

BAĞIMLILIKLA MÜCADELE VE MANEVİ DESTEK (İÇKİ , KUMAR VE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI)

Dinin Gayesi

- İslâm âlimleri dinin gayesini anlatırken, bizzat ayet ve hadislerden istifade ederek şu ana maddeleri tespit etmişlerdir:

Dini muhafaza, Akli muhafaza, Nefsi muhafaza, Nesli muhafaza, Malı muhafaza

Aklın Önemi

- Rasulullah buyurdu ki:

قَوَامُ الْمَرْءِ عَقْلُهُ، وَلَا دِينَ لِمَنْ لَا عَقْلَ لَهُ

- “İnsanı insan yapan aklıdır, akli olmayanın dini de yoktur”¹

İçkinin Haram Kılınması:

- Birinci Merhale:**

وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالْأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَرًا وَرِزْقًا حَسَنًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ

- Hurma ve üzüm gibi meyvelerden hem içki hem de güzel rızıklar edinirsiniz. İşte bunlarda da aklını kullanan kimseler için büyük bir ibret vardır.*²

- Bu aşamada meyvelerden üretilen ürünler sayılırken “rızıklar” için “güzel” sıfatı kullanılırken “içki” için herhangi bir sıfat kullanılmamıştır.

- İkinci Merhale:**

- Hz. Ömer ve diğer bazıları Peygamberimize gelerek şöyle dediler:

- Ey Allah'ın Rasûlü, şarap hakkında bize bir fetva ver çünkü o, akli gideriyor*

- Bunun üzerine içki hakkında ikinci âyet nazil oldu.

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا

- “Sana içki ve kumardan sorarlar. De ki: Her ikisinde de büyük bir günah ve insanlar için bir takım faydalar vardır. Ancak her ikisinin de günahı faydasından daha büyüktür...”³

- Üçüncü Merhale:**

- Rivâyete göre Abdurrahman b. Avf bir grup arkadaşını evine davet etmiş, yemiş içmiş sarhoş olmuşlar. Bu halde namaza kalkmışlar. İçlerinden biri imam olmuş ve namazda Kafirûn Suresi’ni okurken fahiş bir hata yapmıştır. Bu olay üzerine içki hakkında inen üçüncü âyet nazil olmuştur.⁴

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ

- “Ey iman edenler! Siz sarhoş iken ne söylediğinizi bilinceye kadar namaza yaklaşmayın...”⁵

- Dördüncü Merhale:**

- İçki hicretin üçüncü yılında Uhud Savaşı'ndan sonra haram kılınmıştır.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

- “Ey iman edenler! Şarap, kumar, dikili taşlar (putlar) fal ve şans okları birer şeytan işi pisliktir. Bunlardan uzak durun ki, kurtuluşa eresiniz.

إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمْ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

1 Şuabu'l-İman.

2 Nahl, 67.

3 Bakara, 219.

4 Ebû Dâvûd, Eşribe, 1

5 Nisa, 43.

- *Şeytan içki ve kumar yoluyla ancak aranızda düşmanlık ve kin sokmak, sizi Allah'ı anmaktan ve namazdan alıkoyarak ister. Artık bunlardan vazgeçtiniz değil mi?*⁶
- Rasûlullah buyurdular ki:
 - *إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى حَرَّمَ الْخَمْرَ فَمَنْ أَدْرَكَتْهُ هَذِهِ الْآيَةُ وَعِنْدَهُ مِنْهَا شَيْءٌ فَلَا يَشْتَرِهَا وَلَا يَبِيعُهَا وَلَا يَنْتَفِعُ بِهَا،*
 - *"Allah Teâlâ içkiyi haram kılmıştır. Öyle ise, bu âyet kendisine ulaşan herkes, yanında içki olduğu takdirde, onu ne satın alsın, ne satsın, ne de ondan istifade etsin."*
 - (Hadisi rivayet eden devamla şöyle dedi)
 - *فَاسْتَقْبَلَ النَّاسُ بِمَا عِنْدَهُمْ مِنْهَا طُرُقَ الْمَدِينَةِ فَسَفَكُوهَا.*
- "Bu emirden sonra halk, içki olarak evinde ne varsa Medîne sokaklarına götürüp döktüler."⁷

İçkinin Haram Kılınması Üzerine Sahabenin Tutumu:

- Bu son âyet ile alkollü içkiler kesin olarak haram edilmiştir. Sahabelerden Hz. Enes anlatıyor:
- Biz içki âlemindeydik. Ben dağıtıyordum. Bir adam geldi "İçki haram edildi" dedi. Arkadaşlar derhal "şu içki kaplarını dök, temizle" emrini verdiler. O haberden sonra kimse ağzına içki almadı.⁸

