

ABONNEMENT

Pays étrangers

Pour un an : 2 Dolars



Edition spéciale : 3 Dolars

ADRESSE

«İdjtihad» Constantinople



Téléph : St. 865

xxviième ANNÉE

1 Octobre 1931

İCTİHAD

Türkçe ve Fransızca
İLMİ, EDEBİ, İKTİSADİ

No : 330

ABONNEMAN

Seneliği (24 Nusha) Türkiye

için: 2 1,2, Âlâ kâğıdlısı

5 liradır



ADRES

Cıgaloğlunda İctihad Evi



Tarihi Te'sisi :

1904 — Genève

Yirmi yedinci sene

1 Teşrini evvel 1931



Perikles devrinde Yunanistan, August zema - nında Roma İmpratorluğu Philippe 11 zema - nında İspanya, Louis xiv zamanında Fransa böyle oldular.

Muvakkat sükûn devrleri zaten mutkad - dim hadiselerin bir müntehasıdır. **Auguste** un diktatörlüğünü ve Louvis xiv un mutlak saltenetini zuhur ettirmek için bütün bir icti - ma'î mücadeleler silsilesi lâzım oldu.

Modern Avrupa, Tarihinin cereyanı esna - sında bir çok def'a görülmüş olan herc ü merc devrlerinden birini geçiriyor :

Siyasî ve dinî itikadlarda herc ü merc, te - fe'kürlerde herc ü merc. Eski müdir idéallerin zayıflaması ve yeni idéaller taharrisi ruhlarda derin bir iğtişâş oldu ; endişe ve korku ruhlara rahat vermiyor, her tarafda tehdidler zuhur ediyor ve nisbî bir sükûn ümidi henüz görün - miyor.

Medeniyetlerin inhitatlarının başlıca sebeblerin - den biri, her devrde görülen sebeblerinden biri **Autorité** principinin ve bundan sudur eden şukûhun tedricen ga'ib olmasıdır.

Bu **Autorité** ister ilâhların, ister urflerin yahud Kralların olsun, bir kavmin onsuz pay - dar olamayacağı kıvamı yalnız o [autorité] verebilir.

Zimamdarlarkendi kendilerini idare etmeye salih pek az ferdlerden olmadıkları takdirde, insanların idare edildiklerini his etmek 'umumî ihtiyacı malum olduğundan, siyasî « Régime » ler, mutlakıy - yetin fazlalığı yüzünden değil, zayıflığı yüzün - den ortadan kalkmıştır. Louis xiv sahib kran khudavend oldu, çünkü zadeğânı ve ruhbanı ve parlamento yu avcu içine almayı bildi.

Louis xv ve bahusus Louis xvi khudavend olmadılar çünkü, seleflerinin zabt etmeyi bilmiş oldukları rakib kuvvetlerin biri biri arkası sıra hüküm ünufuzu altına düşdüler.

Autorité principinin bu esasî te'siri şundan ileri gelir, ki dağın k insanları mutecanis bir ma'şeriyete tahvil eden tefekkür ve 'amel birliğini vücude getirmeye muktazi kuvvete yalnız o malikdir. Bina'en aleyh autorité prin - cipine, gerek politikada gerek din ve ahlakda bir milletin hayatının en esasî temellerinden biri nazarile bakıla bilir.

Autorité principinin ortadan kalkmasının en da'imî menşe'lerinden biri, cem'iyetlerin içinde biri birine zıd menfa'atlı muhtelif fırka - ların teşekkül etmesidir. Bu rakib fırkalar biri birile mücadeleye girişmeye kâfi derecede ken - dilerini kuvvetli his eder etmez, « autorité » principini zayıflar ve inhitat başlar. Bu vech ile dir ki 'alemi kadimde, halâ gözlerimizi kamaş - dıran bir şa'sa'a ile parladıktan sonra Yuna - nistan, istiklâlini ga'ib etdi. Bu vech ile dir ki bir sıra bi rahmane mücadelelerden sonra İm - pratorların diktatörlüğüne tehammül etmek derekesine düşdü.

