 96 cm., bel 74 cm.dir.
Erkeklerde ortalama boy 1,75 cm., ağırlık 74 kg.dir. Göğüs çevresi 98 cm., bel 80 cm.dir.
- 87- Gırtlaktaki adem elması adlı çıkıntı sadece erkeklerde vardır.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

88- Kadınlar dakikada ortalama 20-22 kez soluk alıp verirler.

Erkekler dakikada ortalama 16-18 kez soluk alıp verirler.

89- Her iki cinsin günde soludukları miktar aynı olup 12 bin m³tür.

Buluğ çağına kadar kızlar, erkeklerden 10'a 8 oranında daha hızlı büyürler.

Kız çocukları 12-13 yaşları arasında gelişmeye başlar, 17-18 yaşta dururlar.

Erkek çocukları 14-15 yaşları arasında gelişmeye başlar, 20 yaşta dururlar.

90- Kadınların erkeklerle ilgili en çok şikâyet ettikleri şey, erkeklerin onları dinlememeleri.

Erkeklerin kadınlarla ilgili en çok şikâyet ettikleri şey, kadınların onları değiştirmeye çalışmaları ve sürekli hasta olduklarını söylemeleri.

91- Kadınlar sezgisel, yaratıcı, bütünleştirici.

Erkekler mantıklı, analitik.

92- Kadınlar, erkeklerden 3 kat fazla baş ağrısı çekiyor.

93- Kadınlar genellikle gelecek kaygısı olduğu için evlenir.

Erkekler genellikle yorulduğu için evlenir.

Çoğunlukla her ikisi de hayal kırıklığına uğrar.

94- Kadınlar çoğunlukla gece boyunca çirkinleşir.

Erkekler sabah uyandıktan sonra akşam yatağa girdiği ana kadar çoğunlukla iyi görünür.

KADINLAR VE ERKEKLER ARASINDAKİ FARKLAR

95- Kadınlar çoğu zaman ihtiraslarının kurbanı olur.

Erkekler kendilerini daha çok kontrolde tutar.

96- Kadınlar hemcinslerini ezmek isterler.

Erkekler hemcinslerini destekler.

97- Erkeğin karısını mutlu etmek için 2 şeye ihtiyacı vardır.

Kadının kendi bildiği gibi davrandığını düşünmesini sağlamak.

Kadının kendi istediği gibi davranmasına izin vermek.

98- Evli bir erkek hataları unutmalıdır.

Evli bir kadın hataları unutmamasına gerek yoktur.

99- Evli erkekler, bekârlardan daha uzun yaşarlar ancak ölümü daha çok arzularlar.

100- Kadınlar iletişim kurmak için günde 20.000 kelime, mimik ve jest kullanırlar.

Erkekler iletişim kurmak için günde sadece 7.000 kelime, mimik ve jest kullanırlar.

SEVDİĞİMİZ İNSAN VE KAYBETMEMEMİZ GEREKEN DEĞERLERİMİZ

- | | |
|---|-------------------|
| 1- Kibar | 1- Nezaket |
| 2- Anlayışlı | 2- Merhamet |
| 3- Alçakgönüllü | 3- Kanaat |
| 4- İçten | 4- Sadakat |
| 5- Vakur | 5- Tevekkül |
| 6- Mert | 6- Tefekkür |
| 7- Delikanlı | 7- Haya |
| 8- Düşünen | 8- Dua |
| 9- Ödünsüz | 9- Sabır |
| 10- Mağdur | 10- Gözyaşı |
| 11- Hesapçı olmayan | 11- Sevgi |
| 12- Hazımsız olmayan | 12- Saygı |
| 13- Namert olmayan | 13- Ahlak |
| 14- Kalleş olmayan | 14- Gülümseme |
| 15- Nankör olmayan | 15- Gönül alma |
| 16- Küfretmeyen | 16- Teşekkür etme |
| 17- Mazlumun parasına yapışmayan | 17- Özür dileme |
| 18- Gücünü zalimden almayan | 18- Şükretme |
| 19- İçten pazarlıklı olmayan | 19- Akletme |
| 20- Legal, illegal çalmayan | 20- Selamlama |
| 21- Sebat eden | 21- Doğruluk |
| 22- Dik duruş sergileyen | 22- İyilik |
| 23- Özellikleriyle etrafındakileri etkileyen | 23- Salih amel |
| 24- Yazarak ayakta kalan | 24- Edep |
| 25- Vurulsalar, yıkılsalar, yenilselerde,
gerçek yaşamda kazanan | 25- Helal kazanç |

SEVDİĞİMİZ İNSAN VE KAYBETMEMİZ GEREKEN DEĞERLERİMİZ

- | | |
|---|----------------------------|
| 26- Kuşku duyan | 26- Hediyeleşmek |
| 27- Sorgulayan | 27- Cömertlik |
| 28- Huzurlu | 28- Ön yargılı olmamak |
| 29- Güven verme | 29- Eleştirmek |
| 30- Azimli | 30- Akılcılık |
| 31- Özgürlükçü | 31-Kısır çekişme yapmamak |
| 32- Üretken | 32- Her şeyi tartışabilmek |
| 33- Bilimsel | 33- Üretkenlik |
| 34- Evrensel | 34- Hukukun üstünlüğü |
| 35- Liyakatli | 35- Deneyimli olmak |
| 36- Çalışkan | 36- Ehliyet |
| 37- Entelektüel | 37- Nitelik |
| 38- Mükemmeliyetçi | 38- Süreklilik |
| 39- Araştırmacı | 39- İşini çok iyi bilmek |
| 40- Sade | 40- İşini çok iyi yapmak |
| 41- Sınırları gözetemeyen | 41- Doğru sözlülük |
| 42- Yardımsever | 42- Sırdaşlık |
| 43- Vefalı | 43- Aile |
| 44- Dostluk | 44- Kararlılık |
| 45- Babacan | 45- Sofrası açık olmak |
| 46- Sıla-i Rahim yapan | 46- Paylaşıcılık |
| 47- Aslını unutmayan | 47- Aldatmamak |
| 48- Muhabbet Ehli | 48- Müşfiklik |
| 49- Hoş Sohbet | 49- Kulluk bilinci |
| 50- Zalimin karşısında
bile hakkı söyleyen | 50- Samimiyet |

ÜLKELER VE SEMBOLLERİ

1- Türkiye

İstanbul: Boğaziçi köprüsü, Topkapı Sarayı, Ayasofya, Sultanahmet Camisi

2- Yunanistan

Atina: Akropolis Apollo Tapınağı

3-Suriye

Şam: Emevi Camisi

4- İran

Tahran: Azadi Kulesi

5- Irak

Bağdat: İmam Azam Camisi

6- Bulgaristan

Sofya: Aleksander Nevski Memorial Kilisesi

7- Gürcistan

Tiflis: Mekvari Nehri

8- Azerbaycan

Bakü: Gizemli Kız Kulesi, Şehitler Anıtı

9- Türkmenistan

Aşkabat (Aşkın Şehri): Tarafsızlık Anıtı, Sultan Sencer Türbesi

10- Özbekistan

Taşkent: Buhari Camisi

11- Kazakistan

Almaata: Han çadırı

12- Kırgızistan

Bişkek: Issık Göl

13- Bosna Hersek

Saray Bosna: Mostar Köprüsü

ÜLKELER VE SEMBOLLERİ

14- Sırbistan

Belgrad: Kale Meydanı Hisarı

15- Macaristan

Budapeşte: Tuna Nehri

16- Slovakya

Bratislava: Fotojenik Bronz Heykeller

17- Mısır

Kahire: Piramitler

18- Filistin – İsrail

Kudüs: Mescidi Aksa

19- Birleşik Arap Emirlikleri

Dubai: İkonik Cam Tekne

20- Pakistan

İslamabad: İslamabad Camisi

21- Hindistan

Yeni Delhi: Taç Mahal

22- Moğolistan

Orhun Anıtları

23- Çin

Pekin: Çin Seddi

24- Japonya

Tokyo (Doğunun Başkenti): Fujiyama

25- Avustralya

Sydney: Opera Binası

26- Rusya

Moskova: Kremlin Sarayı

ÜLKELER VE SEMBOLLERİ

27- Almanya

Berlin: Branderburg Kapısı

28- Fransa

Paris: Eyfel Kulesi

29- İngiltere

Londra: Hyde Park, Big Ben

30- İtalya

Roma: Vatikan, Kolezyum, Gondol

31- İspanya

Granada: Elhamra Sarayı

32- Avusturya

Viyana: Schön Brun Sarayı

33- Çekoslovakya

Prag: Tarihi Saat Kulesi, Charles Köprüsü

34- Hollanda

Amsterdam: 160 Kanal, 90 Ada, yel değirmenleri

35- Belçika

Brüksel (Avrupa'nın Başkenti): Musee Horta

36- Finlandiya

Helsinki: Senate Meydanı

37- Ukrayna

Kiev: Pecerska Larva Manastırı

38- Hırvatistan

Dubrovnik: Adriyatik'in İncisi

39- Malezya

Kuala Lumpur: Petronas Kuleleri

ÜLKELER VE SEMBOLLERİ

40- Güney Kore

Seul: Gyeongbokgung, Deoksugung Sarayları

41- Kenya

Nairobi: Serengeti Milli Parkı

42- Güney Afrika

Cape Town: Masa Dağı

43- Meksika

Meksiko: Aztec Templo Mayar

44- Nepal

Katmandu: Everest Tepesi

45- Peru

Lima: Machu Picchu

46- Brezilya

Rio De Janeiro: İsa Heykeli

47- Arjantin

Buenos Aires: Sofistik Kent

48- Kanada

Montreal: Amerika ve Avrupa'nın birleşimi olan şehir

49- Amerika

New York: Özgürlük Anıtı

50- Suudi Arabistan

Mekke: Kabe

Medine: Ravza

ÖZLÜ SÖZLER

1- Hz. Muhammed

Veda Hutbesi: Ey İnsanlar!

Sözümü iyi dinleyiniz. Bilmiyorum, belki bu seneden sonra sizinle burada ebedi olarak bir daha buluşamayacağım.

İnsanlar!

Bugünleriniz nasıl mukaddes bir gün ise, bu aylarınız nasıl mukaddes bir ay ise, bu şehriniz Mekke nasıl mübarek bir şehir ise, canlarınız, mallarınız, namuslarınız da öyle mukaddestir, her türlü tecavüzden korunmuştur.

Ashabım!

Yarın Rabbinize kavuşacaksınız ve bugünkü her hal ve hareketlerinizden muhakkak sorulacaksınız. Sakın benden sonra eski sapıklıklara dönüp de birbirinizin boynunu vurmayınız. Bu vasiyetimi burada bulunanlar, bulunmayanlara bildirsın. Olabilir ki bildiren kimse, burada bulunup da işitenden daha iyi anlayarak muhafaza etmiş olur.

Ashabım!

Kimin yanında bir emanet varsa onu sahibine versin. Faizin her çeşidi kaldırılmıştır, ayağımın altındadır. Lakin borcunuzun aslını vermek gerekir. Ne zulmediniz, ne de zulme uğrayınız. Allah'ın emriyle faizcilik artık yasaktır. Cahiliyetten kalma bu çirkin âdetin her türlü ayağımın altındadır. İlk kaldırdığım faiz Abdulmuttalib'in oğlu amcam Abbas'ın faizidir.

Ashabım!

Cahiliyet devrinde güdülen kan davaları da tamamen kaldırılmıştır. Kaldırdığım ilk kan davası Abdulmuttalib'in torunu amcazadem Rabia'nın kan davasıdır.

ÖZLÜ SÖZLER

İnsanlar!

Bugün şeytan sizin şu topraklarınızda yeniden tesir ve hâkimiyetini kurmak gücünü ebedi surette kaybetmiştir. Fakat siz bu kaldırdığım şeyler dışında, küçük gördüğünüz işlerde ona uyarsanız bu da onu memnun edecektir. Dininizi korumak için bunlardan da sakınınız.

İnsanlar!

Kadınların haklarını gözetmenizi ve bu hususta Allah'tan korkmanızı tavsiye ederim. Siz kadınları, Allah emaneti olarak aldınız, onların namuslarını ve iffetlerini Allah adına söz vererek helal edindiniz. Sizin kadınlar üzerindeki hakkınız, onların da sizin üzerinizde hakları vardır. Sizin kadınlar üzerindeki hakkınız; onların aile yuvasını, sizin hoşlanmadığınız kimseye çiğnetmemeleridir. Kadınların da sizin üzerinizdeki hakları, meşru bir şekilde her türlü yiyim ve giyimlerini temin etmenizdir.

İnsanlar!

Size bir emanet bırakıyorum ki ona sıkı sarıldıkça yolunuzu hiç şaşırmazsınız. O emanet Allah kitabı Kuran'dır. İnananlar, sözümü iyi dinleyiniz ve iyi belleğiniz. Müslüman Müslüman'ın kardeşidir, böylece bütün Müslüman'lar kardeşler. Din kardeşinize ait olan herhangi bir hakka tecavüz başkasına helal değildir. Meğerki gönül hoşluğu ile kendisi vermiş olsun.

Ashabım!

Kendinize de zulmetmeyiniz. Kendinizin de üzerinizde hakkı vardır.

ÖZLÜ SÖZLER

İnsanlar!

Cenabı Hak her hak sahibine hakkını Kuran'da vermiştir.

Varise vasiyet etmeye lüzum yoktur. Çocuk kimin döşeginde doğmuşsa çocuk ona aittir. Zina eden için mahkûmiyet vardır. Babasından başkasına ait soy iddia eden soysuz yahut efendisinden başkasına intisaba kalkan nankör, Allah'ın gazabına, meleklerin lanetine ve bütün Müslümanların ilencine uğrasın. Cenabı Hak, bu gibi insanların ne tövbelerini, ne de adalet ve şahadetlerini kabul eder.

İnsanlar!

Rabbiniz birdir. Babanız da birdir, hepiniz Âdem'in çocuklarısınız. Âdem ise topraktır. Allah yolunda en kıymetli olanınız, ona en çok saygı göstereninizdir. Arabın Arap olmayana, Allah saygısı ölçüsünden başka bir üstünlüğü yoktur.

İnsanlar!

Yarın beni sizden soracaklar, ne diyacaksınız?

"Allah'ın elçiliğini ifa ettin, vazifeni yerine getirdin, bize vasiyet ve öğütte bulundun diye şahadet ederiz."

(Bunun üzerine Resul-i Ekrem mübarek şahadet parmağını, göğesini doğru kaldırarak, sonra da cemaat üzerine çevirip indirerek şöyle buyurdu.)

Şahid ol Ya Rab!

Şahid ol Ya Rab!

Şahid ol Ya Rab!

ÖZLÜ SÖZLER

2- Mustafa Kemal Atatürk

Gençliğe Hitabesi: Ey Türk Gençliği!

Birinci vazifen Türk İstiklalini, Türk Cumhuriyetini, ilelebet muhafaza ve müdafaa etmektir. Mevcudiyetinin ve İstikbalinin yegâne temeli budur. Bu temel senin en kıymetli hazinendir.

İstikbalde dahi, seni bu hazineden mahrum etmek isteyecek, dâhili ve harici bedbahtların olacaktır. Bir gün, İstiklal ve Cumhuriyeti müdafaa mecburiyetine düşersen, vazifeye atılmak için, içinde bulacağın vaziyetin imkân ve şeraitini düşünmeyeceksin. Bu imkân ve şerait, çok namüsaıt bir mahiyette tezahür edebilir. İstiklal ve Cumhuriyete kastedecek düşmanlar, bütün dünyada emsali görülmemiş bir galibiyetin mümessili olabilirler. Cebren ve hile ile aziz vatanın, bütün kaleleri zaptedilmiş, bütün tersanelerine girilmiş, bütün orduları dağıtılmış ve memleketin her köşesi bilfiil işgal edilmiş olabilir. Bütün bu şeraitten daha elim ve daha vahim olmak üzere, memleketin dahilinde, iktidara sahip olanlar gaflet ve dalalet ve hatta hıyanet içinde bulunabilirler. Hatta bu iktidar sahipleri şahsi menfaatlerini, müstevlilerin siyasi emelleriyle tevhit edebilirler. Millet, fakrû zaruret içinde harap ve bitap düşmüş olabilir.

Ey Türk İstikbalinin evladı! İşte bu ahval ve şerait içinde dahi, vazifen, Türk İstiklal ve Cumhuriyetini kurtarmaktır. Muhtaç olduğun kudret, damarlarındaki asil kanda mevcuttur.

ÖZLÜ SÖZLER

3- Hz.İsa

İncil: Ahlak Öğretileri

- 1) Komşunu kendin gibi seveceksin.
- 2) Zina etmeyeceksin.
- 3) Ana babaya saygı gösterin.
- 4) Adam öldürmeyin.
- 5) Hırsızlık yapmayın.
- 6) Yalan söylemeyin.
- 7) Başkasının malına göz dikmeyin.
- 8) Birbirinizi sevin.
- 9) Düşmanlarınızı bile sevin, onlara dua edin.
- 10) Sarhoşluktan uzak durun.
- 11) Cinsel ahlaksızlıktan uzak durun.
- 12) Sevgisiz olmayın.
- 13) Öfkenizi yenin.
- 14) Kardeşinize aşağılayıcı söz söylemeyin.
- 15) Günah işlemeyin.
- 16) Yalan yere ant içmeyin.
- 17) Antlarınızı yerine getirin.
- 18) Sizden bir şey dileyene verin.
- 19) Sizden ödünç isteyeniyi geri çevirmeyin.
- 20) İnsanların size nasıl davranmasını istiyorsanız, siz de onlara öyle davranın.

ÖZLÜ SÖZLER

- 21) Kötülüğe kötülükle karşılık vermeyin.
- 22) Herkesle barış içinde yaşayın.
- 23) Öç almayın.
- 24) Kötülüğe yenilme, kötülüğü iyilikle yen.
- 25) Övünme.
- 26) Böbürlenme.
- 27) Kaba davranma.
- 28) Kendi çıkarını arama.
- 29) Kötülüğün hesabını tutma.
- 30) Haksızlığa sevinme.
- 31) Umut et.
- 32) Dayan.
- 33) Merhamet et.
- 34) Lütufta bulun.
- 35) İman – umut – sevgi kalıcı şeylerdir.
- 36) Sabırlı ol.
- 37) Merhamet et.
- 38) Kıskanma.
- 39) Hangi dinden, hangi ırktan ya da milletten olursa olsun tüm insanlığın yararına hizmet ver.
- 40) Gerçek kaynak Tanrı'dır, gerçek kaynağından öğrendikleri sevgidir.

ÖZLÜ SÖZLER

4- Hz. Musa

Tevrat: Tekvin 1 – 2 sayfa

Başlangıçta Allah gökleri ve yeri yarattı. Ve yer ıssız ve boştu ve enginin yüzü üzerinde karanlık vardı. Ve Allah'ın Ruhü suların yüzü üzerinde hareket ediyordu. Ve Allah dedi ki: Işık olsun ve ışık oldu. Ve Allah ışığın iyi olduğunu gördü. Ve Allah ışığı karanlıktan ayırdı. Ve Allah ışığa Gündüz ve karanlığa Gece dedi. Ve akşam oldu ve sabah oldu, **birinci gün**.

Ve Allah dedi: Suların ortasında kubbe olsun ve suları sulardan ayırsın. Ve Allah kubbeyi yaptı ve kubbe altında olan suları, kubbe üzerinde olan sulardan ayırdı ve böyle oldu. Ve Allah kubbeye Gök dedi. Ve akşam oldu ve sabah oldu, **ikinci gün**.

Ve Allah dedi: Gök altındaki sular bir yere biriksin ve kuru toprak görünsün ve böyle oldu. Ve Allah kuru toprağa Yer dedi. Ve suların birikintisine Denizler dedi. Ve Allah iyi olduğunu gördü. Ve Allah dedi: Yer ot, tohum veren sebze ve yer üzerinde tohumu kendisinde olup cinslerine göre meyve veren ağaçlar hâsıl etsin ve böyle oldu. Ve yer ot, cinslerine göre tohum veren sebze ve tohumu kendisinde olup cinslerine göre meyve veren ağaçlar çıkardı ve Allah iyi olduğunu gördü. Ve akşam oldu ve sabah oldu, **üçüncü gün**.

Ve Allah dedi: Gündüzü geceden ayırmak için gök kubbesinde ışıklar olsun ve alametler için ve vakitler için ve günler seneler için olsunlar ve yer üzerine ışık vermek için gök kubbesinde ışıklar olarak bulunsunlar ve böyle oldu. Ve Allah, daha büyük olan ışık gündüze hükmetmek için ve küçüğünü geceye hükmetmek için, iki büyük ışık yaptı. Yıldızları da yaptı. Ve yer üzerine ışık vermek ve gündüze

ÖZLÜ SÖZLER

ve geceye hükmetmek ve ışığı karanlıktan ayırmak için Allah onları göklerin kubbesine koydu ve Allah iyi olduğunu gördü. Ve akşam oldu ve sabah oldu, **dördüncü gün.**

Ve Allah dedi: Sular canlı mahlûkların sürüleri ile kaynaşsın ve yerin üstünde, gökler kubbesinin yüzünde kuşlar uçsunlar. Ve Allah deniz canavarlarını ve suların kendileri ile kaynaştığı cinslerine göre hareket eden her canlı mahlûku ve cinsine göre her kanatlı kuşu yarattı ve Allah iyi olduğunu gördü. Ve Allah: Semereli olun ve çoğalın ve denizlerde suları doldurun ve karada kuşlar çoğalsın diyerek onları mübarek kıldı. Ve akşam oldu ve sabah oldu, **beşinci gün.**

Ve Allah dedi: Yer, cinslerine göre canlı mahlûkları, sığırları ve sürünen şeyleri ve cinslerine göre yerin hayvanlarını çıkarınsın ve böyle oldu. Ve Allah yerin hayvanlarını cinslerine göre ve sığırları cinslerine göre ve toprakta sürülen her şeyi cinsine göre yaptı. Ve Allah iyi olduğunu gördü. Ve Allah dedi: Suretimizde, benzeyişimize göre insan yapalım ve denizin balıklarına ve göklerin kuşlarına ve sığırlara ve bütün yeryüzüne ve yerde sürünen her şeye hakim olsun. Ve Allah insanı kendi suretinde yarattı, onu Allah'ın suretinde yarattı, onları erkek ve dişi olarak yarattı. Ve Allah onları mübarek kıldı. Ve Allah onlara dedi ki: Semereli olun ve çoğalın ve yeryüzünü doldurun ve onu tabi kılın ve denizin balıklarına ve göklerin kuşlarına ve yer üzerinde hareket eden her canlı şeye hakim olun. Ve Allah dedi ki: İşte bütün yeryüzü üzerinde olup tohum veren her sebze ve kendisinde ağaç meyvesi olup tohum veren her ağacı size verdim, size yiyecek olacaktır ve yerin her hayvanına ve göklerin her kuşuna ve kendisinde hayat nefesi olup yeryüzünde sürünen her şeye,

ÖZLÜ SÖZLER

bütün yeşil otu yiyecek olarak verdim ve böyle oldu. Ve Allah yaptığı her şeyi gördü ve işte çok iyi idi. Ve akşam oldu ve sabah oldu, **altıncı gün.**

Ve gökler ve yer ve onların bütün orduları itmam olundu. Ve Allah yaptığı işi yedinci günde bitirdi ve yaptığı bütün işten yedinci günde istirahat etti. Ve Allah yedinci günü mübarek kıldı ve onu takdis etti çünkü Allah yaratıp yaptığı bütün işten o günde istirahat etti.