İçkinin Kötülüğü

- Rasûlullah buyurdular ki:
 - *كُلُّ مُسْكِرٍ خَمْرٌ، وَكُلُّ مُسْكِرٍ حَرَامٌ، وَمَنْ شَرِبَ الْخَمْرَ فِي الدُّنْيَا وَمَاتَ وَهُوَ يَذْمُهَا، لَمْ يَنْبُ مِنْهَا لَمْ يَشْرَبْهَا فِي الْآخِرَةِ.*
 - *"Her sarhoş edici hamırdır. Ve her sarhoş edici haramdır. Kim dünyada içki içer ve tevbe etmeden, onun tiryakisi olduğu halde, ölürse, cennet şarabı içemez."*⁹
- Ebu'd-Derdâ anlatıyor: Hz. Peygamber bana şu tavsiyede bulundu:
 - *وَلَا تَشْرَبِ الْخَمْرَ فَإِنَّهَا مِفْتَاحُ كُلِّ شَرٍّ*
- *"...İçki içme, çünkü o, bütün kötülüklerin anahtarıdır."*¹⁰
- Rasulullah buyurdu ki:
 - *لُعِنَتِ الْخَمْرُ عَلَى عَشْرَةِ أَوْجُهٍ بَعِيْنَهَا وَعَاصِرِهَا وَمُعْتَصِرِهَا وَبَائِعِهَا وَمُبْتَاعِهَا وَحَامِلِهَا وَالْمَحْمُولَةَ إِلَيْهِ وَأَكْلِ ثَمَنِهَا وَشَارِبِهَا وَسَاقِيَهَا*
 - *«İçkiye on yönden lanet edilmiştir: İçkinin kendisine, onu imâl edene, imâl etmek isteyenine, satıcısına, müşterisine, taşıyanına, taşıttırana (yani sipariş edenine), parasını yiyenine, içenine ve içirenine.»*¹¹

İçkili Ortamdan Uzak Durmak

- Rasûlullah buyurdular ki:
 - *مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلَا يَجْلِسُ عَلَى مَا نَدَى يَدَارُ عَلَيْهَا الْخَمْرُ*
- *"Allah ve âhîret gününe inanan kimse içki bulunan sofraya oturmasın."*¹²

6 Maide, 90-91.
 7 Müslim.
 8 Nesai.
 9 Buhari, Müslim.
 10 İbn Mace.
 11 İbn Mace.
 12 Tirmizi, Nesai.

İçki İçenin Ahiretteki Cezası

- Rasulullah buyurdu ki:
• *“Allah, içki içen kimseye tînetu'l-habâl içirmeye ahdetmiştir.”*
• "Tînetu'l-habâl nedir?" diye soruldu:
• Rasulullah: *"Cehennemliklerin (vücutlarından çıkan) terleridir!"* diye cevap vermiştir.¹³

İçkinin Azı da Haramdır.

- Rasulullah buyurdu ki:
• *“Her sarhoş edici şey haramdır. Bir farak/küp içildiği takdirde sarhoşluk veren bir şeyin tek avucu/yudumu da haramdır.”*¹⁴

Alkollü İçkilerin Azı Zarar Vermez mi?

- 1-Alkolün çok cüzî miktarları dahi vücudun reaksiyon zamanını, yani ışık ve ses ikazlarına olan cevabını %5-10 nispetinde düşürmektedir.
- 2- Az miktarda içki kullananlarda bile karaciğer sirozundan ölüm riski artmaktadır.
- 3- 15-20 yaşları arasındaki içki içen gençlerde yapılan bir araştırmaya göre, bu gençlerde, intiharlar, trafik kazalarından ölüm gibi, şiddete bağlı ölümler %75 daha fazla olarak bulunmuştur.
- 4- Her kadeh içki beyinde 2000 kadar sinir hücresinin ölümüne yol açmaktadır.
- 5- Alkolün azı daha fazlasına alıştırmaktadır.

İçki ile Tedavi

- *“Târık b. Süveyd, Rasulullah’a içki ile tedavi hususunda sormuş,
• *“Hayır! O, deva değil, derttir!”* buyurmuştur.¹⁵*

İçkinin Zararları

- İçki, insanın aklını başından alır. Bundan dolayı pek çok olumsuzluğa kaynak teşkil eder.
- Zaten içkiye ayette ‘hamr’ denmesi, akli örttüğü, kafayı dumanlandığı içindir.
- İçkinin yapısında mevcut bulunan etil alkol o kadar süratle erir ki, her yudum alkolün bir kısmı daha yutulmadan önce, dil ve diş etleri arasından doğruca kana karışır. Bu emilim o kadar çabuk olur ki, içki ile doldurulan bir midedeki alkolün % 90’ı bir saatte kanın içerisinde. Alkolün vücuttaki zararı şahsın içkiyi kullanmasından sonra 21. güne kadar devam eder.
- İçki insan sağlığını da olumsuz şekilde etkiler. Mide ve akciğer gibi iç organlarda yaptığı tahribat ile vücudun çalışma düzenini bozar. Alkollü içkiler vücuda ne miktarda kalori verirse, o miktarda da vücut

