

# Corona virüsten nasıl korunuruz?



Corona virüs salgını tüm dünyayı sarmaya başladı. Çin’de ortaya çıkan ve sonra Kore, İran İtalya ve Japonya gibi ülkelerde görülen virüs, daha bir çok ülkede etkili oluyor. Üstelik virüsün bizzat kendisinden çok yayılma korkusu daha da ağır sonuçlara yol açıyor. Bu da ayrı bir azap ve musibet hükmüne geçiyor.

Peki Corona virüsten nasıl korunabiliriz?

Halk sağlığı uzmanları hemen hemen aynı önerilerde bulunuyorlar:

“Halen tedavisi ve aşısı bulunmayan bu hastalık için korunma önlemlerine dikkat etmeli ve bağışıklık sistemimizi güçlendirmeye çalışmalıyız. Yeterli uyku (günde 7-8 saat), stresten uzak durmak, egzersiz yapmak, hijyen kurallarına uymak, sigara ve alkol kullanmamak özetle sağlıklı bir yaşam tarzını benimsemek ilk basamakta yapmamız gerekenler arasında yer alır.

Düzenli ve dengeli beslenmeye yani yeterli sıvı almaya, kaliteli protein, doğal sebze/meyve, tam tahıl, bakliyat, vitamin, mineral ve antioksidanlardan zengin beslenmeye çalışmalıyız. Yeterince kanıt olmasa da D vitamini, çinko, omega-3 içeren destekler ile doğal C vitamini işe yarayabilir. Bunun dışında ellerin sık sık yıkanması yabancı yüzeylerle temas sonrası ellerin hiçbir şekilde yüze, ağza ve gözlere temas ettirilmemesi önerilir.(www.aid.org.tr)”

Uzmanlar mealen Müslümanca bir yaşam sizi bu Corona virüsten korur demeye getiriyorlar. Sars, Ebola, AİDS, HIV benzeri bir virüs olan Corona da, ahir zamanda çıkacağı söylenen Dabbetülarz sınıfına dahil edilebilir.

Bu gibi musibetlerden korunmanın yolunu da Bediüzzaman mümince bir yaşamadan geçtiğini şöyle beyan ediyor:

“Allahu a’lem, o dâbbe bir nevidir. Çünkü, gayet büyük bir tek şahıs olsa, her yerde herkese yetişmez. Demek, dehşetli bir taife-i hayvaniye olacak. Belki “Asâsını kemirmekte olan bir ağaç kurdu.” Sebe’ Sûresi, 14. âyetinin işaretiyle o hayvan, dâbbetü’l-arz denilen ağaç kurtlarıdır ki; insanların kemiklerini ağaç gibi kemirecek, insanın cisminde dışından tırnağına kadar yerleşecek. Mü’minler iman bereketiyle ve sefahet ve su-i istimalâtтан tecennübleriyle kurtulmasına işareten, âyet, iman hususunda o hayvanı konuşturmuş.”

Yeni Asya yazarı Süleyman Kösmene de yukarıdaki ifadenin izahı için şöyle diyor:

“KORUNMAK İÇİN GÜNE BEŞ DEFA ABDEST

Tıp otoriteleri, elleri ve kolları parmak araları dâhil, dirseklere kadar sürterek bol suyla yıkayan, ağzını ve burnunu bol suyla çalkalayan, yüzünü yıkayan ve bu işlemi günde 4-5 defa dört-beş saatlik aralarla tekrar eden kimseye Corona

virüsün bulaşmayacağını hatırlatıyorlar. Vücuda alınan virüsün hücrelere tutunup hastalık yapması için dört beş saat gerektiğini, bu süre içinde de bol suyla aynı işlemin tekrarlanması halinde virüsün bulaşmadan vücuttan atılacağını söylüyorlar. Ilık bir duş da tavsiye edilmektedir.

Bu bizim abdestimizdir. Abdestin ve guslün şifa kaynağı olduğunun tıp otoritelerince tescilidir. Yani koronavirüs “ibadete devam!” mesajı vererek konuşmuştur.”

Demek mümince ve Müslümanca bir yaşam bizi bir çok hastalıktan koruduğu gibi Corona virüs belasından da koruyabilir.

Tabi ki Allah’a bizi koruması için kavli dua yapmayı da unutmayalım. Çünkü “Göklerin ve yerin orduları Allah’ındır. Allah çok güçlüdür, hüküm ve hikmet sahibidir.” sırınca Corona virüs doğrudan Allah’ın emrine göre harekete eden dehşetli bir ordusudur.

Euronur

**CORONA VİRÜSÜ VE DABBETÜL-ARZ**