5- Hz. Davut

Zebur:

Doğrular ülkeyi miras alacak.
Orada sonsuza kadar yaşayacak.
Doğrunun ağzından bilgelik akar.
Dilinden adalet damlar.
Tanrı'nın yasası yüreğindedir.
Ayakları kaymaz.

6- Hz. İbrahim

Hazreti İbrahim'in Sahifelerinden:

Gerçek şu ki, hiçbir günahkâr, bir başka günahkârın yükünü sırtlanmaz.
Gerçek şu ki, insan için çalışıp didindiğinden başkası yoktur.
Ve onun çalışıp didinmesi yakında görülecektir.
Sonra karşılığı kendisine hiç eksiksiz verilecektir.
Hiç kuşkusuz, son varış Rabbinedir.
Hiç kuşkusuz, güldüren de O'dur, ağlatan da O ...
Hiç kuşkusuz, öldüren de O'dur, dirilten de...

ÖZLÜ SÖZLER

7- Fatih Sultan Mehmet

Ben ki İstanbul Fatih-i abd-i aciz (acizkul) Fatih Sultan Mehmet, bizatihi alın terimle kazanmış olduğum akçelerimle satın aldığım İstanbul'un Taşlık mevkiinde olan ve malumu'l- hudut (sınırları bilinen) olan 136 bap (adet) dükkânımı aşağıdaki şartlar muvacehesinde (dâhilinde) vakfı sahih eylerim (yürürlüğe koyuyorum).

Şöyle ki:

Bu gayrı menkulatımdan (taşınmazlarımdan) elde olunacak nemalarla (gelirlerle) İstanbul'un her sokağına ikişer kişi tayin eyledim. Bunlar ki, ellerindeki bir kap içerisinde kireç tozu ve kömür külü olduğu halde günün belirli saatlerinde bu sokakları gezerler. Bu sokaklara tükürenlerin, tükürükleri üzerine bu tozu dökeler ki yevmiye 20'şer akçe alsınlar; ayrıca 10 cerrah, 10 tabip ve 3'de yara sarıcı tayin ve nasp eyledim (maaşlı olarak atadım).

Bunlar ki, ayın belli günlerinde İstanbul'a çıkalar, bilaistisna her kapıyı vurular ve o evde hasta olup olmadığını sorular; var ise şifası, ya da mümkünü ise şifayab olalar (şifa bulmak). Değil ise kendilerinden hiçbir karşılık beklemaksizin Darülacezeye (düşkünler yurdu) kaldırırlar orada salah (iyileşme) bulduralar.

Maazallah herhangi bir gıda maddesi buhranı da vaki olabilir. Böyle bir hal karşısında bırakmış olduğum 100 silah, ehli araba verile. Bunlar ki hayvanat-ı vahşiyenin yumurtada veya yavruda olmadığı sıralarda balkanlara çıkıp avlanalar ki zinhar hastalarımızı gıdasız bırakmayalar.

Ayrıca külliyyemde bina ve inşa eylediğim imarethanede şehit ve şühedanın harimleri ve Medine-i İstanbul (İstanbul şehrinin) fukarası yemek yiyeler. Ancak yemek yemeye veya almaya bizatihi kendileri gelmeyip yemekleri güneşin loş bir karanlığında ve kimse görmeden kapalı kaplar içerisinde evlerine götürüle.

ÖZLÜ SÖZLER

8- Osman Gazi

Ey oğul!

Halkından hiç kimsenin hakkına tecavüz etme.

Alimler, fazıllar, sanatkarlar, edipler devletin bedeninin gücüdür. Bunlara iltifat ve ikramda bulun. Bir kemal sahibi işitince onunla yakınlık kur, dirlikler ver ve ihsan eyle.

Allah'ın hakkını ve kulların hukukunu gözet. Adalet ve insafa riayet ile zulmü kaldırmaya devam eyle, her bir işe teşebbüste Allah'ın yardımına güven. Halkını düşman istilasından ve zulme uğratılmaktan koru.

Haksız yere hiçbir ferde layık olmayan muamelede bulunma. Halkı taltif et, hepsinin rızasını kazan.

9- Şeyh Edebalı'nın Osman Gazi'ye Nasihati

En büyük zafer nefsinin tanımaktır.

Düşman, insanın kendisidir.

Dost ise, nefsi tanıyanın kendisidir.

Kişinin gücü, günün birinde tükenir ama bilgi yaşar. Bilginin ışığı, kapalı gözlerden bile içeri sızar, aydınlığa kavuşturur. Hayvan ölür semeri kalır, insan ölür eseri kalır. Gidenin değil, bıraktıklarının ardından ağlamalı.

Yalnızlık korkanadır.

Sevgi davanın esası olmalıdır.

Sevmek ise, sessizliktedir.

Geçmişini bilmeyen, geleceğini de bilemez.

Nereden geldiğini unutma ki, nereye gideceğini de unutmayasın...

ÖZLÜ SÖZLER

10- Hacı Bayram Veli

Hiddet ve kin gerçeği gören gözleri kör edip insanı yanıltır. Başkalarının kıymetini kendi kıymetiniz gibi bilenlerden olunuz. Küçük ya da büyük her insana iyilikle yaklaşın. Hiçbir kimseyi küçük görmeyiniz, herkese saygı gösteriniz. Aç, susuz kalsanız bile ilim öğrenmekten geri durmayınız. Zalim sultan ve idarecilerin yanında bulunup onların suçlarına ortak olmayınız. Ölümü hiçbir an hatırınızdan çıkarmayınız.

11- Akşemseddin

İstanbul'un fethinin en önemli günlerinde Ebu Eyyub El Ensari'nin kabrini bularak ordunun maneviyatını yükseltmiştir. İstanbul'un fethinde, şehir ahalisi ellerindeki çiçek demetlerini Akşemseddin'i padişah sanarak ona sunmuşlar. Akşemseddin geri çekilerek Fatih Sultan Mehmet'i işaret etmiştir. Fatih Sultan Mehmet'de Akşemseddin'i göstererek: "Gidiniz, çiçekleri gene ona veriniz. Sultan Mehmet benim, ama o benim hocamdır" diyor. Ve İstanbul'a ilk Akşemseddin giriyor.

12- Yavuz Sultan Selim

"Ben olsam olsam kutsal yerlerin hizmetçisi olabilirim. Biz de Allah'ın kölesiyiz, kuluyuz", diyerek küpe takmaya başlamıştır. Takıldığı küpe o dönemde köleler tarafından takılan küpelerle aynı cinstendi, o da kendisini Allah'ın kölesi, kulu olarak görüyordu. Ölümünde Osmanlı İmparatorluğu topraklarını 1.702.000 km²'si Avrupa'da, 1.905.000 km²'si Asya'da, 2.905.000 km²'si Afrika'da olmak üzere toplam 6.557.000 km²'ye çıkarmıştır. Anadolu'da birlik sağlamış, Halifelik Abbasilerden Osmanlılara geçmiş, ayrıca devrin en önemli iki ticaret yolu olan İpek ve Baharat Yolu ile doğu ve batı ticaret yolları tamamen Osmanlı kontrolüne girmiştir.

ÖZLÜ SÖZLER

13- Kanuni Sultan Süleyman

Saltanat dedikleri ancak cihan kavgasıdır.
Olmaya bahtı saadet dünyada vahdet gibi.

14- Alpaslan

Ey Mücahitler!

Düşman ne kadar çok görünürse görünsün. Biz onlardan daha güçlüyüz. Çünkü biz Allah'a inanıyoruz. Cenab-ı Hak bize yardım edecektir. Ya şehit oluruz ya gazi... Şehit olursam beni şehit olduğum yere gömünüz. Üzerimdeki bu beyaz elbise kefenim olsun.

15- Yunus Emre

İlim ilim bilmektir, ilim kendini bilmektir
Sen kendini bilmezsin, ya nice okumaktır

Biz dünyadan gider olduk
Kalanlara selam olsun
Bizim için hayır dua
Kılanlara selam olsun

Ecel büke belimizi
Söyletmeye dilimizi
Hasta iken halimiz
Soranlara selam olsun

ÖZLÜ SÖZLER

Taşkın yine deli gönül
Sular gibi çağlar mısın
Aktın yine kanlı yaşım
Yollarımı bağlar mısın

Mal sahibi mülk sahibi
Hani bunun ilk sahibi
Mal da yalan, mülk de yalan
Var biraz da sen oyalan

16- Mevlana'dan Oğluna Mutlu Yaşam Öğüdü

Ey oğul!

Eğer daima cennette olmak istersen, herkesle dost ol.

Hiç kimsenin kinini yüreğinde tutma, fazla bir şey isteme ve hiç kimseden de fazla olma.

Merhem ve mum gibi ol, iğne olma.

Eğer hiç kimseden sana kötülük gelmesini istemiyorsan, kötü söyleyici, kötü öğretici, kötü düşünceli olma.

Çünkü bir adamı dostlukla anarsan daima sevinç içinde olursun. İşte o sevinç cennetin ta kendisidir.

Dostlarını andığın vakit gönül bahçen çiçek açar, gül ve fesleğenlerle dolar.

Düşmanlarını andığın vakit, gönül bahçen, dikenler ve yılanlarla dolar, canın sıkılır, içine pejmürdelik gelir.

ÖZLÜ SÖZLER

17- Hacı Bektaşî Veli

Bir olalım, iri olalım, diri olalım.
Çalışmadan geçinenler bizden değildir.
Doğruluk dost kapısıdır.
Doğruluk yüz aklıdır.
Düşmanınızın dahi insan olduğunu unutmayınız.
Hiçbir milleti ve insanı ayıplamayınız.
İncinsen de incitme.
Kadınları okutunuz.
Nefsine ağır geleni, kimseye tatbik etme.
Nefsine, hiddetine, eline, beline, diline sahip ol.
Okunacak en büyük kitap insandır.
Oturduğun yeri fark et, kazandığın parayı hak et.
Yolumuz ilim, irfan ve insanlık sevgisi üzerine kurulmuştur.

18- Hz. Ebubekir

Mazlumun bedduasından korkunuz.
İyi ameller, sahibini kötülüğe düşmekten korur.

19- Hz.Ömer

Servetin esiri olmayınız, yoksa o, sizi isyana sevk eder.
Hainlerin cesaretli, atılgan ve iş başarır, gergin olmalarından, öte yanda iyi insanların da korkaklığından, çekingenliğinden ve pısrıklığından Allah'a sığınırım.
Adalet mülkün temelidir.
Nasihat olarak ölüm yeter.

20- Hz. Osman

İki şey ebediyen devam eder, musibetler ve ihtiyaçlar.

ÖZLÜ SÖZLER

21- Hz. Ali

Haksızlığa baş kaldırmayanlar, onlardan gelecek her kötülüğe katılmaktadırlar.

Azim ve sebat, insanların en büyük yardımcısıdır.

22 - Ahmet Yesevi

Aşksızların hem canı yok, hem imanı

Rasulullah sözünü dedim, mana hani

Nice desem, işitici, bilen hani

Haber size desem, gönlü katlaşıp dostlar

Nerede bir kalbi kırık kimse varsa merhem ol

Öyle bir mazlum nerede olsa arkadaş ol

Mahşer günü cemaline mahrem ol

Ben sen diyen kimselerden geçtim işte

Kimi görsem hizmet eder kul olurum

Toprak gibi yollarına yol olurum

Âşıkları yanıp sönen kul olurum

Merhem olup yer altına girdim işte

23- Yusuf Has Hacip

Ne iyidir alçak gönüllü kişi

Ne güzel gider onun her bir işi

Ananın ak sütüyle girerse insanın özüne iyi huy

O, ölünceye kadar yolunu şaşırmas.

Bir yöneticinin takva sahibi ve dindar olması, asalet ve cesaret sahibi olması, doğru sözlü, açık sözlü ve dürüst olması, inatçı olmaması, hizmette bulunanları ödüllendirmesi, hayâ sahibi, adil ve güler yüzlü olması gerekir.

ÖZLÜ SÖZLER

24- İmam Azam

Allah Teâlâ'nın sana vermiş olduğu mal, rızık ve makamla kanaat et, pek hırslı olma, insanoğlu mal, rızık ve makamından dolayı zulmeder. Sen ise bu nimetlerle zulmü ortadan kaldırmaya çalış.

25- İmam Şafii

Dünyada en huzursuz kimse, gönlünde haset ve kin tutandır.

26- İmam Malik

İlim; rivayet ve kuru malumat çokluğu değildir. İlim faydalı olan ve kendisiyle amel edilen şeydir.

27- Ömer Bin Abdülaziz

Hiçbir kimse dünyada ve ahirette kendisini utandıracak şeylerden uzak bulunmadıkça takva makamına ulaşamaz.

28- Selahattin Eyyubi

Bizim görevimiz karşımızdaki düşmanın azlığına veya çokluğuna bakmak ve ona göre savaşıp savaşmamaya karar vermek değildir. Bizim görevimiz onlarla Allah'ın adı Yüce olsun diye sonuna kadar savaşmak, gerektiğinde şehit olabilmektir.

Hata etmek pahasına affetmeyi, isabet etmek pahasına cezalandırmaya tercih ederim.

29- Şeyh Şamil

Ölümü sevgili gibi kucaklayan ve şehitliğe susayan insanlara, esaret teklif etmek, çok boş ve gülünçtür.

30-Hz. Meryem

Melekler; "Meryem, şüphesiz Allah seni seçti, seni arındırdı ve âlemlerin kadınlarına üstün kıldı" demiştir.

ÖZLÜ SÖZLER

31- Hz. Asiyе

Allah bataklıklarda Nilüfer çiçeğini yetiştirir. Karların soğuşun altında insanın ruhunu ısıtan Kardelenleri yetiştirir. Hz. Asiyе zalim Firavun'un karsı olduğu halde, Allah'a iman etmiş, iyi insan olarak Hz. Musa'yı himayesi sebebiyle Allah ona yüksek dereceler vermiştir.

32- Hz. Hatice

Akıllı, basiret ve dirayet sahibi bir kadındı. Emrindeki 400 çalışanın onun ticaret ve sair işlerini yürütmekle görevliydi. Sadece ticaret yaptığı mallarını 80 bin deve taşıyordu. Hz. Muhammed: "Allah bana Hatice'den daha hayırlı bir kadın vermemiştir. İnsanlar bana inanmazken o bana inandı, herkes beni yalanlarken o beni kabul etti. İnsanlar benden kaçarken o beni varı ile yoğu ile sahip olduğu her şeyi ile destekledi." demiştir.

33- Hz. Ayşe

Keskin bir zekâya, nüfuz edici bir bakış açısına ve araştırıp irdeleyen, sorgulayarak öğrenen, ilimler konusunda derinliği olan bir insandı.

"Allah Resulü denge insanıydı ve dünya ile ahiret arasındaki hassas dengeyi en iyi ayarlayıp yaşatandı."

"Ben Rasulullah'la da, sonra da tam doyacak kadar hiç yemek yemedik."

"Siz Kur'an okumuyor musunuz, onun ahlakı Kuran'dı."

34- Fatma Aliye

İlk kadın romancısıdır. Eserlerinde kadın gözüyle evlilik, eşler arasındaki uyum, aşk ve sevgi kavramı, birbirlerini tanıyarak evlenmenin önemi gibi konuları işlemiş, muhafazakâr görüşlerden kopmadan modern kadın kahramanlar yaratmıştır.

ÖZLÜ SÖZLER

35- Prof. Dr. Hüseyin Atay

Çağdaş iletişimin olanakları ile herkesi; ahlaksızı, hırsızı, sarhoşu, düzenbazı, bilgini, bilgeyi ve diğerlerini seyrediyor, dinliyor ve okuyorsunuz. Sizi yaratan, size insan diyen, sizi size anlatan Allah'ı da dinleyin ve kitabı olan Kuran'ı okuyun. Emin olun ki, vaktiniz asla boşa gitmeyecektir. Hem kendinizi, hem etrafınızdaki insanları, hem de evreni anlayacaksınız.

36- Prof. Dr. Hikmet Akgül

İnsan yeryüzüne kendi arzu, istek, iradesiyle gelmez ve kendi istek, arzu ve iradesiyle de gitmez.

İnsan yaratıcı bir iradenin sınırlı bir mekânda yerel iradesini kullanması amacıyla görevlendirilen düşünen akıl sahibi bir varlıktır. İnsan özgürce görevli olduğu alanı değerlendirir ve sürecin sonunda varlığı sahibine teslim eder. Bu yerel yetkisini kullanırken emanet, ehliyet, adalet ilkelerine uyar.

İnsanlar özgürlük, şerefilik ve doğal haklar bakımından eşittir.

İnsanın özgür olabilmesi ancak ve sadece yaratıcıya bağımlı olma felsefesiyle mümkün olur. Gerçek özgürlük Allah'a bağımlı olma özgürlüğüdür.

Düşünen akıl sahibi her insan bağımsız, bilimsel ve evrensel düşünüyor demektir.

37- Halide Edip Adıvar

1899 yılında II. Abdulhamid tarafından Şefkat Nişanı ile ödüllendirildi. Kurtuluş Savaşındaki hizmetlerinden dolayı Mustafa Kemal Atatürk tarafından İstiklal Madalyasıyla ödüllendirildi.

ÖZLÜ SÖZLER

Anadolu Ajansının kuruluşunda görev aldı. Türk Kızılay'ının Başkanlığı'nı yaptı. İstanbul Üniversitesinde Edebiyat Profesörü olarak görev yapı. 1950'de TBMM 'de Demokrat Parti Milletvekiliği yapmıştır.

38- Yahya Kemal Beyatlı

Ey kimsesizler, el veriniz kimsesizlere
Onlardır ancak el verecek kimse sizlere

39- Karacaoğlan

Asilzadelerden hiç kemlik gelmez
Dokunur hatıra, kendini bilmez
Sen iyilik eyle, o zayı olmaz
Darılıp da başa kakıcı olma

40- Namık Kemal

Bir soğan soyarken yaşarır gözler
Hazine soyulurken aldırıyor ökülzer
Hayâdan eser yoktur, beyhude sözler
Nafile inat etme, sallabaşını
Uslu otur, hoş geldin, zıkkımlan maaşını

41-Aşık Veysel

Uzun ince bir yoldayım Dost dost diye nicesine sarıldım
Gidiyorum gündüz gece Benim sadık yârim kara topraktır
Bilmiyorum ne haldeyim Beyhude dolandım boşa yorulduğum
Gidiyorum gündüz gece Benim sadık yârim kara topraktır
Dünyaya geldiğim anda
Yürüdüm aynı zamanda
İki kapılı bir handa
Gidiyorum gündüz gece

ÖZLÜ SÖZLER

42- Arif Nihat Asya

Ey mavi göklerin beyaz ve kızıl süsü
Kız kardeşimin gelinliği, şehidimin son örtüsü
Işık ışık, dalga dalga bayrağım
Senin destanını okudum
Senin destanını yazacağım

Sana benim gözümle bakmayanın
Mezarını kazacağım
Seni selamlamadan uçan kuşun
Yuvasını bozacağım

Dalgalandığın yerde ne korku, ne keder
Gölgende bana da, bana da yer ver
Sabah olmasın, günler doğmasın ne çıkar
Yurda ay yıldızın ışığı yeter.

43- Necip Fazıl Kısakürek

İnsan bu, su misali, kıvrım kıvrım akar ya
Bir yanda akan benim, öbür yanda Sakarya
Su iner yokuşlardan, hep basamak basamak
Benimse alın yazım, yokuşlarda susamak

Her şey akar, su, tarih, yıldız, insan ve fikir
Oluklar çift, birinden nur akar, birinden kir
Akışta demetlenmiş, büyük, küçük, kainat
Şu çıkan buluta bak, bu inen suya inat

ÖZLÜ SÖZLER

Fakat Sakarya başka, yokuş mu çıkıyor ne
Kurşundan bir yük binmiş, köpükten gövdesine
Çatlıyor, yırtınıyor yokuşu sökmek için
Hey Sakarya, kim demiş suya vurulmaz perçin

Rabbim isterse, sular büklüm büklüm burulur
Sırtına Sakarya'nın Türk tarihi vurulur
Eyvah eyvah Sakarya'm, sana mı düştü bu yük
Bu dava hor, bu dava öksüz, bu dava büyük

Vicdan azabına eş, kayna kayna Sakarya
Öz yurdunda garipsin, öz vatanında parya

Sakarya saf çocuğu masum Anadolu'nun
Divanesi ikimiz kaldık, Allah yolunun
Sen ve ben, gözyaşlarıyla ıslanmış hamurdanız
Rengimize baksınlar, kandan ve çamurdanız

Akrebin kısı kacında yağurmuş bizi kader
Aldırma, böyle gelmiş bu dünya böyle gider
Bana kefendir yatak, sana tabuttur havuz
Sen kıvrıl, ben gideyim, Son Peygamber kılavuz

Yol onun, varlık onun, gerisi hep angarya
Yüzüstü çok süründün, ayağa kalk Sakarya

ÖZLÜ SÖZLER

44- Nazım Hikmet

Sen bu kavgada
Bir nokta bile değil
Bir küçük eğri virgül
Bir zavallı vesilesin...
Ben kızabilir miyim sana
Sende bilirsin ki benim âdetim değildir
Bir posta tatarına
Bir emir kuluna sövmek
Efendisine kızıp
Uşağını dövmek...