13 Müslim, Nesai.

14 Buhari, Müslim.

15 Müslim, Ebu Davud.

hücrelerine zarar vermektedir. Buna karşılık aynı miktar kaloriyi vermekle birlikte vücuda hiçbir zararı olmayan helal gıdalar vardır.

- örn: Rakı Bir Kadeh (75 Kalori) = Yedi adet kesme şeker (75 Kalori).

En Büyük Zararı Beyin Görmektedir

- Beyinde, milyarlarca sinir hücresi/nöron bulunur. Bu hücrelerin doğumdan ölüme kadar sayıları sabit kalır. İlk kadeh içkiyi içen şahısta dahi alkol beyinde bazı kılcal damarlarda tıkanmaya, dolayısı ile de birkaç bin sinir hücresinin oksijensizlikten ölümüne yol açmaktadır.
- İçki aile hayatını felce uğratar. İçki içen insanların çoğu aile ve çocuklarını ihmal eder. Gece geç saatlerde eve gelir. Eşi ile devamlı kavga halinde bulunur. Böyle huzursuz bir aile ise varlığını sürdüremez.
- Alkollü içkilerin hiçbir besleyici değeri yoktur. Alkollü içkilerin muhtevasında, mineraller, vitamin, proteinler ve yağlar gibi vücuda faydalı olan maddeler bulunmaz.

Alkollü İçkiler Vücudu Isıtır mı?

- Alkol, bırakalım vücut sıcaklığını yükseltmek, bilakis vücut sıcaklığını düşürücü tesire sahiptir. Şöyle ki, alkol kullanan şahsın cilt damarlarını genişletir. Bu ise vücuttan hararetin kaybına vesile olmaktadır. Hatta sarhoş şahsın hisleri azaldığı için, şiddetli soğuklarda sokakta kaldığını bile fark etmeyebilir. Rus İnterfax Ajansı'nın haberine göre 1995-1996 kışında sadece Moskova'da toplam 600 kişi soğuktan donmuştur. Bunların tamamı alkolik kişilerdir.

İçkinin Zararlarıyla İlgili İstatistikler

- Ülkemizde meydana gelen taciz olaylarının %80'i
- Yaya ölümlerinin %35'i
- Evdeki yaralanmaların %20'si
- Boğulmaların %50'si
- Cinayetlerin %70'i
- Ana baba cinayetlerinin %20'si
- İş yeri kazalarının %25'i
- Yangın ve ölümcül yangınların %50'si
- Trafik kazalarının %61'inin içkiden kaynaklandığını ortaya koymaktadır.

KUMAR

Helal Kazancın Önemi

- *يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ*
- *Ey insanlar! Yeryüzünde bulunanların helâl ve temiz olanlarından yiyin, şeytanın peşine düşmeyin; zira şeytan sizin açık bir düşmanınızdır.*¹⁶

- *يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا*

- **Ey iman edenler! Karşılıklı rızaya dayanan ticaret olması hali müstesna, mallarınızı, bâtil (haksız ve haram yollar) ile aranızda (alıp vererek) yemeyin. Ve kendinizi öldürmeyin. Şüphesiz Allah, sizi esirgeyecektir.**¹⁷

- Rasulullah buyurdu ki:

• مَا أَكَلَ أَحَدٌ طَعَامًا قَطُّ خَيْرًا مِنْ أَنْ يَأْكُلَ مِنْ عَمَلِ يَدِهِ، وَإِنَّ نَبِيَّ اللَّهِ دَاوُدَ - عَلَيْهِ السَّلَامُ - كَانَ يَأْكُلُ مِنْ عَمَلِ يَدِهِ

- *Hiç kimse elinin emeğinden daha hayırlı bir şey yememiştir. Davut (a.s.) kendi el emeğiyle geçinirdi.*¹⁸

- Rasulullah buyurdu ki:

• أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا ، وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ ، فَقَالَ تَعَالَى : { يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا } وَقَالَ تَعَالَى : { يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ }

