

tuhanlı

Kadim Doğrular

Yeni Gerçekler

Aylık Kadın
Yaşam ve
Fikir Dergisi



Mayıs 2023 Sayı: 231 Fiyat: 125 ₺

DR. ABDÜLAZİZ YILMAZ:

“SAĞLIĞI MÜSAİT OLAN
HER KADININ
KENDİNİ KEŞFETMEK İÇİN”
ANNELİĞİ DENEYİMLEMESİ GEREKİR”

AİLE

Zülünün Günlüğü

RÜYALARINI TABİR EDECEK
YUSUFLARDAN
MAHRUM GENÇLİK
Hüseyin Karaca

HATİCE EBRAR
AKBULUT:

“YAZMAK, BENİM
İÇİN DAIMA YOLDA
OLMA HÂLİ”

DERYAYA YAKIN
DÜNYADAN UZAK;

Konya

Özlem Urgancıoğlu

BÜŞRA MEŞE
YILDIRIM:

“**DUANIN GÜCÜNE**
ÇOK İNANIYORUM”

Kadın Çiftçi Kredisi ile ZİRAAT'İN DESTEĞİ BENİMLE

Tarımsal üretimin içinde yer almak isteyen kadınlar Ziraat'e geliyor, 10 yıla kadar vadeli 2 yıla kadar anapara ödemesiz Kadın Çiftçi Kredisi ile üretime katılıyor, hem kadınlar kazanıyor hem ülke ekonomisi kazanıyor.



0850
220
00 00

Müşteri İletişim
Merkezi

www.ziraatbank.com.tr



Ziraat Bankası

Bir bankadan daha fazlası

[Twitter](#) [Facebook](#) [Instagram](#) [YouTube](#) /ziraatbankasi



TÜRKİYE
YUZYILI



BAĞCILAR
TIYATRO
AKADEMİSİ



BAĞCILAR
BELEDİYESİ



1. ULUSAL BAĞCILAR OYUN YAZMA YARISMA KONU - SERBEST

Birincilik
15.000

İkincilik
12.000

Üçüncülük
10.000

Mansiyon
3.000

SON BAŞVURU: **15 EYLÜL 2023 Cuma**

Bilgi ve Başvuru:



Bağcılar Tiyatro Akademisi Şehit Savcı Mehmet Selim Kiraz Kültür Merkezi
Sancaktepe Mahallesi 934. Sokak No: 3 Bağcılar / İstanbul



0 212 435 64 60



İÇİNDEKİLER

12 KAPAK: BÜŞRA MEŞE YILDIRIM: "DUANIN GÜCÜNE ÇOK İNANIYORUM"

Büşra Meşe Yıldırım... Dijital medyanın ve ekranların sevilen yüzü. Hayata bakışını, anneliğin, medyanın görünmeyen yüzünü anlattı.

06 PSK. ASUMAN ÇELİK: KADINLIĞIN YANKI ODASI

Erkek egemenliği, ataerkillik, oğlan sevicilik deyince; en eğitimli aileler içinde bile hala o eski bilgilerin ve sözde değerlerin kayıtları saklanmış durumda sinsice duruyor.

18 FATMA AKGÜN: YENİ BİR FECRE DOĞRU

Boynuma dolanmış boş bir telaşın içinde, onca susmadan sonra, hala duyabilenler için söylenmiş birkaç cümle

20 AYFER BALABAN: MODERN ZAMANLARDA ANNELİK

Günümüzde annelerin büyüklerinden sıkça duyduğu bir sözdür: 'Biz de zamanında çocuk büyüttük. Hem de kaç tane? Hazır bez de yoktu, bizim zamanımızda çok daha zordu.'

24 AYŞEMİNE ALİOĞLU: ANNELİK MANİFESTOSU

Siz bu yazıyı okurken muhtemelen ben yeni hayatımın ilk ayında olacağım. Bir kaç gün içerisinde ben anne oluyorum.

26 FATMA BETÜL AYDIH: BİR BEN VARMIS BENDE, ANNE OLUNCA ANLADIM

Anne deyince öyle zannediyordum ki, akla gelen ilk kavram şefkat olmalı. Daha evvel şefkatli bir insan olduğumu zannedirdim.

30 ÜMMÜGÜLSÜM TAT: İKİ HECE BİR ÖMER ANNE

Devlet babadır. Memleket anne. Adalet babadır. Merhamet anne. Duyguların, kavramların, sözcüklerin bazıları babadır, bazıları anne.

32 MURADIYE ŞİMŞEK: MUHABBETHANEDE SESSİZ SOHBET

Sözün bittiği yerdediler. Yaşanan deprem, asrın felaketiymi. Kimileri afeti yerinde yaşamıştı.

36 DR. ABDÜLAZİZ YILMAZ RÖPORTAJI

AK Parti İstanbul Milletvekili Psikolog Dr. Abdülaziz Bayındır ile annelikten istifa eden kadınları, yeni yüzümlü travmaların, kültürel kodlar ve kapitalizm çarpışması da ayakta durmaya çalışan hayatları sorduk.



12



20



24

42 TARİHTE KADIN: REMZİYE HİSAR

1902 yılında Üsküp'te doğdu. Babası istihkam yarbayı Salih Hulusi Bey, annesi Aysel Refia Hanım'dır. Ailenin dört kızından biridir.

44 HÜSEYİN KARACA: RÜYALARINI TABİR EDECEK YUSUFLARDAN MAHRUM GENÇLİK

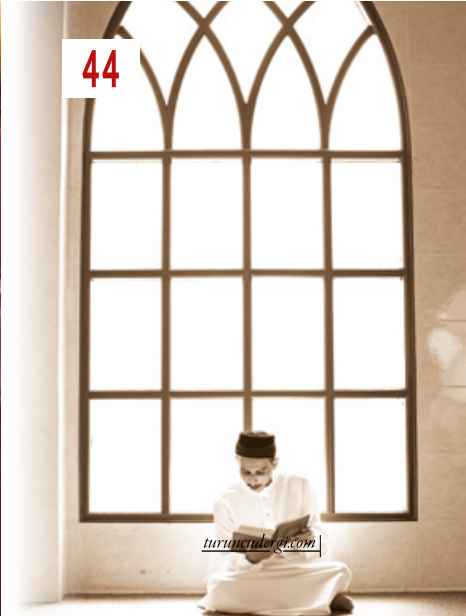
AK Parti İstanbul Milletvekili Avukat Serkan Bayramı... Hikayesi film olacak hayatlarda. hayat hikayesi tam da böyle. 48 yaşına kadar kendi yakınlarının bildiği imtihanlar, haksızlıklar, mutluluklar.



26



36



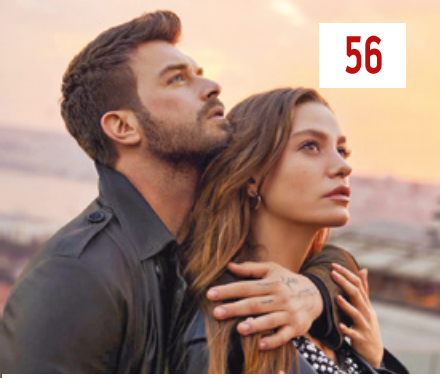
44



48

48 ZELİHA TAMER UÇAR: MAĞARA ARKADAŞLARI

Bu ay, edebiyatımızın güçlü kalemlerinden yazar Ayfer Tunç'un ikinci öykü kitabı olan Mağara Arkadaşları'nı okudum. Eserdeki öyküler, çağımız insanının güncel bir sorunu olan yalnızlık üzerine düşünmemi sağladı.



56



60

52 RÖPORTAJ: TARİHİN SAYFALARINDAN BİR SES: MÜNEVVER AYAŞLI

Osmanlı Devrinin meşhur rahmetli gazetecisi sayın ve rahmetli Münevver Ayaşlı hanımefendi ile eski ramazanlar hakkındaki röportajımızı mutlaka okuyun

56 ZÜLÜNÜN GÜNLÜĞÜ: AİLE

Aile dizisi henüz 9. Bölümü bekliyor. Ben size yazdığımda en azından öyle. 9 bölümde önce Aslan ve Devin merkezdeyken, şimdi Soykan ailesi olarak ön plandalar.

60 HATİCE EBRAR KARAKURT RÖPORTAJI

Kâinat bin bir güzellikle süslenmiş. Gökyüzüne bakıp oradaki güzelliklere dair düşünmeye çağırın âyetler, bizi güzel olanın izini sürmeye, onu anlamaya davet ediyor.

64 SALİHA SAĞDIÇ: HAYAT CEBE SİĞAR MI?

Magazin, eğlence ve haber kaynağı olarak tek bir kutudan gelen sesi dinleyerek çıktığımız yola, günümüzde birçok işlev eklenmiş olarak daha küçük kutucukları cebimizde taşıyarak devam ediyoruz.

70 AV.ARB. UMUT ÖZKAN: GERÇEKLER Mİ ? YALANLAR MI?

İktidar cephesi 20 yıllık gayretin neticesinde ortaya çıkan eserlerini günbegün seçmenin huzuruna çıkarırken karşı tarafta Kılıçdaroğlu ise mutfağından yaptığı yayınlarla her gün farklı bir algıyı vatandaşa empoze etmenin gayreti içerisinde.



70



74

74 ÖZLEM URGANCIOĞLU SEYAHAT KONYA

Güzel Konya... Bir kere gidince tekrar tekrar geri çağırın, her gidişte de bambaşka yönünü bize cömertçe sergileyen kadim şehir.

78 ZEYNEP KILIÇARSLAN İLE GASTRONOMİ

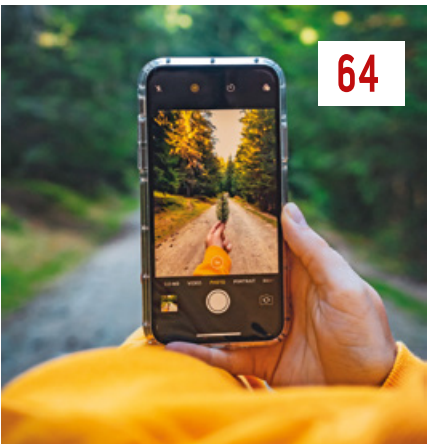
Bu ay sizlere bahsetmek istediğim güzel şehrimiz Gaziantep'ten çok kutsal bir yemek: Yuvalama.

82 SAĞLIK : 'DUYGUSAL AÇLIK' NEDİR?

Siz de mutsuz olduğunuzda buzdolabına gidenlerden misiniz? Kaygı, sinirlilik ve huzursuzluk gibi durumlarda aslında acıkan 'midemiz' değil, 'duygularınız'dır. Duygusal açlığın belirtileri ve nedenleri...

86 NURİYE ATASEVEN İLE MUTFAK KÜLTÜRÜ

Hayata yeniden başlayanlar için mutfak insana hem ev hem aş olur. Hayat depresyon bölgesinde aş evlerinde, bizlerin mutfaklarında yeniden başladı.



64



78



82



86



zahideceylan@turuncudergi.com

Sevgili Turuncu Okurları

Mayıs ayı her şeyi tüketen dünyada, anneler günüyle kodlanıyor. Mutlu kadınlar, mutlu anneler diyerek annelik değil alışveriş ve kutlama kültürü kutsanıyor.

Son yıllarda kaç kadın savaşlarda ya da göç yolunda ya da bir hastane odasında öldü bilmiyoruz. Yaşadığımız büyük depremde kaç çocuk öldü, kaç kadın evlatsız kaldı? Annesini kaybetmiş refakatçisiz çocuklar hayata nasıl tutundu? Kaç çocuk annesi ölürken elinden tuttu? Cevaplayamadığımız onlarca soru...

Kaç kadına dar ettiler hayatı ve evladını bırakıp gitti hiç bilmiyoruz. Koca koca kadınlar görüyorum, sırtlarında dünyanın yükü var. Hikayelerini anlatırken, "Annem ölünce işler daha da kötüye gitti" diyor. Kaç kadın gördüm annesinin son nefesine tutunan.

Engelli annesinin bakımını yapan kaç çocuk gördüm, sırtında yaralar çıkan, hasta yatağında evladının başında durmak için bir türlü verilemeyen son nefesin gecikmesi için dua eden... Bir kadın ne ister? Evlatlarının mutluluğunu. Hırsına, isteklerine ulaşmak için evladının hayatını kasıp kavuran kaç anne gördüm. Yaşarken yüreği taşlaşanlar, yaşarken yüreğinden merhamet akanlar...