45- Aziz Nesin

Benim doğduğum gün
Günler uzamaya başlar
Öyle bir öleceğim ki
Geceler uzamaya başlayacak
Ve öyle bir öleceğim ki
Günlerle gecelerden başka
Hiç kimse öldüğümü anlamayacak

46- Barış Manço

Dün yine yapayalnız dolaştım yollarda
Yağmurlarda ıslanan bomboş sokaklarda
Gözlerimde yaş kalbimde sızı unutmadım seni
Unutamadım unutamadım ne olur anla beni

ÖZLÜ SÖZLER

Unutmak kolay demiştin alışırısın demiştin
Öyleyse sen unut beni yeter ki benden isteme
Gözlerimde yaş kalbimde sızı unutmadım seni
Unutamadım unutamadım ne olur anla beni

Yıllar ikimizden de çok şeyler götürmüş
Sen yeni yuva kurarken beni paramparça bölmüş
Gözlerimde yaş kalbimde sızı unutmadım seni
Unutamadım unutamadım ne olur anla beni

47- Cem Karaca

Dervişanız hak dost deriz
Dervişanız dervişan
Allah yar yar
Bu can emanet bu bedene
Sonunda sararlar kefene
Allah yar yar
Yol bir akıl bir
Bak da görebil
Sev korkma sakın
Rab sana yakın
Allah yar yar
Üç var yedi var
On iki var kırk var
Altı bin altı yüz altmışaltı inen var
Allah yar yar

ÖZLÜ SÖZLER

48- Mehmet Akif Ersoy

Korkma, sönmez bu şafaklarda yüzen al sancak
Sönmeden yurdumun üstünde tüten en son ocak
O benim milletimin yıldızıdır, parlayacak
O benimdir, o benim milletimindir ancak

Çatma, kurban olayım, çehreni ey nazlı hilal
Kahraman ırkıma bir gül. Ne bu şiddet, bu celal
Sana olmaz dökülen kanlarımız sonra helal
Hakkıdır, Hakk'a tapan, milletimin İstiklal

Ben ezelden beridir hür yaşadım, hür yaşarım
Hangi çılgın bana zincir vuracakmış, şaşarım
Kükremiş sel gibiyim, kendimi çiğner aşarım
Yırtarım dağları, enginlere sığmam, taşarım

Bastığın yerleri "toprak" diyerek geçme tanı
Düşün altındaki binlerce kefensiz yatanı
Sen şehit oğlusun, incitme, yazıktır, atanı
Verme, dünyaları alsan da bu cennet vatanı

Dalgalan sen de şafaklar gibi ey şanlı hilal
Olsun artık, dökülen kanlarımız hepsi helal
Ebediyen sana yok, ırkıma yok izmihlal
Hakkıdır, hür yaşamış, bayrağımın hürriyet
Hakkıdır, Hakk'a tapan, milletimin İstiklal

ÖZLÜ SÖZLER

49- Hz. Hüseyin

İlahi ben Sen'den nimetlerinden, ikramlarından razıyım, emrine teslim oldum.

50- Hz. Süleyman

Söz gümüş ise sükût altındır.

51- Erzurumlu İbrahim Hakkı

Hak şerleri hayr eyler
Zannetmekî gayr eyler
Arif anı seyr eyler
Mevla görelim neyler
Neylerse güzel eyler
Hiç kimseye hor bakma
İncitme, gönül yıkma
Sen nefsine yan çıkma
Mevla görelim neyler
Neylerse güzel eyler

52- Ömer Hayyam

Gençlik bir kitaptı, okuduk bitti
Canım bahar geçti çoktan, kış şimdî
Hani sevincin, o cıvıl cıvıl kuş
Nasıl, ne zaman geldi, nasıl gitti

53- Aşık Noksani

Boş yere aldanma divane gönül
Cümle alemlerin rızkın veren var
Ettiğin hatadan habersiz sanma
Kara karıncayı gece gören var

ÖZLÜ SÖZLER

54- Orhan Veli Kanık

İstanbul'u dinliyorum, gözlerim kapalı
Önce hafiften bir rüzgar esiyor
Yavaş yavaş sallanıyor
Yapraklar, ağaçlarda
Uzaklarda çok uzaklarda
Sucuların hiç durmayan çingirakları
İstanbul'u dinliyorum, gözlerim kapalı

İstanbul'u dinliyorum, gözlerim kapalı
Bir kuş çırpınıyor eteklerinde
Alnın sıcak mı, değil mi, bilmiyorum
Dudakların ıslak mı, değil mi, bilmiyorum
Beyaz bir ay doğuyor fıstıkların arkasından
Kalbinin vuruşundan anlıyorum
İstanbul'u dinliyorum

55- Can Yücel

Yerin seni çektiği kadar ağırsın
Kanatlarının çırpındığı kadar hafif
Kalbinin attığı kadar canlısın
Gözlerinin uzağı gördüğü kadar genç
Sevdiklerin kadar iyisin
Nefret ettiklerin kadar kötü
Ne renk olursa olsun kaşın gözün
Karşısındakinin gördüğüdür rengin
Yaşadıklarını kar sayma
Yaşadığın kadar yakınsın sonuna

ÖZLÜ SÖZLER

Çiçek sulandığı kadar güzeldir
Kuşlar ötebildiği kadar sevimli
Bebek ağladığı kadar bebektir
Ve her şeyi öğrendiğin kadar bilirsin bunu da öğren
Sevdiğin kadar sevilirsin

56- Neyzen Tevfik

Dudağında yangın varmış dediler Kapılmışım aşık od'una bir kere
Ta ezelden yay koşarak geldi Kanatlarım her cefaya, çevre
Alev yanakları sarmış dediler Uğraya uğraya devirden devre
Sevda seli oldum, taşarak geldim Bütün kâinatı aşarak geldim

57- Bedri Rahmi Eyüboğlu

Gönül Can çekişir elden gider
Ten yıpranır elden gider İki gözüm iki çeşme
Üstüne kilit vururum Düşerim canın peşine
Kul köle kurban olurum Yar tükenir elden gider

58- Ozan Yaşar Dermani

Meylim ne şöhrete ne saltanata Önümde dururken Türklüğün hali
Hak için sarıldım ben bu sanata Susup da boynuma almam vebali
Kürşat Bilge Kağan Oğuz Han ata Ebubekir Ömer Osman ve Ali
Susarsam hakkını helal etmesin Susarsam hakkını helal etmesin
Esir iken Kırım Kerkük Türkistan Allah rızasıdır arzum emelim
Bana zindan olur Maraş Elbistan Bu Necip Milleti ondan severim
İbni Sina Dedem Korkut Alpaslan Hazreti Muhammed gerçek rehberim
Susarsam hakkını helal etmesin Susarsam hakkını helal etmesin

ÖZLÜ SÖZLER

59-Malcom- x

Her hangi bir yerdeki adaletsizlik, her yerdeki adaleti tehdit eder.

60- Cemal El Benna

İslamiyet din ve millet içindir, din ve devlet için değildir.

61- Nizamülmülk

İstişare yapmadan icraatta bulunan liderler, bencil ve zayıf görüşlüdür.

62- İbrahim Ethem

Üç şey kalbin paslanmış olmasının alametidir.

- Allah'a ibadetten zevk almamak
- Günaha düşmekten korkmamak
- Ölümden ibret almayıp dünyaya bağlanmak

63- Aşık Paşa

Aşksız yani ışısız akıl ölüdür ve ölü bir aklında kimseye yararı yoktur.

64- Dr. Metin Özsoy

Hayatta 3 şeye harcanan zamana ve paraya acınmaz.

Bunlar her gün yapmamız gereken spor, aşk ve ibadettir.

65- Cenap Şahabettin

Köhne fikirler paslanmış çivilere benzer, yerlerinden kolay kolay sökülemezler.

Alnını ne kadar dik tutarsan, yere o kadar sağlam basarsın.

66- Hasan Tahsin Feyzli

Kur'an okumak Allah ile konuşmak, namaz kılmak ise Allah ile buluşmaktır.

67- Mevdudi

İnsan tüm yaptıklarından ve tüm davranışlarından Allah'a karşı sorumludur. Bu dünya sonsuz değildir. Mutlaka sona erecektir.

Ahirette başka bir dünya başlayacaktır. Allah'ın iyi olarak hüküm

ÖZLÜ SÖZLER

verdikleri cennete, kötü olarak hüküm verdikleri cehenneme gidecektir. Bu dünyada olduğu gibi, başarı ve başarısızlık, zenginlik ve fakirlik ile ölçülmeyecektir.

68- Seyyid Kutub

Şüphesiz ki Allah, hak yolunda muharebe ederek düşmanlarını öldürmekte, kendileri de ölmekte olan müminlerin mallarını ve canlarını, karşılığı cennet olmak üzere satın almıştır. (Tevbe: 111) Müthiş bir ayet, burada Kur'an müminleri Allah'a bağlayan bağların özünü açıklıyor, yoksa iman isbat edilmesi gereken boş bir davadan ibaret kalır...

69- Ertuğrul Gazi'nin Oğlu Osman Gazi'ye Nasihatı

Bak oğul!

Beni kır, Şeyh Edebalı'yi kırma. O, bizim boyumuzun ışığıdır. Terazisi dirhem şaşmaz. Bana karşı gel, O'na karşı gelme. Bana karşı gelirsen üzülür, incinirim. O'na karşı gelirsen gözlerim sana bakmaz, baksa da görmez olur. Sözümüz Edebalı için değil, sençeğiz içindir. Bu dediğimi vasiyetim say.

70- İmam Buhari

Bana göre insanların öveni de, kötüleyeni de aynı.

71- Beydaba

Akıllı bir kimse düşmanından akıl öğrenmeyi ihmal etmez.

72- Muhammed İkbâl

Aşk kılavuz istemez, tek başına yol alır.

Benliğinizi altın, gümüş karşılığında satma, kıvılcım karşılığında alev vermezler.

73- Farabi

İnsan ahlakının temeli bilgidir, akıl iyiyi kötüden ancak bilgiyle ayırır.

ÖZLÜ SÖZLER

74- Şatıbi

Bir ülkede doyurulmayan aç, giydirilmeyen çıplak, tedavi edilmeyen hasta, eğitim ve öğretim verilmeyen insan, savunulmayan sınıır, önlenmeyen haksızlık, tepki görmeyen ahlaksızlık ve hayasızlık, yolsuzluk, susuzluk bulunduğu müddetçe bütün fertler bundan teker teker aynı farz gibi sorumlu hale gelirler.

75- İbn Rüşd

İnsanların gerçek anlamda var oluşunun, bilimsel düzeylerinin gelişmiş olmasıyla bağlantılı bulunduğuna inanıyorum.

76- İmam Gazali

Oğlum!

Kul borcundan son derece sakın. Bir kuruş borç yüzünden kabul olmuş pek çok ibadetin sevabı gider.

Akıl göz ise Kur'an güneştir.

77- Şibli

Şükür nimeti değil, nimeti vereni görmektir.

78- Şemseddin Sami

Bir kötülüğü beğenen, onu işleyenden daha kötüdür.

79- Av. Abdullah Çiftçi

Dalalette olanların çokluğu da seni özendirmesin.

Sen kendine bak!

Hiç kimse başkasının günah yükünü yüklenmeyecektir.

Sen doğru yolda olduktan sonra, sapan kimse sana zarar veremez.

Dönüş Allah (C.C)'a' dir.

Kâinatın yaratılışı bir kısım salih kullar ile hikmeti bulur.

Sen de kainat ağacının pişmiş meyvesi olmaya çalış.

ÖZLÜ SÖZLER

80- İsmet Özel

Ancak içinden aydınlanan, dışına ışık verir.

81- Pir Sultan Abdal

Cehennemde ateş yoktur, her insan ateşini bu dünyadan götürür.

82- Firdevsi

Ham düşünceleri ancak akıl pişirir.

Yeryüzünde bütün ızdıraplar, aza kanaat etmemekten doğar.

Bilgili olan güçlü olur.

83-İbni Sina

Bilim ve sanat takdir edilmediği yerden göç eder.

84- Hasan El Basri

Ömür dediğin üç gündür.

Dün geldi geçti, yarınsa meçhuldür.

O halde ömür dediğin bir gündür, o da bugündür.

85- Kaşgarlı Mahmut

İşaret olsa yol saptırılmaz

Bilgi olsa söz saptırılmaz

86-Ziya Paşa

İç bade güzel sev

Var ise akli şuurun

Dünya var imiş

Ya ki yok olmuş ne umurun

87- II. Abdülhamit

Tarih değil, hatalar tekerrür ediyor. Dikkatsizlik özür değildir. Emriniz altındakileri sevmedikçe, onları hakkıyla hizmet ettiremezsiniz.

ÖZLÜ SÖZLER

88- Sultan Vahdettin

1917 yılı Aralık ayında yaveri Mustafa Kemal Paşa eşliğinde 5 haftalık Almanya seyahatine çıktı. 3 Temmuz 1918'de Sultan Reşat'ın ölümü üzerine 57 yaşında padişah oldu. Tahta çıktığında şöyle demiştir: " Ben bu makam için hazırlanmadım. Çocukluğumdan beri vücutça rahatsız olduğumdan layıkıyla tahsil edemedim. Yaşım kemale erdi, dünyada bir emelim kalmadı. Biraderle hangimizin evvel gideceğimiz malum olmadığından bu makamı bekleyişte değildim. Fakat takdiri ilahi böyle teveccüh etti, bu ağır vazifeyi derunde eyledim. Şaşmış bir haldeyim bana dua ediniz.

89- Hz. Rabia

Kul, Allah'ın sevgisini tattığı zaman, Allah o kulunun kusurlarını kendisine gösterir. Böylece o, başkalarının kusurlarını göremez olur.

90- Hz. Fatıma

İnsanın bir gönlü olduğu halde, kalbinde 4 sevgi bulundurabilir.

- Kişi Yüce Allah'ı aklı ve vicdanıyla,
- Allah'ın Resulünü ruhu ve imanıyla,
- Eşini insani nefsi ile
- Çocuklarını da anne baba şefkati ile sever.

91- Hz. Adem

Beş hasletim yüzünden saadete kavuştum

- 1) Günahımı itiraf ettim.
- 2) Nadim oldum.
- 3) Kendimi kınadım.
- 4) Hemen tövbe ettim.
- 5) Allah'ın rahmetinden ümidimi kesmedim.

ÖZLÜ SÖZLER

92- Hz. Lokman

Yavrucuğum!

- 1) Namaz kıl.
- 2) İyiliği emret.
- 3) Kötülükten vazgeçirmeye çalış.
- 4) Başına gelenlere sabret.
- 5) Küçümseyerek insanlardan yüz çevirme.
- 6) Yeryüzünde böbürlenerek yürüme.
- 7) Allah, kendini beğenmiş övünüp duran kimseleri asla sevmez.
- 8) Yürüyüşünde tabi ol.
- 9) Sesini alçalt. Unutma ki, seslerin en çirkini eşeklerin sesidir.
- 10) Göklerde ve yerde ne varsa, hepsi Allah'ındır.
- 11) Ne babanın evladı, ne de evladın babası adına bir şey ödeyemeyeceği günden çekin.
- 12) Zaten bütün işlerin sonu Allah'a varır.

93- Cemil Meriç

Güneş ülkeleri aydınlatır, sözler milletleri

Osmanlının ilk vasfı adalettir. Osmanlı adil olduğu için kısa zamanda bir cihan devleti kurabildi. Ülkeleri kılıçtan ziyade, gönül ile fethetti. Feragatiyle, diğer gamlığıyla, müsamahasıyla...

94- Sadi

İnsanlara akılları derecesinde söz söylenmelidir.

Köleler kanaatkar oldukları derecede hürdür, özgür insan istekleri arttığı derecede esirdir.

Sormaz ki bilsin, sorsa bilirdi. Bilmez ki sorsun, bilse sorardı.

ÖZLÜ SÖZLER

95- Bediüzzaman Said Nursi

Cennete ulaşabileceğimiz 5 prensip:

- 1) Kalplerin İslam ortak paydasında birleşmesi.
- 2) Her fert önce o millete mensubiyetinin farkında olmalı, ardından milletin diğer mensuplarını sevmeli, birbirini sevmeye teşvik etmeli.
- 3) Eğitim, sürekli geliştirilerek tatmin edici bir noktaya yükseltilmelidir.
- 4) Herkese iş imkanı sağlanmalı ve herkes yaptığı işin adil bir karşılığını almalıdır.
- 5) Hem fert, hem toplum seviyesinde israf ve gösterişten uzak durulması şarttır.

96- Aliya İzzetbegoviç

Dünyadaki Müslüman halklar için daha iyi bir gelecek vaadinin ya da umudunun, onlar için onurlu ve özgür bir hayatın, uğrunda yaşamaya değer olan her şeyin adıdır İslam.

97- Fazlur Rahman

Kur'an, yedinci asrın ahlaki, toplumsal sorunlarıyla peygamberin zihninin çatışma noktasında doğmuş olan, Allah'ın bu dönem ile ilgili yorumudur.

98- Ali Şeriatî

Evet, sen Kur'an diyorsun ama hangi Kur'an?

Cehaletin elinde teberrük edilip kutsanan bir nesne olan Kur'an mı? Cinayetın mızraklarının ucundaki Kur'an mı? Yoksa çeyrek yüzyıldan daha az bir sürede, çölün dağınık ve düşman kabilelerini birleştirerek, dünyaya egemen olan Bizans, Sasani'yi çökerten, insanlığın kaderini ele geçiren, devrimci yapıyla insanlık tarihinde yepyeni bir medeniyet ve kültür meydana getiren bir kitap olarak mı Kur'an?

ÖZLÜ SÖZLER

99- Ebu Eyyub El Ensari

Gerek hafif, gerek ağırlıklı olarak sefere çıkın ve mallarınızla, canlarınızla Allah yolunda mücadele edin. Eğer bilerseniz bu sizin için daha hayırlıdır, ayetinden hareketle ben bunun dışında olmayacağım demiş ve ömrünün son anına kadar fetih hareketlerine katılmıştır. Peygamberimizi Medine'ye hicretlerinde evinde 7 ay süreyle ağırlayan Ebu Eyyub El Ensari, İstanbul kuşatması sırasında yaklaşık 90 yaşlarında iken şehit olmuştur.

100- Dr. Tahsin Çanlı

İşi, düşü olmayan kimse başarıya ulaşamaz.

101- Fuzuli

Canımı isterse canan, minnet canıma
Bir can nedir ki, feda etmeyeyim cananıma
Beni candan usandırdı cefadan yar usanmaz mı
Felekler yandı ahımdan muradım şem'i yanmaz mı

102- Nedim

Gülelim oynyalım kam alalım dünyadan
Mai tensim içelim çeşme-i nev peydadan

103- Ahmet Kutsi Tecer

Orda bir dağ var uzakta
O dağ bizim dağımızdır
İnmesek de çıkmasak da
O dağ bizim dağımızdır

104- Mete Han

Eşimi, atımı verdim, çünkü benimdir.
Toprak verilmez, çünkü devletindir.

ÖZLÜ SÖZLER

105 -Dadaloğlu

Kızılırmak parça parça olaydın
Her parçanı bir diyara salaydın
Sen de benim gibi yarsız kalaydın
Kızılırmak nettin allı gelini
Gerdanı püskürme benli gelini

106- Faruk Nafiz Çamlıbel

Bu akşam bilmediğim bir âlem içindeyim
Ya rüyada bir seyyah, ya semavi Çin'deyim
Bir orman yangınıyla kızardı karşı dağlar
Taraf taraf tutuğutu meşaleler, çırağlar
Bir renge girdi eşya günün altın tasında
Bir kızıl kâinatın gezerken ortasında
Birden alev alıyor düşünceler, duygular
Ateşdir burada hatta ateşe düşman sular...

107-Atilla

Ben ve milletim Allah'ın kırbacıyız. Allah yoldan çıkan milletleri cezalandırmak için bizi gönderiyor.

108- Prof. Dr. Süleyman Ateş

Allah'ı bir bilip O'na boyun eğmenin adı, İslam'dır. Bunun hukuk sistemi zaman zaman değişebilir ama esas inanç bir olduğundan bütün Peygamberlerin telkin ettiği inanç sisteminin adı İslam'dır. Onun için bütün Peygamberler topluluğu ve onlara tabi olanlar bir tek ümmet olarak nitelendirilmiştir.

ÖZLÜ SÖZLER

109- İbn Teymiye

Din Allah'ın insanlığa yönelik hükümler halinde kanunlaştırdığı buyrukların tamamıdır.

110-Likaani

Din, bir ilahi buyruklar bütünüdür ki, akıl sahiplerini kendi serbest seçenekleriyle doğrudan doğruya hayra iletir.

111- Cürcani

Din, akıl sahiplerini Peygamberin tebligatını kabule çağıran bir tanrısal buyruklar manzumesidir.

112- Muhyiddin İbn Arabi

Peygamberlikten sonra Yüce makam melamet ahlakıdır, halka göre değil, Hak'ka göre yaşamaktır.

113- Osman Güleç

İnsanların safiyeti, yaşamları boyunca örselense de; sonuçta, kazanan kendileri, kaybedenler başkaları olur.

114- Ahmet Tombak

Tutku esaret, sevgi hürriyettir. İnsanlar sahip oldukları varlıkları oranında kuşatılırlar. Mal ve makama tutku ile bağlananlar dünyevileşerek kendilerini Dünya'ya hapsederler. Ancak fitratlarını koruyarak ruhları inkişaf edenler, varlık veya yokluktan etkilenmezler ve her halde hürdürler. Bu kişiler ruhlarını sevginin kaynağı ile beslerler ve Dünya'ya esir değil aksine gerçek egemendirler.

115- H.Fehmi Genç

Cemiyet, millet olmanın odağıdır. Cemiyete vereceğimiz, cemiyetten alacağımız vardır. Cemiyet, mezuniyeti olmayan bir okul, bir üniversitedir. Bazen öğrenci, bazen öğretmen, bazen asistan, bazen profesör, bazen idareci, bazen hizmetli oluruz.

ÖZLÜ SÖZLER

116- İskilipli Atıf Hoca

Zülüm üç kısımdır.

Allah Teâlâ'ya karşı icra olunur,

Küfür, şirk, nifak, isyan gibi...

Halka karşı icra edilir,

Halkın canlarına, ırzlarına, mallarına vesair haklarına tecavüz gibi...

Kendi şahsına karşı yapılır.

Bir şahsın nefsi arzularına kapılarak dünya ve ahirette nefsi için zararlı hal ve hareketlerde bulunması gibi...

117- Tuğrul Bey

Kendime bir saray yapıp da yanına bir camii inşa etmezsem Allah'tan utanırım.

118- Nebi

Ar etme öğren oku ehlinden

Her şeyin ilmi güzel cehlinden

119- Yusuf Bozkurt

Haksızlık yapmayan ve haksızlıklara boyun eğmeyen.

Yalan, hile, ikiyüzlülük gibi davranışlara benliğinde yer vermeyen.

Vatanı, milleti, namusu, şan ve şerefi için hayatını fedadan çekinmeyen.

Zulmetmeyen ve zalimi kahreden.

Yolundan ve sözünden dönmeyen.

En yüce dine iman eden.

ÖZLÜ SÖZLER

Öfkesi kadar merhameti de bulunan.

Vatan yaptığı her yerde ilim ve kültür meşalesini tutuşturur.

Dürüstlükten ayrılmayan.

Beşeriyete örnek olmakla görevli.

Adaleti, ahlakı, mertliği, fazileti, kahramanlığı, vakar ve haysiyeti temsil eden insan ve millet Türk'tür.

120- Prof. Dr. Necmettin Erbakan

Devlet adamlarının dikkat edeceği 7 husus:

- 1) Bilgi birikimi,
- 2) Devlet tecrübesi,
- 3) Hidayetin olacak, hayır nedir, şer nedir bileceksin, ayıracaksın,
- 4) Feraset sahibi olacaksın,
- 5) Dirayet sahibi olacaksın,
- 6) Şuur sahibi olacaksın,
- 7) Vizyon sahibi olacaksın.

121- İbni Haldun

Peygamberler bile başkalarını yenmek için, kendileri gibi düşünen ülkü arkadaşları bulmak zorundadırlar.

122- Op .Dr. Sadi Kaya

İnsanların; yaşama hakkı başta olmak üzere, yeme, içme, barınma, ibadet etme, mal edinme, seyahat etme gibi hak ve özgürlükleri vardır.

ÖZLÜ SÖZLER

1- Nietzsche

Düşün...

Kim üzebilir seni senden başka,
Kim doldurabilir içindeki boşluğu,
Sen istemezsen,
Kim mutlu edebilir seni,
Sen hazır değilsen.

