

Obezite ve açlık

Furkan Şentürk



1997 yılında New York, ABD'de doğdu. Beyoğlu Anadolu İmam Hatip Lisesinde okuduktan sonra 2019 yılında Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesinden mezun oldu. 2020 yılından bu yana Columbia Üniversitesi Orta Doğu, Güney Asya ve Afrika Araştırmaları Enstitüsünde İslam Araştırmaları alanında doktora faaliyetlerini yürütmektedir. İlgili alanları İslam siyaset düşüncesi, Batı siyaset felsefesi ve anayasalcılıktır.

Obezite ve açlık konuları birkaç yönden ele alınabilir. Bu yazıda üç temel yaklaşım ele alınacaktır: siyasi-ekonomik, tıbbi ve ahlaki. Siyasi-ekonomik ve tıbbi yaklaşımların günümüzde obezite hakkında düşüncenin ana akımı temsil ettiği söylenebilir. Bununla beraber, obezitenin davranışsal ve küresel adalet yönlerini telakki etmekte bu yaklaşımlar eksik kalabilmektedir. Siyasi-ekonomik ve tıbbi yaklaşımlara üçüncü olarak ahlaki perspektif de eklenirse obezite ve açlık sorunlarını daha bütüncül olarak ele almak mümkün olacaktır. Obezitenin en yaygın göstergesi ve dolayısıyla tanımı, kişinin vücut kütle sinin boy oranına göre aşırı artmasıdır. Obezitenin birçok farklı sebebi olabilmekle beraber, temel sebep olarak kalori tüketiminde artış ve buna mukabil fiziksel aktivite oranlarındaki azalışa dikkat çekilmektedir. 2019 yılında yayımlanan en güncel TÜİK verilerine göre, Türkiye'de obez bireylerin oranı 2016 yılında %19,6 iken 2019 yılında %21,1 oldu. Amerika'da ise obez bireylerin oranı 2018 yılında %42,4 rakamlarına ulaştı. DSÖ tarafından yapılan çalışmalarda obezite oranlarının son 10 yıl içerisinde %10 ile 30 arttığı saptandı. 2017 yılında yayımlanan bir çalışmaya göre 604 milyonu yetişkin 108 milyonu çocuk olmak üzere küresel obez nüfusu 712 milyona ulaşmış durumda. Buna mukabil 2019 yılında DSÖ tarafından yayımlanan bir çalışmada küresel açlık sınırında yaşayan nüfus 820 milyon kişi olarak belirtildi. Aynı çalışmada, Amerika ve Avrupa'daki açlık kaygısı çeken insanların oranı %8 olarak saptandı. Bireylerin ve nüfusların maddi yaşam kalitesine zarar vermektense, obezite insanlık

adına ahlaki bir sorunu da beraberinde getirmektedir. Bir tarafta insanlar aşırı tüketimden hastalanırken diğer tarafta diğerleri açlık kaygısı çekmekte ve hatta açlıktan ötürü hayatını kaybetmektedir. İşte bu bağlamda obezite sorununu ahlaki yönden ele alma ihtiyacı ortaya çıkmaktadır.

İstatistiksel veriler obeziteyi ülke nüfuslarını etkileyen siyasi-ekonomik bir problem olarak ortaya koyar. Bire bir insanların obez olmasından ziyade, belirli bir nüfusun genel obezlik oranı ile meşgul olur. Obezlik bu açıdan bakıldığında bir ülkenin nüfusuna, yani beşerî sermayesine musallat olan bir hastalıktır. Siyasi-ekonomik yaklaşım obezitenin insan vücudu üzerindeki etkileri ile ancak genel toplum sağlığı, artan kamu sağlık harcamalarının bütçe üzerinde oluşturduğu yük ve askeri amaçlar için formda kabul edilebilecek nüfus oranı gibi iktisadi-istatistiksel kaygılar üzerinden ilgilenir. Ürettiği çözümler de buna mukabil bizzat bireylere yönelik değildir. Bu yaklaşım ulus-merkezlidir.