Dünyanın tek bir anne profili yok, tek bir evlat, tek bir hayat profili yok. Hayatın bazı sahneleri yangın, bazıları su. İnsan anne olur bir çocuğa, bir çiçeğe bazen yaşlı annesine bile. İnsan anne olur dünyaya getirmediği bir yetime. İnsan anne olur koca bir adama. İnsan yalnızca kendinin annesi olamaz. Yana yakıla bir ana arar yüreğine.

Anneler günü... Bidat ve pozitif gündem arasında çelişki ile kutlanan o gün. Kimse bilemeyecek ne yaptığını, kutlamakla kutlamamak arası bir araf. Biliyorum kiminin çocuğu ülkesi, kiminin çocuğu annesi, kiminin çocuğu yük diye sırtlarına konulmuş her şey... Tüm acılar geçer, tüm yaralar kabuk bağlar, anne sızısından evlat acısından başka der büyükler. Hayatın tüm sahnelerini evladı bilip her rolde risk alan sorumluluk alan kadınlara selam olsun. Anneler günü mü? Varsın o da kutlu olsun.

Kalın sağlıcakla...

Zahide Ceylan

Parafly ile uç uçabildiğin kadar!



İÇ HAT GİDİŞ	
GİDİŞ YERİ	SAAT
ANKARA	12:10
İSTANBUL	12:15
İZMİR	12:25
KONYA	12:30
ANTALYA	12:30
NEVSEHİR	12:40
RİZE	12:50
AĞRI	12:55

DIŞ HAT GİDİŞ	
GİDİŞ YERİ	SAAT
BOSNA - HERSEK	12:25
KOSOVA	12:30
MAKEDONYA	12:30
KIBRIS	12:40
LONDRA	12:45
BERLİN	12:50

Parafly istediğin rotayı
keşfetmen için var!

- Yurt dışı alışverişlerde 5 kat ParafPara
- Her Yer Lounge özelliği ile iç ve dış hatlardaki tüm restoran harcamalarında indirim
- Paraflytravel.com ve Seyahat Hattı'nda katlı ParafPara kullanımı
- Avans ParafPara ve çok daha fazlası...



Parafly

KADINLIĞIN YANKI ODASI

Aile olma aşamalarında bu konuyu sırası gelen herkes yaşıyor. Bir zamanlar “Gelin” olan kadın, bir de bakıyor ki kayınvalide oluvermiş. Hayat akıveriyor ve sıra geliyor. Dengeleri değiştirmek için bunun bir fırsat olduğunun kaç kadın farkında olabiliyor?



PSK. ASUMAN
ÇELİK

Erkek egemenliği, ataerkillik, oğlan sevicilik deyince; en eğitilmiş aileler içinde bile hala o eski bilgilerin ve sözde değerlerin kayıtları saklanmış durumda sinsice duruyor.

Erkek egemen kültür yapımızın doğrudan yaşandığı kesimleri ve modern kisve halini kim yadsıyabilir?

Bir kadın, hor görülen küçücük bir kız çocuğu olarak büyür ve ancak anne olup, bir erkek çocuk doğurunca toplumda statü sahibi olur, değer kazandığını düşünür.

Sırf bu nedenle kız doğurduca, doğurmaya devam eder, erkek çocuğu bulana kadar... Terapi

odasında defalarca duyduğum bir cümledir; “Hocam biz 6 kız kardeşiz, aslında beni oğlan diye beklemişler ama kız doğunca çok üzölmüşler. İşte bundan babam Soner koymuş adımı.”

“Değişti artık, biz de aştık bu sorunu” diyenler olduğunu duyar gibiyim. Aşmadık, aşamadık... Zira en eğitilmiş aileler içinde bile hala o eski bilgilerin ve sözde değerlerin kayıtları saklanmış bir durumda sinsice duruyor. Halinin altına süpürölen ne varsa hortluyor.

Doğumlarda, düşünlerde, miras kavgalarında, cenazelerde, ağıtlarda yaslarda, kayıplarda ağızlarına sakız oluyor bir imza meselesi.

Kulun kulu olma hali, tüm modern görünüşümüze rağmen kadının yazgısından silinemedi. Önce oğlan kardeşinin, abisinin sonra öğrendiği bağlanma biçiminin devamı olarak eşinin köleliği giydirildi kadına, oğlan anası olduğunda değerli

hissetirildi. O da oğlunu pofpofladıkça aşmaya çalıştı kadın olmanın değersizliğini ve oğlunun kanatları altında yüceltirdi perdeledi bütün dişil yetersizliğini!

Oysa Allah Resulü değil miydi kızı Fatıma odaya girince saygıdan ayağa kalkan.

Bu yazgıyı silecek tek güç yine kadını oysa. İkinci sınıf olmanın getirdiği aşırı savunmacı kadın tipleri, ya “özgürüm ben” söylemleriyle sendeledi sırat-ı müstakimde kalamadı, ya da ölçüyü kaçırmış davranışlar içinde; var olan dengesizliği ortoriter tepkisel kontrolcölükle iyice tepetaklak etmiş durumda kaldı.

Karamsar gibi görönen bu gerçeğin içinde kadının anne olma, hele de erkek annesi olma hali nedir, neleri değiştirir, ne olmalıdır? Dünyanın barış ve sevgi dengesinde; anne-oğul ilişkisinin bir kilit noktası olduğuna sanırım kimsenin itirazı olamaz.

Bütün ailelerin içlerinde hep olagelen bir kayınvalide ile eş baskısı ve şikayetleri, sıradan hayat gerçeklerindedir. Aile olma aşamalarında bu konuyu sırası gelen herkes yaşıyor. Bir zamanlar "Gelin" olan kadın, bir de bakıyor ki kayınvalide oluvermiş. Hayat akıveriyor ve sıra geliyor. Dengeleri değiştirmek için bunun bir fırsat olduğunun kaç kadın farkında olabiliyor? Ya düzenin içinde çarkın dişlilerinden oluyor ya da kainatın içinde varlık aleminde yerini varlığını doğru konumlandırıp düzene dur diyor, sağlıklı bir düzenin temeli oluyor attığı adımlar.

Bir zamanlar kayınvalide zulmü gören kadın, kraldan çok kralcı olma haline bürünüveriyor. Sanki hincını alıverecekmiş ve hayatındaki her şeyi çözecekmiş gibi, kendi gördüğü zulmü aynalıyor bir kuşak sonrasına. Sonra şikayetlere devam... Kadın eziliyor, kadın ikinci sınıf, kadın köle, kadın özgür değil, kadın öldürülüyor, kadın şiddet görüyor... Her kadının başına bi koruma dikemeyeceğimize göre, Her kadını herkesten korusak bile kendinden, babasından, kocasından oğlundan abisinden koruyamayacağımıza göre... Sorunu bir başka aşamada aşmamız gerekiyor...

Erkek çocuğuna dengeli davranamayan olgunlaşmamış anne/kadın, iki tip evlat yetiştirir genellikle. Ya aşırı uysal, kişiliksiz, hayır diyemeyen, sınırları olamamış; ya da onu ezip, dövüp narsistik ben merkezci modeldir.

Dünyadan alacaktır, dünya ona borçludur, bir tek kendi vardır. Empatiden uzaktır.

Bu aşama ise anne-oğul ilişkisinin içinde saklı duruyor uzun vadede. Kadın kendi yerini sağlamlaştırdığını düşünür oğlu olduğunda. Toplumun ona eksik verdiği değeri, oğlunun üzerinden tamamlayacağını düşünür. Sırf bu bilinçaltı ile erkek olan çocuğuna çok değer verir, pohpohlar, şımartır. Kızları varsa eğer, farkında olarak ya da olmayarak onlardan ayırt eden üstün haklar tanır oğluna. Öyle ki defalarca şahit olmuşumdur terapi odasında "Hocam bayat ekmekleri biz yedik, oğlan kardeşim uyanınca ona sıcak ekmek alır gelirdi annem." "Evde abim uyurdu biz ablamlarla pazara giderdik."

Bu cümleler böyle örneklerle uzar gider. Erkek olduğu için ondan su bile istemez çoğu anne. Tam tersine ayağına su götürür. Bunun dışında davranmaya çalışan pek çok anneyi de bekleyen ciddi çatışmalar vardır. Küçükken kendi işini görmeye alıştırdığı oğlu, toplum içine, diğer eril enerjilerin içine karışınca birdenbire maço kesilir ve annesine eziyet etmeye, hizmet ettirmeye başlar. Erkek olmanın birinci koşulu hizmet görmektir, ne yapsın... Taş fırın erkeğine hiç yemek yapmak, ütü yapmak, etrafı toplamak yakışır mı? Kadın işidir onlar.

Erkek çocuğuna dengeli davranamayan olgunlaşmamış anne/kadın, iki tip evlat yetiştirir genellikle. Ya aşırı uysal, kişiliksiz, hayır diyemeyen, sınırları olamamış; ya da onu ezip, dövüp narsistik ben merkezci modeldir. Dünyadan alacaktır, dünya ona borçludur, bir tek kendi vardır. Empatiden uzaktır. Erkek evlat olmanın ayrıcalığını maddi manevi her durumda yaşayan bu oğlu, mesele sorumluluk almaya gelince ya ortalarda yoktur ya da 'Neden ben?' der! Oysa erkek evladından olan torunlar bile ayrıcalıklıdır. Ve bu kara bir iftihar tablosu gibi ata sözlerine bile girmiştir; 'Oğlumuzunkiler bağ gülü öbürleri dağ gülü.'

Terapi odasında yine beni hüsrana boğan, şu cümlelerle kahrolmuştum. 'Hocam babamı cenaze namazına kadar morga koyup gelmiştik. Gözyaşları ile hem ağlıyor hem kuran okuyorduk, şoktaydık ani ve beklenmedik ölümü ile. Bir ara abim elinde bir kağıtle geldi 'Babamın defin işlemleri için hastaneye verilecek diye bir kağıt imzalattı. Nice sonra öğrendim ki meğerse mirastan hak talep etmemem içinmiş.'

Hıçkırıklarla işittiğim bu cümleler ile, bir kez daha anlamıştım ki kadın ve bir erkek çocuk annesi olarak sorumluluğum çok ağırdı. Son zamanların en büyük savunması yine miras dağılımında 'Kadına 1 erkeğe 2' modası. Modası diyorum çünkü haşa bunu ağızlarına pelesenk edenler, dinin bütün emirlerini farzlarını yerine getirmişler de miras hukuku kalmış gibi bir savunma içerisindedir. Oysa bunun bile gerekçeleri vardır. Dinen kız kardeşine, evlatlarına ana babaya bakmak, düğün yapmak mehir vermek erkeğe farzdır.. Peki soralım kendimize; daha babasının cenazesi kalkmadan miras kaçırın sözde abi mi bakacak kız kardeşine?

Alavereyle dalavereyle miras için imza peşine düştüğünüz kız çocuklarınızın, kardeşlerinizin ahi sizi hiç bulmayacak mı sanırsınız?

Oysa düzene yine dur diyecek olan yine bu analar.

Annenin oğlu üzerinde kurduğu



aşırı kontrol ve baskı, erkeğin kendi kişiliğini, gerçek özgürlüğü boyutunda kuramamasına neden olur. Bir sürü maço (güya) erkeğe karşın, anasının dizinin dibinden ayrılmayan, onsuz bir şey yapamayan, tüm değerlerini annesini istasyon olarak belirleyen erkekler vardır. Kadın, oğluyla kendisi arasındaki göbek bağına kesmemiştir. Kadın olarak kendi yerini konumlandıramadıkça, oğlunun hayatında kontrol bende olsun ister.

Erkek annesinden şikayet ederek uzaklaşsa bile bu bağı eşine aktarabilir. Özgürleştiğini sanırken sadece bağlantı noktası değişmiştir aslında. Bu iki tip erkeğin maço olanı; kadını her fırsatta aşağılar, iter, döver, zor kullanır ve toplumdaki kadının ezilmesine neden olur. Erkeğin her iki yönde uçta olan bu davranışlarının içerisinde evrensel bir gerçek gizlidir aslında. Erkek uçta olan hangi davranışı gösteriyor olsa da, dişi enerjiden özgürleşemediğinin sonucudur bu durum. Ya kölesidir dişinin, ya düşmanı... Dişi enerji kendisi istemediği zaman, eril enerjinin özgürleşmesine izin vermez. Bu kadınların gizli sırlarından birisidir, bilen bilir. Zira kadın dünyadaki enerjiyi bükebilme gücüne sahip bir varlıktır. Bu gücü ya farkındalıkla, ustalıkla kullanır, ya bilmeden olumsuz yönde davranır. Biz kadınlar bu gücü hangi yönde kullandığımızı nasıl anlarız peki?

