

HAVA VE İKLİM DEĞİŞİKLİKLERİNİN İNSAN RUHUNA TESİRLERİ IV.

Prof. Dr. Rasim ADAŞAL

Tıp Öğrencisi Olan "Üçüzler" de bir Deneme:

Petersen birçok hazırlamalardan sonra çok orijinal bir etüd olarak, üçüde Illinois üniversitesinde tıp öğrencisi olan üçüzlerde deneme yapmıştır. Altı haftalık bir süre zarfında meteorolojik şartlar bakımından kararsız olan 3 kardeş aynı yemekler ve miktarları yediler, aynı şeyleri yaptılar, aynı koşullar altında yaşadılar. Ortamlarında tek değişiklik, atmosferik haldi. Bunlar her gün her çeşit muayenelere tabi olmuşlardı. Tartılıyorlar ve biyofizyolojik fonksiyonlar bakımından ölçülüyorlardı. Her gün zeka kabiliyetleri ve davranışları aynı psikolojik testlerle ölçülüyordu. Bu denemeler serisi bitince artık Petersen'in "İnsan, hava ve güneş" adlı eserini yazmak için yeter derecede harçları vardı. Bütün bu denemeler nihayet şu genel yargıya varıyordu: "İnsan havaların şartlaştırdığı organik bir düzene tabidir. Organizma yeter derecede oksijen aldığı zaman iyi işler, ve bütün hastalıklar örgü hücrelerinin yeter derecede oksijen alamamaları halinde belirirler. Organasal hayatın bu esaslı koşulu bazı hava değişiklikleri ile koşu gitmektedir". Petersen "Üçüzler"ini denemelere tabi tuttuğu süre içinde hastane, hapisane, tımarhane, doğum evlerinde olan değişik olayları kıyaslamış, ve üç kardeşin oksijen azlığına ait belirtileri gösterdikleri günlerde hastanelere yatırılan hasta adedinin çoğaldığını şehirde daha çok insanın hastalandığını ve ölümlerin arttığını tesbit etmiştir.

ÇEŞİTLİ HAVA VE İKLİM KOŞULLARI VE ETKENLERİ:

Çocuklar bile en eski zamanlardan beri çevrelerinde ki canlı yaratıkların faaliyetlerinde mevsimden mevsime değişiklik olduğunu görmüşler, ve biyolojistlerde hayatı etkileyen fizik ve kimyasal reaksiyonların enerjisi hücrenin ısıyla ilgili olduğunu objektif gözlemleriyle belirtmişlerdir. Hayati faaliyet soğukla ağırlaştığı halde 40 dereceye doğru en üstün halini gösterir, lakin bunu geçince de varlığı bile tehlikeye girer.

Soguk 2-3 ay içinde hayatı ağırlaştırmak suretiyle korur, lakin aşırılığı öldürür. O halde bu hücre değişikliklerinin ısı suretiyle çok ilgili olduğu anlaşılmaktadır. Hayvanlardan bir çoğunun vücut ısılarıyla çevrelerinin hareketlerine çok yakın olduğu için hayati belirleri doğrudan doğruya bununla ilgilidir. 35-40 derece arasında ısılarını saklayan sıcak kanlı yaratıklar her mevsimde bir takım biyolojik mekanizmalarla uyum gösterirler. Oysa böcekler ve soğuk kanlı denilen hayvanlara sınımlı iklimlerde ancak güzel havalarda görünürler, ve dış ısının çok düşük olduğu aylarda bir hayat uyuklaması geçirirler. Ancak sıcak kanlı yaratıklarında çevre sıcaklığına karşı dayanmaları belirli bir sınırdadır. Ancak 19. asırda fizyolojistler insandaki "ısı düzeni"ni aydınlatabilmişlerdir. Ünlü fizyolojist Claude Bernard bunu yarı bilimsel yarı felsefi bir şekilde belirtmiştir: "Hayat canlıların organizmalarıyla dış çevre arasındaki bir savaştır."

İYİ VE KÖTÜ HAVALARIN TESİRLERİ:

Bütün havalar (iyi ve güzel, fena, yağmurlu, karlı, fırtınalı hava...) birçok atmosfer elementlerinin ve karışmasının bir sonucudur. Havanın kötülüğü veya fenalığı günlük ve özel çıkarlara göre ayarlanmamalıdır. Bol bir yağmur, gezmesini veya maça gitmesini engelleyen şehirli bir genç için kötü bir zaman ifadesi olduğu halde mahsulun bereketini bekleyen bir köylü için bir nimet olabilir, ve hatta bol yağmur için duaya bile çıkar.