- *“Ey insanlar! Allah Teâlâ temizdir; sadece temiz olanları kabul eder. Allah Teâlâ peygamberlerine neyi emrettiyse mü'minlere de onu emretmiştir. Cenâb-ı Hak Peygamberlere: ‘Ey peygamberler! Temiz ve helâl olan şeylerden yiyeğin, iyi ve faydalı işler yapın!’ buyurmuştur. Mü'minlere de: ‘Ey iman edenler! Size verdiğimiz rızıkların temiz olanlarından yiyeğin’*

- Rasûl-i Ekrem daha sonra şunları söyledi:

• الرَّجُلُ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ : يَارَبَّ يَارَبَّ ، وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ ، وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ ، وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ ، وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ ، فَأَنَّى يُسْتَجَابَ لِذَلِكَ ؟

- *“Bir kimse Allah yolunda uzun seferler yapar. Saçı başı dağınık, toza toprağa bulanmış vaziyette ellerini gökyüzüne açarak: Yâ Rabbi! Yâ Rabbi! diye dua eder. Halbuki onun yediği haram, içtiği haram, giydiği hara, gıdası haramdır. Böyle birinin duası nasıl kabul edilir!”¹⁹*

Kumar Nedir?

- Nasıl sonuçlanacağı önceden belli olmayan ihtimalli bir şeye bağlı kalarak mal vermek veya almaktır. Adı ne olursa olsun bu özelliği taşıyan para veya mal karşılığı oynanan her oyun ve ortak bahis kumardır.
- Kolaylıkla mal kazanmak veya kaybetmek olduğu için Kur'an'da "meysir" denilen kumar, kolaylık anlamındaki "yûsr" kökünden gelmektedir.

Kumar ile İlgili Ayetler:

• يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا

- **Sana içkiyi ve kumarı sorarlar. De ki: “Onlarda hem büyük günah, hem de insanlar için (bazı zahiri) yararlar vardır. Ama günahları yararlarından büyüktür.”**

• يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رَجِسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

- **Ey iman edenler! Şarap kumar, dikili taşlar, fal ve şans okları birer şeytan işi pisliklerdir. Bunlardan uzak durun ki kurtuluşa eresiniz.**

• إِنَّمَا يَرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمْ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

- **Şeytan içki ve kumar yoluyla aranızda düşmanlık sokmak, sizi Allah'ı anmaktan ve namazdan alıkoymak ister. Artık bunlardan vazgeçtiniz değil mi?**²⁰

17 Nisa, 4/29.

18 Buhari.

19 Müslim.

20 Maide, 5/90-91.

Kumarın Kötülüğü

- Rasulullah buyurdu ki:

• مَثَلُ الَّذِي يَلْعَبُ بِالنَّرْدِ ثُمَّ يَقُومُ فَيُصَلِّي مَثَلُ الَّذِي يَتَوَضَّأُ بِالْقَيْحِ وَدَمِ الْخَنْزِيرِ ثُمَّ يَقُومُ فَيُصَلِّي

- «Nerd» (zarlarla oynanan bir oyun) oynayıp sonra namaz kılan kişi, kusuk ve domuz kanıyla abdest alıp namaz kılan kişi gibidir.²¹

Kumardan Kaçınmak:

- Rasulullah buyurdu ki:

• وَمَنْ قَالَ لِصَاحِبِهِ ، تَعَالَ أَقَامِرَكَ فَلْيَتَّصِدْ .

- "...Bir kimse arkadaşına 'Gel, seninle kumar oynayalım' derse, (vazgeçip) hemen sadaka versin."²²

At Yarışı:

- Rasulullah buyurdu ki:

• الْخَيْلُ ثَلَاثَةٌ ، فَفَرَسٌ لِلرَّحْمَنِ ، وَفَرَسٌ لِلْإِنْسَانِ ، وَفَرَسٌ لِلشَّيْطَانِ ،

- "Üç (çeşit) at vardır: Birisi Rahman, birisi, insan ve birisi de şeytan içindir.

• فَأَمَّا فَرَسُ الرَّحْمَنِ : فَالَّذِي يُرْبِطُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ، فَعَلْفَهُ وَرَوْتُهُ وَيَوْلُهُ ، وَذَكَرَ مَا شَاءَ اللَّهُ ،

- Rahman için olan at; Allah yolunda bağlanılan attır. Onun yemi, dışkı ve idrarı iyilikler olur.

• وَأَمَّا فَرَسُ الشَّيْطَانِ : فَالَّذِي يَقَامِرُ أَوْ يَرَاهُنْ عَلَيْهِ ،

- Şeytan atı da üzerinde kumar oynayan ve rehin ile bahis edilen (veya yarışan) attır.