Tüm anneler geriye çekilip kendinizi bir izleyelim şimdi.

Toplumsal cinsiyet ayırımından payımıza düşen ne?

Sınırlama koymadığımız oğullar, kafasında nasıl bir kadın modeli oluşturuyor?

En önemlisi bu durumu izleyen kızınızın kafasında nasıl bir erkek modeli oluşuyor?

Yetiştirirken sorumluluk vermediğimiz oğlumuz, kendi psikolojisi sağlıklı tutup, kendisine doğru bir hayat kurabilecek mi?

Sizi ya da başka bir kadını ezmeden, kullanmadan kendi başına ne kadar yaşayabilecek? Oğlunuzun



hemcinsinize şiddet uygulayıp uygulamayacağını hiç düşündünüz mü?

Uygulayacağı bu şiddet sizi sadece bir mutluluğa mı, yoksa kedere mi sokacak?

Oğlunuzun sağlıklı özgürlüğünü ona gerçekten verebilecek misiniz?

Tüm bu soruların cevabında saklı olan davranış şekilleri, erkek annesi olan kadının yükünü iyice ağırlaştırıyor. Hele bir de klasik kültürden olan bir eşi varsa, işi iyice zorlaştırıyor kadının. Baba, küçük iken erkek adamım benim deyip şımartırken, ergenlik çağına gelip o erkek adam babayı aile içindeki tahtan indirmeye kalkınca, evler genellikle savaş alanına döner.

Baba-oğul çatışmaları bir sürü gencin evden, okuldan kopmalarına bile neden olur. Baba baskısı altında erkek çocuk yetiştirmek ne kadar sakıncalıysa, hakimiyetli tek anne olarak erkek çocuk yetiştirmek de o kadar sakıncalıdır. Anne, eski eşine duyduğu olumsuz duyguları çocuğa yansıtabilir. Ya da tam tersi mutsuz olduğu eşinden beklentilerini oğluna yönlendirebilir. Evliliğinde ya da ayrıldığında mutsuzlukları ve tatminsizlikleri olan kadın, tüm mutluluk yatırımlarını erkek çocuğuna yapabilir.

Tüm anneler geriye çekilip kendinizi bir izleyelim şimdi. Toplumsal cinsiyet ayırımından payımıza düşen ne? Sınırlama koymadığımız oğullar, kafasında nasıl bir kadın modeli oluşturuyor? **En önemlisi bu durumu izleyen kızınızın kafasında nasıl bir erkek modeli oluşuyor?**

Oğlunuza gösterdiğiniz davranış, tüm dünyayı değiştirecek davranıştır. Çünkü onun hormonal şiddete yatkınlığı, bu dönemde sevgi ve akıl ile kontrol altına alınırsa, hayat boyu etrafında olacak kadınların korunmasını sağlayacaktır. **Bunu bilmezsiniz ve sıkıntının sadece sizin hayatınızda bir yansıma olduğunu sanırsınız.**

Her bir dengesiz hal, erkek çocuğunda kendi yapısına bağlı karakterler oluşturur. Üstelik erkek çocuğu, hormonal gelişimi sebebiyle şiddete ve kavgaya müsaittir. Oğlunuza gösterdiğiniz davranış, tüm dünyayı değiştirecek davranıştır. Çünkü onun hormonal şiddete yatkınlığı, bu dönemde sevgi ve akıl ile kontrol altına alınırsa, hayat boyu etrafında olacak kadınların korunmasını sağlayacaktır. Bunu bilmezsiniz ve sıkıntının sadece sizin hayatınızda bir yansıma olduğunu sanırsınız. Bireyden topluma gerçeğinin ağır yükü ve mucizesi bir aradadır. Bu mucizeyi gerçekleştirebilerseniz, dünyadaki olumsuz sosyalleşmeyi, kadın erkek arasındaki eşitsizliği, sizin payınıza düşen kadarıyla değiştirebilirsiniz. Sevdiğim bir söz der ki "Herkes kendi evinin önünü süpürse dünya tertemiz olur."

Peki, erkek çocuk yetiştirirken her iki taraf adına gerçek eşitliği sağlamak ve şiddeti engelleyebilmek için neler yapılabilir?

- ★ Cinsiyetlerin farklılığını doğru anlatın ve saygılı olmasını telkin edin.
- ★ Geçmişte yaşadığınız ilişkilerinizin öfkeli sonuçlarını oğlunuza yansıtmayın.
- ★ Bebeklik dönemindeki yakın dokunmaları azaltarak kesmeden devam edin. Doğru sınırlar belirleyin ve uygulanması konusunda kararlı olun.

- ★ Aşırı korumacı olmayın. Kendi özgüveninin gelişmesine izin verin.
- ★ Kişisel işlerini yapması konusunda kararlı olun.
- ★ Ev için belirleyeceğiniz sorumluluk ve görevler verin.
- ★ Çevrenizde olumlu erkek modelleri belirleyin ve ilişkide olmalarını sağlayın.
- ★ Yanlış bir şey yaptığında herkesin yanında onu utandırmayın, özel olarak konuşun.
- ★ Sizden uzaklaştıkları ergenlik dönemlerinde kişiselliğine saygı duyun ama gözlemci olun.
- ★ Uyku vakitlerinde ve hastalıklarında şefkat ve yakınlık gösterin.
- ★ Sizin için bir şey yaptıklarında teşekkür edin ve güçleri nedeniyle iltifat edin.
- ★ Eşinize duyduğunuz öfkeyi ona yansıtmayın.
- ★ Kendinizle, babasıyla, kardeşiyle kıyaslamayın. Sadece kendisiyle mukayese edin.
- ★ Kızlara karşı maço olduğunda onu desteklemeyin, nazik olmasını tavsiye edin.
- ★ Fiziksel gelişimi yetersiz olduğunda bunu aşabilmesi için yardım edin, bunu çok önemserler.
- ★ Onunla inatlaşıp, şiddete yönelmesine fırsat vermeyin.
- ★ Arkadaşlarını eleştirmeyin, yanlış olan arkadaşını kendisinin bulmasını için kurnaz olun.
- ★ Psikolojik olarak onu eşiniz gibi görme hatasına asla düşmeyin.
- ★ Onun büyümesine ve özgürleşmesine izin verin.
- ★ Erkeklik gururunu asla incitmeyin, belli etmeseler de bu konuda hassastırlar. Aranıza sağlıklı bir mesafe koyun ama asla kopukluğa izin vermeyin. Ve en önemlisi kız kardeşi yuvadan uçup gitmiş olsa dahi her daim aynı hak ve sorumluluklara sahip olduğunu telkin edin.
- Tekkeyi bekleyen çorbayı kaşıklar düsturundan çıkın, siz çorbayı eşit dağıtın da, tekkeyi kim beklemek isterse o beklesin.



turuncu

Aylık Kadın ve Yaşam Dergisi



Her ay güncel konularda en yetkili isimlerle yaptığımız röportajlar, alanında uzman yazarlarımızın ele aldığı dosya konularının yanı sıra kitap, film, mutfak kültürü sayfalarımızla evlerinize konuk oluyoruz.



**Bizi Sosyal Medyada
Takip Etmeyi Unutmayın!**



facebook.com/turuncukadindergisi



twitter.com/turuncudergisi



instagram.com/turuncudergisi

www.turuncudergi.com

e-mail: info@turuncudergi.com

BÜŞRA MEŞE YILDIRIM:

DUANIN GÜCÜNE ÇOK İNANIYORUM

Moda tasarımcısı olan, aynı zamanda tv programında sunuculuk da yapan Büşra Meşe Yıldırım, milyonlarca kişiye ulaşan takipçisi ile sosyal medyanın en iyi reklamcılar arasında gösteriliyor. İnsanın neye nasıl bakarsa ona dönüştüğüne inandığını söyleyen Yıldırım: "Duanın gücüne çok inanıyorum ve herkese öyle bakmaya çalışıyorum. Allah dermansız dert vermesin" diyor.

|| RÖPORTAJ: ZEHRA GÜVELİ ||

Büşra Meşe Yıldırım... Dijital medyanın ve ekranların sevilen yüzü. Hayata bakışını, anneliğin, medyanın görünmeyen yüzünü anlattı.

Bize biraz kendinizden bahseder misiniz?

1986 Şişli doğumluyum. İstanbul Anadolu yakasında yaşıyoruz. Evliyim ve Allah başışlasın 3 kızım var. Aslında tasarım üzerine eğitim aldım fakat son 6 yıldır daha çok sosyal medya ajansım ve TV programı ile alakadarım. Binlerce firmayı aynı zamanda müşteri kitlesi ile buluşturuyoruz. Şu süreçte kısa bir

ara verdiğim programımın içeriği ise meslekleri, başarı hikayelerini dinlediğimiz konuklarımızı ağırlarken hayatın içinden sohbet ettiğimiz, izleyicilerimizin destekleri ile hafta sonu ekrandan evlerine misafir olduğumuz bir canlı yayın oluyor. Aynı zamanda sosyal sorumluluk projelerinde de yer alıyorum. Aslına bakarsanız başlı başına buna ağırlık veriyoruz diyebiliriz. Sosyal medyada ulaşabildiğimiz, tebessüm olduğumuz binlerce duacımız var eksik olmasınlar... Bu arada 3 kardeşiz 6 yıl önce ablamızı kaybettik. Çok üzücü meselelere girmek istemem ama bir yanım bu sebeple kırık dökük diyebilirim.

Sevip, yaşayıp, bu dünyadaki hikayemizi tamamlayıp iyi bir kul olarak ölmek isterim.

İş hayatında özellikle de ekran karşısında olmak bir kadın için beraberinde hangi sorumlulukları getiriyor?

Gerek sosyal medya gerekse Televizyonda her kelitemizi seçerek kullanıyoruz. Şahsım adına ben böyle hareket ediyorum. Aman kimsenin yarasına tuz, acısına parmak basmış olmayayım, aman bu söylediğim kelime yanlış anlaşılmasın, aman gençleri özendirmeyelim, aman kimseyi yanlış yönlendirmeyelim diyerek kendimizi frenliyoruz aslında.





ARTIK DÜNYA DEĞİŞTİ ESKİDEN SİPARİŞ VERİRKEN TELEFON AÇARAK ADRES BİLGİMİZİ VERİRDİK ŞİMDİLERDE ADRESİMİZ SİTELERDE KAYITLI VE TEK PARMAĞIMIZI DOKUNDURMAMIZA BAKIYOR. YANİ KOLAYLAŞTI HER ŞEY AMA BUNU KOLAYLAŞTIRAN, ÜRETEN, KENDİNİ YENİLEYEN BİR NESİLE KESİNLİKLE İHTİYACIMIZ VAR.



Sorumluluğu bana göre çok fazla çünkü güvenilir oluşumla anılıyorum ve oldukça şeffaf biriyim. Yani evde neysem şu an karşınızda da o kişiyim. Bu sebeple ufak bir yanlış yönlendirmem ve bu sorumluluğu aza indirmem demek hem izleyenleri hem de bir süre sonra beni etkiler. Sürçülisan ettiğimiz zamanlar elbette oluyor insanız sonuçta lakin bunu en aza indirmek için ehemmiyet gösteriyorum.

Moda tasarımı, dijital pazarlama, medya... Gençlerin gözde sektörleri. Bu sektörlerde çalışmak isteyen gençlere ne önerirsiniz?

Moda tasarımı dediğimiz meslek aslında insanın içinde olan, biraz araştırma, eleştirme, göz ve nizam kaidesi ile alakalı bence... Gerçekten gönül veren, uyuma merakı olan tüm gençlerimizin seçebilecekleri bir meslek.

Dijital ise artık geleceğin mesleği hatta şu an tüm platformlar bu alanda gelişmeye başladı bile. Biraz yatkınlık varsa global platformları da, bizim kendi alanlarımızı da inceleyerek seçmelerini öneririm. Artık dünya değişti eskiden sipariş verirken telefon açarak adres bilgilerimizi verirdik şimdilerde adresimiz sitelerde kayıtlı ve tek parmağımızı dokundurmamıza bakıyor. Yani kolaylaştı her şey ama bunu kolaylaştıran, üreten, kendini yenileyen bir nesile kesinlikle ihtiyacımız var.

