

Bir şükür kaynağı: Nefes alıp verişimiz

İzmir/Pınarbaşı'ndan Caner Çiçekçi: "İnsan nasıl nefes alıyor? Nefes alıp verirken oksijen alıp karbondioksit verdiğini biliyoruz. Fakat nasıl oluyor da insan oksijeni karbondioksite dönüştürüyor? Ve bundan kendisi zehirlenmiyor?"

Öncelikle belirtelim ki, günde hiç farkında olmadan binlerce defa alıp verdiğimiz nefesi merak etmek sahip olduğumuz kudret mucizeleriyle ilgili şükürümüzün de bir gereğidir. Ve merak bilgiyi kavramanın en önemli ayağıdır.

Allah'ın, hayatımızda sayamayacağımız derecede ve hiç farkında olmadığımız çok sayıda kudret mucizesi vardır. Görmek, koku almak, hissetmek, akıl yürütmek, düşünmek, işitmek! Eksi otuz derece soğuk bir havada teneffüs ettiğimizi düşünelim. Bu soğuk hava, burun içinde öyle bir yüksek ısıya maruz kılınıyor ki, birden bire artı otuz yedi derece sıcaklığa (vücut sıcaklığına) ulaşıyor. Yoksa ciğerimiz soğuktan çatlardı.

Rabb-i Rahim'imize ne kadar çok şükür borcumuz var! Ne kadar şükretsek az, değil mi?

Nefes alıp vermek de böyle! Her an yaşadığımız ve hiç farkında olmadığımız kudret mucizelerinden sadece birisidir. Düşünelim ki, nefes alırken havayı özel bir kuvvet uygulamadan ve hiç zorlanmadan burnumuzla alırız. Nefes alıp verme işini farkına varmadan ve diğer işlerimizi aksatmadan yaparız. Şu sırayla nefes alıyoruz: 1- Nefesi alırız. 2- Anlık bir duruş yaşarız. 3- Nefesi veririz. 4- Anlık bir duruş yaşarız ve yeni bir nefes alırız. Bu böyle hep devam eder. Ve her nefes alıp verişte akciğerimizde olağanüstü ve bize göre sıra dışı işlemler meydana gelir. Bu işlemler öylesine hayatidir ki, eğer bir an işlem yapılmasa, hayat durur.

Dinlenirken dakikada ortalama 16 kez nefes alıp veririz. İçimize çektiğimiz havada yaklaşık olarak % 79 nitrojen (azot), % 21 oksijen, binde dört karbondioksit ve az

miktarda diğer gazlar ve su buharı vardır. Dışarıya verdiğimiz nefeste ise, yine % 79 nitrojen (azot), % 16 oksijen, % 4 karbondioksit ve az miktarda diğer gazlar ve su buharı vardır. Nefes alıp verirken yaşanan en önemli değişim, % 4 oranında oksijenin % 4 oranında karbondioksite dönüşmesidir.

Hayatımızın sürebilmesi için vücudumuzdaki her bir hücrenin oksijene ihtiyacı vardır. Hücrelerimize oksijeni kanımız taşıır. Kanımız oksijeni havadan aldığımız nefesin sonucunda akciğerlerimizden alır ve vücudumuzun her bir noktasına ulaştırır. Bu noktalarda oksijeni hücrelere devreden kanımız, kalp tarafından emilerek tekrar oksijen depolayabilmesi için akciğerlerimize pompalanır ve çevrim böyle devam eder.

Kanımızın içinde oksijen moleküllerini tutup, damarlarda taşıyarak, hedefe ulaşıldığında bırakan özel bir molekül vardır. Kırmızı kan hücrelerini, yani alyuvarları çevreleyen ve aslında demir ihtiva eden bir protein olan hemoglobin, oksijenle birleşerek bilinen parlak kan rengini oluşturur.

Kanımız hücrelerde oksijeni terk edip, karbondioksiti alıp geri dönerken yani toplardamarlarımızda iken rengi koyu kırmızı hatta biraz mora yakındır. Damarlarımızın çeperleri ve kan hücreleri renksiz olduklarından, kanın rengini veya renginin tonunu içinde oksijen olup olmaması tayin eder.

Bediüzzaman bildiriyor ki: Bir İlâhî kanundur ki, nefesle aldığımız oksijen kana temas ettiği vakit kanı kirleten karbonu kendine çeker. İki birleşir ve böylece karbondioksit meydana gelir. Bu birleşmeyle, yani karbonun kandan alınmasıyla kan temizlenmiş olur. Vücut ısısı da bu birleşmeden hâsil olur. Demek nefes içeriye girdiği vakit vücudun hem hayat kaynağını teşkil ediyor, hem hayat kaynağını temizliyor, hem hayat ateşini yakıyor. Çıktığı vakit de ağızda bir kudret mucizesine dönüşüyor ve birer kudret meyveleri olan kelimeleri oluşturuyor. Bu kelimelerle de, san'atlarıyla akılları hayrette bırakan Allah'a şükrediliyor, hamd ediliyor.¹

Dipnot:

1. Sözler, s. 544