Tıbbi yaklaşım, politik yaklaşımın aksine obeziteyi bireylerin hayat kalitesini ve süresini olumsuz etkileyen bulaşıcı olmayan bir hastalık olarak ele alır. Obezitenin tıbbi ve biyolojik sebeplerini ve sonuçlarını anlayıp etkin tedavi yöntemleri geliştirmeyi amaçlar. Obezite hormonal dengesizlik veya genel hareketsizlik gibi farklı sebeplerden kaynaklanıyorsa buna uygun özel tedaviler uygulanır. Aşağıda ele alınacak ahlaki yaklaşımdan farklı olarak ana kaygısı insanın bedenidir. Hareketlilik veya yeme alışkanlıkları gibi insan davranışlarını da ele alsın bile bunu

bedendeki etkileri açısından değerlendirebilir.

Ahlaki yaklaşım ise obeziteyi manevi bir sorun olarak ele alır. Ahlaki ve tıbbi yaklaşım obeziteyi insan davranışlarının bir sonucu olarak ele alma konusunda benzeşebilir, ancak ahlaki yaklaşım bu davranışları insan ruhundaki bazı hallerin sonucu olarak ele alır ve aynı şekilde ruh üzerindeki etkilerini inceler. Moderniteyle birlikte ahlaki yaklaşımların sümen altı edilmiş olması ve ana akımda kendine yer bulamamıştır. Ancak her medeniyetin kendine has kaynaklarından yola çıkarak tarihi tecrübeleri ışığında ürettiği bir ahlaki geleneği vardır. Buna binaen ahlaki yaklaşımı bağlamına hasrederek tartışmak daha uygun olacaktır. Hristiyan Batı geleneğinden beslenen bir ahlaki yaklaşım yedi günden fazla oburluk ve tembellik kavramlarına odaklanabilir, Budist kaynaklar ise tamamen farklı yaklaşımlar sunabilir.

Türkiye bağlamında zikretmeye değer en güçlü ahlaki gelenek tasavvufudur. Diğer bir deyişle, Türkiye bağlamında obezite sorununa ahlaki yaklaşım, tasavvuf paradigmasından yola çıkarak geliştirilebilir. Gerçekten de tasavvuf geleneği incelendiğinde, açlık ve gıda kavramını dini ve ahlaki temellere oturtan söylemler üretildiği görülecektir. İmam Gazali, İhya'sındaki "Yeme Adabı" başlıklı bölümde; "akıl sahiplerinin ulvi maksadının Allah rızası olduğu, bunun ancak ilim ve amelle mümkün olduğu, bu ikisinin de ancak sağlıklı beslenme ile olacağını" belirterek giriş yapar. "Yemek (yemek) dindedir" şeklinde seleften nakille mevzunun önemini özetler. Böylelikle



denge beslenme ve beden sağlığı arasındaki ilişki reddedilmeden mevzunun ahlaki boyutu da İslami dünya tasavvurunca tesis edilmiş olur. Öte yandan “İki Şehvetin (Mide ve Cinsellik) Kırılması” başlıklı bölümde aşırı tüketime dikkat çekerek bunun ruhta ve bedende oluşturduğu cimrilik, tembellik, azgınlık gibi hastalıklara dikkat çeker. Aynı zamanda açlığın faziletini vurgulayarak insanın kendisini hesaba çekip sahip olduğu nimetlere şükredebilmesini sağladığını vurgular. Bu şekilde yeme ve yememe arasında bir denge kurulur.