Anne sizin için ne demek?

Her şey. Galiba dünyanın en güzel vasfı bu. Telefonla konuşmaktan hoşlanmayan ben annemle saatlerce konuşabilirim mesela. Aynı şekilde Rabbimin izni ile dünyaya gelen kızlarım tarafından gün içinde defalarca tekrarlanan bu güzel kelime benim için dünyalara bedel.

Yakın bir zaman önce meydana gelen deprem felaketinde anneler evlatsız, evlatlar annesiz kaldı. Önceden çok daha fazla dile getirirken kimse üzülmeyin diye daha sessiz sevgimi ifade ediyorum. Rabbim kimsenin kucağını boş, gözünü yaşlı bırakmasın ve isteyen herkese bu güzel duyguyu tattırsın. Bizde emanetçiyiz Allah çocuklarımıza uzun güzel ömürler versin. Annemi başımdan eksik etmesin.

Anne olunca ne hissettiniz?

İlk anneliğimde biraz küçüktüm. Kızlarımla büyüdüm ve birlikte tecrübe ettik diyebilirim. Şimdi onları çok iyi tanıyorum aslında onlarda beni. Fakat dünyanın en güzel şeyi diyebilirim. Her ne kadar arkadaş gibi olsak da anne olduğumu hissettiriyorum, o çizgiyi aşmıyoruz. Bunun sebebi ise zaten çok arkadaşları var ama anneleri bir tane ve bana ihtiyaçları var. Eksik büyümemeleri için elimden gelen hassasiyeti gösteriyorum.

Allah izin verirse üç kızımı iyi yetiştirip bu vatana hayırlı, imanlı evlatlar olmalarını sağlayabilirsem cennetliğim. Bunun için her şeyden önce onların gözünde örnek aldıkları bir anne olabilmeyi başardığımı düşünüyorum. Allah tüm evladı olanlara sağlıklı uzun ömür eksiği olanlara sabır isteyenlere tez zamanda bu duyguyu yaşatsın

Nasıl bir evde doğdunuz? Doğduğumuz ev gerçekten kaderimiz oluyor mu?

Öncelikle annem ve babam benim için çok kıymetli. Onlardan gördüğüm özeni çocuklarıma göstermeye çalışıyorum. Çok merhametli bir annenin, çok hakkaniyetli bir babanın çocuğuyum. Maddi, manevi en güzel şekilde yetiştiren, her imkanı sağlayan ve her şeyden önce kocaman olsam da eli omzumdan hala eksik olmayan aileme minnettarım.

İLK ANNELİĞİMDE BİRAZ KÜÇÜKTÜM. KIZLARIMLA BÜYÜDÜM VE BİRLİKTE TECRÜBE ETTİK DİYEBİLİRİM. ŞİMDİ ONLARI ÇOK İYİ TANIYORUM ASLINDA ONLARDA BENİ. FAKAT DÜNYANIN EN GÜZEL ŞEYİ DİYEBİLİRİM. HER NE KADAR ARKADAŞ GİBİ OLSAK DA ANNE OLDUĞUMU HİSSETTİRİYORUM, O ÇİZGİYİ AŞMIYORUZ. BUNUN SEBEBİ İSE ZATEN ÇOK ARKADAŞLARI VAR AMA ANNELERİ BİR TANE VE BANA İHTİYAÇLARI VAR.





BANA GÖRE
NEYE NASIL
BAKARSAK ONA
DÖNÜŞÜR YA HANI
BEN DUANIN GÜCÜNE
ÇOK İNANIYORUM VE
HERKESE ÖYLE BAKMAYA
ÇALIŞIYORUM.
ALLAH DERMANSIZ
DERT VERMESİN.



***Dua eder misiniz? En çok
hangi duada yüreğiniz
ferahlıyor?***

Eğer üzülseysem gökyüzüne bakarım. Peygamber Efendimiz (s.a.v) sevinince toprağa, üzülünce göğe bakarmış. Yerde tevâzu gökte ferahlık vardır çünkü. Hemen inşirah okurum. Sana bıraktım derim. Bunun dışında dua ederken kendimden değil önce Peygamber efendimiz ve ondan feyz alan ümmetine sonra başkalarına dua ederek başlarım.

Allah'ım şu arkadaşımın derdine derman ol, bu arkadaşımın sıkıntısına çare ol diye yakarırım. Sonra rahmetli ablama, geride kalanların sağlığına, bilerek ya da bilmeyerek işlediğim tüm günahlardan arınmak için dua ederim. Bana göre neye nasıl bakarsak ona dönüşür ya hani ben duanın gücüne çok inanıyorum ve herkese öyle bakmaya çalışıyorum. Allah dermansız dert vermesin.



Sinema ile aranız nasıl?

Çok iyi olduğu söylenemez. Genelde tekrarlarını izliyorum. Sinemaya gidip bir koltuğa bağlı kalmak beni geriyor. Daha çok evde kendi konfor alanımda hareket etmeyi seviyorum belki bundandır.

Gençlere meslek seçiminde ne tavsiye edersiniz?

Sevdiği işi yapan ömür boyu çalışmaz derler. Kendilerine en yakın ve en uyumlu meslekleri tercih ederlerse hem başarılı olurlar hem de işini düzgün yapan bireyler olurlar.

Aynı zamanda tasarımcısınız. Türkiye’de tekstil son yıllarda görünürlüğünü arttırdı. Kalite de aynı oranda arttı mı?

Evet bence arttı ve çeşit çoğaldı. Modaya olan ilgi her

gün arttıkça, her ne kadar fiyatlar artık uça da tekstil alanı ürün ve seçenek yelpazesini çoğaltarak hizmet veriyor. Bugün dünyaya açılan işletmelerimiz var.

Bu keyifli söyleşi için teşekkür ederiz. Son olarak okurlarımıza neler söylemek istersiniz?

Asıl ben güzel sohbetiniz için teşekkür ederim. Dilerim okuyucularınızın desteği sizin gibi güzel insanların üzerinden hiç eksik olmaz. Ben kalbimizle yaptığımız her şeyin bize geri döndüğünü fazlası ile yaşayıp tecrübe etmiş biri olarak okuyucularınıza naçizane “Güzel düşünün ki güzel olsun, iyi şeylere ulaşmak için önce iyi biri olmak, biraz sabretmek, şükretmek ve dua etmek lazım.” demek isterim. Sevdiğilerimle.



SEVDİĞİ İŞİ
YAPAN ÖMÜR BOYU
ÇALIŞMAZ DERLER.
KENDİLERİNE EN
YAKIN VE EN UYUMLU
MESLEKLERİ TERCİH
EDERLERSE HEM
BAŞARILI OLURLAR
HEM DE İŞİNİ DÜZGÜN
YAPAN BİREYLER
OLURLAR.



FOTOĞRAFLAR: SENA ÇELİK



YENİ BİR FECRE DOĞRU



FATMA AKGÜN

Boynuma dolanmış boş bir telaşın içinde, onca susmadan sonra, hala duyabilenler için söylenmiş birkaç cümle... Her gün yürüdüm o yolları benimle birlikte yürüyen milyonlarca insanla birlikte. "Bazen hayallerimi göz bebeklerime asıp, inşâ ettiğim şehre armağan ettim tüm düşlerimi. Ve bu düşlere alkış tuttum bir ömür boyu. Zifiri karanlıkta yürüyüp güneşin doğmasını tahayyül ederek sabırla atılmış her bir ilmek şefkatle yoğrulup bir motif oldu gönül terekesinde. Geri adım atmanın mümkün olmadığı hikayeler büyüyordu içimde. Munfasıl uykularım, mehveş yarınlara habercisiydi."

"Hiç korkmamak istiyorum, doğru yaptığımdan emin olmak. Onun hakkında her şeyi bilmek, yola çıkınca öğrendim yolumu. Daha önce anlatsalar da, kitaplarda bilsen de izini, senin ben de bıraktığın iz başkaydı. Bambaşka. İçimde büyüttüm nefesini, yediğim her lokmayı seve seve hibe ettim sana. Hevesten öte güzel bir ihtimaldin. Yüreğimin sesini dinlerken neden korkular içindeyim. Senin karşına güzel çıkmak istedim. Uykusuz gecelerimde moraran göz kapaklarımı, tebessümle kapatarak."

"Gonuşmadım ben, seninle

gonuştuğum kadar kimseyen. Yamaçlarda guzular, oğlaklarla gıyır gıyır oynasırken sen de oynastın içimde. İçimi bilmediğim bir sevinç gıpladı. Ellerimi uzattım elim havada galdı. Bu nasırlaşmış toprak kokan eller , acep incitir miydi seni? Sırtımdaki büyük bu odunlar bağa ağır gelmez emme sağa ağır mı gelir ki? Aha bu yağmur gibi yağacan sen benim otağıma. Rahmet olacan. Toprağa düşmüş tohum gibi serpilecen, büyüycen, gün görecen, güneş görecen, mektep, medres görecen. Ben de görececeğim seni. Büyük büyük adam olduğunda. Aha diyecem, aha. Ahan da benim memleketim."

Her gün yürüdü, her anne çocuğuna, umuda giden bu yolda. Ayağına takılan taşlara aldırmadan. Nefesinden üfleterek şifa niyetine. Uykularını, gözyaşlarını, sancılarını verdi. Bir şehri inşa etmek için. Alacağını hesap etmeden verdi. Ömründen, gücünden vaktinden ve kendinden harcayarak.

Oysa, hangi yolda yoruluyorsa insan, bir karşılığı vardı. Sonunu beklediği. Bu bir işse terfi edebilirdi, emekli olabilirdi. Okulsa diplomasını mutlaka alacaktı. Eğer bir sanatla uğraşıyorsa, eserinin bitmesi muhtemeldi. Sonunu hiç tahayyül edemediği, bitmeyen şeyleri sevmezdi insan, vazgeçerdi. Yeniden başlayabilirdi.

Hiç vazgeçmedi anneliğinden. Değer biçilmezse de, anneliğine yine devam etti.

Köyde, kasabada, şehirde anne her yerde anneydi. Tek başına hayatla savaştan bir anneye rütbe verilseydi eğer, gökyüzündeki yıldızlar yeter miydi, omuz başlarını doldurmaya?

Sinesini ömür boyu sevmekle tarazladı. Belki de hiç oturmayacağı şehirler inşa etmek için. Onunla birlikte emekleyip, adımlar attı. Harfleri, kelimeleri, cümleleri yineledi. Alfabeyi gölgesinde öğretti. Çünkü geride bıraktığı hiçbir şey evladından daha önemli değildi. Büyüdü tohum serpildi toprağında. Toprağını, kabını beğenmez oldu. G/özünün terini rafa kaldırdı. Zamanında ninnilerle melodilerle benzediği sesini kurban etti içinin kuyusuna.

Bir tebessüm, bir bakış veya başarı hikayesi güldürecekken yüzünü, şehir gülüşünü idam etti. Nayman Ana gibi, temrenli bir ok saplandı sinesine. Ölüm kokan melodilere eşlik etti. Lâl-u efgan oldu. Cenneti ayaklarının altına seren hadis mukabilinde, ayaklar altına serildi kadın. Mankurtluğa sevdalı, kiralık kimliklerle çıktı yeni fidanlar. İşte o zaman gitmek istedi her anne. Gözyaşlarını da alıp uzak diyarlara. Şehrin gürtlüsünde, tutulmuş kapıları zorlayarak açmak istedi.

Dünya mucizeye gebe. Ötelerden bir çığlık yükseldi. Ve bir kadın bir şehir doğurdu .

Bir hayale musahhar, her gün yürüdü o yolları. Yeni bir fecre doğru...

MODERN ZAMANLARDA ANNELİK

Babalar da çok iş düşmekte. Annelerin zihinsel ve fiziksel yükünü paylaşmalılar. Babalığın sadece işe gitmek ve faturaları ödemek olmadığı bilinir ve çocukların fiziksel, nörolojik ve psikososyal gelişiminin desteklenmesinde anneye destek olunursa anne mutlu olacaktır.



AYFER
BALABAN

ayferbalaban@turuncudergi.com

Günümüzde annelerin büyüklerinden sıkça duyduğu bir sözdür: 'Biz de zamanında çocuk büyüttük. Hem de kaç tane?

