

Hiç susamasaydınız neler olurdu?

Yüce Allah,tüm bedensel ihtiyaçlarımızı mükemmel sistemlerle var etmiştir. Bu sayfada okuyacağınız iki örnek bunun en güzel kanıtlarındandır...

"Şimdi siz, içmekte olduğunuz suyu gördünüz mü? Onu sizler mi buluttan indiriyorsunuz, yoksa indiren Biz miyiz? Eğer dilemiş olsaydık onu tuzlu kılardık; şükretmeniz gerekmez mi?" (Vakıa Suresi, 68-70)



İnsan besinsiz 1-2 hafta kadar yaşayabildiği halde su içmeksizin 3-4 günden daha fazla yaşayamaz. Yüzde 55 ile 75'i sudan oluşan insan vücudunda, terleme ve solunum benzeri aktivitelerle günde 2-3 litre su kaybedilir. Kaybedilen su, susama duygusunun ardından içilen su ile telafi edilir.

Peki Ya Hiç Susamasaydınız Neler Olurdu?

Su, tüm canlılar için olduğu gibi insanlar için de en önemli yaşam kaynağıdır. Vücut sıcaklığının ayarlanması, besin maddeleri ve oksijenin taşınması, atık maddelerin hücrelerden uzaklaştırılması ve sindirimin kolaylaştırılması gibi insan vücudunda gerçekleşen hemen hemen her fonksiyonda yer alır. Ayrıca organ ve dokuların korunmasını sağlar. Örneğin hücrelerimizi çevreleyen suyun sadece yüzde ikisini kaybettiğimizde yaklaşık %20'lik bir enerji kaybına uğrar ve bitkinleşiriz. Sadece bu bile suyun insan yaşamında ne kadar önemli olduğunu anlamak için yeterlidir. (Harun Yahya, İnsan Mucizesi)

Su Dedektifi Hipotalamus

İnsan vücudu için bu denli önemli olan suyun miktarında gün içinde gerçekleşen en ufak değişimleri dahi algılayan sistemler vardır. Bunların başında, beynimizin bir bezelye tanesi büyüklüğünde olan hipotalamus denen bölümü gelir. Hipotalamus, kanda su oranı azaldığında bunu hemen algılar. Ve buna yönelik bir önlem olarak hipotalamusun hemen altında yer alan 1 cm büyüklüğündeki hipofiz adlı bez, "ADH" isimli bir hormon salgılar.

Bu hormon kan dolaşımı yolu ile uzun bir yolculuğa çıkar ve böbreklere ulaşır. Böbreklerde aynen bir kilidin bir anahtara uygunluğu gibi tam bu hormona uygun özel alıcılar vardır. Hormonlar bu alıcılara ulaştıkları anda böbreklerde hemen su tasarrufu düzenine geçilir ve su atılımı çok az bir düzeye indirilir.

Eğer hipofiz hormonu ve bu hormonun getirdiği "su tüketimini azaltın" emrini anlayıp uygulayan böbrek hücreleri olmasaydı, susuzluktan ölmek için günde 15-20 litre su içmek zorunda kalırdık. Bu suyu sürekli olarak da dışarı atmamız gerekeceğinden,

uyumamız veya bir yerde uzun süre oturmamız mümkün olmazdı.

Susama Hissi

Hipotalamus, hipofiz ve ADH'nin oluşturduğu bu mükemmel sistemin eksiksiz çalışması hayatta kalmamız için yeterli değildir. Bizim su içmemiz -dahası ne kadar su içmemiz- gerektiğini bilmemiz gerekir. Allah bunun için insanı susama hissi ile birlikte yaratmıştır. Vücudumuzda herşeyin eksiksiz olduğunu ama sadece susamadığımızı varsayalım. Doğduktan çok kısa bir süre sonra susuz kalıp ölürdük. Susama hissimiz olmadığı için neden krize girip ölüme doğru gittiğimizi de anlamazdık. Oysa bir insan, doğduğu andan itibaren su içmesi gerektiğini üstelik ne kadar içmesi gerektiğini bilir, çünkü tam gerektiği oranda susarız. Kusursuz olarak yaratılmış olan bu hayati sistem sayesinde vücudumuzdaki su dengesi korunmuş olur.

Tüm bunların yanında vücudun bu isteğine uygun olarak yaratılan su da, Allah'ın sonsuz yaratışının delillerinden sadece bir tanesidir.

Uykunun Hafıza Üzerindeki Mucizevi Etkisi

Allah uykuyu insanlar için birçok hikmetle özel olarak yaratmıştır.