Tasavvuf geleneğinden yola çıkarak obezite sorununa ahlaki zemine oturtmak hem yukarıda bahsi geçen küresel eşitsizlik sorununa hem de bireylerin beden sağlıklarını korumada motive olmaları konusunda yeni yaklaşımları mümkün kılar. Eğer tüketimin amacı ibadetsen, tüketme eylemi ahlaki mükemmeliyeti ve Allah’a yakınlığı gerektiren ibadet mantığına tabii olmalıdır. Obezite ile mücadelede nefisle mücadele olarak yaklaşılabilir. Günümüzdeki baskın siyaset söylemleri bir ülkenin neden bir diğerine sorumlu olması gerektiğini temellendiremezken küresel adaletsizlikler kul hakkı penceresinden değerlendirilebilir. Kısacası, obezite sorununa ahlaki/tasavvufi açıdan yaklaşmak, sosyoekonomik veya indirgemeci tıbbi yaklaşımların eksik kaldığı noktalarda fikri ufukumuzu genişletmeye imkân sağlayacaktır. Bu yazı, uzunluğu sebebiyle konuyu so-

nuna kadar inceleyemese bile ahlaki yaklaşımları nasıl ana akım düşünceye geri kazandırabileceğini dair kaba bir şema çizmiştir.

Kaynaklar

Branca, Francesco, Haik Nikogosian, Tim Lobstein, ve World Health Organization, ed. 2007. *The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response*. Copenhagen, Denmark: WHO Regional Office for Europe.

CDC. 2021. “Obesity Is a Common, Serious, and Costly Disease”. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/obesity/data/adult.html> (Erişim Tarihi: 30 Mart 2022).

“Dünyada Obezitenin Görülme Sıklığı”. <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/dunyada-obezitenin-gorulme-sikligi.html> (Erişim Tarihi: 30.03.2022).

Gazzâlî. 2010. 2, 4 İhyâü Ulûmi'd-Dîn. ed. Ali Muhammed Mustafa ve Said el-Muhasini. Suriye: Dar'ül Feyha.

Greenhalgh, Susan. 2012. “Weighty Subjects: The Biopolitics of the U.S. War on Fat”. *American Ethnologist* 39(3): 471-87.

Jellison, Jason. 2017. “All About Buddhism: Fad diets don't work, fight obesity with Thai food karma”. *The Phuket News*. <https://www.thepuketnews.com/all-about-buddhism-fad-diets-dont-work-fight-obesity-with-thai-food-karma-64812.php> (Erişim Tarihi: 31.03.2022).

“Obezite Nedir?” <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezite-nedir.html> (Erişim Tarihi: 30.03.2022).

Richtel, Matt. 2017. “More Than 10 Percent of World's Population Is Obese, Study Finds”. *The New York Times*. <https://www.nytimes.com/2017/06/12/health/obesity-study-10-percent-globally.html> (Erişim Tarihi: 31.03.2022).

“Sağlık Harcamaları İstatistikleri, 2020”. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Sağlık-Harcamaları-İstatistikleri-2020-37192> (Erişim Tarihi: 30.03.2022).

Snoek, Hans. “The Sin of Gluttony”. *Faith in Focus*. <https://faithinfocus.org.nz/uncategorized/the-sin-of-gluttony/> (Erişim Tarihi: 31.03.2022).

Günümüzdeki baskın siyaset söylemleri bir ülkenin neden bir diğerine sorumlu olması gerektiğini temellendiremezken küresel adaletsizlikler kul hakkı penceresinden değerlendirilebilir. Obezite sorununa ahlaki/tasavvufi açıdan yaklaşmak, sosyoekonomik veya indirgemeci tıbbi yaklaşımların eksik kaldığı noktalarda fikri ufukumuzu genişletmeye imkân sağlayacaktır.

T.C. Sağlık Bakanlığı, Nazan Yardım, Sabahattin Kocadağ, ve Betül Faika Aydın, ed. 2019. *Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı: Yetişkin ve Çocukluk Çağı Obezitesinin Önlenmesi ve Fiziksel Aktivite Eylem Planı 2019-2023*. Ankara.

“Türkiye Sağlık Araştırması, 2019”. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Türkiye-Sağlık-Arastirmasi-2019-33661> (Erişim Tarihi: 30.03.2022).

“World Hunger Is Still Not Going down after Three Years and Obesity Is Still Growing – UN Report”. <https://www.who.int/news/item/15-07-2019-world-hunger-is-still-not-going-down-after-three-years-and-obesity-is-still-growing-un-report> (Erişim Tarihi: 31.03.2022).