Kim yıkar, yıpratır sen izin vermezsen,
Kim sever seni, sen kendini sevmezsen,
Her şey sende başlar, sende biter.
Yeter ki yürekli ol, tükenme, tüketme,
Tükettirme içindeki yaşama sevgisini.
Ya çare sizersiz ya da çaresizsiniz...

Gidene kal demeyeceksin,
Gidene kal demek zavallılara,
Kalana git demek terbiyesizlere,
Dönmeyene dön demek acizlere,
Hak edene git demek asillere yakışır.

Kimseye hak ettiğinden fazla değer verme,
Yoksa değersiz olan hep sen olursun...

Denizleri seviyorsan dalgaları da seveceksin,
Sevilmek istiyorsan önce sevmeyi bileceksin,
Uçmayı biliyorsan düşmeyi de bileceksin,
Korkarak yaşıyorsan yalnızca hayatı seyredeceksin...

ÖZLÜ SÖZLER

2- Sokrates

- Bildiğim bir şey varsa o da hiçbir şey bilmediğimdir.
Bilgili olduğumuz oranda özgür oluruz.
- Sorgulanmamış bir hayat süren insanların hayatı kendi ellerin de ya da kendi kontrollerinde değildir, onların denetimi dışarıdan gelmektedir.
- İnsanın, nasıl yaşaması gerektiği sorusu üzerinde düşünmemesi, onun değersiz ve dolayısıyla mutsuz bir hayat sürmesiyle eş anlamlıdır.

3- Shakespeare

- Bazı yıkılışlar daha parlak kalkışların teşvikçisidir.
Geçmiş dertler için yakınmak yeni dertler edinmektir.
Sabrı olmayanlar ne kadar fakirdirler.
- İnsanların çoğu kaybetmekten korktuğu için, sevmekten korkuyor.
Yaşlanmaktan korkuyor, gençliğinin kıymetini bilmediği için.
Unutulmaktan korkuyor, dünyaya iyi bir şey vermediği için.
Sevilmekten korkuyor, kendisini sevmeye layık görmediği için.
Düşünmekten korkuyor, sorumluluk getireceği için.
Konuşmaktan korkuyor, eleştirilmekten korktuğu için.
Duyularını ifade etmekten korkuyor, reddedilmekten korktuğu için.
Ölmekten korkuyor, aslında yaşamayı bilmediği için.
Yaşamaktan korkuyor, kendisi için değil başkalarına göre yaşadığı için.

ÖZLÜ SÖZLER

4- Eflatun

- Fenalıkların ilki ve en büyüğü haksızlıkların cezasız kalmasıdır.
- Önemli olan, hayatta en çok şeye sahip olmak değil, en az şeye ihtiyaç duymaktır.
- İnsanlar sonuçta, ne bugünü ne de yarını yaşarlar, hiç ölmeyecekmiş gibi yaşarlar, ancak hiç yaşamamış gibi ölürlər.
- Kimseye kendinizi sevdirmeye kalkmayın, yapılması gereken tek şey sadece kendini sevilmeyle bırakmaktır.
- Bilirken susmakta, bilmezken konuşmakta ne kadar çirkindir.

5- La Tzu

- Kötülüğü adaletle, iyiliği iyilikle karşıla.
- En iyi liderler kendilerini izleyen kişilere varlığını hissettirmeyenlerdir. Öyle ki görev yerine getirildiğinde o kişiler bunu kendi başımıza yaptık derler.
- Acele karar vermeyin. O zaman sizinde herkesten farkınız kalmaz. Hayatın küçük bir parçasına bakıp tamamı hakkında karar vermekten kaçının. Karar aklın durması halidir. Karar verdiniz mi, akıl düşünmeyi, dolayısı ile gelişmeyi durdurur. Buna rağmen akıl insanı daima karara zorlar. Çünkü gelişme halinde olmak tehlikelidir ve insanı huzursuz eder. Bir yol biterken yenisi başlar. Bir kapı kapanırken başkası açılır. Bir hedefe ulaşırsanız daha yüksek bir hedefin hemen oracıkta olduğunu görürsünüz.

ÖZLÜ SÖZLER

6- Moliere

- Bilgili bir ahmak, cahil bir ahmaktan daha ahmaktır.
- Zorluklar, başarının değerini artıran süslerdir.
- Yalnız yaptıklarımızdan değil, yapmadıklarımızdan da sorumluyuz.
- En çok hoşumuza giden insan kendimize benzettiğimiz insandır.

7- Leonardo Da Vinci

İyi geçen bir gün nasıl mutlu bir uyku getirirse,
İyi geçen bir ömür de mutlu bir ölüm getirir.

8- Voltaire

- Kendisini başkalarının kurtarmasını bekleyen kişiler yalnızca kölelerdir.
- Korkaklar, kendilerinden daha güçsüz olanlara güç gösterisinde bulunanlardır.

9- Albert Einstein

- İnsan aklının sınırlarını zorlamadıkça hiçbir şeye ulaşamaz.
- Bütün yaptığımız, Allah'ın daha önce çizmiş olduğu çizgileri, O'nu takip ederek çizmekten ibarettir.
- Merakınızın peşinden gidin. Azimli olun. Bugüne odaklanın. Hayal gücü güç verir. Hata yapın, anı yaşayın. Değer katın. Farklı sonuçlar beklemeyin. Bilgi deneyimden gelir. Kuralları öğrenin daha iyi oynayın.

Q = X + Y + Z → Çenenizi tutmayı gösterir.
↓ ↓ ↓
Çalışmayı Dinlemeyi

Hayatta başarılı olmayı

ÖZLÜ SÖZLER

10- Pascal

- İnsanlar ancak düşünmeye zorlandıkları zaman öğrenirler.
- İnsan olmanın izzet ve şerefini işgal ettiğim küçük mekânın vereceği böbürlenme sayesinde değil, bana verilmiş düşünme kabiliyetim sayesinde kâinatı kuşatıyorum.
- İnsan, dinsel inançlara sığındıkça, kötülüğü büyük bir zevkle ve acımasızca asla yapamaz.

11- Konfüçyüs

- Bilgi insanı kuşkudan, iyilik acı çekmekten, kararlı olmak korkudan kurtarır.
- Allah'ım senden başka hiçbir şeyi olmayan ben, senden başka her şeyi olanlara acırım.
- Adalet kutup yıldızı gibi yerinde durur ve geri kalan her şey onun etrafında döner.

12- Aristo

- Ruhun güzelliği, bedenın güzelliği kadar kolaylıkla görülmez.
- Yaşamak için nefes almaya duyduğın kadar öğrenmeye gereksinim duymuyorsan öğreneceklerinin sana bir faydası olmaz.

13- Tolstoy

- Güzel bir gülüş, karanlık bir eve giren güneş ışığına benzer.
- Ölümün sırrını çözmedikçe, hayattaki hiçbir hareketin ve faaliyetin anlamı yoktur.
- Güzel olan sevgili değil, sevgili olan güzeldir.

14- Victor Hugo

- Yumuşak olma ezilirsin, sert olma kırılırsın.
- En büyük mutluluk sevdiğinize inanmaktır.

ÖZLÜ SÖZLER

- Yalan zekâ işidir, dürüstlük cesaret. Eğer zekân yetmiyorsa yalan söyleme, cesaretini kullanıp dürüst olmayı dene.
- En anlamlı yemin söz vermektir.
- En büyük intikam affetmektir.
- En adi söz hiç sevmedim demektir.
- En güzel cevap gülüp geçmektir.

15- Oscar Wilde

- Bir dostun üzüntüsüne herkes katılır, başarılarına ise ancak yüksek ruhlular sevinir.
- İnsanların %99'u sadece var olur, %1'i gerçekten yaşar.

16- Çiçero

- Milletler parasızlıktan değil, ahlaksızlıktan çöker.
- Kimse sana senden daha iyi öğüt veremez.
- Herkes düşüncelerinde yanılabilir ama aptallar bir türlü yanıldıklarını anlamazlar.

17- Demokritos

- İnandırma yolunda söz altından daha ağırdır.
- İyi insan olmalı ya da iyi insanlara benzemeye çalışmalıyız.

18- Francis Bacon

- Yalanlamak ve reddetmek için okuma, inanmak ve nutuk çekmek için de okuma, tartmak, kıyaslamak ve düşünmek için oku.
- Gözyaşları, acının ümitsizliğe dönüşmesini engeller.
- Dosta söylenen sevinç iki kat olur, acı ise yarıya iner.

ÖZLÜ SÖZLER

19- Goethe

Hayatta sağlık ve erdemden başka, bilgi ve bilimden daha değerli hiçbir şey yoktur, aynı zamanda onun kadar kolay elde edilen bir şey de yoktur.

20- Friedrich Schiller

Böcek olmayı kabullenenler, ezilince şikâyet etmemelidirler. Doğruluk her türlü şart altında meyve verir.

21- La Fontaine

Köleliğin en kötüsü, kendi nefesine köle olmaktır.

22- Montaigne

En büyük cezaevi, cahil bir insanın kafasının içidir.

23 – Balzac

Bencillik, dostluğun zehridir.

24- Seneca

- Gençliğinde bilgi ağacı dikmeyen, yaşlılığında rahatlayacağı bir gölge bulamaz.
- Bir yanı dinlemeden karar veren, doğru karar verse bile adaletsizlik etmiş olur.

25- Benjamin Franklin

- Uzun bir hayat yeteri kadar iyi olmayabilir ama iyi bir hayat yeteri kadar uzundur.
- Küçük masraftan kaçınmayın, bazen ufak bir delik koca bir gemiyi batırır.

26- Pythagones

- Basit bir hata için, bir dosta kin beslemeye kalkma.
- Şayet bir yalan söz işitirsen, ona da sabret.
- Hiç kimse kendisine hâkim olamadığı sürece özgür olamaz.

ÖZLÜ SÖZLER

27- Thales

Gözle görülen bireysel varlıkların ve değişmelerin oluşturduğu kaosun ve çokluğun gerisinde, akılcıca anlaşılabilir, kalıcı ve sürekli bir gerçeklik vardır.

28- Diyojen

İnsanların bir takım ehemmiyetsiz şeylerde, birbirlerinin önüne geçmeye çalıştıkları görülüyor, fakat fazilet yolunda öne geçmeye gayret eden hiç görülüyor.

29- Martin Luther King

Bir yerdeki haksızlık adalet için her yerde tehlikelidir.

30- Napolyon

Felaketlerin üstünde dimdik oturan insan, soylu ve cesurdur.

31- Brown

Olgun adam bilgisini saat gibi taşır, çıkarıp herkese göstermez, gerektiğinde kullanır.

32- Margeret Oliphant

Bana bir mutluluk söyleyin ki acı karşısında elde edilmiş olmasın.

33- Karl Marx

- Tek değişmeyen şey değişimdir
- Yalnız yaşayanlardan değil, ölülerden de çekeceğimiz var.

34- Denis Alexander

Bilim Tanrı'nın evrenini araştırma yolculuğudur.

35- William Lane Craig

Uzay ve zamanın nedeni: Nedensiz, zamansız, başlangıçsız, mekânsız, elle tutulur olmayan ve kendi iradesi ve sınırsız gücü olan bir varlık olmak zorundadır ki bu Tanrı kavramının özüdür.

ÖZLÜ SÖZLER

36- Kazancakis

İnsan uçurumun kenarına varmadan kanatlanmaz.

37- Jean Cocteau

Ölümüm, doğduğum günden itibaren bana doğru yürümeye başladı. Hiç acele etmeden.

38- Raldp Waldo Emerson

Bütün gün ne düşünürsek onu yaşarız.

39- Jean Paul Sartre

En büyük tembellik, sevdiğin işi yapmaktır.

40- Arnold Toynbee

Osmanlı medeniyeti bitmiş, tükenmiş, ömrünü tamamlamış bir medeniyet değil, durdurulmuş medeniyettir.

41- Epicure

Basit bir ruh mutlulukla övünür, felaketle de yere serilir.

42- Wendel Phillips

Doğruluk sonsuzluğun güneşidir, nasıl olsa doğar.

43- Romain Rolland

En büyük düşman benliğimin dışında değil içindedir.

44- Katherine Mansfeild

Aç insan kolay kandırılır.

45- George Sand

Bencil her yerde yalnızdır.

46- Laedri

Doğru ile eğri arasında bi taraf olan bertaraf olur.

ÖZLÜ SÖZLER

47- Atienne Gilson

Çocuğuna küçük şeylerden zevk almasını öğreten ona büyük bir servet bırakmış olur.

48- Diderot

İnat ile barbarlık arasında bir tek adım vardır.

49- Samuel Johnson

Büyük olma yolundaki ilk adım dürüst olmaktır.

50- Washington İrving

Büyük insanların idealleri, sıradan insanların hevesleri vardır.

51- Walter Savage Landor

Büyük görünen birçok adam, yakından bakılınca büyüklüklerini kaybeder.

52- Rousseau

Hürriyet insanı asil yapar.

53- J. Simon

Haklı olan bir görüş er geç muzaffer olur.

54- Thomas Edison

Dehanın yüzde biri ilham, yüzde doksan dokuzu terdir.

55- Archibald Joseph Cronin

Üzölmek, yarının sıkıntısından bir şey eksiltmez, sadece bugünün gücünü tüketir.

56- Gandi

Altın prangalar demir olanlardan çok daha kötüdür.

57- Diane Ravitch

İşi nasıl yapacağını bilen adam her zaman iş bulacaktır.

İşi neden yapacağını bilen adam ise her zaman işveren olacaktır.

ÖZLÜ SÖZLER

58- Giordano Bruno

Allah, iradesini hâkim kılmak için yeryüzündeki iyi insanları kullanır. Yeryüzündeki kötü insanlar ise, kendi iradelerini hâkim kılmak için Allah'ı kullanır.

59- Wieslaw Brudzinki

Bir tehlike anında gemiden uzaklaşan fareler, geminin batmamasını bir türlü affedemezler.

60- L.Y. Rauch

Durmak ölüm, taklit uşaklıktır. Çalışmak ve yetiştirmek ise hayat ve özgürlüktür.

61- Ernest Renan

Hayattan yakınanlar, ondan olmayacak şeyler isteyenlerdir.

62- Bernard Barton

Düşüncelerde inat ve şiddet aptallığın en açık belirtileridir.

63- Emerson

Yapılırken heyecan duyulmayan işler başarılamaz.

64- Dale Carnegie

İnsan konuşacağı şeyden kırk kat fazlasını bilmiyorsa konuşmalıdır.

65-Theognis

Yeryüzünde açlıktan ölenlerin sayısı, toklukta ölenlerden çok daha azdır.

66- C. Brentana

İyi bir vicdan en rahat yastıktır.

ÖZLÜ SÖZLER

67- Togore

Güneşi gözden kaçırdım diye ağlarsan, yıldızları da göremezsin.

68- John Vance Cheney

Gözler yaşarmadıkça gönüllerde gök kuşağı olmaz.

69- Eric From

Geçmişin tehlikelerinden biri esir olmaktır, geleceğin ise robot olmaktır.

70- Dumas

Dostluk verdiğini unutmak, aldığını ise daima hatırlamaktır.

71- La Rochefoucauld

Nankörlük sevginin mezarıdır.

72- Boileu

Kusurlarınızı size söyleyebilecek arkadaşlar bulun.

73- John Lennon

Hayat, sen başka planlar yaparken başına gelenlerdir.

74- Lamartin

Muhammed: Askerlik, Ruhi Önderlik, Devlet Başkanlığı, Aile Reisiği, Dostluk, Devrimcilik, Düşünürlük gibi insanoğlunun yüceltilmesinde ölçü kabul edilen tüm değerlerle en büyük insandır.

75- Mark Twain

Üzüntü kendi kendini giderir ama mutluluğun tam zevkini çıkarmak için onu paylaşabileceğiniz birinin olması gerekir.

76- Alphonse Daudet

Suçu bağışlayan asildir, özür dileyen daha asildir.

ÖZLÜ SÖZLER

77- Epiktetos

Allah bütün insanları mesut olmaları için yaratmıştır, bedbaht oluyorsa kendi hataları yüzünden oluyorlar.

78- Doug Larson

Dünyanın en büyük başarıları, onların imkânsız olduğunu anlayacak kadar zeki olmayan kimseler tarafından başarılmıştır.

79- Alfrad Norh Whitehead

Gençlik, trajedinin henüz dokunmadığı hayat demektir.

80- Joseph Jaubert

Öğretmek, iki kere öğrenmek demektir.

81- Gean Mc Keithen

Kararlılık keskin bir bıçağa benzer, keskin ve düz keser. Kararsızlık ise kör bir bıçak gibi kestiği her şeyi parçalar ve yırtar.

82- John Clarence Watts

Kişilikli olmak, kimse görmediği zaman da doğru olanı yapmaktır.

83- Eric Hoffer

Düşmanınızın neden korktuğunu anlamak için, sizi ne ile korkuttuğuna bakın.

84- Herman Hesse

Nefret ettiğiniz insanlardan, mutlaka kendinizden bir şey bulduğunuz için nefret ediyorsunuzdur.

85- Duponloup

Anneler çocuklarının akıllarından tutacakları yerde ellerinden tutarlar.

86- Saint Augustine

Kendiniz hakkında umutsuzluğa düşmekten şiddetle kaçının.

ÖZLÜ SÖZLER

87- Will Rogers

Doğru yolda bile olsanız, eğer oturuyorsanız sizi ezip geçerler.

88- Aldous Huxley

Entelektüel, cinsellikten daha ilginç bir şeyler keşfetmiş olan insandır.

Hepimizin aynı fikirde olması iyi bir şey değildir. Yaratıcılığı ortaya çıkaran fikir ayrılıklarıdır.

89- Normand

İşsiz insan durgun su gibidir, kısa sürede bozulup kirlenir.

90- J.M. Bechstein

Dostu olmayan insan en yoksul insandır.

91- John Morgan

Bir yere ulaşmanın ilk adımı, olduğunuz yerde kalmayacağınıza karar vermektir.

92- Ebner Eschenbach

Bizi esas yoran yaptığımız iş değil, yapmadan kenarda bıraktığımız işlerdir.

93- Sydney J. Haris

Yaptığımız şeyler için pişmanlık zamanla geçer, ne var ki yapmadığımız şeylere pişmanlığın çaresi yoktur.

94- Bob Hope

Mumlar pastadan daha pahalı olmaya başladıklarında yaşlandığını anlarsın.

95- Santra Guitry

Cehalet her zaman kendisine hayran olmaya hazırdır.

ÖZLÜ SÖZLER

96- Albert Camus

Büyük adam olmaya lüzum yok, sadece adam olalım yeter.

97- Massinger

Kötü haber kırlangıç kanatlıdır, iyi haberler koltuk değneklî.

98- Thomas Carlyle

Uyanan bir düşünce kolay kolay uyuyamaz.

99- Srimod Bhagavatam

Değişik çiçeklerden bal toplayan arılar gibi, akıllı adam bütün kutsal kitapların özünü kabul eder ve bütün dinlerdeki iyiyi anlar.

100- Buda

Buda'nın Beş Ahlak Kuralı:

Hiç kimse canlı bir varlığı öldürmesin.

Hiç kimse kendisine ait olmayanı almasın.

Hiç kimse yalan söylemesin.

Hiç kimse içki içmesin.

Hiç kimse kötülük yapmasın.

101- Joseph De Maistre

Abartma, dürüst insanların yalanıdır.

102- Anton Cehov

Birileri arkanızdan konuşuyorsa, onlardan öndesiniz demektir.

103- Lord Broughan

Eğitim görmüş bir halkı bir yöne sevk etmek kolay, sürüklemek güçtür, idare etmek kolay, köleleştirmek imkânsızdır.

104- George Moore

Gerçek olan bir tek yarış vardır, insanlık yarışı.

ÖZLÜ SÖZLER

105- Solon

Hiçbir yerde aşırı olma.

106- James Haught

İnsanlar arası zulme bir çare olması düşünülen dinin, sıklıkla cinayetler ve çılgınlık için bir sebep haline gelmiş olması, insanlık adına çok üzücüdür.

107- Paul Tillich

İnsanın varlık ve oluş hakkında oluşturduğu ilk soru bizzat kendisiyle ilgili şu sorudur: "İnsan nedir? " Yani esas soru, insanın bizzat kendisidir.

108- Martin Marty

Duruma kısaca şöyle bir bakın, silahların altında kutsal kitabın yattığını göreceksiniz.

109- Jonathan Switt

Birbirimizden nefret etmemizi sağlayacak birçok dinimiz var. Biz, birbirimizi sevmemizi sağlayacak bir dine muhtacız.

110- William Blake

Bir kum tanesinde dünyayı fark etmek,
Ve vahşi bir çiçekte cenneti,
Sonsuzluğu avucunuza almak,
Ve sonsuzluğu bir yelkovanda sezmek,
Duyulmayı duymak,
Görülmeveni görmek,
Konuşmadığını söylemek,
İşte budur: HAYATI YAŞAMAK.

ÖZLÜ SÖZLER

111- Alain

Yenilmesi gereken ilk düşmanlar öfke ve ümitsizliktir.

112- George Bernard Shaw

- Hatalarla dolu bir hayat, hiçbir şey yapmadan geçirilen bir hayattan daha onurludur.
- Eğer yürüdüğünüz yolda hiçbir engel yoksa o yol sizi hiçbir yere götürmez.

113- Emile Boutroux

Eşyanın derinliklerinde idrak ve zekâmızla gördüğümüz zaruret realitede yoktur. O halde bu zaruret değil imkândır. İmkân ilahi aksiyonun eşyada tezahürüdür.

114- Dante

İnsan soyu ne kadar eksiksiz bir birliğe varırsa, o kadar Tanrı'ya yaklaşmış olur.

115- Spinoza

En güçlü en bağımsız insan, aklın buyruğuna giren insandır.

116- Descartes

Bende mutlak bir kemal tasavvuru vardır. Bu tasavvur bana benden gelmez. Çünkü ben nakıs bir vücudum. Bu tasavvur bana muhitimden de gelemez. Çünkü onlar da benim gibi nakıstırlar. Şu halde bu tasavvuru bana telkin eden ekmel bir mevcudun bulunması zaruridir. O da Allah'tır.

Önemli olan akıllı olmak değil, aklı yerinde ve zamanın da kullanmaktır.

ÖZLÜ SÖZLER

1- Türk Atasözü: Akıl kişiye sermayedir.

- Allah'tan umut kesilmez.
- İmansız vatan, vatansız iman muhafaza edilemez.

2- Azeri Atasözü: Aslanın erkeği dişisi olmaz.

İyiliğe iyilik her kişinin işidir, kötülüğe iyilik er kişinin işidir.

3- Türkmen Atasözü: Gönlü açık olanın yolu da açık olur.

4- Kazak Atasözü: Bıçak yarası geçer, dil yarası geçmez.

5- Gürcü Atasözü: Kötü dil topraktaki yılanı öldürür.

6- Bulgar Atasözü: Güler yüz altından anahtardır.

7- Boşnak Atasözü: Atlet gömlekten yakındır.

8- Arnavut Atasözü: Sabredebildiğin kadar sevin, sonsuza kadar sevin.