Hazır bez de yoktu, bizim zamanımızda çok daha zordu!

Sahi annelik teknolojinin, hazır bezlerin olmadığı zamanda daha mı zordu?

Hadi, hep beraber geçmişimize gidelim!

Nasıl bir çocukluk yaşadık? Sabahları annemizin güzel sesi ile uyandık. Sokaktan geçen simitçinin sesini duyardık.

Sabah erkenden annemizin hazırladığı mis gibi pişileri yemeden, bakkala süt

almaya gönderildik. Günlük sütümüzü içerdik. Pişimizi, ev yapımı reçelimizi yerdik. Evlerimiz az eşyalı ama pırl pırlıydı. Genellikle mahallemizdeki okula, mahalleden arkadaşlarla yürüyerek güven içinde giderdik. Öğretmenimizi sever, sayardık. Sokak oyunları oynardık. Beslenme çantamızda salçalı ekmek vardı. Akşamları evde az sayıda oyuncakla yaratıcılığımızın sınırlarını zorlardık. Ev gezmeleri vardı. Çocuklar bir odaya doluşur, saatlerce sıkılmadan oyun oynar, resim yapardık. Akşam eve uykulu bir halde baba omzunda taşınırdık. Annelerimizin bizim bakımımızı üstlenir, yorulurdu belki ama biz mutlu ve sağlıklı isek onlar da mutlu idi. Peki, şimdi ne oldu?

EBEVEYN DESTEĞİ

Necm Suresi 39. Ayette buyrulur ki; 'Ve gerçek şu ki, insan için çalışmasından başka bir şey yoktur.' Yaradan kadın



erkek ayırmayarak çalışmamızı öğütlemiştir. Günümüzde de kadınlar iş hayatında daha fazla yer almıştır. Bir çocuğu bir köy büyütür derler eskiler. Anneler çocuk büyütürken geçmişte büyüklerinden, kardeşlerinden, komşularından destek almış. Şimdi anneanneler, babaanneler, halalar, teyzeler ya çalışıyor ya emekli. Bir zamanlar iş hayatının yıpratığı büyükler şimdi konfor alanlarından çıkmak ve bir çocuğa destek vermekten kaçınmaya başladılar. Yüksek yüksek binalarda komşuluk ilişkilerimiz de tükendi. Hal böyleyken anneler yalnız kaldı. Özellikle, okul öncesi çağda çocuğu olan anneler eve hapsedi. Gece uykusuzluklarını paylaşacak kimseyi bulamadılar.

ANNENİN ZİHİNSEL VE FİZİKSEL YÜKÜ

Yeterli ve gerekli sosyal ve duygusal desteği bulamayan annelerin hem zihinsel hem de fiziksel yükü arttı. Nedir bu yük? Evin market ihtiyaç listesini belirlemek, sofraya konacak yemekleri belirlemek, temizliğin ne zaman ve nasıl yapılacağını belirlemek gerekli. Çocukların doktor randevularının, aşılarının, büyüme eğrilerinin çetelesinin tutmak, okula giyileceklerin önceden hazır etmek, akşamları ödevlerin kontrol etmek, okul çantalarının ders programına göre kontrol etmek, sınav tarihlerini takip etmek, kitap okuma alışkanlığı, dini bilgi ve becerileri kazandırmak, sosyal bilgi ve becerileri kazandırmak annelerin sorumlulukları arasında. Çocukların park mesaisi, yaz tatilinin ayarlanması... Daha çok örnek verebiliriz. Evet, artık anneler hazır bez kullanıyor, çamaşırını, bulaşığı makinede yıkıyor ama anneliğin bütün olayının bu olmadığı apaçık.

ÇALIŞAN ANNELİK

Bu kadar yükün üzerine bir de çalışan annelerin yükünü düşünelim. Anneler, hem evlerinin ekonomisine katkıda bulunmak, hem kendi eğitimlerinin ve becerilerinin şükürünü geliştirmek adına artık daha fazla iş hayatındalar. Çalışan, başaran, sebat eden, eğitimli bir anne çocukları için iyi bir model olur. Ancak bu süreçte birçok sorunla karşı karşıya kalır



Annenin bebeğini güvenle bırakacağı bir bakım vereni, iş yerinde sütünü rahatça sağabileceği bir ortam olmalıdır. Bakım verenin sürekliliği her zaman mümkün olmayabilir. **Anneler böyle zamanlarda iş yerinden izin almakta zorlanabilir. Çocuklar büyüyüp okula gittiğinde işler güllük gülistanlık olmuyor elbette.**

İş hayatına girişle beraber karşılaşılabilecek ilk problem, gebelik sürecinde annenin iş yerinde yaşayacağı zorluklardır. Sağlıklı bir gebelik için öncelikle annenin fiziksel ve ruhsal olarak kendisini çok yıpratmaması gerekir. Doğum sonrası işe dönüş de annelerin en çok zorlandıkları süreçlerden biridir. Ne zaman işe dönebileceğini, annenin ekonomik durumu, işveren ve bebek anne arası ilişki, annenin sosyalleşme ihtiyacı gibi birçok faktör belirler. Bebeğin, anne sütü alma durumu ve güvenli bağlanma için gereken süre göz önünde bulundurulmalıdır. Annenin bebeğini güvenle bırakacağı bir bakım vereni, iş yerinde sütünü rahatça sağabileceği bir ortam olmalıdır. Bakım verenin sürekliliği her zaman mümkün olmayabilir. Anneler böyle zamanlarda iş yerinden izin almakta zorlanabilir. Çocuklar büyüyüp okula gittiğinde işler güllük gülistanlık olmuyor elbette. İş yerinde geçen zamanın verdiği yorgunluk ve stres sonrası anne eve geldiğinde, çocuklarla vakit geçirirken zorlanabilir. Çocukların evdeki şen seslerine tahammülü zayıflayabilir. Hasta olduklarında yanında olamayabilir.

Bazen de çalışmak isteyen kadınlar, işverenin anne olma ihtimaline ya da anne olmasına bağlı olarak kadın çalışan tercih etmemesi sebebiyle işsizlik problemi yaşayabilirler. Hem yasal hem insani bir hak olan süt izni,

işverenin ve iş arkadaşlarının hoşuna gitmeyebilir ve annelerin iş ve sosyal ilişkileri etkilenebilir.

Bazen de akademisyenlik gibi, annenin mesleği süreklilik arz eder. İşten ve çalışmalardan kısa süre bile uzak kalmanın kötü akademik sonuçları olabilir. Anneler, doğum izninde bile evden toplantılara katılmak zorunda olabilir. Okumak, yazmak, konferanslara katılmak, seyahat etmek zorunda kalabilir.

ENDÜSTRİ VE SÜPER ANNELER

Bitmedi. Bir de endüstrinin getirdikleri var. 'Daha fazla satın al, daha mutlu ol.' Baskısının en çok hisseden annelerdir. Sosyal medya, süper annelerin sosyal medya hesapları ile dolu. Diğer annelere örnek olmak kisvesi belki de iyi altında açılmış hesaplarda, anneler annelik hünerlerini sergilemekte. Kocaman, bahçeli pırıl pırıl evlerde, çocuklarına pankek pişiren, etkinlikten etkinliğe koşan, bakımından, kuaföründen, sporundan, arkadaş toplantılarından asla geri kalmayan anneler. 'Çocuğuma şu bebek arabasını aldım, çok iyi tavsiye ederim.' Ne böyle süper annelik mümkün, ne de her annenin maddi olarak tanıtılan ürünleri almaya gücü var. Kuaförüne gidemeyen, etkinlik yapmaya vakit bulamayan, çocuğuna o bisikleti alamayan annede yetersizlik hissi oluşur. Anne sürekli kendini gerçekleştirme çabasına girer. Tüketim çılgınlığı içine

girer. Her şeyin organiğini bulmaya çalışır. Hem fiziksel hem ekonomik olarak zorlanan anne, mutsuz olur. Endüstri ise, daha fazla satmanın keyfini sürer.

TEKNOLOJİ VE GETİRDİKLERİ

Pandemi geçici bir süre çocukları eve hapsetti. Dersler bile bilgisayarlar üzerinden yapıldı. Pandemi bitti ama eve kapanmak günümüz çocuğunun kanayan yarası. Sokaklar araba dolu. Oyun alanları azaldı. Tabletler, telefonlar çocukların imame oyuncağı oldu. Ekran maruziyetinde sınırsızlık da doyumsuz, sosyal ilişkisi zayıf, hareketlerini kontrol etmekte zorlanan çocuklar ve onlara yetemeyen anneler yarattı. Çocuklar kendi kendini oyalama becerisini, hayal gücünü kullanabilmeyi kaybetti. Anneler de, ekrandan çocuklarını koruyabilmek için kurs arayışı, aktivite arayışı içine girdiler. Hatta çocuklara bakıcı aranırken bile ekran yaşağı koşulu başı çekmeye başladı. Ve sonuç yine de yetersizlik hissi ile savaşılmaya çalışan anneler...

Sonuç olarak ne yapmalı? Anneler eve kapansın, çalışmasın, televizyonları, tabletleri, telefonları çöpe atalım, kablolu interneti kapatalım mı?

Tabi ki, hayır.

Öncelikle, annelerin sosyal desteğini artıralım. Burada yakınınızda bir anne varsa ona destek olarak başlayabilirsiniz. Kızınızın, gelininizin çocuğuna günümüz koşullarının gerektirdiği ölçüde, annelerinin gözleri arkada kalmayacak şekilde destek verebilirsiniz. Zaten, çocuklar bir gün büyüyecek ve size teşekkür edecek. Komşunuzun çocuğunu ile ilgilenmeyi teklif edebilirsiniz. Bu sayede, o anne de dinlenebilecek bir vakit bulacaktır.

Babalar da çok iş düşmekte. Annelerin zihinsel ve fiziksel yükünü paylaşmaları. Babalığın sadece işe gitmek ve faturaları ödemek olmadığı bilinir ve çocukların fiziksel, nörolojik ve psiko-sosyal gelişiminin desteklenmesinde anneye destek olunursa anne mutlu olacaktır. Hele bir de akşamları eve gelen baba, ne yemek piştiğini sormaktan ziyade eşinin hal ve hatırını sorar, güzel sözler söylerse o evde biten gül çocuklar solmayacaktır.

Çalışan anneleri koruyan kanunlarımız

bulunmaktadır. Bunların uygulanıp uygulanmadığının denetlenmesi hususunda hassasiyet gösterilmesi çok önemlidir. Süt izni bir çocuğun en insani hakkı olup, en büyük hassasiyetin gösterilmesi gereken konudur. Süt izni süreleri belirlenirken büyük şehirlerdeki trafik faktörü de göz önünde bulundurulmalıdır. İş yerlerinde mutlaka süt sağlamak için ofisler oluşturulmalıdır. İş yerlerinde gereğinde gece dahi hizmet verebilecek kreş bulundurulması konusunda çalışmalar yürütülmelidir. İş akışları, annenin çocuğu hastalandığında ya da okul tatil olduğunda izin almasını kolaylaştıracak şekilde planlanmalıdır. Zorlu hallerde özellikle küçük çocuğu olan anneler izinli olabilmeli; olamadığı takdirde çocukların bakımının devamı için gerekli koşulların oluşturulması adına politikalar geliştirilmelidir. Anneler de sosyal medya baskısından uzak durmak için, önce kendi ekran sürelerine ve sosyal medya kullanımlarına sınır koymalı; kendi şartlarını makul biçimde ölçüp tartmalı ve asla anneliklerini başkalarınınkini ile karşılaştırmamalıdır. Her anne yeterlidir ve çocuğunu çok sever. Elinden gelenin en iyisini yapar. Bu konuda müsterih olup, çocukları ile geçirecekleri en ufak anın tadını çıkarmalıdır. En güzel etkinlik, çocuğunun gözünün içine bakarak onu sevdiğini söylemektir. Değinemediğimiz çok husus var. Özel çocukların anneleri, bekar anneler ya da öz annesi olmayan bir çocuğa anelik edenler gibi... Bir gün onları da anlamak ve paylaşmak nasip ola.

Süt izni bir çocuğun en insani hakkı olup, en büyük hassasiyetin gösterilmesi gereken konudur. Süt izni süreleri belirlenirken büyük şehirlerdeki trafik faktörü de göz önünde bulundurulmalıdır. İş yerlerinde mutlaka süt sağlamak için ofisler oluşturulmalıdır. **İş yerlerinde gereğinde gece dahi hizmet verebilecek kreş bulundurulması konusunda çalışmalar yürütülmelidir.**



ANNELİK MANİFESTOSU

Mucizemi büyütürken kendimi ve hayat arkadaşımı unutmayacağım.