Kurunı Vustada, 'aynı tarzdadır ki dahili ihtilaflardan, munakaşelardan sonra İtalyan Cümhuriyeti, ez cümle **Florence** mahv oldu. Florence da, rakib syndicalar arasında ki husumetler da'imî olarak, hayat öyle bir cehennem oldu ki bir Medicis hükûmeti eline geçerek cümhuriyet idaresini yıkdığı vakit 'umumî bir ferah hissi duyuldu. Daha sonra bitmez tükenmez dahili şikak ve ihtilafları mute'akib, komşuları tarafından taksim edilmiş olan Lehistan da bu suretle helâk oldu.

Dr. G. Le Bon

Sihhi sütün

BESLENME USULÜ

Vucudumuzun sıhhat ve kuvveti için beslenmeye muhtaç olduğumuzu hep bi - liriz : Üzerinde yaşadığımız şu kürrei ar -

zda bulunmamız, kablettarih ecdadımızın hayat ve nesillerinin devamı için vücut - lerinin beslenmesini temine salih mevad

seçmekte gösterdikleri kabiliyet ve muvaffakiyet sayesinde. Bu muvaffakiyet ve kabiliyeti göstermeyenler munkariz olmuşlardır . Bu gün ise her şey kolaylıkla elde ediliyor ; ve her türlü ihtiyacımız elimiz altında bulunuyor, bolluk içinde yaşıyor ve besleniyoruz.

Bununla beraber yakın zamanlara kadar binlerce insanlar her şeye malik oldukları ve her istediklerini yedikleri ve faideli zan ittikleri maddelerle beslendikleri halde aklıktan ölmüşlerdir. Vücutlerini beslemek için muhtaç olduğu ba'zı maddelerden mahrumiyet neticesi olarak ölmüşlerdir.

Bu hal bu gün de eski derecesinde olmamakla beraber yine vakidir . Hayatda insanlara yaşamak için rehberlik eden sevkî tabii kuvveti medeniyetin terak-

RUHUN ŞİMŞEKLERİ

Bir hararetili ziya huzmesinin altında
'Azım ü imana çevirdim beşerin şeklini ;
Bir nefes almak için susdu karanlık geceler,
Rumun, bi hareket, bekledi şimşeklerini.

14 Nisan 1931 A. D.

kisi ile gaip olmuştur. Bu gün o kuvvete artık i'timad caiz değildir. Yeni bilgiler gaip olan o kuvvetin şimdi yerini tutuyor. Bu gün pek az tehlikeli veya büsbütün tehlikesiz bir halde beslenmeyi ve zararlı şeylerden korunmayı biliriz, fakat bu türlü ilmi bir şekilde beslenmek yolunu öğrenmek ve tabiatın türlü türlü mebzul bir surette hazırladığı şeylerden istifade edebilmek geçmiştir .

Mamafih bu gibi malûmat ve beslenmek hususundaki faideli bilgileri her kese öğretmek lâzımdır; bunun için faideli gıdaları her kesin daha kolay elde etmesi için onların bol bol yetiştirilmesini ve kolaylıkla her kesin tedarik etmesini temin edici çareler düşünmelidir; meselâ her türlü sebze ve meyvaların ucuz alınıp satılmasını te'min etmeli süt ve sütlü şeyleri ziyade yemek için süt hayvanlarını çoğaltmalı ve sütçülüğü teşvik etme-

lidir. Beslenmek hususunda takib edilen fena usulleri terk ederek, onların yerine bütçesi dar ve kısa olanların bile vücudlarının beslenmesini temine müsaide olanlar konmalıdır. Beslenmek yalnız karnını şişirmek ve açlığı teskin etmek değildir. Vücudun hakiki ve asli ihtiyaçlarının ba'zılarından mahrum kalmamak lâzımdır. Beslenmek hayat makinesinin kuvvetini vücudun hararetini teminden ibaret olsa mesele kolaylaşır, çünkü her türlü gıda maddelerinde , kâfi mikdar yenildiği halde, vücudumuzun kuvvet ve fa'aliyetini te'mine salih cisimler vardır. Ancak bedenın temamilen hakkını vermek

için yenilmesi lâzım olan gıdaların ba'zı hususiyetleri vardır . meselâ çok def'a et lokmasının yerini hiç bir şeyin tutmadığı ve ondan alınan kuvvet başka suretle

te'min edilmediğinin söylendiğini işidir; halbuki et gerek energie , gerek hararet vermek itibarile ekmekten aşağıdır, bir çok kimseler vücudlarının ihtiyacı olan gıdayı tedarik etmekten aciz bir halde bulunurlar. Çok def'a da hayat makinesinin işlemlerini te'min için vücudumuzun ihtiyacından fazla yeriz. Bu suretle vücudun yağlanmasına ve vakitsiz ölüm tehlikesine sebep olabilen malûliyetlere meydan veririz. Kesenin müsa'adesizliği neticesi, lüzumundan noksan tegaddi edenlere daha az tesadüf edilir.