• وَأَمَّا فَرَسُ الْإِنْسَانِ : فَالْفَرَسُ يَرْتَبِطُهَا الْإِنْسَانُ يَلْتَمِسُ بَطْنَهَا ، فَهِيَ تَسْتُرُ

- İnsan için olan at ise; sahibi onun (doğuracağı yavrudan) faydalanır, bu fakirlikten (onun için) bir perdedir.²³

Spor Amaçlı Binicilik:

- Peygamberimiz, binicilik ve atıcılığı teşvik etmiş ve at yarışları yaptırmıştır. (Buhari, Cihad,56; Müslim, İmare,25)
- Bir hadis-i Şerifte; "Çocuklarınıza yüzücülük ve atıcılık, kadınlara da ip eğirmeyi öğretin." buyurulmuştur.²⁴

Kumarın Haram Kılınmasının Sebepleri

- 1-Kazanç meşru yollardan edilmeli şansa bırakılmamalıdır.
- 2-Kumarda kazanma umudu, insanın çalışmasına, üretmesine, ailesi, toplumu ve insanlık için yararlı işler yapmasına engel olur.
- 3-Kumarda meydana gelen kayıplar sadece oynayanı değil aile bireylerini de büyük sıkıntılara sokar.
- 4-Kumarda kaybedenler kazananlara karşı düşmanlık duygusu beslemeye başlar bu durum bazen cinayetlere ve ailelerin dağılmasına kadar varır.

21 İbn Hanbel.

22 Buhari.

23 İbn Hanbel.

24 Keşfu'l-Hafa.

Kumar Bağımlısı Haline Gelmek:

- Bütün şans oyunları başlangıçta eğlenmek ve vakit geçirmek için oynanır. İnsan, kazandıkça kazanma zevki ve hırsı için oynar. Kaybettikçe, kayıplarını çıkarmak için yine oynar. Sonunda kumarbaz oluverir. Her şeyini kumarda kaybeden, nesi varsa satan ve kumara yatıran, bütün ömrü sefalet içinde geçen, karısını ve çocuklarını mahveden kumarbazların, başlangıçta kumara bir eğlence gözü ile baktıkları unutulmamalıdır.

Zevkine Oyun ve Kumar

- Kumar amacı olmaksızın sadece dinlenmek, eğlenmek ve zevk için oynanabilen oyunların da mübah olabilmesi için dört şart öngörülmüştür:
 - a. Namazın geçmesine veya gecikmesine yol açmamalı.
 - b. Hiçbir menfaat beklememeli.
 - c. Oyun sırasında dilini kötü ve boş sözlerden korumalı.
 - d. Normal dinlenme ve eğlenme ölçülerini aşarak vakit israfına yol açmamalıdır.

Kumarın Zararları

- Kumar kendisi dışında birkaç bağımlılığı da sırtında taşıyan sosyal hastalıktır!
- Kumar hayatın, servetin, ailenin, huzur ve haysiyetin en büyük düşmanıdır.
- Kumarın söndürdüğü ocaklar en ağır uyuşturuculardan fazladır.
- Kumar önce serveti, sonra iffet ve haysiyetleri, sonunda da hayatı mahveden bir iptilâdır.
- Kumar fizikî ve psikolojik bağımlılığın her ikisini de en şiddetli şekilde geliştirir ve bağımlının bu tutsaklıktan kurtulmasını imkânsız hâle getirir.
- Kumarın geliştiği bir toplumda ahlâk, fazilet ve bütün insani değerler iflâs eder.
-

Kumarbaz Klinik Bir Vakadır:

- Amerikalı bilim adamları ve psikologlar tarafından psikolojik bir bozukluk olarak görülen “Kumar Tutkusu”nun, beyin seviyesinde ortaya çıkan bir hormon noksanlığı olduğunu tespit ediyorlar.
- Kumar, tıpkı sigara bağımlılığı gibi... sigara nikotini yüzünden bağımlılık yapıyor. Kumar ise, heyecan sebebi ile salgılanan Noradrenalin isimli bir hormona bağımlılık demek oluyor.
- Noradrenalin salgısı azaldığında insanlarda uyuklama ve çevreye karşı ilgisizlik ortaya çıkıyor. Sonunda depresyona giriyorlar ve hayattan zevk almamaya başlıyorlar. Heyecan ve stres, bu salgıyı normal hâle getiriyor. Fazlalığında ise dikkat artıyor, vücut alarm durumuna geçiyor. Korku ve titreme hâli görülüyor. Normal durumlarda, bu hâllere rastlanmıyor.
- Noradrenalin, vücutta Adrenalin ile birlikte sempatik aktiviteden sorumlu oluyor. Kalbin atış hızını, tansiyonu, mide ve bağırsak sisteminin düzenli çalışmasını sağlıyor. Bu bakımdan Noradrenalin son derece önemli bir salgı maddesi.
- Fransız bilim adamları bu konuya daha da açıklık getiriyorlar: “Kumarı bir tutku haline getiren insanlar, yeteri kadar üretilmeyen Noradrenalin noksanlığı sebebi ile kumarın verdiği heyecan sonunda salgılanan bu hormon noksanlığını telâfi ediyorlar. Bu, onları farkında olmadan bir kumar tutkunu, bir bağımlı insan hâline getiriyor” diyorlar.
- Kumarbazın davranışlarının, uyuşturucu müptelâsının davranışlarını andırdığını belirten uzmanlar şu düşüncelere de yer veriyorlar: “Kumarbaz kumar oynamadığı zaman, hayatın bir anlamı olmadığını