AYŞEMİNE ALIOĞLU

Siz bu yazıyı okurken muhtemelen ben yeni hayatımın ilk ayında olacağım. Bir kaç gün içerisinde ben anne oluyorum.

Daha doğmamış bebeğim için bir manifesto hazırladım. Boyumdan büyük hislerin çıkardığı kelimelerle doğmamış çocuğum için annelik manifestoma başlıyorum.

İçimde dokuz ay taşısam da...

Doğduğunda sadece bana ihtiyaç duysa da...

Evladımın bana emanet olduğu gerçeğini değiştirmeyecek!

Emanete en iyi şekilde bakmayı kabul ediyorum.

'Oku' ayetini destur edinerek evladımı keşfedip kendimi onunla birlikte büyütme çabası için adım atıyorum.

Evladımın olduğu hali en iyisi

Onun hayatını görüp Onu dinleyeceğim. Onu olduğu gibi kabul edeceğim. Onu olduğu gibi seveceğim

Kötü anların sonrasını tamir edeceğim.

Hayallerini gerçekleştirmesi için ona saygı göstereceğim. Ona sorumluluk vererek sorumluluğu Güvене-

rek güveni, koşulsuz severek sevgiyi öğreteceğim.

Çocuğumun benim beklentilerimi gerçekleştirmek için değil... Kendini gerçekleştirmek için yaşadığını kabul edeceğim.

Kendini gerçekleştirmesi için ona yollar açacağım.

Mükemmel için değil... Elimden gelenin en iyisini yapmak için çabalayacağım. Çocuğumun ne zaman neye ihtiyacı olduğunu en iyi ben anlarım, psikolojik şiddete kulaklarımı tıkayacağıma söz veriyorum.

Mucizemi büyütürken kendimi ve hayat arkadaşımı unutmayacağım.

Ben önemliyim. İhtiyaçlarımı fark ediyorum.

Kendimle ilgileniyorum

Ben değerliyim. Kendimi hatırlıyorum. Kendimi geliştiriyorum. Kendimi seviyorum

Ben yeterliyim

Annelik yolunda kendimi iyileştirmeye, geliştirmeye ve öğrenmeye devam edeceğim.

İyi ki anneyim.

İyi ki böyle bir mucizenin bir parçasıyım. Anneler günümüz kutlu olsun.



BİR BEN VARMIŞ BENDE, ANNE OLUNCA ANLADIM

Anne deyince öyle zannediyordum ki, akla gelen ilk kavram şefkat olmalı. Daha evvel şefkatli bir insan olduğumu zannedirdim. Bu kavram Anne olunca bambaşka bir şey olurmuş. Şefkat duygusu evlendiğinde tomurcuklanmaya başlar.

O kul öncesi bölümünü okurken ve hemen akabinde sahaya inince dedim ki 'ben şahane anne olurum.'

'Eğitimi aldık bu işin, alanda tecrübede etmişiz. Onlarca ebeveyn gözünün önünde, çocuk eğitiminde yapılan hataların, çocuklardaki yansımaları gözlemliyorsun.

Tamamdır, sen süper Anne olursun.' dedim kendi kendime.

Anneliğin önceden öğrenilecek veya ders kitaplarından okunduğu gibi olmadığını Anne olunca öğrendim.



**FATMA BETÜL
AYDIN**

Ben anneliği, anne olunca anladım.

Kendi Annemi, Anne olunca anladım.

Yolu yürümekle, yolda olmanın farklı olduğunu Anne olunca anladım.

Teori ve pratik ne demekmiş, Anne olunca anladım.

Burnunun direği nasıl sızlarmış, Anne olunca anladım.

Dünyadaki en güzel parfümün evlat kokusu olduğunu, Anne olunca anladım.

Uyusun diye onca çaba harcıyıp, uyandırsam mı artık! Çok özledim demeyi, Anne olunca anladım.

Uyutmak için taklalar atıp, uyuduktan sonra resimlerine ve videolarına bakar halde kendimi bulunca anladım. Anne olmak ne demektir diye.

İçimde ne cevherler olduğunu, Anne olunca anladım.

Kendimin çocuklara söylenip, aynı konuda babanın söylenmesine içerenmeyi Anne olunca anladım.





Şefkat öyle bir his ki, kendi evinden başlayarak dünyadaki tüm çocukları o duygu ile kucaklayabiliriz. Tüm insanlığı...

O şefkat ateşinin ilk nereden fitillendiğini bilir ise insan. Koca dünyayı kendi hanesi, evladı gibi sevebilir. **Bir karıncayı incitmekten korkar. Bir ağaca zarar vermektense titrer. Bir kalp kırmak ona çok ağır gelir.**

Belki de şefkat hissini tam anlamıyla anne olunca anladım.

Anne deyince öyle zannedyordum ki, akla gelen ilk kavram şefkat olmalı. Daha evvel şefkatli bir insan olduğumu zannederdim. Bu kavram Anne olunca bambaşka bir şey olurmuş. Şefkat duygusu evlendiğinde tomurcuklanmaya başlar. Anne olunca çiçeklenmeye. Her çocukta daha çok çiçek açar.

Beni ne kadar seviyorsun? dedi evladım. Peki ya kardeşimi?

Bir mum yaktım. O mum ile başka bir mum

Yaktım, yanına koydum. Işık azaldı mı?

Hayır. Yanına o mumun ateşinden bir başka mum yakıp koydum.

Allah bana öyle bir şefkat vermiş ki hiç azalmadan binlerce mum yakabilirim. Bu ışık huzmeleri birleşerek tüm dünyayı aydınlatabilir.

Şefkat öyle bir his ki, kendi evinden başlayarak dünyadaki tüm çocukları o duygu ile kucaklayabiliriz.

Tüm insanlığı...

O şefkat ateşinin ilk nereden fitillendiğini bilir ise insan. Koca dünyayı kendi hanesi, evladı gibi sevebilir. Bir karıncayı incitmekten korkar. Bir ağaca zarar vermektense titrer. Bir kalp kırmak ona çok ağır gelir.

Anne olmadan öğrencilerime olan bakışım çok farklı imiş. Yalnızca öğrettiklerime odaklanıyordum. Anne olduktan sonra ağlayan bir çocuk varsa sınıfta, şefkat sineme celb edesim gelir. Üzeri ince ise bir hırka giydiririm. Terlediğini fark etsem hemen atletini değiştiresim gelir. Anne olmadan velilerden taraf olmazdım çoğunlukla. Öğretmenler hep haklı idi gözümde. Anne olduktan sonra "hocam o anne. Sende anne olunca anlayacaksınız" insanın evladı en ince damarıdır. Çocuk hakkında her ne söylemek istiyor iseniz ne olur yumuşak deyin. O, onun evladı, en zayıf yanı. Bir zamanlar Annelik delilik diye düşünürdüm. Acaba derdi nedir ki insanın anne olmayı talep eder ve ister. Onuda Anne olduktan sonra anlıyor insan. O his olmasa rabbın şefkati anlaşılır. Rabbın şefkatine ayine olmak sadece Annelere özel.

Kendi canından kanından da olması şart değilmiş Anne olmak için. Başkasının kanından canından olan bir yavru içinde süt gelirmiş anneden. Bu nasıl hayret edilesi bir his. Bu hissi bize yaşatan rabbe hamd etmeyi de anne olduktan sonra anladım.

Şefkat kahramanı hanımlar olarak, dünyayı güzelleştirmek, sarıp sarmalamak bizim elimizde.

Yaz Kızım...

GÜLŞAH IRMAK

Ne zaman fırsat buluyorsun diyorlar. Zaman diye bir şey mi var ki. Nefesimi alıp verdiğim anın içindeyim sadece. En kıymetlim...

Ve her şey dünyam olan üç meleğimle sürüp giderken; bir bakmışım görmüş, düşünmüş, okumuş, anlamış, yazmış ve çizmişim.

Onları odaya hapsedemem ya. Sadece yer ve an lüksüm yok. Her yer ve her an içinde oluyor her ne oluyorsa.

Bazen, cam balkonun kanadını açarken.

Bazen, yemeğin altını kısarken.

Bazen, beyazlar yıkandı sıra renklilerde diye düşünürken...

Her an üç güzellerimle her manada meşgulken. Ve illa ki oluyor her ne oluyorsa. İster ilham, ister lütuf. Zaten bunlarsız neye yelken açabilir insanoğlu.

Dua bile bir ilham neticesindeyken...

Yaz kızım. Çiz bazen de, oku her daim. Dünyanın süsü onlar, sana eşlik eden; seni anne yapan emanetler.

Yaz kızım kalemine kuvvet. Gördükçe, duydukça derinlerine daldıkça bereket bulacaksın.

Bilirim zor anlar yıldırıyor bazen. Sabrın selamet olduğuna tanık olacaksın.

Yaz kızım... Zamani delen bir anne olmanın hazzını ve şükürünü yaşayacaksın.

Dua ile...

İKİ HECE, BİR ÖMÜR:

Anne

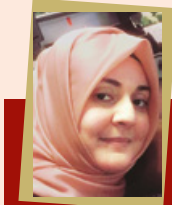
Devlet babadır.
Memleket anne.
Adalet babadır.
Merhamet anne.
Duyuların,
kavramların, sözcüklerin bazıları
babadır, bazıları anne.

Annesiz çocukları saçlarından
tanırız mesela. Buruşmuş defter
yapraklarından, ütüsüz beslenme
örtülerinden. Sessiz bayram
sabahlarından. Fark etmez denilen
bir cumartesi fotoğrafından.

Bazen bir evin önünden
geçeriz. Kapıda mis gibi kızartma
koku. Birkaç ayakkabı. İçerden
gelen ve birbirine karışan sesler.
Orada bir anne vardır. Hepsini
toplayan, hayatın kirini yıkayan,
sıradanlığın örtüsünü serip sofrayı
kuran.

Anneli öksüzler de biliriz,
annesiz ama güvenle büyüyen
çocuklarda.

Anne, sahip çıkandır.



ÜMMÜGÜLSÜM
TAT

tatumugulsum@gmail.com

Toparlayandır. Acıyan yere
merhem süren eldir. Hayat bazen
tersten akar. Anne yoktur. Belki
kaybolmuş, belki varlığını kendi
bile unutmuştur. İlahi adalet
teraziye insanı koyar. Tersine
akan sular durulur, insan eksildiği
yerden iyileşir. Annenden yarım
kalani bir el gelir tamamlar.

Ya da tam tersi. Annedir yarım
kalan, eksik bırakılan. Bir evlat
doğar. Yalnızca anne için parlar.

Bugün anneler günü. Her
coğrafya, her kültür anneliği kendi
dilinde kutluyor. Ebeveyn evlat
ilişkisinin fırtınalarla tartışıldığı
şu dönemde annelik kutlama

ve travma arasında bir arafta
kurtarılmayı bekliyor.

Herkesin bir annesi var.
Toprağın altında ya da üstünde.
Herkesin bir annesi var. Dünya
sızılarını hatırladığı o yerde.

Anneler günü bazen bidat,
bazen hurafe, bazen hediye,
bazen ziyaret...

Annelik dünyayı içine yutan
geniş kalabalıklar için, insan
olmayı hatırlatan bir el, bir köprü.
Anne, cenneti hatırlatan rehber.
Peygamber (SAS) duasını anlatan
söz. Bugün anneler günü. Annene
sarıl. Annen yoksa kalbindeki
merhamete sarıl. Evlat kokusunda
cennetin kokusunu ara. Kime
sahip çıkman gerekiyorsa sahip
çık, sar, sarmala. Anneliğin tanımı
yok, sınıfı yok, başı ve sonu yok.
Rütbesi, kariyeri, PR'i yok.

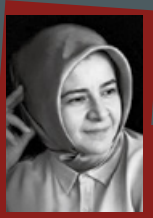
Annelik bir cennet müjdesi.
Müjdenin hakkını verene her gün
kutlu olsun.