Tabi'i iştiha bermu'tad tatmin edilmek ister ve yenilecek yemek miktarı en ziyade itimada şayan olan yine iştihadır. Yemeğin iştiha getirici olması , lezzet ve çeşnesine bağlıdır.

Sun'î vasıtalarla baharlar, salçalar süslerle iştiha getirici yapılan ve çok şekerle tatlılandırılan yemekler, yalancı ve

itimad caiz olmayan bir iştiha verirler.

Yemekden maksad beslenmek ve bu vasıta ile vücudumuzun eksilen aksamını ta'mir ve tazmin edebilmektir. Bir çelik makine pek yavaş aşınır ve ta'mire muhtaç olur. Halbuki vücudumuzun bütün aksamı daha bidayetden ve pek küçükden itibaren ayrı ayrı terkip ve teşkil edilmekte ve neşvünemaları temin edilmektedir. Vücudumuzun gerek neşvünemasını ve gerek zayıatını tazmin ve ta'mir için beslenmeğe muhtacız. Hayatımızın ilk devrelerinde beslenmemizi valideler-

miz temin eder. Daha sonra onun ihtihab ettiği gıdalarla ve nihayet kendi kendimize besleniriz. Bu halde hayat makinemizin sağlam ve dayanıklı olub olmaması validelerimizin elindedir. İşte bunun içindirki bu husustaki mesuliyeti büyüktür. 'Aynı zamanda cemiyeti beşeriyeye sağlam ve faydeli bir unsur vermek ve gaib olan hayat ve kuvvet memba'larını yeniden ona iade ile medeniyete hizmet etmek gibi mu'cizeli bir kuvvet ve imtiyaza malik olmakda büyük bir şereftir.

(Sonu gelecek sayıda)

Büyükada Dr. ŞÜKRİ

ŞİİR

KORKARIM

Beni korkutmadı asla ne topun velvelesi ,
Ne de zincirin ufuklardan uzun boylu sesi.

Çürümüş gölgeye benzer gece namındaki dev ;
Beni korkutmadı dünyada ne zulmet, ne alev .

Ölümün ba'zı hariminde dolaşdım, gezdim,
Yine hiç korku denen ra'şe nedir bilmezdim .

Korkarım «gizli»den amma,yılların«mübhem»den,
Korkarım dilsiz olan , söylemeyen matemden .

Korkarım çözmeden 'âcizsem eğer bir düğümü,
Korkarım göz yaşı sessiz akıyor gördümümü .

Korkarım dikkat edersem de tanılmazsa keder,
Hele bir khandeye gitmişde sığınmışsa eğer.

Korkarım yerleri meçhul ise medfenlerden ,
Hele tebdili kıyafetle kayan makberden .

Kayalar mudhikelerdir, uçurumlar şakadır ;
Ölünün düm düz olan kabri fakat şahikadır.

Korkarım ba'zı basarken bir avuç topraktan ,
Korkarım ummadığım taşda sada duymaktan .

Midhat Cemal

'Aşk kasideleri

VII

Ey ince gül yaprağı, ey ruhum « Peristera »m
Fecirlerin üstünden renk aldı şimdi yaram .



Sen şafakta açılmış gönül renginde güldün ,
Esti meçhul rüzgârlar yaprak, yaprak döküldün.



Bütün ömrüm hiç olmuş bir bulanık uykuda
Bütün hülyamın aksi süzülüp gitmiş suda .



Eğil, bir lahza dindir nâgmiden göz yaşımı ,
Hummaların içinde ateş saçan başımı .



Yanan dağlar ardından esen rüzgâr inlesin
Elemli bakireler son şarkımı dinlesin .



Gel bir akşam bu yakut dağının çeşmesine ;
Benzet yorgun sesini perilerin sesine .



Ruhun, aydınlıkların doğduğu menb' gibi ,
Asırlara renk veren bir « 'Aksi seda »gibi.