Güneşin ve gökün parlaklığına, bulutların baskısına ve yağmurlara, kasırgalara, şimşek çakması ve gök gürültülerine göre duyarlık farkları ve hatta heyecanı gerginlikler gösteren insanlar çoktur, ve bunlara "Meteorolabile insanlar" denir. Lord Byron "Güneş bütün parlaklığıyla dünyayı aydınlatığı zaman ruhum tanıya yaklaşmaktadır" demiştir. Dağlarda bir süre yalnızlık hayatına çekilen ve tabiatla bir olan büyük mistiklerde aynı şeyleri söylemişler, ve hatta tanrı hayalini görmüşlerdir. Şiddetli kar

yağması halinde Tefvik Fikret, bir süre önce yer sarsıntısına uğramış olan Balıkesir halkının ızdırıplarını "Verin, zavallılara verin!" şeklinde aksettirmiş, Cenab Şahabettin ise yağan karı uçusan beyaz kelebeklere benzetmiştir. Bunun gibi ilkbahar ve sonbahar şairleri vardır. Ancak bu birazda insanın mizacına ve bilinç dışı hayatına bağlıdır. Güçlü Türk şairi Orhan Veli "Güzel Havalar" şiirinde ise bütün alışkanlıklarını, aşık olmasını, şiir yazma hastalığını, memuriyetinden istifa etmesini ve nihayet mahvolmasını hep güzel havalara bağlamaktadır. Gerçi bir bakıma bunlar sembolik ifadelerdir. Esasen güzel hava bazı insanları daha fazla içki içmek için körtükler, daha fazla para harcarır, gezdirir, ve dolayısıyla sonunda sağlığına bir zararı da olabilir.

ÇÖKERTİCİ VE KAMÇILAYICI HAVALAR;

Isının az yüksek, gökün parlak, rüzgarların çok hafif esintili olduğu güzel ve taze havalarda insanların çoğunda hoşnutluk hali ve enerji vardır, davranışları da açık ve neşelidir. Çalışmaya yetenekleri artmaktadır. İtidalli iklimlerde kar yağdıktan sonraki rüzgarsız ve güneşli havalarda en sıhhatli ve en kamçılایıcı havalardır. Böyle bir havada kaymak veya dinlenmek için Uludağ gibi yüksek bir yere çıkanlar bu olumlu ruh halini kendilerinde duyarlar. Bazen hava bir kamçı gibi tesir ederek zeka işlemlerini uyarır ve düşünceler kolaylıkla açılır. 1938'de 21 Eylül'de Amerika'nın bir eyaletinde beliren ve saatte 130 Km. bir hızla her tarafı kasıp kavuran bir kasırga esnasında bir psikolojik test denemesinde bulunan Teknoloji Enstitüsü öğrencilerinin aldıkları sonuç son derece parlak olmuş ve ondan önce benzeri

enstitüler arasında 70'inci oldukları halde 20'inci olmuştur. Serin ve güzel havalarda beyin hücrelerinin en iyi şekilde çalıştıkları çeşitli ısı derecelerinde denemelere tabi tutulan farelerde de ispat edilmiştir. Bunun gibi asistanlarıyla birlikte kış ortasında laboratuvarında 32 derecelik bir ısıda 24 saat kapanıp çalışan bir fizyoloji profesörü havanın fizik tesirlerinin en başta özellikle zeka fakültelerine tesir ettiğini, güçlükle çalışabildiklerini uyukladıklarını, büyük hesap hataları yaptıklarını tesbit etmiştir. Oysa beyin çalışması için en uygun zaman kış sonu, ve ilkbahar başlangıcıyla sonbahar başlangıcıdır. En kötü zamanda yazardır.

Amerikan Harb Okulunun arşivleri en kötü notların bu mevsimde imtihana girenlerde görüldüğünü yazar. Esasen birçok devlet imtihanlarına istekli olan gençlerin notlarında da denemeler yapılmış, öğrencilerin anketleri de kış ve ilkbahar da daha büyük istek ve kolaylıkla okuyabildiklerini meydana çıkarmıştır. Buna göre öğrenci imtihanlarını ayarlamak yani uygun havalarda yapmak boş bir şey değildir. Halk genel olarak gökünü açık olduğu ve hafif serinliğin bulunduğu havaya "Güzel hava" der, ve bu esas itibarıyla ruh içinde uyarıcıdır. Lakin her yerde ve örneğin orta Avrupa da bu koşulları olan hava oldukça azdır. Nitekim günlerden sonra güneşin bollukla çıktığı gün birçok hassretliler parklara koşarlar, ve yarı çıplak olarak yeşil çimenler üstünde güneşlenirler. Bundan ötürü Avrupalılar için güneşin kapalı bulunduğu ve oldukça serçe olan havalara da alışmış olarak enerjiyle çalışırlar. Ancak başka iklimlerden buraya gelenler bir süre uyum sıkıntısı çekerler.

Vücudunu bilime bağışlamak isteyen New York'lu bir yazar, bunun için Harvard'ı seçti "annem ve babam benim hep oraya gitmemi isterlerdi, benim oraya gidebilmem için de bundan başka çıkar yol yok."

Time

İdeal denen şey bir yıldız benzer, ona hiçbir zaman yetişemeyiz ama, tıpkı denizcilere olduğu gibi, bize de yolumuzu gösteren odur.

Carl Schutz

Tanrı beni benden korusun

İspanyol Atasözü