9- Kırgız Atasözü: Doğru söz demiri keser, keskin söz kılıcı keser.

10- Tatar Atasözü: Ağırlamak için yemeğin yoksa aşk için dilin olsun.

11- Arap Atasözü: Kitap insanın cebinde taşıdığı bir bahçe gibidir.

12- İran Atasözü: İki kere düşün, bir kere yaz.

13- Kürt Atasözü: Tamah kardeş öldürendir.

14- Ermeni Atasözü: Gürleyen bulut her zaman yağmur getirmez.

15- Çerkez Atasözü: Sevdiğinle değil, seni sevenle evlen.

ÖZLÜ SÖZLER

- 16- **Kafkas Atasözü:** Güzel, iyi olandır.
- 17- **Makedon Atasözü:** Hak kuvvetin üstündedir.
- 18- **Kosova Atasözü:** İyi söz ile yılan deliğinden çıkar.
- 19- **Macar Atasözü:** Tutkunun bittiği yerde mutluluk başlar.
- 20- **Mısır Atasözü:** Kolay kazanılan, kolay kaybedilir.
- 21- **Özbek Atasözü:** Bir adam köprü kurar, bin adam geçer.
- 22- **Rum Atasözü:** Taş da yumurtanın üstüne düşse, yumurtada taşın üstüne düşse olan yine yumurtaya olur.
- 23- **Uygur Atasözü:** Bey olmaması gereken kişi bey olsa, her köşeye sopalı koyar, şöhrete layık olmayan kişi şöhret olsa, her dağın sırtına işaret koyar.
- 24- **Yunan Atasözü:** Çocuklar babalarını küçükken akıllı, gençken ahmak, ancak 30 yaşından sonra gerçek değeriyle görür.
- 25- **Anonim:** Cömerdin yemeği şifa, cimrinin yemeği ise hastalıktır.
- Cesaretin bittiği yerde esaret başlar.
 - Dün tecrübedir öğren, bugün fırsattır kullan, yarın tahmindir planla.
- 26- **Latin Atasözü:** Zevkler ve renkler tartışılmaz.
- 27- **İtalya Atasözü:** Yaşa ve yaşat.
- 28- **Musevi Atasözü:** Büyük adamın hatası da büyük olur.
- 29- **Rus atasözü:** Kurtlarla arkadaş ol, yalnız elinden baltayı bırakma.

ÖZLÜ SÖZLER

- 30- İngiliz Atasözü:** Kör ata ha göz kırpmışsın, ha başını sallamışsın.
- 31- Çin Atasözü:** Okumadan geçen üç günden sonra, konuşma tadını kaybeder.
- 32- Hint Atasözü:** Başkalarından üstün olmamız önemli değildir, asıl önemli olan şey çünkü halimizden üstün olmamızdır.
- 33- Japon Atasözü:** Bir dostunuz yemiş bahçenizi geziyorsa dalgın görünmeniz en büyük nezakettir.
- 34- Alman Atasözü:** Göz, mideden büyüktür.
- 35- Fransız Atasözü:** Aşk, eşeğe bile dans ettirir.
- 36- Hollanda Atasözü:** Kitaplar, sağırlara seslenen dilsiz dostlardır.
- 37- Afrika Atasözü:** Bilge sözler şeker kamışına benzer, ne kadar emsen de tadı tükenmez.
- 38- Kızılderili Atasözü:** Yanlış gören ve önlemek için elini uzatmayan, yanlış yapan kadar suçludur.
- 39- Bedevi Atasözü:** Tüm hayvanlarda dişi en iyi olandır, yalnızca insanlık bunun dışındadır.
- 40- Avusturya Atasözü:** Neşeli yol arkadaşı yolu kısaltır.
- 41- Kore Atasözü:** Vatanına bağlanmayan halk olmaz, halkını sevme-yen yiğit olmaz.
- 42- Amerika Atasözü:** Kimse mükemmel değildir.

ÖZLÜ SÖZLER

43- **İspanya Atasözü:** Hiçbir zaman kimseye savaşa gitmeyi ya da evlenmeyi öğütleme.

44- **Portekiz Atasözü:** Sen değiştiğinde talihinde değişir.

45- **Norveç Atasözü:** Elindeki bir kuş, çatındaki on kuştan iyidir.

46- **Çek Atasözü:** Büyük öküz tarlayı eğri sürer.

47- **İsveç Atasözü:** Eski sevgi paslanmaz.

48- **Laz Atasözü:** Gökyüzünün altında her şey Allah'ın elindedir.

49- **Danimarka Atasözü:** Sağır bir kocayla, kör bir kadın mutlu bir çifttir.

50- **Anonim:** • Karamsar olmak zor değildir, zor olan çılgın bir fırtınadan sonra gökkuşağı gibi gülümseyebilmektir.

• Gençlerini kitapla beslemeyen milletlerin sonu acıdır.

51- **M.Cervantes:** Atasözlerin temeli, tüm bilimlerin anası olan dolaysız deneyimlerden çıkan gözlemlerdir.

52- **Kamerun Atasözü:** Ölüme karşı koymanın en iyi yolu doğurmaktır.

53- **Fars Atasözü:** Atasözü konuşmanın süsüdür.

54- **Filipin Atasözü:** Güzel kadın göz için ziyafet, ruh için yalnızlık.

55- **İbrani Atasözü:** Karı koca yalnızca bedenleriyle değil ruhlarıyla da bir olmalı.

56- **Jamaika Atasözü:** Ağzında lafı çok olanın, kafasında yükü olmaz.

57- **Uruguay Atasözü:** Gözler asla yaşlanmaz.

ÖZLÜ SÖZLER

58- Singapur Atasözü: Erkek deyince akıl, kadın deyince şefkat.

59- Şili Atasözü: Gözünle görmediğin kişi, ruhuna da erişmez.

60- Haiti Atasözü: Eğer göz görmüyorsa, kalpte umursamaz.

61- Hırvat Atasözü: Burnu varsa her yüz güzeldir.

62-Romen Atasözü: Eğer gözlerle kaşlar olmasaydı, ne günah kalırdı ne de kadın aşkı.

63- Irak Atasözü: Kötü bir kadın, karşısına çıkan bütün taliplerin hepsini reddeder.

64- Suriye Atasözü: Kocasını yanına alan kadın, parmağıyla gökteki ayı döndürür.

65- Sri Lanka Atasözü: Annesinin sütünü isteyen bebek, ağlamak zorundadır.

66- Endonezya Atasözü: Cennet, annelerin ayakları altındadır.

67- Kolombiya Atasözü: Güzellik boğazdan gelir.

68- Tacik Atasözü: Güzel bir yüz kilitli kapıları açan anahtardır.

69- Tayvan Atasözü: Ne kadar uğraşırsa uğraşsın, bir kahraman bile kadın güzelliği karşısında yenik düşer.

70- Çeçen Atasözü: Güzel bir kız eski püskü bir elbise içinde bile güzeldir.

71- Estonya Atasözü: Üzerine bir mücevher takılınca, bir kütük bile güzeldir.

ÖZLÜ SÖZLER

72- Bangladeş Atasözü: Arzunun peşinden gitme, yalnızca güzellik uğruna sevme.

73- Lübnan Atasözü: Bir kadınla güzelliği için evlenme, başka me-
ziyetler ara.

74- İskoçya Atasözü: Kimsenin sevgilisi çirkin değildir.

75- Anonim: Hakikat ışığı fikirlerin çatışmasından doğar.

• Gözlerin konuştuğu dil her yerde aynıdır.

76- El Salvador: Bir mağarada bir kaplan yaşayabilir.

77- Jamaika Atasözü: Her nehir anasına döner.

78- Lüksemburg Atasözü: Bir anne dilsiz çocuğun dilinden anlar.

79- Tatar Atasözü: Baba omuzdur, anne ruh.

80- Küba atasözü: Hamam böceği yavrularına güneş diye seslenir.

81- Abhaz Atasözü: Anne babalar çocuklarını düşünür, çocuklar kendilerini.

82- Yemen Atasözü: Annesini kaybeden biri hayatını da kaybetmiştir.

83- Fillandiya Atasözü: Babasız bir çocuk yarı yetimdir, annesiz bir çocuk tam yetimdir.

84- Bolivya Atasözü: İyi koruk iyi üzümüne dönüşür.

85- Vietnam Atasözü: İnciler eski istiridyelerde bulunur.

ÖZLÜ SÖZLER

- 86- Pencap Atasözü:** Bir aşkta bin sefalet vardır.
- 87- Slovak Atasözü:** Gizli aşk her zaman gerçek aşktır.
- 88- İrlanda Atasözü:** Aşk kusurlara ve yanlışlara kördür.
- 89- Burma Atasözü:** Koca ve karı dil ve dişler gibidir.
- 90- Letonya Atasözü:** Giydiğin hasır ayakkabıyı aşındıracaksın, seçtiğin kadınla birlikte yaşayacaksın.
- 91- Slovenya Atasözü:** Akıllı bir kadın sevdiği erkekle değil, kendisini sevenle evlenir.
- 92- Dominik Atasözü:** Lambanın söndürülmesinden sonra hepimiz aynı renk oluruz.
- 93- Keşmir Atasözü:** At, zevce, kılıç: Bu üçü de sadakatsiz olur.
- 94- Bask Atasözü:** Büyümüş kız damattan korkmaz.
- 95- Malezya Atasözü:** Eğer havanın kolu kırılmışsa havan kaybedilmiştir.
- 96- Somali Atasözü:** Kadınlar doğum sancılarını hatırlamaz.
- 97- Sümer Atasözü:** Bir kadının kılıcı asla paslanmaz.
- 98- Brezilya Atasözü:** Bir kadın için evlilik bir melektir.
- 99- Thai Atasözü:** Kuşsuz ağaç, çıplak ağaçtır.
- 100- Anonim:** Sevgiyi kediden, vefayı köpekten, dayanışmayı karın-cadan, aşkı bülbülden, sabrı kaplumbağadan, özgürlüğü kurttan öğreniriz.
- Ruhun güzelliği bakışta ve sözde gizlidir.

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

İlk çağlardan itibaren insanlar, gezip görmek, çeşitli etkinliklere katılmak ve şifa bulmak amacıyla turizm hareketlerine katılmışlardır. Ülkelerin ekonomik açıdan gelişmesi ile artan refah düzeyi, yoğun iş temposu nedeniyle insanların tatil yapma anlayışının gelişmesi, ulaşım araçları özellikle havayolu ulaşım sisteminin gelişmesi, iletişim araçlarındaki teknolojik ilerlemeler vasıtası ile dünyanın çeşitli kesimlerdeki doğal ve tarihi güzelliklerin tanıtılması dünyada turizmin gelişmesinde önemlidir. Türkiye'de turizm yeni gelişmeye başlamasına karşın ekonomiye önemli katkı sağlayan bir faaliyettir. Ülkemizin sahip olduğu doğal ve tarihi özellikler bu gelişmede oldukça etken olmuştur. Türkiye coğrafi konumu gereği, çok eski tarihlerden itibaren seyahatlere sahne olmuştur. Termal kaynakları ve dinsel merkezler sayesinde çok sayıda insanın ilgisini çekmiştir. Ülkemiz dünya turizminde ilk sıralara yükselmeyi başarmıştır.

Unesco Dünya Mirasları Listesi

1- İstanbul'un Tarihi Alanları.

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 6 Aralık 1985

2- Kapadokya ve Göreme Millî Parkı.

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 6 Aralık 1985

3- Divriği Ulu Cami ve Darüşşifası.

Dünya Miras listesine Alınma Tarihi : 6 Aralık 1985

4- Hitit Başkenti Hattuşaş

Dünya Miras Listesine alınma Tarihi : 28 Kasım 1986

5- Nemrut Dağı.

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 11 Aralık 1987

6- Xanthos – Letoon.

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 9 Aralık 1988

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

7- Pamukkale – Hierapolis Milli Parkı

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 9 Aralık 1988

8- Truva Antik Kenti.

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 2 Aralık 1998

9- Tarihi Safranbolu Şehri.

Dünya Miras Listesine Alınma Tarihi : 17 Aralık 1998

Geçici Liste (Burada yer alan varlıklarımız geçici listeye alınmış olup miras listesine alınmak üzere değerlendirme aşamasındadır.)

1- Edirne Selimiye Cami ve Külliyesi (16.yy)

2- Bursa ve Cumalı Kız Osmanlı Kentsel ve Kırsal Yerleşimleri. (13.yy-15.yy)

3- Konya Selçuklu Başkenti.

4- Alanya Kalesi ve Tersanesi.

5- Selçuklu Kervansarayları, Denizli – Doğubeyazıt Güzergahı.(13.yy)

6- İshak Paşa Sarayı. (17.yy)

7- Harran ve Şanlıurfa Yerleşimleri. (17.yy-19.yy)

8- Diyarbakır Kalesi ve Surları.(12.yy)

9- Mardin Kültürel Peyzaj Alanı.(13.yy)

10- Ahlat Eski Yerleşimi ve Mezar Taşları. (12.yy-13.yy)

11- Sümela Manastırı (5.yy-19.yy)

12- Alahan Manastırı.(7.yy)

13- Aziz Nikolaos Kilisesi.(7.yy-8.yy)

14- St.Paul Kilisesi, St.Paul's Kuyusu ve Çevresi.

15- Kekova

16- Güllük Dağı- Termessos Milli Parkı

17- Karain Mağarası

18- Arkeolojik Site Afrodiasias

19- Antik Likya Uygarlığı Kentleri

20- Arkeolojik Site Sagalassos

21- Neolitik Site Çatalhöyük

22- Arkeolojik Site Perge

23- Efes

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

1- ADIYAMAN: NEMRUT

Adıyaman Kahta İlçesinde bulunan ve içinde Kommagene Krallığı'nın antik kentini barındıran Milli Park içerisinde bulunan aslan ve kartal heykellerinin arasında 7 metreye varan dev heykeller.

2- AMASRA

Karadeniz'in şirin kasabası. Doğal güzellikleri, kalesi, müzesi, Ceno-va Şatosu, balıkları, kaç çeşit ve renkte salatası, Çakraz.

3- AMASYA

Şehrin merkezinden geçen Yeşilirmak ve kenarında sıralanan, geleneksel Osmanlı evinin bütün özelliklerini bünyesinde taşıyan Amasya evleri, Kral mezarları, II.Beyazıd Camisi, Ferhat'ın Şirin için dağı delip şehre su getirdiği mekan.

4- KAPADOKYA

Anlatılmaz, yaşanır. Tatilinizin bir kısmını Peribacalarını görmeye ayırın. 60 milyon yıl önce oluşmuş bir bölge, Göreme Milli Parkı, Derinkuyu ve Kaymaklı Yeraltı Şehirleri, Karain Güvercinlikleri, Yeşilöz Theodoro Kilisesi, Soğanlı Arkeolojik Alanı.

5- SELİMİYE

Mimar Sinan'ın Edirne'deki başyapıtı. Osmanlı Türk mimarisinin doruk noktası. Çinilerin, hatların, mermerlerin ve işlemlerin hepsi ayrı bir sanat eseri.

6-PAMUKKALE

Egenin beyaz incisi. Denizli'de bulunan ve Antik Havuz, Antik Tiyatro, Arkeoloji Müzesi'nin de yer aldığı bölgeyi, hem bir doğa harikası hem de tarihi bir mekan olarak gezebilirsiniz.

7-ASPENDOS

Antik güzel. Amfi tiyatrosuyla meşhur antik bir kent. Antalya'ya 49

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

Km. uzaklıkta M.S. 2. yy. da Romalılar tarafından inşa edilen tiyatro 15 bin kişi kapasitesi ile en iyi korunmuş eski yapılarıdır.

8- İSHAKPAŞA SARAYI

Hem Selçuklu, hem Osmanlı. Doğu Bayazıt'ın 5 km. uzağında sarp kayalar üzerine kurulmuş 116 odalı İshakpaşa Sarayı, Türkistan-Selçuklu ve Osmanlı mimarı özelliklerini birleştiren bir yapıdır.

9- SÖĞÜT

700 yıllık Osmanlı Devleti'nin ilk başkenti. Bilecik'in 29 km. doğusunda Ertuğrul Gazi, Şeyh Edebalı'nın türbelerini ziyaret edebilirsiniz.

10- KONYA

Hz. Mevlana'nın iklimini hissetmek, onu yaşamak isteyenler yolu bu kente düşürmeli.

11-SAKLIKENT

Kanyonda sürpriz yolculuk. Fethiye-Antalya arasında 18 km. uzunluğundaki Saklıkent, olağanüstü güzellikler sunan bir vadi olarak karşımıza çıkıyor.

12- FETHİYE: ÖLÜDENİZ

Denizi de doğası da eşsiz. Dünyanın en güzel kumsalında denize girebilir. Kelebekler Vadisi ve Gemile Adasını görebilirsiniz. Babadağ'dan yamaç paraşütü yapabilirsiniz.

13- EFES ANTİK KENT

İzmir'in Selçuk ilçesi yakınlarında 4 bin yıllık Efes Antik Kenti, kiliseleri, çarşıları, mağaraları, çeşmeleri ile en çok ilgi çeken turistik mekânlardan.

14-TOKAT

Balıca mağarasını görmeye ayırın. Kalesi,...

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

15- GELİBOLU YARIMADASI

Adeta bir savaş müzesi görünümünde. Çanakkale'de bulunan şehitlik, birçok ziyaret mekanı ile hem yerli hem de yabancı turistlerin ilgisini çekiyor.

16- ERZURUM TORTUM ŞELELE

Tortum'a 35 km. uzaklıkta. 48 metrelik yüksekliği ile Asya ve Avrupa'nın en büyük, dünyanın üçüncü büyük şelalesi.

17- SAFRANBOLU EVLERİ

Karabük'e bağlı bir Karadeniz kasabası olan Safranbolu, klasik Osmanlı kent mimarisini yansıtan evleriyle tanınıyor.

18- HASANKEYF

Kültürlerin kavşak noktası. Mardin ve Batman arasında yer alan Hasankeyf, konum itibarıyla kültürlerin kavşak noktasında bulunuyor.

19- ANİ HARABELERİ

Kars'ta farklı uygarlıkları simgeleyen eserlerin bulunduğu Ani Harabeleri Cami, Kilise, Kervansaray ve Manastırın yer aldığı mekan tam tarih severlere göre.

20- ALAÇATI

Dünyanın sörfçüleri burada. Her milletten sörfçülerin akın ettiği yerlerin başında geliyor. Hem rüzgarıyla yılın tüm zamanlarında sörf yapma imkanı tanıyor hem de doğal güzellikleri, mimarisi ve yetiştirilen doğal ürünleriyle öne çıkıyor.

21- BALIKLIGÖL

İbrahim Peygamber'in ateşe atıldığında düştüğü yer olarak biliniyor. Aynzeliha ve Halilür Rahman Gölleri, bu iki göl Urfa'nın en çok ziyaretçi çeken yerleri.

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

22- NOEL BABA KİLİSESİ

Uluslar arası bir üne sahip Demre'deki Noel Baba Kilisesi. Myra Antik Kentinin ustalıklı oyulmuş Kaya Mezarları görülmeye değer yerler.

23- MOZAIK KENT ZEUGMA

Gaziantep ili Nizip İlçesinde yer alan antik şehir. Roma döneminden kalan mozaikleri ile tanınıyor.

24- HARPUR

Elazığ'a 5 km. uzaklıktaki Harput İlçesi bir açık hava müzesi görünümündedir. Müzesi, Kalesi, Ulu cami, Meryem Ana kilisesi, Buzluk Mağarasıyla görülmeye değer bir turizm cennetidir.

25- İZNIK

Bursa – İstanbul- Adapazarı üçgeninin ortasında yer alan şirin bir ilçe. İznik Gölü kenarında, 3 imparatorluğa başkentlik yapmıştır. (Roma Bizans- Selçuklu- Osmanlı). Surlar, Roma Tiyatroları, Yeşil Camii, Nilüfer Hatun İmarethanesi, İznik çinisi Türkiye'nin uluslar arası alandaki en önemli noktalarından biridir. İznik ayrıca Hristiyanlık dininde İncil'in dörde indirildiği tarihi konsülün toplandığı Ayasofya Kilisesi'ne de ev sahipliği yapmaktadır.

26- BÜYÜK ADA

İstanbul 'da gezilip görülmesi gerekli listelerin başında geliyor. Yaz adalara gitmek için uygun bir mevsim.

27- UZUNGÖL

Dağların arasına gizlenmiş bir düş bahçesi. Yeşilin bin bir tonu, rengârenk çiçekler, yayla serinliği.

28- HARRAN

Bir masal şehri. Şanlı Urfâ'nın 45 km. güneydoğusunda. Mezopotamya ile Akdeniz'i birleştiren önemli bir durak noktası. 5 bin yıllık bir geçmişe sahip. İlk çağlardan beri önemli bir kültür merkezi.

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

29- EĞİRDİR

Yedi renkli göl. Isparta sınırları içindeki Eğirdir Gölü'nün manzarası yılın her mevsiminde harika. Genelde cam göbeği renginde olan göl, bazı gün ve saatlerde değişik renklere büründüğü için halk arasında yedi renkli olarak tanınıyor.

30- KÜLTEPE

Anadolu'nun en eski yazılı kaynakları Kayseri'nin 8 km. doğusundaki Kültepe'de bulundu. Kültepe kazıları bütün dünyanın yakından takip ettiği bir çalışma.

31- KÖYCEĞİZ

Bir liman kenti olarak tarihi 4 bin yıla dayanıyor. Sultaniye köyünde termal kaplıcaları, Yayla Köyü, Gökçeova 'da safari yapabilirsiniz.

32- DATÇA : PALAMUTBÜKÜ

Denizi ve doğayı sevenler için sessiz bir tatil. Sit alanı. Denize girilebilir, şeffaf sularda balık avlayabilir, yakın yerlere tekne turuna çıkabilirsiniz.

33- MARDİN

Dinlerin, mezheplerin harman olduğu yer. Taşın insan yaşamındaki yerini, insan emeğinin taşı nasıl şekillendirdiğini görünüz.

34- VAN GÖLÜ

Türkiye'nin en büyük gölü. Van gölü üç de ada barındırır, bu adalardan en meşhuru Akdamar. Kültürel bir iklimi ve doğal güzellikleri, yöresel dokusuyla Anadolu'nun motiflerini yaşatabilen bir kent Van, Van Tuşpa Kalesi.

35- ASHABI KEHF

Ashabi Kefh mağarası Tarsus'ta bulunuyor. Kur'an da Kefh suresinde geçen " Yedi Uyuyanlar Mağarası" her yıl ziyaretçi akınına uğruyor.

TÜRKİYE'DE GEZİLECEK GÖRÜLECEK YERLERİMİZ

36- DAMLATAŞ

Alanya'nın dünyaca ünlü mağarasıdır. Mağara, büyüleyici güzelliğinin yanı sıra astım hastalarına iyi gelen havasıyla da bilinir.

37- AYDER YAYLASI

Ladin ve kayın ormanlarıyla kaplı yayla. Çamlıhemşin ilçesine 16 km. mesafede Ayder, zengin florasının yanı sıra kaplıcası ile de bölgenin en çok tercih edilen tatil yerlerinden birisi.