Muhabbethanede SESSİZ Sohbet

Davası büyük olanın yükü ağır olur malum. En ağır yük de insanlığa örnek olarak gönderilen kainatın efendisine yüklenmişti elbet. O da haklı davasında dayanılması güç bir dönüm noktasına geldiğinde evini, hatta yurdunu terk etmek, hicret etmek zorunda kalmıştı. O bunu kendiliğinden yapmamıştı elbette. Onu hicret ettiren, o davayı ona yükleyen Refik-i âlâ, gönlüne sükun verecek koşulları da ihtimamla sunmuştu. Sevr'i sığınak yapmıştı bedenine yarı yolda. Gönlünü ise muhabbetullahta ağırlamaktaydı. Çünkü gönlün sığabileceği en sağlam yer orasıydı.

Sözün bittiği yerdeydiler. Yaşanan deprem, asrın felaketiydi. Kimileri afeti yerinde yaşamıştı. Canını kaybeden on binler, kendisi kurtulup can paresini kaybeden yüz binler.. Malını, mülkünü, işini, evini kaybeden bir o kadarı daha.. Bir de canını kurtarıp bedeninin bir kısmını kaybedenler, ah o kaybedenler; hayat onlar için artık çok çok farklıydı... Kimileri afete uzaktaydı fakat o kadar derinde yaşamıştı ki,



**MURADİYE
ŞİMŞEK**

yerinde yaşayanların tüm acısı yüreklerine yığılmıştı. Mümkün olsa hepsine yetişip bir anda tüm yaraları sarabilmekti tüm istedikleri. Ya Hafız! deyip daha vahim olanından yine O'na sığındılar. Ellerinden gelenin fazlası için koşup çabaladılar. Gün, dayanışma, yardımlaşma ve paylaşma günüydü.

Gün, bir olma, biz olma günüydü. Sözün bittiği yerdeydi ikisi de. Yara çok büyüktü. İzleri silmek için ellerinden gelenin fazlası için koştururken bir ara durup öylece baktılar, baktılar... Yaralar sarılmaya, izler silinmeye başlamıştı. Görünüşte afete uzaktaydılar. Uzun süre olmuştu konuşmayalı. Bir sessizliği bozup diğerine sordu. "Depremde evini kaybedenler gönlünü nereye sığdırır?" Soru çok derin, cevap çok uzundu. Soru, içinde sorular içeriyordu.





Afeti derinde yaşayanla yerinde yaşayanın cevapları aynı olamazdı. Diğeri düşündü. Afette evini kaybedenlerden gördüğü kimileri sabır ve sükunetle Hakk'tan gelene razı olmuştu.

Kaybettiklerinin acısıyla güçlenen metanetleri, elinde kalanlara şükürlerini artırıyor.

Afeti derinde yaşayanla yerinde yaşayanın cevapları aynı olamazdı. Diğeri düşündü. Afette evini kaybedenlerden gördüğü kimileri sabır ve sükunetle Hakk'tan gelene razı olmuştu. Kaybettiklerinin acısıyla güçlenen metanetleri, elinde kalanlara şükürlerini artırıyor. Maddi yaraları uzaklardan gelen yardımlarla el birliğiyle sarılırken manevi yaraların iyileşmesi için umutları hep tazeydi. Zira ümitsizlik onların itikadında yoktu. Evlerini kaybetmişlerdi fakat gönülleri sevdiklerinin, yakınlarının hanelerine sığmış, oraları geçici de olsa yuva edinmişti. Ankara'da yaşayan bir dostun Malatya'da yaşayan yaşlı annesi bunlardan biriydi. Afetten az bir zaman önce geçirdiği rahatsızlık nedeniyle refakate ihtiyacı olduğu halde, tüm ısrarlara rağmen evini terk edip Ankara'ya, evladının evine gelip yerleşmeyi kabul etmemişti. Afette evini kaybedip sağ salim kurtulunca haline şükrederek gönül rızasıyla

evladının yanına yerleşti. Afette evini kaybedenlerden gördüğü kimileri bardağın hep boş tarafına bakanlardandı. Evini kaybetmiş fakat gönül hanesi mamur olmayınca hiçbir yere sığamayanlardı onlar. Yardımları beğenmez, çoğu zaman sunulanı kabul etmez, gözleri eksik kusur arar, suçlayacak birini bulup veryansın eder, bedenini bir yerlere sığdırmış fakat gönlünü bir türlü bir yere sığdıramayanlardandı. Görünen manzarada, şairin dediği gibi kimi dosta varıp bend oluyor, kimi nefse uyup kahroluyordu. Diğeri düşünmeye devam etti. Birçok evler, yüksek binalar görmüştü afetten etkilenen bazı şehirlerde. Gündüz gözüyle sağlam görünüyorlardı. Bir siva çatlağı dahi yoktu karşıdan bakınca. Caddeler, sokaklar, kaldırımlar tertemizdi, afeti yaşamamış gibi. Fakat akşam olup hava kararınca aydınlık caddelerin sağında ve solundaki karanlık binaların silueti birer hayalet şehri andırıyordu. Adana böyle

görünüyordu akşamları. Evler yerli yerindeydi fakat gönül haneleri gönüllü ya da gönülsüz bir yerlere hicret etmişti. Gittikleri yere sığmışlar mıdır bilinmez. Kimileri yaylaya veya yazlıklarına gitmişlerdi. Kimileri ise yakın ilçelerdeki yakınlarının yanına yerleşmişler şehirdeki işlerine oradan gidip geliyorlardı. Konuşmalar yarım, sözler buruktu. Yüzler mütebessim ama gözler hüznüydü. Belli ki gönüllere dar geliyordu sığınan haneler. Fakat belli belirsiz bir tevekkül vardı hallerde; bu da geçer Ya Hû nev'inden.. Düşünceler düşüncelere kapı açıyordu. İnsanlar yalnızca deprem nedeniyle evlerini kaybetmiyorlardı. Bir de doğal afet olmadan, inancından veya haklı davasından dolayı zulme uğrayan ya da koşullar öyle gerektirdiği için evlerini terk etmeye mecbur kalanlar vardı. Tarih boyunca olduğu gibi.. Ya onların gönülleri.. Bir yerlere sığabilmiş miydi acaba? Davası büyük olanın yükü ağır olur malum. En ağır yük de insanlığa örnek olarak gönderilen kainatın efendisine yüklenmişti elbet. O da haklı davasında dayanılması güç bir dönüm noktasına geldiğinde evini, hatta yurdunu terk etmek, hicret etmek zorunda kalmıştı. O bunu kendiliğinden yapmamıştı elbette. Onu hicret ettiren, o davayı ona yükleyen Refik-i âlâ, gönlüne sükun verecek koşulları da ihtimamla sunmuştu. Sev'î sığınak yapmıştı bedenine yarı yolda. Gönlünü ise muhabbetullahta ağırlamaktaydı. Çünkü gönlün sığabileceği en sağlam yer orasıydı. Yanına bir de siddik dost vermişti tüm yolculuğu boyunca refakat eden. Koşullar en çetin olduğu anda evlerin en dayanaksızı ile muhkem bir duvar örerek her ikisini de korumuştı o sığınakta. Korkunun zirveye ulaştığı anda siddik dostunu teselli için söylediği söz ne güzel bir sözdü; Korkma! Allah bizimle. Dava hak olunca korkular, muhabbetullah ve sadık dostların sözlü veya sözsüz tesellileri ile dağılıyor. En güzel rehberin izinden giden ecdad da aynı yolu izlemişti. İstiklalini

ve istikbalini kurtarma davasının en karanlık anında içindeki gücü harekete geçiren, hakiki rehberin örneği olmuştu. Korkma! diyerek söze başlamış, yurdun üstündeki en son ocak sönmedikçe sona ermeyecek bir milli ve manevi şuuru altını kalın çizgilerle çizerek resmetmişti Akif. Davası hak olup uğruna mücadele veren nesli de aynı rehberin izindeydi.. Bunun birçok farklı hikayeler içeren örnekleri vardı. Fakat hepsinin ortak yönü aynıydı. Evini, yurdunu terk etmek zorunda kalsalar da Refik-i ala gönüllerini muhabbetgahına sığdırıyordu, üstelik siddik dost ve dostlarla muhabbeti tahkim ederek, yalnız olmadığını hissettirerek, sessizce.. Diğerinin iç sesleri sorulan soruya ve içerdikleri diğerlerine çok farklı cevaplar bulmuştu. Söyleyecek çok şey vardı. Fakat bütün iç sesleri susturdu ve dönüp şu cevabı verdi; "Hiç" Çünkü, sözün bittiği yerdediler. Yaşananlar asrın felaketi idi. Daha önce benzeri görülmemiş..

Bir de doğal afet olmadan, inancından veya haklı davasından dolayı zulme uğrayan ya da koşullar öyle gerektirdiği için evlerini terk etmeye mecbur kalanlar vardı. Tarih boyunca olduğu gibi.. **Ya onların gönülleri.. Bir yerlere sığabilmiş miydi acaba?**





PSİKOLOG DR. ABDÜLAZİZ YILMAZ:

SAĞLIĞI MÜSAİT OLAN HER KADININ KENDİNİ KEŞFETMEK İÇİN ANNELİĞİ DENEYİMLEMESİ GEREKİR

Dünyanın nimetlerine gözleri doymayanlar insan ırkının olması gerekenden fazla olduğunu düşünerek insan nüfusunu azaltmak istiyorlar. Bunu savaşlarla, hastalıklarla denediler ama amaçlarına ulaşamadılar; şimdi yok ederek değil yeniden üremeyi engelleyerek hedeflerine ulaşmak istiyorlar.

II RÖPORTAJ: ZEHRA GÜVELİ I

Psikolog Dr. Abdülaziz Yılmaz ile annelikten istifa eden kadınları, yeni yüzyılın travmalarını, kültürel kodlar ve kapitalizm çarpışmasında ayakta durmaya çalışan hayatları sorduk. Abdülaziz Hoca soruları tek tek cevapladı, içimizden yükselen sese tercüman oldu.

Hocam kadını, anneyi, aileyi neden bu kadar çok konuşuyoruz?

Aile, toplumun en temel yapı birimidir. Eğitimin, ekonominin, sosyal ilişkilerin ve kültürel aktarımın temelleri ailede atılır. Geleneksel ailelerde erkeği dışarı işlerinde çalışarak para kazanan, kadını ise hem bu parayla evin ekonomisini yöneten hem de çocukların bakım ve eğitimi ile daha yakından ilgilenen kişi olarak tanımlarız. Kadın ve erkeğe dair görev tanımları sanayileşme ve kadının iş hayatına dahil olması ile beraber geleneksel tanımının dışına çıkmıştır ve bu yeni sistem içerisinde kadının ve erkeğin görev

paylaşımları ve özellikle de çocukların bakımı ve eğitimi noktasındaki görevleri toplumsal bir çatışma ve tartışma konusuna dönüşmüştür. Geleneksel toplumlarda kadın-erkek, anne-baba, dede-torun kültürel aktarımlarla aldığı yaşam tarzlarını ve görevlerini devam ettirirlerdi. Ama geleneksel tanımların dışında farklı bir hayat sistemine geçtiğimiz için, henüz anlamlı ve işlevsel görev dağılımı yapılamadığı için aile, kadın, erkek ilişkileri uzun zaman daha konuşulacak gibi duruyor.

Kadınlar annelikten yoruldu sanki. Annelikten kaçan kadınlar var. Bir de anne olmak için büyük imtihanlar verenler. Annelik hep bu kadar zor muydu?

Yaşadığımız zaman diliminde kadınları annelikten erkekleri babalıktan korkutan çok fazla faktör var. Eski zamanlarda kadınların ve erkeklerin anne baba olmaktan yana böyle bir korku veya bıkkınlık duymadığını biliriz.