düşünür; aşırı bir can sıkıntısı ve bunalım içerisine düşer. Kumar oynadığı zaman ise, kazanıp kazanmaması önemli değildir. Kendisini memnun, umut dolu hisseder ve etrafına olumlu bakar.

- 17 kumarbaz üzerinde yapılan araştırma, bunların hepsinde normalin altında bir Noradrenalin hormon seviyesinin tespit edilmesi ile sonuçlanır. Diğer araştırmalar da aynı sonucu verir. İlim adamları şimdi, bu hastaların Noradrenalin seviyelerini yüksek tuttıkları takdirde, kumardan vazgeçip geçmeyeceklerini araştırıyor.
- Kumar müptelâlığının da sigara, alkol veya uyuşturucu müptelâlığı gibi, çeşitli tıbbî müdahâleler sonunda tedâvi edilebileceğinden umutlu olan uzmanlar, bu amaçla çalışmalarına başlatmış bulunuyorlar. Kumar tutkusunun klinik bir vak'a olduğunun anlaşılması ve bu iptilânın Noradrenalin isimli hormonun normalin altında salgılanmasından kaynaklandığının belirlenmesi, tedâvi yöntemlerinin bulunmasını sağlayacaktır. Bu konuda Amerika'da yapılan çalışmalardan olumlu sonuçlar alınmıştır.

Ödül Helal İddia Haram

- Yarışmada kazanılan bir başkası tarafından ortaya konulan **ödülleri helaldir**. Ancak bir yarış üzerine **bahse girmek** haramdır.

Tek Taraflı İddia

- Sen kazanırsan sana şunu veririm, ben kazanırsam bir şey almam şeklindeki yarışlar, yada ben kazanırsam şunu alırım ama kaybedersem bir şey vermem şeklindeki iddialaşmalar caizdir.

Kura Çekmek

- Kur'a çekmek caizdir. Anne ve babasının vefatından sonra Hz. Meryem'in kimin yanında kalacağına kura ile karar verilmiştir. Hz. Meryem kura ile teyzesinin kocası Zekeriyâ'nın himayesine verilmiştir.

- Rasulullah buyurdular ki:

• لَوْ يَغْلَمُ النَّاسُ مَا فِي النَّدَاءِ وَالصَّفِّ الْأَوَّلِ، ثُمَّ لَمْ يَجِدُوا إِلَّا أَنْ يَسْتَهْمُوا عَلَيْهِ اسْتَهْمُوا.

- “İnsanlar; eğer ezan okumak ile namazın ilk safında yer almada ne (gibi bir hayır ve bereket) olduğunu bilseler, sonra da bunu elde etmek için kur'a çekmekten başka çare kalmıyorsa, mutlaka kur'aya başvurulardı.”²⁵

TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

Teknoloji bağımlılığı nedir?

- Teknolojinin insan hayatına getirdiği sayısız faydalar var. Ancak kişinin teknoloji kullanımı üzerinde kontrolünün kaybolması ve teknolojiyi ölçsüz ve sınırsız kullanması çok ciddi zararlara sebep olabilir. İnternet ve teknoloji bağımlılığı diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişinin bağımlısı olduğu teknolojik ürüne ulaşamadığında yoksunluk yaşadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır.

Sorumluluklarımız:

• أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ

- *Sizi sırf boş yere yarattığımızı ve sizin artık huzurumuza geri getirilmeyeceğinizi mi sandınız?*²⁶

• أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى

²⁵ Buhari.

²⁶ Mü'minûn, 23/115.