38- KALEKÖY

Ege'nin ikiz kardeşleri. Türkiye'nin en son gün batımını yaşamak isteyenler için. Zeytinli de dibek kahvesi içmek, Hristo'nun tatlılarını yemek isterseniz Gökçeada'ya yelken açın.

39-KARAİN MAĞARALARI

Antalya'da Türkiye'nin en büyük ve aynı zamanda içinde insan yaşayan doğal mağaralar arasında yer alıyor.

40- YEDİGÖLLER VE ABANT

Dağların arasındaki vadilerde zamanla oluşan ve yan yana sıralanan göller Yedigöller olarak anılıyor. Bolu'nun gerdanındaki inciler gibi.

41- ORDU: BOZTEPE

Karadeniz'in en temiz kumu, en uzun sahil şeridi. Yeşil ile mavinin kucaklaştığı şehri Boztepe'den seyretmenin keyfine doyum olmaz.

42- KAZDAĞLARI

Tarih, oksijen ve trekking. Çanakkale ve Balıkesir arasında bulunan Kazdağları, yemyeşil doğası, tarihi kalıntıları, dereleri ve şelaleleriyle görülmeye değer bir belde.

43- ARTVİN YAYLALARI

Sahara Yaylası (Şavşat), Bilbilon Yaylaları (Ardanuç), Kafkasör Yaylası (Merkez) vadilerde bunların arkasından gelir.

HAYATTA ÖNEMLİ OLAN EN AZ NELERE İHTİYAÇ DUYARIZ

- 1- Önemli olan, hayatta en çok şeylere sahip olmak mıdır?
- 2- Önemli olan, hayatta yüksek makamlara çıkmak mıdır?
- 3- Önemli olan, Hayatta elalemin seni takdir etmesi midir?
- 4- Önemli olan, hayatta çok zengin noktaya gelmek midir?
- 5- Önemli olan, hayatta son model mercedeslere binmek midir?
- 6- Önemli olan, hayatta ailenin seninle iftihar etmesi midir?
- 7- Önemli olan, hayatta birilerinin seni beğenmesi midir?
- 8- Önemli olan, hayatta üniversite sınavını kazanmak mıdır?
- 9- Önemli olan, hayatta evlerini, arsalarını saymak mıdır?
- 10- Önemli olan, hayatta bankalardaki Türk ve Yabancı paralarına güvenmek midir?
- 11- Önemli olan, hayatta en az şeylere ihtiyaç duymaktır...
- 12- Önemli olan, hayatta nefes almaktır.
Allah'ın yarattığı hava, oksijen sayesinde yaşıyor, nefes alıyoruz.
- 13- Önemli olan, hayatta su içmektir.
Allah'ın gökten yaratıp, yağdırdığı su sayesinde yaşıyor, oksijenlerimiz trilyonlarca hücrelerimize hayat veriyor.
- 14- Önemli olan, hayatta niçin yaratıldığımızı düşünmektir.
- 15- Önemli olan, hayatta iyi insan olarak yaşamaktır.
- 16- Önemli olan, hayatta temel ihtiyaçların üzerinde yaşamamaktır.

HAYATTA ÖNEMLİ OLAN EN AZ NELERE İHTİYAÇ DUYARIZ

- 17- Önemli olan, hayatta birlikte çalıştığınız insanlarla temel ihtiyaçlarda eşit olmaktır.
- 18- Önemli olan, hayatta yeterli ve dengeli beslenmektir.
- 19- Önemli olan, hayatta her gün ruhsal yapımızı doyurmaktır.
- 20- Önemli olan, hayatta cenneti yaşamak, cenneti kazanmaktır. Hiçbir şeye ihtiyaç duymamak, kimseye minnet ve diyet borcu içerisinde kalmamaktır.
- 21- Hayatta önemli olan kul hakkı yememektir.
- 22- Hayatta önemli olan hayır dua almaktır.
- 23- Hayatta önemli olan Allah senden razı olsun dedirtmektir.
- 24- Hayatta önemli olan orta seviyede yaşamaktır.
- 25- Hayatta önemli olan meslek sahibi olmaktır.
- 26- Hayatta önemli olan iyi bir eş ve çocuğa sahip olmaktır.
- 27- Hayatta önemli olan sanatçı ruhunda olmaktır.
- 28- Hayatta önemli olan Allah'ın senden razı olmasıdır.
- 29- Hayatta önemli olan senin de Allah'tan razı olmandır.
- 30- Hayatta önemli olan Allah'a şükretmektir, her saniyemizde Allah'a rabıta etmektir...

MOBBİNG (İş Yerindeki Kâbus)

- 1- Mobbing: İşyerindeki Kabus.
- 2- Mobbing: Duygusal Taciz.
- 3- Mobbing: Yıldırma.
- 4- Mobbing: İş yeri terörü.
- 5- Mobbing: Aşırı şiddetle ilişkili ve yasaya uygun olmayan kabalıklar.
- 6- Mobbing: Çevresini kuşatma.
- 7- Mobbing: Topluca saldırma.
- 8- Mobbing: Rahatsız etme.
- 9- Mobbing: Sıkıntı verme
- 10- Mobbing: Kişinin iş yerinde dışlanması.
- 11- Mobbing: Ruh sağlığının bozulması.
- 12- Mobbing: Kötü muameleye maruz bırakılma.
- 13- Mobbing: Sistematik şekilde ve bilinçli bir baskı yapılması.
- 14- Mobbing: Karşı tarafı pasifize etmek.
- 15- Mobbing: Olumsuz davranış yaklaşımı sonucudur, cinsel, dinsel ve ırkçı yaklaşım.

Özetle Mobbing: İşyerinde gerçekleşen, bir veya daha fazla kişi tarafından, bir veya daha fazla kişiye, sistemli bir şekilde, düşmanca ve ahlakdışı bir yaklaşımla, süreklilik gösteren bir sıklıkla, çok çeşitli sebepleri olabilen, kişiyi sindirme maksadı ile, kişinin özgüvenine uygulanan psikolojik ve hatta fiziksel saldırgan davranışları ifade etmektedir. Mobbing için süreklilik, kasıtlılık ve sistematiklik gerekmektedir.

- 16- Üst düzey yöneticilerde Mobbing bir meslek hastalığı olarak sık görülmektedir.
- 17- İş yerinde duygusal terör uygulayan yöneticiler, baskıcı otoriter yapıya sahiptir.

MOBBİNG (İş Yerindeki Kâbus)

- 18- İş yerinde duygusal terör uygulayan yöneticilerin, totaliter kişiliği vardır.
- 19- İş yerinde duygusal terör uygulayan yöneticiler, kendi fikirlerini zorla kabul ettirmek isterler. İş yerinde duygusal terör uygulayan yöneticiler, eleştiriye kapalıdırlar, farklı düşünceye toleransları yoktur.
- 20- İş Yerinde En Çok Uygulanan Psikolojik Şiddet Davranışları:
- 1)Yapılan yanlışlardan sorumlu tutulma
 - 2) Kişiye mantıksız görevler verilmesi
 - 3)Yeteneğinin eleştirilmesi
 - 4) Birbirleriyle çelişkili kurallara itaat ettirilme
 - 5)Görevin kaybettirileceğine ilişkin tehditler
 - 6) Küçük düşürülme ve hakarete uğrama
 - 7) Başarının olduğundan az gösterilmesi
 - 8) İşten çıkarılma, ayağının kaydırılması
 - 9) Bağırılması
 - 10) Şerefının lekelenmesi
- 21- Son yıllarda gelişmiş ülkelerde mobbing çok yaygınlaşmıştır.
- 22- Mobbing; Sosyoloji, Psikoloji, Hukuk, Tıp başta olmak üzere disiplinler arası çalışılan bir konu haline gelmiştir.
- 23- Gelişmiş ülkelerde cinsel tacizin de önüne geçmiştir. Sözü edilen cinsel taciz: Pornografik içerikli fıkralar anlatılması, kadına karşı gül koklamak, kaş-göz işareti yapılması, öpücük gönderilmesi, küfürler edilmesi, cinsel içerikli mesajlar gönderilmesi v.b. şekillerde olabiliyor.
- 24- İsveç'te intiharların %15'inin mobbing kaynaklı olduğu bildirilmektedir.
- 25- Hedefi, bir iş yerinde sistematik baskı yaratarak ahlak dışı yaklaşımla iş performansını ve dayanma gücünü yok edip; işten ayrılmaya zorlamaktır.

MOBBİNG (İş Yerindeki Kâbus)

Mobbing, kişiyi iş yaşamından dışlamak amacıyla kasıtlı olarak yapılır. Üst merci ima ve alayla, karşısındakinin toplumsal itibarını düşürmeye yönelik saldırgan bir ortam yaratarak kişiyi işten ayrılmaya zorlar.

- 26- Mobbinge uğrayan kişiler genellikle: İşini çok iyi, hatta mükemmel yapan, işini seven.
- 27- Mobbinge uğrayan kişiler genellikle: İlişkileri olumlu olan ve çevresindekilerce sevilen.
- 28- Mobbinge uğrayan kişiler genellikle: Çalışma ilkeleri ve değerleri sağlam, bunlardan ödün vermeyen.
- 29- Mobbinge uğrayan kişiler genellikle: Dürüst ve güvenilir, kuruluşa sadık.
- 30- Mobbinge uğrayan kişiler genellikle: Bağımsız ve yaratıcı.
- 31- Zorba, yeteneklerinden üstün özelliklere sahip olan kişilere yönelir. Özellikle yaratıcı insanlar ürettikleri yeni fikirlerin diğerlerini rahatsız etmesi ve daha yüksek mevkilerde çalışan kişiler için tehdit oluşturdukları nedeniyle mobbinge uğrarlar.
- 32- Zorbalar ise, korkak,
- 33- Zorbalar ise, nevroitik,
- 34- Zorbalar ise, iktidar açlığı olan,
- 35- Zorbalar ise, çocukluk travmaları olan,
- 36- Zorbalar ise, kötü, narsist kişilikli,
- 37- Zorbalar ise, şişirilmiş ben merkezci,
- 38- Zorbalar ise, aşırı kontrolcü,
- 39- Zorbalar ise, patron olarak bunu hakkı bilen,
- 40- Zorbalar ise, kendileri ile barışık olmayan kişilerdir.
- 41- Mobbing, işin akışına ya da bir davranışına ilişkin bir anlaşmazlıkla başlar.
- 42- Saldırganlığa zorbanın dışında yönetim veya iş arkadaşları da katılabilir.
- 43- Bir sonraki aşamada kurban, sorunun kaynağı, problemlili ya da akıl hastası olarak damgalanır.

MOBBİNG (İş Yerindeki Kâbus)

- 44- Süreç, işe son verilmesi ya da kişilerin ayrılması ile tamamlanır. Kişi kötü huylu, asi ya da işten anlamaz olarak damgalanarak iş bulma referansları kirlenmiş olur.
- 45- Mobbing kişiler üzerinde yarattığı etkilere göre 3 farklı derecede sınıflanabilir.

Genel koşullar

Tolerans

Şiddetin süresi ve sıklığı

Kişilerin yetiştirme şekilleri

Geçmiş deneyimler

Birinci derece Mobbing: *Ağlama, Alınganlık,*

Zaman zaman uyku bozuklukları,

Konsantrasyon bozukluğu,

Sosyal ilişkileri etkilenmez.

İkinci derece Mobbing: *Direnemez, Kaçamaz,*

Geçici veya uzun süreli zihinsel ve / veya fiziksel rahatsızlıklar çeker.

Üçüncü derece Mobbing: *Mağdur iş gücüne geri dönemez.*

Fiziksel ve ruhsal zarar görme.

Rehabilitasyonla bile düzeltilebilecek durumda değildir.

Tıbbi ve psikolojik yardım artık zorunludur.

46-Engelleme Yöntemleri

Mobbing kurbanlarına yeni bir iş araması,

Yardım alması, Yaraları sarmaya çalışması,

Kendini yalıtması, Yasal işlem yapması,

Özgüvenini geliştirmesi, Üyesi olduğu kuruluşlara başvurması

önerilmektedir. Bulaşıcı bir hastalık gibidir. İşletmeye güven ve

saygıyı azaltır, motivasyon düşer. Bu duygusal taciz iş yaşamında

maddi manevi çok büyük zarara yol açar.

- 47- Mobbing psikolojik bir saldırı olduğu düşünülürse; Psikolojik savunma yöntemleri geliştirmek büyük önem taşımaktadır. Mobbing bulaşıcı bir hastalık gibidir. İşletmeye güven ve saygıyı azaltır, motivasyon düşer. Bu duygusal taciz iş yaşamında maddi manevi çok büyük zarara yol açar.

MOBBİNG (İş Yerindeki Kâbus)

48- Yapılması Gerekenler:

- 1) Görmezlikten gelinmemelidir.
- 2) Müsamaha gösterilmemelidir.
- 3) Kimi kime şikâyet edeceğim gibi açmazlar yaşamamalıyız.
- 4) Psikolojik bir tesir olduğu vurgulanmalıdır.
- 5) Sistematik bir biçimde düşmanca yaklaşıldığı söylenmelidir.
- 6) Zorbaya açıkça duruma itiraz ettiğinizi söyleyin.
- 7) Yanınızda güvendiğiniz size tanıklık edecek arkadaşınız bulunsun.
- 8) Anlamsız emirleri yazılı isteyin.
- 9) İlk fırsatta zorbayı yetkili birime rapor edin.
- 10) Hukuksal başvuru yapın.

Asıl olan mobbingin olmadan önce önlenmesidir.

Birinci Önleme: Ortaya çıkmadan mobbingin önlenmesi, daha çok örgütsel konulara yöneliktir.

İkincil Önleme: Acil durumlara yöneliktir.

Üçüncül Önleme: Rehabilitasyon gibi uzun erimli, bakıma, ruhsal sorunları azaltma ve desteğe yöneliktir.

Kişi hem özel, hem de mesleki yaşamında insan ilişkilerine özen göstermelidir. Kendi sınırlarını çizmeli, başkalarının kendileri için çizdikleri sınırlara saygı göstermelidir. Kendisinin ve başkasının güçsüz yanlarını kabul etmelidir. Başkasının sesi olunmamalı, kendisinin sesi olma başarılımalıdır. Başkalarının sözüne göre konuşulmamalı ve davranılmamalıdır.

Kurum, " Bizim iş yerimizde böyle bir şey olmaz " dememelidir. Diyalog teşvik edilmeli, eleştiriye hak tanınmalı, eleştiren işaretlenmemelidir.

Süpervizyon hizmeti ile duygusal yüklenişler azaltılmalı, nedenleri birey ve grup tarafından daha iyi anlaşılmalı, çözüm birlikte aranmalıdır. Sporda olduğu gibi iş yaşamında da kurallar net ve adil olmalıdır.

MOBBİNG (İş Yerindeki Kâbus)

Tacizleri açığa çıkaracak anonim (isimsiz) bildirim sistemleri işle-tilmelidir. İş yerinde bireysel saygıya dayalı işyeri kültürü gelişti-rilmeli, açık ve anlaşılır, şeffaf bir politika izlenmeli, farkındalık arttırılmalı, rapor ve tüm olaylar kayıt altına alınmalı, çalışanların düzenli geri bildirimini sağlanmalı, periyodik olarak ortak yönetim-çalışan toplantıları gerçekleştirilmeli, yönetim planının düzen-li aralarla gözden geçirilmesi sağlanmalıdır. Sürekli eğitim yapıl-malıdır.

49- Türkiye’de de Avrupa gibi davaların açılmasının sağlanması, mob-bing konusunda bir bilinç oluşturulması, işverenin keyfi davranış-larının sınırlandırılması, üye kuruluşların etkinliklerinin arttırılma-sı mobbingin azaltılması yönünde önemli bir adım olacaktır.

50- Mobbing bir insan hakları ihlalidir. Mobbing de yasal düzenle-memin yanı sıra, bilgilendirme ve bilinçlendirme gereksinimi bü-yüktür.

Mobbingi önlemek için kişi ve kurumlar, bunun görevleri olduğu-nun farkında olmalıdırlar.

Çalışma ortamları, dışlama, tercih, ırk, renk, cinsiyet, ya da cinsel yönelim, din, siyasi görüş, millî bakış ya da sosyal köken temelinde herhangi bir ayrımdan arınmış olmalıdır.

Mobbing bir kıskançlıktan doğabilecek kadar basit amaçlı olabi-lirken, bir ülkenin idari yapısına yönelik olabilecek kadar organi-ze ve kompleks olabilir.

Ne amaçla olursa olsun insan onuruna yönelik bir suç olan mobbing toplumu yozlaştıran ve çağ dışına iten bir olaydır. Aydın bir toplum için ortadan kaldırılmalı ve en ağır şekilde cezalandırılmalıdır.

Amaç mobbingi önlemek, kurbanlara yalnız olmadıklarını hisset-tirmektir.

ÖLÜRKEN SON SÖZLERİ

1- Hz. Muhammed

Ey Ashabım.

Bilmiş olunuz ki aranızdan ayrılmam yaklaştı. Kimin bende hakkı varsa benden istesin. Benim yanımda sevgili olan benden hakkını istesin veya helal etsin ki Rabbime ve rahmetine bunları ödemiş olarak kavuşayım.

2- Mustafa Kemal Atatürk

Saati sormuş ve ardından :“Ve aleykümselam...”

3- Mevlana

Rabbimiz, beni kendi hazretine davet ediyor. Artık gitmek zamanıdır. Ya Azrail çabuk ol. Beni Rabbime çabuk kavuşturun.

4- Hz. Ebubekir

Nasıl yaşadıysan, son nefesinde son sözde o şekil gelir cana. Ya Rabbi, ruhumu müslüman olarak al ve beni salihlerle beraber eyle.

5- Eyyüb El Ensari

Konstantiniyye civarına salih bir kişi defnolunacak diye duymuştum, umarım ve temenni ederim ki O, ben olayım. Bunun için ben öldükten sonra cesedimi götürebileceğiniz en uzak noktaya, düşmana en yakın yere kadar götürünüz ve oraya gömünüz. Üzerimde harbettiğinizi, atlarınızın nal seslerini duyayım.

6- İmam Azam

Ya Rabbi senin halkına gücüm yettiği kadar söz ile kendi nefsimde de fiil ile öğüt verdim. Benim nefsimin günahını halka ettiğim nasihatlere bağışla.

7- Alpaslan

Akıllı ve tecrübeli bir adamın bana iki nasihati vardı. Birisi kimseyi hakir görmemek, diğeri de kendi kuvvetine güvenmemek.

ÖLÜRKEN SON SÖZLERİ

Hayatımın son günlerinde bu nasihatleri ihmal ettiğimden hata ettim, dün bir tepeden askerlerimin çokluğunu ve heybetini seyrederken yer sarsılıyor sanmışım. Bana bir gurur geldi, dünya Pağıahayım, bana kimse karşı gelemmez demiştim. Şimdi ölüyorum, Allah'tan mağfiret dilerim.

8- Hz. Ömer

Bu benim en büyük dileğimdi.

9- Hz. Ali

Kabe'nin Rabbine yemin olsun ki ben kazandım.

10- Yavuz Sultan Selim

Artık Allah'la olmak zamanıdır.

11- Mimar Sinan

Biz hizmetimizi Allah için yaptık ve mükafatını da ahirette bekliyoruz.

12- Namık Kemal

Biraz dinleneyim.

13- Peyami Sefa

İşte bu fena.

14- Cemal Süreyya

Ölüyorum Tanrım.

Bu da oldu işte.

Her ölüm erken ölümdür.

Biliyorum Tanrım.

Ama ayrıca aldığım şu hayat.

Fena değildi.

Üstü Kalsın...

15- Malcolm X

Durun .

Durun.

Telaşlanmayın sakın olun kardeşlerim.

ÖLÜRKEN SON SÖZLERİ

16- Adnan Menderes

Mukadderatın önüne geçilmez.

17- Yahya Kemal

Allah'a dır tevekkülümüz, itimadımız.

Ölmek kaderde var, yaşayıp köhnemek hazin.

Buna bir çare yok mu, Ya Rabbil âlemin.

18- Abdulhamid Han

Son sözü "Allah" olmuştur.

19- Buda

Ve şimdi sizden ayrılıyorum.

Bütün elementler fanidir.

Kurtuluşa sebat ederek erişiniz.

20- Necip Fazıl Kısakürek

Demek böyle ölünürmüş.

21- Cemal Nadir

Ah iyi olsam, terliklerimi giysem, şu odada dolaşsam, şu köşeye geçsem, resimlerimi yapsam.

22- Goethe

Biraz daha ışık.

İnsanlık her şeyini Hz. Muhammed'e borçludur.

23- Beethoven

Cennette duyacağım.

24- Mozart

Ölümün tadı dilimin ucunda.

Bu dünyada olmayan bir şey hissediyorum.

25- Karl Marx

Hadi oradan, son sözler yeterince doğru söz söylememiş aptallar içindir.

ÖLÜRKEN SON SÖZLERİ

26- Mao Zedung

Kendimi kötü hissediyorum, doktor çağırın.

27- Churchill

Her şeyden öyle sıkıldım ki.

28- Voltaire

Şeytanı lanetlemesini isteyen papaza verdiği cevap :“ Papaz Efendi, bence şu an düşman kazanmak için iyi bir zaman değil.”

29- Oscar Wilde

Ya duvar kağıdı gidiyor, ya da ben.

30- Charlie Chaplin

Tanrı ruhunu affetsin diyen papaza verdiği cevap: “Neden olmasın, ne de olsa kendi malı.”

31- Victor Hugo

Kara bir ışık görüyorum.

32- Albert Einstein

Ben görevimi burada bitiriyorum.

33- Kant

İşte bu iyi.

34- Lord Byron

Her şey bitti, artık çok geç.

35- George Bernard Shaw

Bu da benim için yeni bir deneyim olacak.

36- Elvis Presley

Tamam yapmayacağım.

37- Salvador Dali

Saatim nerede?

38- Caligula

Yaşıyorum.

ÖLÜRKEN SON SÖZLERİ

39- Fontenelle

Halime üzülüyorum.

40- Arthur Rimbaud

Allah Kerim.

41-Chopin

Beni kesip, içimi açmalarını sağlayacağına yemin et, böylece canlı gömülmekten kurtulurum.

42- Dominique Bouhours

Ölmek üzereyim veya ölmekteyim, bu ifadelerin ikisi de doğrudur.

43- Joan Crawford

Lanet olsun. Sakın Tanrı'dan bana yardım etmesini istemeye kalkma.

44- Hitler

Ben kendim ve karım, azledilme yada kapitülasyonları kabul etme durumunda bırakılma utancını taşımaktansa, ölmeyi seçiyoruz.

45- Mikelanj

Ruhumu Allah'a, vücudumu ve malımı aileme bırakıyorum.

46- Neron

Dünya bir büyük sanatkarı kaybediyor.

47- Sezar

Sen de mi Brütüs?

48- Franklin Roosevelt

Korkunç bir baş ağrım var.

49- Louis

Siz benim ölümsüz olduğumu mu sanıyordunuz ?