Nitekim, Yüce Allah Kuran'da bu durumu şu şekilde bildirmektedir: "O, geceyi sizin için bir elbise, uykuyu bir dinlenme ve gündüzü de yayılıp-çalışma (zamanı) kılandır." (Furkan Suresi, 47)

Çok iyi bilinen bir yerin, bir kişinin adının ya da bir tarihin ilk anda akla gelmemesi hemen her insanın karşılaştığı bir durumdur. Bazen ne kadar düşünseniz de, hiçbir şekilde unuttuğunuz isim aklınıza gelmez, başka şeylerle uğraşmaya başlarsınız ve birden sorunuzun cevabı aklınıza gelir.

İnsan Zihninin Sırları

Unutulan birşeyin aniden hatırlanması, sanki uzun süredir kayıp olan bir görüntünün geri gelmesi için arşivciden talepte bulunmaya benzer. Bilim, insan zihninin sırlarını keşfettikçe, insan hafızasının ne kadar geniş bir kapasiteye sahip olduğu da daha iyi anlaşılıyor. Her algının bir ömür boyu saklandığını düşünecek olursak insan hafızasının depolama kapasitesinin ne denli büyük olduğu da açığa çıkacaktır. Bilim adamları bu mucizevi sistemleri -kısmen de olsa- keşfetmeye başlamışlardır.

Siz uykudayken, zihniniz gün içindeki görüntüleri kalıcı depoya yığmakla meşguldür. Bu yüzden, bilim adamlarının da belirttiği gibi uyku, zaman kaybı değil önemli bir süreçtir.

Dünyanın önde gelen bilimsel yayınlarından biri olan Science News'ta yayımlanan bir araştırmaya göre, iyi uyunan bir gecenin ardından bazı şeyler daha iyi hatırlanıyor. Buna göre; siz uyurken hafıza adeta uyumadan önce öğrenilen bilgileri depolamakla meşgul oluyor. Hafızanın sırlarının yavaş yavaş aydınlandığı günümüzde, uykunun pasif bir dinlenme olmadığı, vücut içinde gerçekleşen yalnızca onarım ve yenilenme aktiviteleriyle değil yoğun zihinsel aktivitelerin varlığı ile de kanıtlanıyor.

Uyku ve Hafıza Arasındaki İlişki

McNill Üniversitesi nörobiyologları tarafından öğrenciler üzerinde yapılan deneylerde yeni bir konu öğrenildikten hemen sonra uyuyan grubun daha iyi performans



gösterdiği ispatlanmıştır. Nature dergisindeki bu konuda bir makalesi yer alan Karim Nader'e göre hafıza statik değildir ve tekrar tekrar saklanabilir (Karim Nader, "Neuroscience: Re-recording human memories," Nature 425, 571 - 572 (09 October 2003); doi:10.1038/425571a.). Nader makalesinde sözlerine Fenn'den aldığı bir alıntıyla şöyle devam ediyor: "Eğitimin hemen ardından yapılan tanımlama performansta önemli bir gelişmeye işaret etmektedir, ama elde edilen bu ilerleme gün içinde azalmakta, uykunun ardından ise eski haline gelmektedir. Yani uyku gün içinde herhangi bir zamanda iyi bir şekilde öğrenilen bilgilerin akılda kalkmasına yardımcı oluyor. Performansın düzelmesi bize genel bilgilerle birlikte verilen sunum ve haritalandırmanın da uyku sırasında artırılıp sağlandığını göstermektedir (Fenn et al., "Consolidation during sleep of perceptual learning of spoken language," Nature 425, 614 - 616 (09 October 2003); doi:10.1038/nature01951.)."

Bilgisayar Ağlarında Kullanılan Benzer Prensiptir

Araştırmacı Walker, insan hafızası ve uyku arasındaki ilişki ile ilgili olarak şunları eklemektedir: "Uyuyarak yeniden harekete geçmek daha önceden pekiştirilen hafızayı tekrardan pekiştirmek gereken bir duruma sokabilir (Walker et al., "Dissociable stages of human memory consolidation and reconsolidation," Nature 425, 616 - 620 (09 October 2003); doi:10.1038/nature01930.) ."

Günümüzde bilgisayar ağlarında da insan zihnindeki benzer bir prensip kullanılıyor. Gelişmiş bilgisayar ağları artık bilgileri tek yerde yedeklemiyorlar. Bunun yerine biraraya getirilmiş kaynak disk ve teyplerinden oluşturulmuş saklama alanı ağlarını (SAN -Storage Area Network) kullanıyorlar. Bunlar aktif olarak görüntüyü yedekleyen akıllı yazılımlar tarafından yapılıyor. Bir görüntü hemen yedeklenebiliyor ama kalıcı saklama yerine sonradan gönderiliyor; mesela gece bilgisayarlar uyurken.

<https://www.harunyahya.info/makaleler/hic-susamasaydiniz-neler-olurdu-24775>