- *Yoksa insan başıboş bırakılacağı mı zannediyor?*²⁷

• ثُمَّ لَتَسْأَلَنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ

- *Nihayet o gün nimetlerden elbette sorguya çekileceksiniz.*²⁸

• وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ

- *(Felaha eren) müminler boş söz ve davranışlardan yüz çevirenlerdir.*²⁹

• وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا

- *"(O iyi kullar), asılsız şeylere şahitlik etmezler; boş ve mânasız davranışlarla karşılaştıklarında onurluca çekip giderler."*³⁰

- Rasulullah buyurdular ki:

• مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَغْنِيهِ

- *Malayaniyi terk etmek, kişinin müslümanlığının güzelliğindedir.*³¹

- Rasulullah buyurdular ki:

• نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

- *"İki nimet vardır ki insanların çoğu onlar(ı değerlendirme) hususunda aldanmıştır: Sağlık ve boş vakit."*³²

- Rasulullah buyurdular ki:

• لَا تَزُولُ قَدَمَا ابْنِ آدَمَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ عِنْدِ رَبِّهِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ حَمْسٍ عَنْ عُمُرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ وَعَنْ شَبَابِهِ فِيمَا أَبْلَاهُ وَمَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ وَمَاذَا عَمِلَ فِيمَا عَلِمَ

- *"İnsanoğluna beş şeyden hesap sorulmadıkça kıyamet günü hiçbir tarafa hareket etmeyecektir; Ömrünü nerede ve nasıl tükettiğinden, gençliğini nerde yıprattığından, malını nerden kazanıp nerde harcadığından öğrendiği bilgilerle yaşayıp yaşamadığından."*³³

Teknoloji Bağımlılığının Belirtileri

- Yalnızca birkaç dakika diyerek saatler harcamak.
- Çevrenizdekilere ekran karşısında geçirdiğiniz zaman hakkında yalan söylemek.
- Uzun süre bilgisayar kullanmaktan dolayı fiziksel sorunlardan şikâyet etmek.
- Anonim bir kişiliğe bürünmek, insanlarla internet üzerinden konuşmayı yüz yüze konuşmaya tercih etmek.
- İnternete girmek için yemek öğünlerinden, derslerden ya da randevulardan ödün vermek.
- Bilgisayarınızın başında çok fazla zaman geçirdiğiniz için suçluluk duyuyorken bir yandan da büyük bir zevk almak ve bu iki duygular arasında gidip gelmek.
- Bilgisayarınızdan uzak kaldığınız zaman gergin ve boşluktaymış gibi hissetmek.

27 Kıyamet, 75/36

28 Tekasür, 102/8

29 Mü'minûn, 23/3.

30 Furkan, 25/72.

31 Tirmizî, Zühd, 11

32 Buhârî, Rikâk, 1

33 Tirmizî, Sıfatü'l-kıyâme, 1.

- Gece geç saatlere kadar bilgisayar başında kalmak.

Cep Telefonu:

- Her geçen gün cep telefonu kullanımı gençler arasında sağlıksız bir şekilde yaygınlaşıyor.
- Cep telefonu bağımlıları günde 6-7 saat cep telefonu kullanıyorlar.
- Cep telefonu bağımlılığı kaygı, uyku bozuklukları ve hatta sindirim sistemi sorunlarına kadar çok sayıda fiziksel rahatsızlığı beraberinde getiriyor.

Bilgisayar:

- Başkent Üniversitesi'nin yaptığı bir araştırmaya göre 15 yaşından küçükler günde 1-5 saat, 16-19 yaş grubu 1-7 saat bilgisayar kullanıyorlar.

İnternet:

- İnternete bağlanmak en yaygın bilgisayar kullanım nedenidir. Ancak internet kullanımı hem bağımlılık riski hem de zararlı içerikli siteler nedeniyle ciddi tehlike arz ediyor.

Bilgisayar Oyunları:

- Bilgisayar oyunları bir diğer uzun süreli bilgisayar kullanım nedenidir. Bilgisayar oyunları da bağımlılık oluşturmada risk faktörüdür.

Televizyon:

- Yapılan araştırmalar gençlerin günde ortalama 5 saat tv seyrettiklerini ortaya koymaktadır.

Teknoloji Bağımlılığının Neden Olduğu Sorunlar

Fiziksel Şikâyetler

Gözlerde yanma, boyun kaslarında ağrı ve sertleşme, beden duruşunda bozukluk, beden duruşunda bozukluk, elde uyuşukluk, halsizlik.

Sosyal Alanda Görülen Şikâyetler

- Akademik başarıda düşüş
- Kişisel, aile ve okul sorunları
- Zamanı idare etmede başarısızlık
- Uyku bozuklukları
- Yemek yememe
- Aktivitelerde azalma
- İnternet arkadaşları dışında izolasyon

Bağımlılığı Kontrol Altına Alma Yöntemleri

- Günlük internet kullanım saatlerini değiştirin.
- Haftalık internet kullanımı çizelgeleri hazırlayıp, uyulmasını sağlayın.
- Destek grupları ya da aile terapisi gibi yöntemleri hayata geçirin.
- Yapmayı isteyip de fırsat bulamadığı faaliyetleri bir deftere yazmasını sağlayın, internet kullanmak için yoğun istek duyduğunda yazdıklarından birini yapmasını isteyin.