50- Sokrates

Ne yapıyorsunuz dostlar amma tuhafmışsınız, ben kadınları bunun için savmıştım, sakın olunuz, metin olunuz. Askulepios'a bir horoz borcumuz var unutma Kriton.

ÖLÜRKEN SON SÖZLERİ

51- Konfüçyüs

Beni anlayan hiç kimse yok.

Beni üstat olarak kabul eden hiçbir hükümdar çıkmadı.

52- Leonardo Da Vinci

Ölüm döşeğindeyken kral I. Françoise : "Haşmetli hükümdarımın kollarında ölmek benim için şereflerin en büyüğüdür".

53- Schubert

Allah, bizi takdis etsin.

54- Nostradamus

Yarımdan itibaren artık burada olmayacağım.

55- J.M.Barie

Uyuyamıyorum.

56- Aleister Crowley

Aklım karıştı, şeytan git buradan.

57- Henrik Ibsen

Tam tersine.

58- George Orwell

Ellisine gelen herkes hak ettiğini bulacaktır.

59- Muhammed İkbâl

Haşa ben ölümden korkmuyorum.

Çünkü ben Müslüman'ım.

Her Müslüman'a yakışan da ölümü tebessümle karşılamaktır.

Hakikaten ölüm ebediyet âlemine açılan ilk perdedir.

60- Şeyh Edebali

Asıl ölüm, ilimden payını almayanlardır.

Faydalı ve faydasızı bilenler bilgi sahipleridir.

2011 YAŞAYAN

BAĞIMSIZ VE ÖZERK TÜRK DEVLETLERİ

BÜYÜK ORTADOĞU ÜLKELERİ

İSLAM KONFERANSI ÖRGÜTÜ ÜYESİ DEVLETLER

I. Bağımsız Türk Devletleri:

1-Türkiye Cumhuriyeti	Başkenti: Ankara
Dil: Türkçe	Nüfus: 74 Milyon
2-Azerbaycan Cumhuriyeti	Başkenti: Bakü
Dil: Azerice (Azerbaycan Türkçesi)	Nüfus: 9 Milyon
3- Kazakistan Cumhuriyeti	Başkenti: Astana
Dil: Kazakça (Kazakistan Türkçesi)	Nüfus: 16,5 Milyon
4- Türkmenistan Cumhuriyeti	Başkenti: Aşkabat
Dil: Türkmençe (Türkmenistan Türkçesi)	Nüfus: 5,5 Milyon
5- Özbekistan Cumhuriyeti	Başkenti : Taşkent
Dil: Özbekçe (Özbekistan Türkçesi)	Nüfus: 28 Milyon
6- Kırgızistan Cumhuriyeti	Başkenti: Bişkek
Dil: Kırgızca (Kırgızistan Türkçesi)	Nüfus: 5,5 Milyon
7- Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti	Başkenti: Lefkoşe
Dil: Türkçe	Nüfus: 300,000

II. Özerk Türk Devletleri

1- Altay Cumhuriyeti	5- Kabardino-Balkarya Cumhuriyeti
Başkenti: Gorno Altaysk	Başkenti: Nalçık
2- Başkurdistan Cumhuriyeti	6- Karaçay- Çerkesk Cumhuriyeti
Başkenti: Ufa	Başkenti: Çerkesk
3- Çuvaşistan Cumhuriyeti	7- Yakutistan (Saha) Cumhuriyeti
Başkenti: Çeboksarı	Başkenti: Yakutsk
4- Dağıstan Cumhuriyeti	8- Tataristan Cumhuriyeti
Başkenti: Mahaçkale	Başkenti: Kazan

2011 YAŞAYAN BAĞIMSIZ VE ÖZERK TÜRK DEVLETLERİ

- | | |
|--|--|
| 9- Tuva Cumhuriyeti
Başkenti: Kızıl | 15- Sincan – Uygur Özerk Bölgesi
Başkenti: Urumçi |
| 10- Hakasya Cumhuriyeti
Başkenti: Abaka | 16- Gagavuzya Cumhuriyeti
Başkenti: Komrat |
| 11- Taymir Cumhuriyeti
Başkenti: Dydinka | 17- Kalmıkya Cumhuriyeti
Başkenti: Elista |
| 12- Kırım Cumhuriyeti
Başkenti: Akmescit | 18- Buryat Cumhuriyeti
Başkenti: Ulan- Ude |
| 13- Nahçıvan Cumhuriyeti
Başkenti: Nahçıvan | 19- Güney Azerbaycan |
| 14- Karakalpakistan Cumhuriyeti
Başkenti: Nukus | |

III. Türklerin Yoğun Yaşadıkları Devletler

- | | |
|----------------|----------------|
| 1- İran | 8- Irak |
| 2- Almanya | 9- Suriye |
| 3- Fransa | 10- Rusya |
| 4- Hollanda | 11- Afganistan |
| 5- Belçika | 12- Çin |
| 6- Bulgaristan | 13- Gürcistan |
| 7- Yunanistan | 14- Moldova |

2011 YAŞAYAN BAĞIMSIZ VE ÖZERK TÜRK DEVLETLERİ

Not: T.C. Cumhurbaşkanlığı Forsunda yer alan 16 yıldız şü Türk Devletlerini Temsil ediyor.

1- Büyük Hun İmparatorluğu

Kurucusu: Teoman
M.Ö. 220– M.S. 48

2- Batı Hun İmparatorluğu

Kurucusu: Çiçi
M.S. 48- 216

3- Avrupa Hun İmparatorluğu

Kurucusu: Balamir
375 – 503

4- Ak Hun İmparatorluğu

Kurucusu: Aksuvar
420 – 562

5- Göktürk İmparatorluğu

Kurucusu: Bumin Han
1242 - 1502

6- Avar İmparatorluğu

Kurucusu: Bayan Han
562 – 803

7- Hazar İmparatorluğu

Kurucusu: Buri Şad
630 -1100

8- Uygur Devleti

Kurucusu: Kül Bilge Kağan
745-840

9- Karahanlılar

Kurucusu: Abdülkerim Satuk Buğra Han
840 - 1212

10- Gazneliler

Kurucusu: Alp Tigin
961- 1187

11- Büyük Selçuklu

Kurucusu: Tuğrul Kağan
1037 - 1157

12- Harzemşahlar

Kurucusu: Muhammed
Harzemşah/ 1077 - 1231

13- Altınordu İmparatorluğu

Kurucusu: Batu Han
552- 745

14- Büyük Timur İmparatorluğu

Kurucusu: Timur
1370 - 1507

15- Babür İmparatorluğu

Kurucusu: Zahiruddin
Muhammed Babür
1526 - 1848

16- Osmanlı İmparatorluğu

Kurucusu: Osman Gazi
1299 – 1922

2011 YAŞAYAN BAĞIMSIZ VE ÖZERK TÜRK DEVLETLERİ

T.C. Cumhurbaşkanlığı Forsunun ortasında Güneş yer alıyor:
TÜRKİYE CUMHURİYETİ *Kurucusu: Mustafa Kemal Atatürk -1923 -*

IV. İslam Konferansı Örgütüne Üye Devletler: 57 Ülke

- | | | |
|------------------------------|----------------|--------------------|
| 1- Afganistan | 21-Guyana | 41-Pakistan |
| 2- Arnavutluk | 22-Irak | 42-Senegal |
| 3- Azerbaycan | 23-İran | 43-Sierra Leone |
| 4- Bahreyn | 24-Kamerun | 44-Somali |
| 5- Bangladeş | 25-Katar | 45-sudan |
| 6- Benin | 26-Kazakistan | 46-Surinam |
| 7- Birleşik Arap Emirlikleri | 27-Kırgızistan | 47-Suriye |
| 8- Brunei | 28- Komorlar | 48-Suudi Arabistan |
| 9- Burkina Faso | 29-Kuveyt | 49-Tacikistan |
| 10- Cezayir | 30-Libya | 50-Togo |
| 11- Cibuti | 31-Lübnan | 51-Tunus |
| 12- Çad | 32-Malezya | 52-Türkiye |
| 13- Endonezya | 33-Maldivler | 53-Türkmenistan |
| 14- Fas | 34-Mali | 54-Uganda |
| 15- Fildişi Sahilleri | 35-Mısır | 55-Umman |
| 16- Filistin | 36-Moritanya | 56-Ürdün |
| 17- Gabon | 37-Mozambik | 57-Yemen |
| 18- Gambia | 38-Nijer | |
| 19- Gine | 39-Nijerya | |
| 20- Gine Bissau | 40-Özbekistan | |

2011 YAŞAYAN BAĞIMSIZ VE ÖZERK TÜRK DEVLETLERİ

İSLAM KONFERANSI ÖRGÜTÜ GÖZLEMCİLERİ

- 1- Bosna Hersek
- 2- Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
- 3- Tayland
- 4- Rusya Federasyonu
- 5- Orta Afrika Cumhuriyeti

V. Ortadoğu Ülkeleri

- | | |
|-------------|-----------------------------------|
| 1- Türkiye | 10- Suudi Arabistan |
| 2- İran | 11- Kuveyt |
| 3- Mısır | 12- Yemen |
| 4- Irak | 13- Bahreyn |
| 5- Suriye | 14- Birleşik Arap Emirlikleri |
| 6- Ürdün | 15- Umman |
| 7- Lübnan | 16- Katar |
| 8- Filistin | 17- Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti |
| 9- İsrail | 18- Güney Kıbrıs Rum Yönetimi |

2011 YAŞAYAN BAĞIMSIZ VE ÖZERK TÜRK DEVLETLERİ

VI. Büyük Ortadoğu Ülkeleri

- 1- Azerbaycan
- 2- Afganistan
- 3- Pakistan
- 4- Gürcistan
- 5- Ermenistan
- 6- Abhazya
- 7- Güney Osetya
- 8- Cibuti
- 9- Libya
- 10- Tunus
- 11- Cezayir
- 12- Fas
- 13- Sudan
- 14- Somali
- 15- Eritre
- 16- Batı Sahra



EVRENSEL İNSAN

- 1- Allah'a inanan.
- 2- Allah'a teslim olan.
- 3- Allah dışında hiçbir şeye teslim olmayan.
- 4- Güzel düşünen.
- 5- Güzel işler yapan.
- 6- Değerler üreten.
- 7- Sahip olduklarını paylaşan.
- 8- Karşılıksız ihtiyaç sahiplerine veren.
- 9- Geleneği olan.
- 10- Gelenekçi olmayan.
- 11- Evrensel ilkelerle yürüyen, yaşayan.
- 12- Sevgi dolu olan.
- 13- İstikameti olan.
- 14- İstikametinden dönmeyen.
- 15- Kendi özeleştirisini yapan.
- 16- Başkalarının eleştirilerine takılmayan.
- 17- Barışa yönelik işler yapan.
- 18- Korkmayan.
- 19- Tasalanmayan.
- 20- İyiliklerin mükâfatına inanan.
- 21- İyiliklerin mükâfatını gören.
- 22- Kötülüklerin cezasız kalmayacağına inanan ve gören.
- 23- Her yaş döneminde kendisiyle barışık olan.
- 24- Sabreden.
- 25- Özü sözü doğru olan.
- 26- Onurlu, dik duran.

EVRENSEL İNSAN

- 27- Nimet ve imkânlarla başkaları gibi yaşayan.
- 28- Muhafazakâr olmayan.
- 29- İnsani varoluşun azığı hürriyet isteyen.
- 30- Özgür olan.
- 31- Gözlerinde kin olmayan.
- 32- Şefkatlidir.
- 33- Hoşgörülüdür.
- 34- Alçak gönüllüdür.
- 35- Olduğu gibi görünür, görüldüğü gibi olur.
- 36- Her yaptığı işin sonucunu Allah' a bırakır.
- 37- Allah'ı vekil kılar.
- 38- İnsanın sonsuzluğuna yardımcı olmayan her şeyi terk eder.
- 39- Yaşamlarında ci, cü... olmaz.
- 40- Yemek için yaşamaz.
- 41- Yaşamak için yer.
- 42- Menfaat sağlamaz, hep verecek bir şeyleri vardır.
- 43- Hak edilmemiş itibar istemez.
- 44- Kendini tatmin etmez.
- 45- Güvenilir kişidir.
- 46- Bozgunculuk, şiddet, terör, yalancılık, iftiracılık, ahlaksızlık yapmaz.
- 47- Allah ile aldatmaz.
- 48- Seherlerde bağışlanmak için Allah'a yakarır.
- 49- Daha çok para kazanayım diye insanları sömürerek çalışan, çok kötü ölür, insanca yaşayan saygın bir şekilde ölür.
- 50- Yaşamın devamına hesaba inanır.

DEĞİŞMEYEN SADA EZAN

- 1- Ezan; Allah'ın varlık, birlik ve peygamberinin hak olduğunun söylendiği şu kâinat orkestrasında diğer varlıklarla birlikte insanın söylediği ve onlarla paylaştığı nağmedir.
- 2- Dünyanın her yerinde ezan sürekli okunmaktadır.
Dünyada her gün 24 saat ezanın okunmadığı an yoktur.
- 3- Dünyadaki en güzel ses ezan sesidir.
- 4- Ezan evrenseldir.
- 5- Ezan Allah'ın birliğinin ilanıdır.
- 6- Ezan orada Müslüman olduğunun işaretidir.
- 7- Yurdumuzun üstünde ebediyen ezan okunacaktır.
- 8- Ezan bir nurdur.
- 9- Ezan güzelliğe davettir.
- 10- Ezan kurtuluşa davettir.
- 11- Ezan ibadete davettir.
- 12- Ezan secdeye davettir.
- 13- Ezan kıyama davettir.
- 14- Ezan Yaratıcı Allah'la rabıtaya davettir.
- 15- Ezan kardeşliğe davettir.
- 16- Ezan makamların yok olduğu ilahi mekâna çağrıdır.
- 17- Ezan zenginliklerin yok olduğu ilahi mekâna çağrıdır.
- 18- Ezan statülerin yok olduğu ilahi mekâna çağrıdır.
- 19- Ezan dinin temelidir.
- 20- Gelip göklerde buluşan ezanlarımız vardır.
- 21- Ezanla Fatihalar gelir.
- 22- Ezanla dualar gelir.
- 23- Ezanla huzurlar gelir.
- 24- Ezanla mutluluklar gelir.
- 25- Ezanla abdest alınır.

DEĞİŞMEYEN SADA EZAN

- 26- Ezanlar kötülükler giderir.
- 27- Ezanlar iyilikler getirir.
- 28- Ezan disiplindir.
- 29- Ezan kapılar açar.
- 30- Ezan Allah'ın en büyük olduğunun ilanidir.
- 31- Ezan Allah'tan başka ilah olmadığıının ilanidir.
- 32- Ezan Muhammed (sav) 'in, Allah'ın elçisi olduğunun ilanidir.
- 33- Ezan namaza çağrıdır.
- 34- Ezan felaha çağrıdır.
- 35- Ezan NAMAZIN uykudan daha hayırlı olduğunun ilanidir.
- 36- Ezan karanlıkları aydınlığa çevirendir.
- 37- Ezan yanlışları doğrulara çevirendir.
- 38- Ezan savaşları barışa çevirendir.
- 39- Ezan hastalıkları sağlığa çevirendir.
- 40- Sabah ezanı saba makamında okunur.
- 41- Öğle ezanı rast makamında okunur.
- 42- İkinci ezanı hicaz makamında okunur.
- 43- Akşam ezanı eviç ya da segâh makamında okunur.
- 44- Yatsı ezanı uşşak ya da bayati makamında okunur.
- 45- Dünyada her saniye ezan okunmaktadır.
Dünyada ezanın okunmadığı bir an yoktur.
- 46- Ezan imana çağrıdır.
Ezan şeytanı uzaklaştırır.
- 47- Dünyada ezan her yerde aynı sözlerle okunur.
Tüm Müslümanlar dünyanın neresinde duyarlarsa duysunlar orası onun evi gibidir.
- 48- Ezan zamanın göstergesidir.
- 49- Ezan birliği, beraberliği temsil eder.
- 50- Her ezan yeni bir başlangıçtır...

İNANAN – İNKÂRCI – İKİ YÜZLÜ

İNANAN (MÜMİN)

- 1- Gaybe inanırlar.
- 2- Allah'a Ahiret Gününe İnanırlar.
- 3- Namazlarında huşu içindedirler.
- 4- Boş şeylerden uzak dururlar.
- 5- Arınmak için çabalarlar.
- 6- Rızıklarından iyilik için verirler.
- 7- Zekatı öderler.
- 8- Bollukta ve darlıkta harcarlar.
- 9- İrzlerini korurlar. Ancak eşleri ya da sahibi oldukları cariyeleri bunun dışındadır.
- 10- Haddi aşmazlar.
- 11- Emanetleri yerine getirirler.
- 12- Verdikleri sözleri yerine getirirler.
- 13- Yararlı iş yaparlar.
- 14- İyilik söylerler.
- 15- Kötülüğü engellerler.
- 16- Hayırlı işlerde birbirleri ile yarışırılar.
- 17- Korkuları olmaz.
- 18- Üzülmezler.
- 19- Allah'ın sevgisini umanlardır.
- 20- Öfkelerini yenenlerdir.

İNANAN – İNKÂRCI – İKİ YÜZLÜ

- 21- İnsanların kusurlarını affedenlerdir.
- 22- Güçlüklere göğüs gerenlerdir.
- 23- En kolay yolda gitmeyi kolaylaştıranlardır.
- 24- Allah'ın huzurunda gönülden boyun büküp divan duranlardır.
- 25- Seher vakitlerinde Allah'tan bağışlanma dileyenlerdir.
- 26- En güzel olanı tasdik edenlerdir.
- 27- Kendilerini koruma altına alanlardır.
- 28- Allah'a sınıksız sarılanlardır.
- 29- Allah bilincinde olanlardır.
- 30- Dürüst olanlardır.
- 31- Yetimin hakkını korurlar.
- 32- Peygamberlere inanırlar.
- 33- Kitaplarına inanırlar.
- 34- Meleklerine inanırlar.
- 35- Öldükten sonra dirilmeye inanırlar.
- 36- Sevdiklerinden verirler.
- 37- iyiliğe çağırırlar.
- 38- Gevşeklik göstermezler.
- 39- Geceleri ihya ederler.
- 40- Allah'ı andıkça imanları artar.

İNANAN – İNKÂRCI – İKİ YÜZLÜ

İNKÂRCI (KAFİR)

- 1- Allah'a inanmazlar.
- 2- İyi işler yapmazlar.
- 3- Cimrilik ederler.
- 4- Zulmederler.
- 5- Antlaşmayı bozarlar.
- 6- Yoldan çıkmışlardır.
- 7- Nankördürler.
- 8- Bozguncudurlar.
- 9- Kalpleri ve kulakları mühürlenmiştir.
- 10- Gözlerinde ise perde vardır.
- 11- İnsanları Allah yolundan alıkorlar.
- 12- Derin bir sapıklığa düşmüşlerdir.
- 13- Allah inkarcıları asla bağışlamaz.
- 14- Allah inkarcıları doğru yola iletmez.
- 15- Mutlaka kaybedenlerden olmaya mahkumdurlar.
- 16- İnananlarla alay ederler.
- 17- Kötülük işlerler.
- 18- İnkâr edenlerin dostları azgınlardır.
- 19- İnkarcılara dünyada rezillik, ahirette azap vardır.
- 20- Allah'ın korunmasını emrettiği bağları, iman, akrabalık, beşeri ve ahlaki bütün ilişkileri koparırlar.

İNANAN – İNKÂRCI – İKİ YÜZLÜ

- 21- İman etmezler.
- 22- İnkâr ederler.
- 23- Allah'tan başkalarına kulluk ederler.
- 24- Allah'tan başka taptıkları onların dinidir.
- 25- Yavaş yavaş kendilerini beklemekte olan acı sona doğru sürüklenirler.
- 26- Dünyada mühlet verilmesi, günahlarını arttırır, alçaltıcı bir azap onları beklemektedir.
- 27- İnkâr edenlerin diyar diyar gezip dolaşmaları sakın seni aldatmasın. Sonları cehennem olacaktır.
- 28- Allah ahirette onlara herhangi bir pay vermeyecektir.
- 29- Ne malları, ne çocukları Allah katında onlara hiçbir yarar sağlamayacaktır.
- 30- Ne azapları hafifletilecek, ne de geciktirilecektir.
- 31- Doğruyu gizlerler.
- 32- Hesap gününü yalanlarlar.
- 33- Yetimin malını yerler.
- 34- Fesatçdırlar.
- 35- Sınır tanımazlar.
- 36- Faizi kat kat yerler.
- 37- Dalalet ve sapkınlık içindedirler.
- 38- Mal, makam ve evlat ile öğünürler.
- 39- Sınıf ayırımı yaparlar.
- 40- Atalarına uyarlar.

İNANAN – İNKÂRCI – İKİ YÜZLÜ

İKİ YÜZLÜ (MÜNAFIK)

- 1- Yalan söylerler.
- 2- Verdikleri sözleri yerine getirmezler.
- 3- Kendilerine verilen emanetleri yerine getirmezler.
- 4- İki yüzlülerdir.
- 5- Yeminlerini siper edinirler.
- 6- İnanmış görünürler gerçekte inanmazlar.
- 7- İnsanları Allah yolundan uzaklaştırırlar.
- 8- Kalpleri mühürlenmiştir.
- 9- Neyin doğru neyin yanlış olduğunu anlayamazlar.
- 10- Düşmandırlar.
- 11- Büyüklük taslarlar.
- 12- Dış görünüşleri hoşuna gider, konuşacak olursan sözlerini dinlersin, onlar kendilerine elbise giydirmiş kütükler gibidirler.
- 13- Her kuvvetli sesi kendi aleyhlerine sanırlar.
- 14- Gerçekten uzaklaşırlar.
- 15- Bozguncudurlar.
- 16- Yoldan çıkmışlardır.
- 17- Ziyana uğrayanlardır.
- 18- İnfak etmeye karşı çıkarlar.
- 19- Şan, şeref, güç kendilerinde zannederler.
- 20- Güçsüz olanları yanlarına yaklaştırmazlar.

İNANAN – İNKÂRCI – İKİ YÜZLÜ

- 21- Malları, çocukları Allah'ı anmaktan alıkor.
- 22- Ölüm gelince Rabbim ölümümü ertelesen de sadaka versem, iyilerden olsam der ama iş işten geçmiştir.
- 23- Ön yargılıdırlar, anlamazlar.
- 24- Cimridirler.
- 25- Çekememezlik ederler, başkalarını çekiştirirler.
- 26- Kendilerini aşırı beğenirler, dünyaya aşırı düşkündürler.
- 27- İftira atarlar.
- 28- Yapılan iyiliği başa kakarlar. İnsanları küçük düşürürler.
- 29- Rüşvet alırlar, rüşvet verirler.
- 30- Allah ikiyüzlüleri asla bağışlamaz. Allah yoldan çıkmış toplumu doğru yola erdirmez.
- 31- Vesvese verirler.
- 32- Laf taşırlar, gıybet ederler.
- 33- Günahları hafife alırlar.
- 34- Çıkarıcıdırlar.
- 35- İmanlarını az bir pahaya satmışlardır.
- 36- Makam ve mevkileri bırakmak istemezler.
- 37- Kibirlidirler.
- 38- Gösteriş için yardım ederler.
- 39- Hakkı vermezler.
- 40- Aldatmaktan vazgeçmezler.

