# Işığın Gürültüsünde Boğulmayalım

Siz hiç etrafınızdaki ışık teröründen veya gürültüsünden rahatsız oldunuz mu? Son bir kaç yıldır adeta salgın gibi her yere yayılan kuvvetli led ışıklı tabela teröründen bahsediyorum. Bu konuda çok rahatsızlık hissetmeye başladım ve yazmasam eksik kalırdı.

Eskiden ışıklı tabelalar daha masumdu, plastik yüzeyin ardında yanan floresan ampulleri ile aydınlanır ve görmek isteyenler için "işte buradayım" mesajını efendice iletirdi. Şimdiki ledli, kayan yazılı tabelalar ise gerçekten terör estiriyor. Cırtlak kırmızı ve yeşil başta olmak üzere çeşitli renklerde yanıp sönüyor, kayar yazı oluyor, ritimsiz ve ruhsuz tekrarlar yaparak göz ve beyin algımızı alt üst ediyor. Farkında olmasak bile düzensiz, kaba ve yüksek hızlı parlamaları ile beynimizi yoruyor ve stres yüklüyor. Işığın bu kadar hoyrat, ölçüsüz, düzensiz ve saygısız kullanıldığını hatırlamıyorum.

Eskiden olsa, arkanızdan gelen ve yansımalarını gördüğünüz kırmızı ışığın polis veya itfaiye arabası olduğuna, mavi yansımaların ise ambulansa ait olduğuna neredeyse emin olabilirdiniz. Tıpkı, sarı ışığın iş makinası veya çekiciyi, yeşil ışığında cenaze arabasını gösterdiği gibi. Ama şimdi, kırmızılı mavili şiddetle yansıyan ve sokağı işgal eden ışığın kaynağı işgüzar bir çiğ köfteci olabilir! Görmesem yazmazdım! Ya da, tıpkı evimin sokağında bulunan ve akşamları her yeri fosforlu yeşile boyayarak "bakın bana" diye sanal çığlıklar atan, PVC Pencerecinin iğreti tabelası gibi. Her defasında; önce küçük bir algı şoku yaşatıyordu bana, yeşil yansımalarıyla ve bende bir ailenin ocağına ateş mi düştü diye ürperiyordum. Sonra tabelayı fark edince de işyeri sahibine buğz ederek yoluma devam ediyordum.

Artık neredeyse alıştım ama hassasiyetim de gitti sayılır. Gerçek cenaze arabası veya ambulans geliyor olsa kendisini görmeden hassas davranmaz hale geldim. Halbuki, renkleri özellikle seçilmiş bu araçları daha görmeden, ışığını fark edip vatandaşlık görevini yapalım istenmiyor muydu? Daha traji-komiğini söyleyeyim: Özel izinle ışıklı uyarı sistemi takılan araçlar bile ancak gerekli hallerde bunları açabilirler. Örneğin bir ambulans hastaya gitmiyor ise veya hastası yok ise tepe lambalarını yakamaz. Yakarsa, Karayolları Trafik Yönetmeliğinin "*Bu hakkı gereksiz yere kullananlar hakkında Karayolları Trafik Kanununa göre işlem yapılmakla birlikte Türk Ceza Kanunu hükümleri de uygulanır*." hükmünce

sürücüsü de yanar! Yani anlayacağınız; ambulanslar gereksiz yere ışıklarını açamaz ama düşüncesiz iş yeri sahipleri 24 saat boyunca her türlü ışığı açar, sokağı diskoya çevirir, evlerinde yatanların camlarından ışık saldırıları yapar, ancak yanına kâr kalır! Doğru, hemen hiç bir şey olmaz.

İstanbul'da tabela ve reklamları denetleyen üst kuruluş olarak Büyükşehir Belediyesi, öncelikle boyuna ve konulduğu cepheye, yazılarının büyüklüğüne vs. bakıyor. İBB'nin Reklam Yönetmeliğinde, yetkili olduğu ana arterlerdeki ışığın şiddeti veya ışık kirliliği konularında "*Yol kenarlarındaki pano ve tanıtıcı levhalarda, yanıp sönen ışıkların kullanılması, kırmızı, sarı ve yeşil ışıklarla veya bu renkteki ışık yansıtıcı cisimlerle tertiplenmesi yasaktır*." şeklinde bir madde var. Ama, anlaşılan o ki yeterince etkili veya akşamları denetlenmiyor. İlçe belediyelerinde benzer hassasiyeti aramıyorum bile, yaşadığımız sokaklardan belediye yöneticileri de geçiyor fakat nafile.

Gereğinden fazla ve ölçüsüz kullanılan her şey israf demektir. Enerji kaynaklarımızda sınırsız olmadığına göre her zaman tasarruflu davranmamız gerekir. Aşırı ışık kullanımı dünyada yaşayan diğer canlılarında hayatını kötü etkiliyor. Kuşların göç yollarından, hayvanların gece davranışlarına kadar her şeyi etkileniyor. Bizler, yaşadığımız çevre ile uyumlu ve saygılı olabildiğimiz ölçüde geleceğe güvenle bakabiliriz.

Konu ışıktan açılmışken, sağlıkla ilgili bir yönüne de dikkat çekmek isterim. Uyuduğumuz zaman, odamızda mutlak karanlığa ihtiyacımız var. Melatonin, beynimiz tarafından uyurken ve karanlıkta salgılanan, sağlığımız üzerinde oldukça etkili bir hormon. Bağışıklık sisteminden, büyümeye kadar çok önemli düzenlemeleri yönetiyor. Kanserin oluşumu veya önlenmesi ile doğrudan ilgili olduğu tespit edilmiş. Gece çalışanların kansere daha çok yakalanması, doğuştan görme engellilerin hiç denecek kadar kanser olmaması bu hormonla ilgili. Özellikle çocuklarımızın büyümesi ve sağlığı için bu konu çok önemli. TV başında uyumak, ışıklar açıkken uyumak kesinlikle sağlıklı değil. Aydınlığa olduğu gibi, karanlığa da muhtacız.