Çocuk ve Ergenlerde Bağımlılığı Önleme

- 2 yaşından küçük çocukların internet, tv ya da bilgisayarla karşılaşması uygun değildir.
- Okul öncesi yaş grubu için günde 30 dakikayı geçmeyecek şekilde internet kullanımı yeterlidir.
- İlköğretimin ilk 4 yılında ödev haricinde oyun ve eğlence için günlük 45 dakika zaman ayrılmalıdır.
- Sonraki yıllarda hafta sonu daha esnek olmakla birlikte günde 1 saat kullanım uygundur.
- Lise çağında da günlük 2 saat yeterlidir.

Biliyor musunuz?

- Yoksunluk durumu; bağımlı öğrencilerin % 74,5'inde saptanırken bağımlı olmayanların % 10,5'inde saptanmıştır.
- İnternette geçirdiği zamanı gizlemek için yalan söyleme; bağımlı öğrencilerin % 38'inde saptanırken, bağımlı olmayanların % 4'ünde saptanmıştır.
- İnternette geçirdiği zamandan suçluluk duyma, bağımlı öğrencilerin % 33'ünde saptanırken, bağımlı olmayanların % 4,3'ünde saptanmıştır.

Ne Yapmalı?

- Çocuklarınızı arkadaşları ile doğal yollardan görüşmeleri için yönlendirin, akran grupları içerisinde sosyalleşmesini sağlayın.
- Yetenek ve ilgi alanlarına uygun spor dallarına yönlendirin.
- Arkadaşlık ilişkilerini destekleyin, onları bir araya getirecek aktivite planlayın.
- Bilgisayar kullanımını kontrol edin ve sanal ortamdaki arkadaşlarını tanıyın.
- Bilgisayarlarınızda güvenli internet uygulamalarının olmasına özen gösterin.
- Uzun süreli bilgisayar kullanan çocuğunuzu engelleyemiyorsanız mutlaka uzman yardımı alın.

Ne Yapmamalı?

- Akıllı telefon/tablet vs. gibi aletleri çocukları teselli etmek, susturmak için asla kullanmayın.
- Çocukların kontrolsüz ve uzun süre internet kullanmasına izin vermeyin.
- Yemek ve çay saatlerinde bilgisayar başındaki çocuğa servis yapmayın, size katılmasını sağlayın.
- TV veya internet benzeri teknolojik alet merkezli ev düzeni kurmayın.

Anne babalar neler yapmalı?

- Öncelikle çocukların nelerle ilgilendikleri konusunda ebeveynler bilgi sahibi olmalı.
- Çocuklarla daha çok iletişimde olmak ve onların ilgi duydukları alanları takip etmek güven ortamı sağlar.
- Ailelerin denetim ve gözetimini de kolaylaştırır.
- Çocukların yaşlarına göre saatler, ilgilendikleri alanlar ve içeriklerle ilgili düzenlemeler de getirilmelidir.

Önce Aile Bağımlılıktan Kurtulmalıdır:

- Ebeveynler çocuklarına rol model olduklarını unutmamalı ve ilk önce kendileri iş dışında uzun saatler teknolojik aletlerle ilgilenmemelidir.

- Çocuklar sanal ortamlar, şifreler ve güvenli internet kullanımıyla ilgili okul desteğini de alarak bilgilendirilmelidir. Şiddet içerikli programların izlenmemesi, oyunların satın alınmaması konusunda azami dikkat gösterilmelidir.
- Bilgisayarın ortak kullanım alanında olması da önemlidir. Bu sayede hem çocukların teknolojik aletleri kullanmaları konusunda anne ve babanın denetimi altında olmaları sağlanmış olur hem de bilgisayarın ortak kullanımı nedeniyle, süre konusunda kısıtlama getirilmesi kolaylaşır.
- Aile ile birlikte dışarıda geçirilecek zaman ve çocukların herhangi bir spor dalıyla uğraşması, kitle iletişim araçlarına olan ilgiyi azaltabiliyor ve çocukları daha sosyal kılıyor.
- Çocuklarımıza güçlü aile ve arkadaşlık bağları kazandırmalıyız ki, sanal ortamdaki hiçbir paylaşımın gerçek hayattaki paylaşımlarımızın yerine geçemeyeceğini anlamalılar. Çocukları teknolojiden uzak tutmak gerçekçi bir yaklaşım değil. Ancak anne ve babaların çocuklarına doğru bir rol model olarak, teknolojik bağımlılıktan uzak kalmaları mümkün olabilir.