MUTLULUĞUN SIRRI

- 1- Temel ihtiyaçlar karşılandığı sürece, daha fazla para ekstra bir mutluluk getirmiyor.
- 2- Mutluluk, bizim ilgili sandığımız etkenlerden çoğuyla hiç bağlantılı değildir. Para, eğitim, zekâ, gençlik, evlilik, güneşli havalar gibi.
- 3- Dini inanç insanların mutluluğunu arttıran önemli bir etkidir. İnanan insanlar zorluklara daha kolay göğüs geriyor ve daha iyimser oluyorlar.
- 4- Arkadaşları, dostları, aileleri ve çevreleriyle daha yakın ilişki kuran insanlar karamsarlıktan uzak kalıyorlar.
- 5- En çok mutluluk veren aktiviteler:
Arkadaşlarla sosyalleşme,
Evde yatıp gevşeme,
Dua etme,
Yemek yeme,
Spor yapma,
Televizyon seyretme,
Kitap okuma...
- 6- Mutlu ettiğini sandığımız çocuklarla ilgilenme, ev işleriyle uğraşma gibi şeyler günlük hayatın mutsuzluk sebeplerinden biri olabiliyor.
- 7- Çok mutlu devam eden bir ilişki, berbat kavgalar ve gözyaşı dolu bir ayrılıkla sonlansa, bütün hayatınız boyunca o ilişkiyi kötü tırlarsınız.
- 8- Kolonoskopi yaptıran hastaların bir grubunda 60 saniye daha hareketsiz bırakılmış bu grup ilk gruba göre daha mutlu daha az rahatsız edici bulmuş.
- 9- İnsanın hayatından memnun olması %50 oranında genetik yapısına bağlı.

MUTLULUĞUN SIRRI

10- Bütün psikologların üzerinde fikir birliğine vardıkları 3 mutluluk formülü vardır:

- Şükretmek
- İyilik yapmak
- Yaptığı işi sevmek

11- ŞÜKRETMEK

Hayattan duyduğun memnuniyeti yerine getirmek.

Bunu düzenli olarak yazmak, söylemek.

İnanan insanlar, Yaratıcı Allah'a karşı secde ederek şükürlerini yerine getirirler.

Şükretmek, fiziksel sağlığı düzeltiyor, enerji seviyelerini yükseltiyor, acı ve yorgunluğu azaltıyor.

12- İYİLİK YAPMAK

Gelirinin bir bölümünü düzenli şekilde karşılıksız vermek.

(%2,5- 4-10-20)

Bir huzurevini ziyaret etmek.

Akrabalarını aramak...

Mutluluk derecesini ani bir biçimde arttırıyor.

13- YAPTIĞI İŞİ SEVMEK

O işe bütün konsantrasyonunuzu ve enerjinizi severek vermek mutluluk formüllerinden biridir.

Marangoz olsanız da, temizlik elemanı olsanız da, doktor olsanız da, hemşire olsanız da böyledir.

14- Ne para, ne aşk, ne güneş, ne gençlik mutluluk getirmiyor.

15- Psikologlar bize anaokulunda öğretilenlerle yine kutsal kitaplar da yazılanları bulmuşlar.

Mutlu olmak için: ÇALIŞ...

İYİLİK YAP...

ŞÜKRET...

RUHUMUZ

- 1- Ruhumuz canımızdır.
- 2- Her hücremizde ruhumuz vardır.
- 3- Ruhumuz Vardan yaratılmıştır.
- 4- Ruhumuz dünyada bedenimize birleşmiştir.
- 5- Beden ölünce ruhumuz ayrılmaktadır.
- 6- Allah'tan gelen ruhumuz, Allah'a dönmektedir.
- 7- Dünyada yaptıklarının hesabını Allah'a vermektedir.
- 8- Dünyada iradesiyle hareket eden ruhumuz iyi veya kötü işler yapmaktadır.
- 9- Ruhumuz olmadığında bedenimiz işe yaramaz.
- 10- Ruhumuzu her zerremizde hissetmeliyiz.
- 11- Ruhumuzu her an yaşamaktayız.
- 12- Ruhumuz enerjimizdir.
- 13- Ruhumuz yaşam sevincimizdir.
- 14- Ruhumuz dünyada bedenimizle iç içe geçmiştir.
- 15- Ruhumuzun başka boyutlardaki fonksiyonlarını sadece Allah bilir.
- 16- Ruhumuz karakterimizdir.
- 17- Ruh Yaratıcısıyla buluştuğu an zirveler yaşar.
- 18- Ruh Yaratıcısıyla buluştuğu an mucizeler yaşar.
- 19- Ruhumuzun da kendine göre birçok ihtiyacı vardır.

RUHUMUZ

- 20- Ruhumuzun gıdası Allah... demektir.
- 21- Ruhumuzun gıdası Allah'ı düşünmektir.
- 22- Ruhumuzun gıdası Allah'ı yaşamaktır.
- 23- Ruhumuzun gıdası iyi insan olmaktır.
- 24- Ruhumuzun gıdası dünyada aklımıza, gönlümüze, ahlakımıza uygun olarak tam yaşamaktır.
- 25- Ruhumuzun gıdası gece yarısı kalkıp, herkes uykudayken uyanık olmaktır.
- 26- Ruhumuzun gıdası sevmektir.
- 27- Ruhumuzun gıdası Allah'ın bütün yarattıklarını keşfetmektir.
- 28- Ruhumuzun gıdası çalışmak, üretmektir.
- 29- Ruhumuzun gıdası karşılıksız vermektir.
- 30- Ruhumuzun gıdası sabah ezanını dinlemek, sabah namazını kılmaktır.
- 31- Ruhumuzun gıdası sabretmektir.
- 32- Ruhumuzun gıdası şükretmektir.
- 33- Ruhumuzun gıdası takdir etmektir.
- 34- Ruhumuzun gıdası iltifat etmektir.
- 35- Ruhumuzun gıdası önem vermektir.
- 36- Ruhumuzun gıdası teşekkür etmektir.
- 37- Ruhumuzun gıdası ilgi göstermektir.

RUHUMUZ

- 38- Ruhumuzun gıdası dinlemektir.
- 39- Ruhumuzun gıdası yüreklendirmektir.
- 40- Ruhumuzun gıdası anlayış göstermektir.
- 41- Ruhumuzun gıdası affetmektir.
- 42- Ruhumuzun gıdası hoş görmektir.
- 43- Ruhumuzun gıdası dokunmaktır.
- 44- Ruhumuzun gıdası konuşmaktır.
- 45- Ruhumuzun gıdası güvenmektir.
- 46- Ruhumuzun gıdası sevişmektir.
- 47- Ruhumuzun gıdası gülümsemektir.
- 48- Ruhumuzun gıdası korkmamaktır.
- 49- Ruhumuzun gıdası ön yargılı olmamaktır.
- 50- Ruhumuzun gıdası mükemmele koşmaktır.
- 51- Her gece en az 10 dakika kendi başımıza kalıp ruhumuzla düşünelim.
- 52- Yaşamımızda bize enerji veren ruhumuzu düşünelim.
- 53- Her gece yatarken ruhumuzla "bugün yapabildiklerimize şükrediyoruz" diyebiliyor muyuz?
- 54- Ruhumuzun emrine verilmiş bir mucize olan vücudumuzu hiç hissedebiliyor muyuz?

RUHUMUZ

- 55- Hayaller kurduran ruhumuzu yaşayabiliyor muyuz?
- 56- Tam sevdiğimizde ruhumuz unutmaz.
- 57- Tam sevdiğimizde ruhumuz yıkılmaz.
- 58- Tam sevdiğimizde ruhumuz sarsılmaz.
- 59- Tam sevdiğimizde ruhumuz bırakmaz.
- 60- Tam sevdiğimizde ruhumuz yaşlanmaz.
- 61- Ruhumuz olmadan sadece bir makineyiz.
- 62- Ruh dünyası olgusunda vicdanımız vardır.
- 63- Ruh dünyası olgusunda emanet duygumuz vardır.
- 64- Ruh dünyası olgusunda güvenimiz vardır.
- 65- Ruh dünyası olgusunda edep, hayâ, adap ve ahlak vardır.
- 66- Ruh dünyası olgusunda irade, iman, inanç, kendinle barışıklık vardır.
- 67- Ruh dünyası olgusunda zekâ, akıl, toplumsal barışıklık vardır.
- 68- Ruh dünyası olgusunda bilgi, sevgi, saygı vardır.
- 69- Ruh dünyası olgusunda huzur vardır.
- 70- Hayatımıza ışık tutan ruhumuzdur.

ALLAH

- 1- Yeryüzünde nefesini hissettiğimiz
Gönlümüze aydınlık veren
Yüreğimizi titreten
Kalbimizi çalıştıran
Beynimizi yöneten
Hücrelerimize sirayet eden
- 2- Her saniye içimizde yaşattığımız
- 3- Güldüğümüz
Ağladığımız
Düşündüğümüz
- 4- Şah damarından geçirdiğimiz
- 5- Her şeyimiz
Her şeyiniz
- 6- Yaratanımız
Varımız
- 7- Karşılıksız güvendiğimiz
- 8- Sonsuz sevdiğimiz
- 9- Emsalsiz beğendiğimiz
- 10- Allah'ımız
Varlığımız
- 11- Bizlere enerji veren
- 12- Bizleri yüreklendiren
- 13- Bizlere güç veren
- 14- Bizleri cesaretlendiren
- 15- Bizlere moral veren
- 16- Bizleri koruyan
- 17- Bizlere ümit veren
- 18- Bizleri besleyen

ALLAH

- 19- Bizlere özgürlük veren
- 20- Bizleri seven
- 21- Bizlere onur veren
- 22- Bizleri ödüllendiren
- 23- Bizlere huzur veren
- 24- Bizleri zenginleştiren
- 25- Bizlere sağlık veren
- 26- Kimseye muhtaç olmayan
- 27- Kimseye muhtaç etmeyen
- 28- Halifesi vekili kılan
- 29- Sınıflandırmaları sıfırlayan
- 30- Aracısız yüreğine akan
- 31- Kurumları, kuruluşları yıkan
- 32- Putları, sosyopatları kaldıran
- 33- İyiliklere mükâfatla bakan
- 34- Kötülüklerle cezalar yazan
- 35- Hiç kimsenin yaptığını yanına bırakmayan
- 36- İlahi adaletini indiren
- 37- Eşit yaratan
- 38- Eşitlik isteyen
- 39- Ezmeyen
- 40- Ezdirmeyen
- 41- Nefes aldırın
- 42- Canlı yaratan
- Yaşatan
- 43- Hiçbir mesleği hiçbir meslekten üstün kılmayan
- 44- Dualara açık olan
- 45- Şükürlere koşulan

ALLAH

- 46- Secdelere varılan
- 47- Rükular edilen
- 48- Affına sığınılan
- 49- Allah, Allah... denilen
- 50- Aklına, gönlüne, ahlakına yerleştirilen
- 51- Allah Birdir
Allah Tekdir
- 52- Her yaratılan Allah'a muhtaçtır
- 53- Hiçbir yaratılan Allah'a denk değildir
- 54- Allah'ın yaratana, başlangıcı, sonu yoktur
- 55- Sabah ezanla dinlediğimiz
- 56- Teheccüd zamanı andığımız
- 57- Güneşin doğuşuna baktığımızda
- 58- Ölüşümüze koştığımızda
- 59- Yaratılışımıza şükrettiğimizde
- 60- Allah'ı zerrelermizde hissettiğimizde
- 61- Başkalarının taptıklarına tapmamalı
- 62- Kulluk ettiklerine, kulluk etmemeli
- 63- Makamları tanrılaştırmamalı
- 64- Malları, mülkleri putlaştırmamalı
- 65- Eşleri, çocukları, anne babaları ilahlaştırmamalı
- 66- Amirleri ilahlaştırmamalı
- 67- Statüleri ilahlaştırmamalı
- 68- Sülaleleri ilahlaştırmamalı
- 69- Aşiretleri ilahlaştırmamalı
- 70- Yöneticileri ilahlaştırmamalı
- 71- Allah'a dayanana Allah'ın zaferi gelir
- 72- Allah'a dayanana Allah korkularını giderir

ALLAH

- 73- Allah'a dayanan, yetimlere sahip çıkar
- 74- Allah'a dayanan, engellilere yardıma koşar
- 75- Allah'a dayanan, gelirin bir kısmını hayır eder
- 76- Sadece Allah'a inanıyorum
- 77- Sabrediyorum
- 78- İyilikleri tavsiye ediyorum
- 79- Salih ameller işliyorum
- 80- Haksızlıklara karşı çıkıyorum
- 81- Yaratanın adıyla okuyorum
- 82- Yaratanın adıyla yazıyorum
- 83- Dönüşümüz Allah'adır
- 84- Allah her şeyi görmektedir
- 85- Allah her şeyi bilmektedir
- 86- Allah'a yaklaşıyorum
- 87- Allah'a varıyorum
- 88- Allah'ımla üzerimdeki yükü kaldırıyorum
- 89- Allah'ımla göğsümü genişletiyorum
- 90- Allah'ımla yükseliyorum
- 91- Allah'ımla zorluklara göğüs geriyorum
- 92- Allah'ımla yorulmuyorum
- 93- Allah'ımla işlerimde kolaylıklar sağlıyorum
- 94- Allah'ımla aşağıların aşağısına düşmüyorum
- 95- Allah'ımla kimseye darılmıyorum
- 96- Allah'ımla dünyayı terk etmiyorum
- 97- Allah'ımla yaşama küsmüyorum
- 98- Allah'ımla verdikleri nimete razı oluyorum
- 99- Allah'im beni yediyor, içiriyor, barındırıyor, O'na şükrediyorum...
- 100- Allah'im bize nimet veriyorsun, zengin kılıyorsun, sana hamd ediyoruz...

ALLAH – KENDİMİZ – DİĞER YARATILANLAR

Kitap hakkında görüşler

1- Dr. Nevzat YAVUZ

Kitabınızı okudum, çok güzel.

Masa başında bir takım teorik kurgulamaların değil, yıllara sari yaşanmış bir pratikten süzülen deneyim ve ilkelerin yazıya aktarılmasının bir ürünü olması onu özgün, içten, sıcak ve değerli kılıyor. Özellikle Lider ve Sosyopatla ilgili bölüm çok ilginç ve öğretici.

İyi ki yazdınız. Elinize ve yüreğinize sağlık.

2- Dr. Tahsin ÇANLI

Bu çalışma günlük hayatta; gördüğümüz, düşündüğümüz, hayal ettiğimiz ya da karşılaştığımız kişi, olay, yer ve zaman olgusunda birer parametrik değerler özelliği taşımakta; ruh, beden ve sosyal üçgeninde denge ve duruluğu yönlendirmektedir. Onaylatıcı, bağlayıcı ve zorlayıcı olmaması en önemli diğer bir özelliği, okuduğunuzda sizin de "ben de, bence de" diyecek şekilde paylaşım alanı oluşturmasıdır. Özellikle "anne" bölümü çok etkileyici torun sahibi olan bir insana dahi okuduğunda "annesi için ahhhh" dediğini bunun da içtenliğinin belki de bir sırrı diye düşünüyorum.

Çalışmanın İslam temel anlayışı (itikat) açısından en önemli terimi "vardan yaradan" bu yaklaşım çok ince felsefik bir yaklaşım dahi olsa genel yaklaşım açısından sapmalara neden olabilecek bir yaklaşımdır. Muhyiddin-i Arabinin (R.A) "En'el hakk" demesi İslam âleminde çok derin ve uzun bir tartışmayı beraberinde getirmiş. Birçok batılı felseficiler bu yaklaşıma dayanarak "biz de böyle düşünüyoruz yaratılanları yaratıcının (Küll)'in cüzz'leri olarak düşünmeleri ile çıkmazlarda saplanıp kalmışlar ve İslam'ı yaralamaya ve zarar vermeye çalışmışlardır". İslam dini ve Kur'an yaklaşımı ile diğer semavi dinler ya da batini dinler arasındaki en önemli iki fark ve hiçbir şekilde tartışmaya mahal verilmeyen konu: "Allah'ın tek yaratıcı" olduğu ve "Allah'ın tek rab" olduğudur.

O ne güzel yaratıcı ve nimetleriyle terbiye edendir. O her şeyi en iyi bilendir.

ALLAH – KENDİMİZ – DİĞER YARATILANLAR

3- Ahmet TOMBAK

“Güne Allah’la başlamak, çalışmak, emek vermek, tam yaşamak.

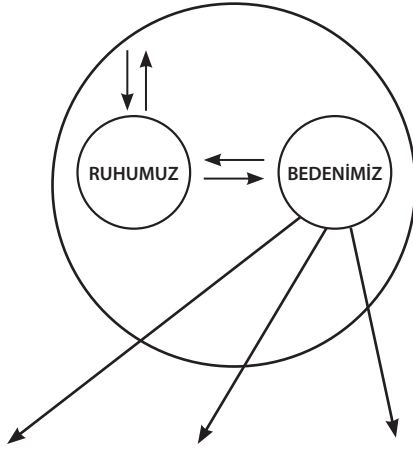
Allah’a şükretmek. Allah Allah...demek. Kefenli veya kefensiz dünya boyutundan arınmış bir ruhla gitmek...” Sunuş bölümünün son kısmından alıntılıdığım cümle aslında bu kitabı ifade etmektedir. Hayata hayat veren Allah olduğuna göre, doğumdan ölüme kadar bize tanınan bu fırsatı gerçekten doğru olarak biçimlendirebiliyor muyuz? Eyüp Bey’i yaklaşık 25 yıldır çalışma ve emek vermenin getirdiği başarı ve huzuru Allah sevgisi ile gerçek anlamına kavuşturmayı hedefleyen, hisseden ve yaşayan birisi olarak tanıdım.. Kanımca bu güzel hedefini gerçekleştirmek üzere de hep devam edecek. Yıllardır Eyüp bey’den duya geldiğimiz düşünce, kanaat ve eylemlerinin bir kitap haline getirilmesi de bu inancın bir sonucudur. Sayın Eyüp Özeren’in gönül iklimindeki duygularla yazdıklarını kitaplaştırdığı bu çalışma zannedersen ruhunda yaşattığı anlamlı hedefine ulaşmış görünüyor. Hayatına anlam katanlar, ne mutlu her şeyde Allah var diyerek yaşayanlar.

4- Prof. Dr. Hüseyin ATAY

Sayın Dr. Eyüp Özeren Kur’an’ın amacına ve felsefesine uygun bir çalışma yapmıştır. Kur’an bütün insanlığa yönelik, insanların isteklerini, gereksinimlerini, arzularını ve ülkülerini doğruya, iyiliğe, sevgiye yönlendirecek insanın maddi ve manevi yapısına bir zorlama olmadan ve onlarda bir çarpıklığa yol açmadan kurallar, ilkeler ortaya koymuştur. Tarih boyunca insanlar arasında da bu ilkeler ve kuralları kendi akılları ile bulmaya ve keşfetmeye çalışanlar ve başarıya ulaşanlar olmuştur.

Yüce Tanrının sözlü öğretisinin ulaştığı ama gerçeklik kazanmadığı milletlerin de insan aklının gerektirdiği doğru kural, ilke ve deyimleri türettiği tarihi bir olgudur. Kur’an’ın öğretisi gibi insanoğluna yararlı olmakta ve ona doğruyu, dürüstlüğü göstermekte olan deyimler ve öğütler Sayın Dr. Eyüp Özeren’in bu çalışması ile bir araya getirilmiştir. Tanrı’nın öğretisinin kesin ulaştığı milletlerdeki doğruyu öğütleyen sözlerle diğer milletlerdeki insanların ortaya koydukları doğru deyimlerin karşılaştırılmasına imkan veren bu çalışma insanın ara sıra gözden geçirmesi gereken bir çalışma olması ile kolayından bunlara ulaşmayı sağlayan bu emek, övgüyle anılmaya ve elde tutulmaya değerdir.

ALLAH



- Beynimiz
- Kalbimiz
- Karaciğerimiz
- Akciğerlerimiz
- Böbreklerimiz
- Midemiz
- İnce Bağırsağımız
- Kalın Bağırsağımız
- Safra Kesemiz
- Pankreasımız
- Dalağımız
- Kan Damarlarımız

- Görmemiz
- İşitmemiz
- Tatlamamız
- Koklamamız
- Dokunmamız
- Kemiklerimiz
- Kaslarımız
- Dişlerimiz
- Saç ve Kıllarımız
- Sinirlerimiz
- Genital Sistemimiz
- Genetik Sistemimiz

- Hücrelerimiz
- Genlerimiz
- DNA'larımız
- Kromozomlarımız
- Dokularımız
- Lenf Sistemimiz
- Savunma Sistemimiz
- Hormonlarımız
- Proteinlerimiz
- Bildiğimiz ve Bilmediğimiz bedenimizde "VARDAN" yaratılanlar



ÖZGEÇMİŞ

1958 yılında Kırşehir İli Mucur İlçesinde doğdu. Yedi çocuklu bir ailenin en büyük çocuğudur. İlk ve orta öğretimini Mucur'da tamamladı. Üniversite eğitimini Ankara Tıp Fakültesi'nde yaptı. Sağlık alanında 25 yılı aşkın süredir hem Tıp doktoru ve yöneticisi olarak görev yapmakta, hem de Sivil Toplum Kuruluşlarının sosyal ve hayır faaliyetlerinde sadece verici dünya görüşünün bir yansıması olarak çalışmaktadır.

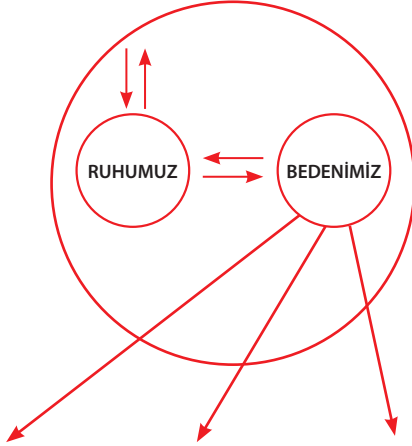
Evli ve 3 çocuk babasıdır.

Eyüp ÖZEREN





ALLAH



- Beynimiz
- Kalbimiz
- Karaciğerimiz
- Akciğerlerimiz
- Böbreklerimiz
- Midemiz
- İnce Bağırsağımız
- Kalın Bağırsağımız
- Safra Kesemiz
- Pankreasımız
- Dalağımız
- Kan Damarlarımız

- Görmemiz
- İşitmemiz
- Tatmamız
- Koklamamız
- Dokunmamız
- Kemiklerimiz
- Kaslarımız
- Dişlerimiz
- Saç ve Kılılarımız
- Sinirlerimiz
- Genital Sistemimiz
- Genetik Sistemimiz

- Hücrelerimiz
- Genlerimiz
- DNA'larımız
- Kromozomlarımız
- Dokularımız
- Lenf Sistemimiz
- Savunma Sistemimiz
- Hormonlarımız
- Proteinlerimiz
- Bildiğimiz ve Bilmediğimiz bedenimizde "VARDAN" yaratılanlar