

Boşuna Dua Müminin Silahı Demiyorlar

– AhmetZeytinci · 10 Aralık 2025

"Bu gün size tıp dünyasının uzun yıllar küçümsediği, ama bilim ilerledikçe önemini tartışmasız bir şekilde ortaya koyduğu bir gerçeği söyleyeceğim. Dua etmek evet yanlış duymadınız dua etmek. Dua yalnızca manevi bir ritüel değildir. Vücudunuzun biyolojisini değiştiren güçlü bir nöro fizyolojik mekanizmadır. Harvard Duke ve Amerikan Psikoloji Derneğinin yayınladığı çalışmalar gösteriyor ki düzenli dua parasempatik sinir sistemini aktive ediyor, bu ne demek, kortizol düşüyor, nabız sakinleşiyor, tansiyon düşüyor, kalp damar sistemi rahatlıyor yani dua vücudu savaş modundan çıkartıp tamir moduna soluyor. Araştırmalar bununla kalmıyor. Dua eden kişilerde bağışıklık sistemi daha güçlü, stres karşısında beyin daha dayanıklı, duygusal merkezler daha kontrollü çalışıyor."

"Bunların hepsi uzun yaşamla doğrudan ilişkili veriler. Uzun yapılan araştırmalarda dua eden insanların yedi ile on yıl arasında daha fazla yaşadıkları saptanmış... Bu fark nereden geliyor? Dua sırasında aktive olan bazı genlerin uzun ömürle ilgili yolları tetiklediği gösterildi. Elbette dua tek başına bir tedavi değildir, ancak bilim şunu net şekilde söylüyor, dua vücudun sağlıklı kalmak için kullandığı savunma ve tamir sistemlerini güçlendiriyor. Yani insan ruhunun sakinliği beden kimyasına dokunuyor. Ve bu etki yaşam süresini değiştirebilecek kadar güçlü..."

Prof. Dr. Erkan TOPUZ

Yaradan ki aslında inanan inanmayan hepimizin Rabbi bazıları anlamasa da anlamakta güçlük çekse de... Rahman ve Rahim olan Bakara/186 da "Dua edenin duasına icabet ederim." diyor... Tabi sadece dua da bir yere kadar, insan olarak ve de kul olarak kulluğumuzun da bilincinde olmamız lazım.

İnsan ölüp gidiyor ahirete, alemi berzahta kıyameti ve mahşeri beklerken bile kendisine dua eden yakınları ya da evladı varsa, ya da insanların yararlanacağı bir eser bırakmışsa, bu nedir, ufak bir çeşmedir, hayırlı bir kaç evlattır, bir okul yaptırmıştır belki göçüp gitmiş olsa bile insana faydası çok fazla...

Annenin, babanın çocuklarına duası da aynı zamanda çok etkilidir. Hele de kötülük yapıp anne ve babasına, onların bedduasını alanlar ne dünyada ne de ahirette iflah olmazlar kolay kolay... Yaşadıkları müddetçe başlarına gelmedik kötü olay kalmayacaktır. Tabi ahirette de başlarına gelecekleri beklesinler...

Sabır tevekkül ve dua mümin ve Müslüman kişiye her zaman lazım. Allah'ın bilinen yüze yakın ismi var Esmâ-ı Hüsnâ denilen, bu isimlerle Rabbimize dua etmek ve bir şeyler istemek kul olarak bize yakışır, vermek de sonsuz ve sınırsız gücü varlığı olan Allah'a yakışır... Bazen Rezzak deriz dua ederken, kafirlere

vahşilere kızıp bazen Kahhar ismi celili ile dua ederiz, bazen günahlarımızı öğretmesi için Settar ismi ile dua ederiz, bazen genişletsin bizi diye Fettah ismi ile yakarırız. Kimi zaman Gaffur ismi ile yalvarırız...

Her zaman Rabbimize ihtiyacımız var. Rahman ve Rahim olanı bir an aklımızdan çıkartmamak lazım. Her zaman dua edelim Rabbimize. Sonsuz bir gücü ve sonsuz bir serveti var. O vermekten imtina etmiyor, çekinmiyorsa biz de istemekten utanmayalım. Açın ellerinizi gece gece, gündüz gündüz, günün her saati, isteyin de, isteyin. Bazen geciktirse de istemekten bıkmayın yine de... O da vermekten bıkmıyor zaten... Kimi zaman verir rahmettir, kimi zaman da vermez ya da geç verir, o da rahmettir, sonra çıkar onun hükmet-i ilahisi...