**GÜNÜMÜZ
 TOPLUMLARINA BAKTIĞIMIZDA,
 ÖZELLİKLE METROPOLLERDE
 ÇOCUK DÖRT DUVARIN
 ARASINDA DOĞUYOR;
 BIRAKALIM İŞ GÜCÜNE
 KATILMASINI KENDİ ENERJİSİNİ
 DAHI ATMA ŞANSINA SAHİP
 OLMUYOR. BÖYLE OLUNCA
 BAKIMI VE TAKİBİ HAYLİ
 ZORLAŞIYOR. DİĞER TARAFTAN
 MODERN VE POPÜLER KÜLTÜR
 SANAL DÜNYA REKLAMLARI
 ARACILIĞIYLA ÇOCUKLARIN
 YEME, Gİyme VE EĞİTİM
 GİBİ İHTİYAÇLARINI BELLİ
 STANDARTLAR ÜZERİNDEN
 ÇOCUKLARA VE EBEVEYNLERİNE
 DAYATIYOR.**



Geleneksel toplumun hüküm sürdüğü dönemlerde çocuk tüketen değil, küçük yaşlardan itibaren üreten konumundaydı. Çiftçilik ve hayvancılıkla uğraşan ailelerde çocuk ne kadar çok olursa ailenin iş gücü ve üretimi o denli yüksek olurdu. Evet, eski zamanlarda zorluk vardı; yokluk da vardı ama güvenli çevre açısından bolluk vardı. İfade yerinde ise kemirecek bir parça gıda bulan çocuklar mahallede büyüebiliyorlardı. Bugünkü gibi sokaklarda tehlike ve sınavlarda rekabet yoktu. Günümüz toplumlarına baktığımızda, özellikle metropollerde çocuk dört duvarın arasında doğuyor; bırakalım iş gücüne katılmasını kendi enerjisini dahi atma şansına sahip olmuyor. Böyle olunca bakımı ve takibi hayli zorlaşıyor. Diğer taraftan modern ve popüler kültür sanal dünya reklamları aracılığıyla çocukların yeme, giyme ve eğitim gibi ihtiyaçlarını belli standartlar üzerinden çocuklara ve ebeveynlerine dayatıyor. Kapitalist sistemler tarafından tüketimi artırmak için çocuklara marka giydirmek, bıldırcın yumurtası yedirmek ve onları kolejlerde okutmak zorunlulukmuş gibi bir algı oluşturuluyor.

Ekranlardan biraz uzak kalabilsek aslında daha kanaatkar ve daha mutlu bir süreci hem biz hem de çocuklarımız yaşayacağız. Yine çocuk yetiştirme de kuşak farkı büyük çatışmalara yol açmaktadır. Kuşak çatışmaları tarih boyunca hep olmuştur ve kıyamete kadar da olması muhtemeldir, lakin yaşadığımız bu hız ve zamanındaki çatışma evvelki kuşak çatışmalarından çok çok ötede bir boyuta ulaşmıştır. Bunun en büyük sebeplerinden biri, çocuklar teknoloji çağının içerisine doğdular, biz ise daha sonradan dahil olduk bu çağa; haliyle geleneksel bir yapıda yetişen bugünün anne-babaları olarak bizler teknoloji çağı çocuklarını anlamakta zorlanıyoruz, bazen yoğun çatışmalar yaşıyoruz. Ancak burada sorunun en büyük kaynağı sadece teknolojik çağ farkı değil, hem bizlerin teknolojiyi doğru kullanmayı becerememiş hem de çocuklarımıza doğru kullanımı öğretememiş olmamızdan kaynaklanıyor. Bir kısım insanlar çocuk sahibi olmanın ve yetiştirmenin zorluklarından dert yanarken çocuk sahibi olmak için ömrünü veren kadınlar da var. Bu durumu çok yadırgamıyorum, varlıkla ve yoklukla imtihan gibi bir durum.

Bazı insanlar zenginliğin hakkını vermezler onlar için aslında fakirlik daha hayırlıdır; bazı insanlar da fakirliğin sabrını gösteremez imtihana karşı dayanıklılığı azdır. Annelik hep bu kadar zor muydu, kesin bir şey demek elbette zordur. Ama eskilerin ifadesi ile konuşacak olursak anneciğim bana; 'Oğlum ben 9 tane büyüttüm, senin 3 taneyi büyütmen kadar zorlanmadım' diyor. Evet, bugünün bir çocuğu eski zamanların on çocuğundan daha zahmetli büyütülüyor diyebiliriz ama o zamanın da bambaşka sıkıntıları vardı. Birde insanlar yaş ilerleyince eski zahmetlerini unutuyorlar, muhtemeldir ki annemin zamanındaki kadınlara da daha büyük olanlar benzer şeyleri söylüyorlardı. Eskiye özlem insanlık tarihi boyunca hep olmuştur. Yaşadığımız zaman diliminde ekonomik, kültürel, toplumsal sebeplerden dolayı eskiye oranla çocuk sayısı maalesef düşmektedir fakat en temelde yaratılış olarak her kadın annelik duygularıyla, hormonlarıyla ve o biyolojik donanımıyla dünyaya gelmiştir. Sağlığı müsait olan her kadının kendini keşfetmek için anneliği deneyimlemesi gerekir. Her doğumda kendini keşif daha güçlenecektir.

Sosyal medya ile ABD'de 18 yaşının altında, ebeveyn rızası olmayan yapılan cinsiyet değiştirme ameliyatları gündemde. Bu konuda ne düşünüyorsunuz?

18 yaş altı bir çocuğun devlet politikalarıyla böyle bir konuda desteklenmesinin hangi amaca hizmet ettiğini artık az çok hepimiz bilmekteyiz. Benzer durumlar Avrupada da fazlasıyla yaygın. Dünyanın nimetlerine gözleri doymayanlar insan ırkının olması gerekenden fazla olduğunu düşünerek insan nüfusunu azaltmak istiyorlar. Bunu savaşlarla, hastalıklarla denediler ama amaçlarına ulaşamadılar; şimdi yok ederek değil yeniden üremeyi engelleyerek hedeflerine ulaşmak istiyorlar. Bunun içinde insanın dünyaya gelmesi için gereklilik olan kadın ve erkek cinsiyetini bozmak istiyorlar.

Erikson'un kimlik oluşumu skalasına göre kişi 18 yaşında sosyal ve cinsel kimliğini tamamlayabiliyor. Bu yaşa kadar kimliğini oturtamazsa kimlik bunalımı yaşıyor. İşte kimlik arayışı evresinde olan, hormonları, duyguları, düşünceleri, zihin dünyaları ve inançları tam manada oturmamış; bugün ak dediğine yarın kara diyebilen, bugün sevdiğinden yarın nefret edebilen, bugün ilgi duyduğunu yarın önemsemeyen, gençlik rüzgarlarının ve hormonlarının etkisiyle savrulmaya müsait olan 18 yaş altı bu çocukların ömürleri boyunca pişmanlık duymalarına neden olabilecek bir tercih yapmalarını devletlerin anayasal olarak desteklemesi değil yasaklaması gereken bir durumdur. Bu sorunuzdan hareketle şunu eklemek isterim; son bir yıldır gerek Avrupadaki seminer ve görüşmelerimde gerekse Türkiye'deki çalışmalarım da cinsel kimlik oluşumu ve aile etkisi üzerine çalışmalar yapıyorum.



18 YAŞ ALTI BİR ÇOCUĞUN DEVLET POLİTİKALARIYLA BÖYLE BİR KONUDA DESTEKLENMESİNİN HANGİ AMACA HİZMET ETTİĞİNİ ARTIK AZ ÇOK HEPİMİZ BİLMEKTEYİZ. BENZER DURUMLAR AVRUPA'DA DA FAZLASIYLA YAYGIN. DÜNYANIN NİMETLERİNE GÖZLERİ DOYMAYANLAR İNSAN İRKİNİN OLMASI GEREKENDEN FAZLA OLDUĞUNU DÜŞÜNEREK İNSAN NÜFUSUNU AZALTMAK İSTİYORLAR. BUNU SAVAŞLARLA, HASTALIKLARLA DENEDİLER AMA AMAÇLARINA ULAŞAMADILAR; ŞİMDİ YOK EDEREK DEĞİL YENİDEN ÜREMEYİ ENGELLEYEREK HEDEFLERİNE ULAŞMAK İSTİYORLAR.





BOŞANMAYA KARAR VERMEDEN ÖNCE BOŞANMANIN SEBEBİ GEREKÇELERİ NET BİR ŞEKİLDE ORTAYA KONMALIDIR. YANI BİR ANLIK BİR ÖFKE Mİ, TELAFLI EDİLEBİLİR BİR DURUM VAR MI, GERİ DÖNÜŞÜ OLMAYACAK DURUMLAR YAŞANDI MI, ÖZELLİKLE BİR UZMAN EŞLİĞİNDE OBJEKTİF ŞEKİLDE ELE ALINMALI. ÖZELLİKLE BİRBİRİNİ SEVEREK EVLENEN ÇİFTLERDE BOŞANMAYA GİDEN SÜREÇLERİ AYRI OLARAK GÖZDEN GEÇİRMEK LAZIM.



Cinsel kimlik oluşumunda babaların yeri olmazsa olmaz bir konum teşkil ediyor. Cinsel kimlik bocalaması yaşayan çocuklara baktığımız da ya nefret edilen bir baba veya çok ilgisiz silik bir baba figürü ön plana çıkıyor. Bu sebeple özellikle babaların zamanın en önemli sorunlarından olan cinsel kimlik karmaşasını önlemek adına çocukları ile nasıl iletişim kurmaları gerektiğini araştırmalarını tavsiye ederim. Tabiki anneler de kişilik oluşumunda olmazsa olmazlardan aynı arayışı onların da yapması faydalı olur kanaatindeyim.

Boşanma da ayrı bir sorun. Türkiye bu eşiği aşamadı? Boşanma sonrası özellikle muhafazakar çevrede büyümüş kadınları çok etkiliyor. Sonrasını düşünmeden mi boşanıyoruz? Duygusal olarak hazır olmadan yapılan boşanmanın sonucu ne oluyor?

Boşanmaya karar vermeden önce boşanmanın sebebi gerekçeleri net bir şekilde ortaya konmalıdır. Yani bir anlık bir öfke mi, telafi edilebilir bir durum var mı, geri dönüşü olmayacak durumlar yaşandı mı, özellikle bir uzman eşliğinde objektif şekilde ele alınmalı.

Özellikle birbirini severek evlenen çiftlerde boşanmaya giden süreçleri ayrı olarak gözden geçirmek lazım. Sevgi'nin tutku'nun bağlılığın karşılıklı heyecanın aktif olduğu ilk yıllardan sonra evliliğin ilerleyen yıllarında hayatlarında ne değişti, hayatlarına ne girdi ne çıktı gözden geçirilmesinde fayda var. Örneğin, şiddetli sorunların hatta aldatmaya götüren süreçlerin en sık yaşandığı dönem doğum sonrası dönemler olarak bilinir. Çünkü, bu dönemlerde anne babalığı ilk kez deneyimleyen çiftler çift ilişkisinde duygusal ilişkilerinde kopmalar yaşayabilirler bütün ilgiyi ilk dönem çocuğa verip evliliğin diğer yönlerini ihmal edebilirler ve bu dönemde özellikle erkekler açısından romantik ilişkide bir boşluk bir arayış bir ihmale uğramışlık psikolojisi oluşabilir. Genel gözlem şu yöndedir ki bu tür şikâyetlerle boşanan çiftler yeni bir heyecanla yeni insanlarla ikinci bir evlilik yoluna giderler fakat çoğunlukla yeni bir çatı altında benzer süreçleri tekrar yaşarlar. Özellikle çocuk olduğunda çocuğa bağlı sıkıntılar ekonomik parametreler ailevi sorumluluklar tekrar devreye girer flört dönemindeki duygusal ilişkinin yerine tüm maddi manevi yönleriyle ailevi yaşantılar almaya başlar ve benzer şekilde iki evliliklerinde de tutku kaybı romantizm kaybı ilgi kaybı kaçınılmaz hale gelebilir.

Kaldı ki ikinci evlilikte hayata sıfırdan başlanmadığı düşünülürse tarafların ilk evliliklerinden olan çocukları da ailevi sorunları da yeni kuracakları evlilikte iki kat daha fazla yük anlamına gelebilir. Toplumda muhafazakâr aileler için boşanmanın sıkıntılı bir süreç olduğu düşünülse de aslında her sosyal tabakada sıkıntılı bir süreçtir. Son zamanlarda ki boşanmalarda ki artışın birçok farklı sebebi olmakla beraber etkili bir yönlendirici sebebin de sosyal medya olduğunu düşünüyorum. Çünkü boşanma helal olmakla beraber Allah'ın sevmediği kültürümüzün hoş karşılamadığı bir durumdur. Ama sosyal medya birçok kültürel değeri dejenere ettiği gibi bunu da bozmakta ve boşanmak artık bir maharetmiş gibi 'boşanma güzellemeleri' içeren videolar ile bu süreç normalleştirilmekte hatta özendirilmektedir.

Depremden ve gündemdeki ekonomik sorunlardan sonra kaybetme korkusu, odaklanma eksikliği, yeni bir işe başlama hevesinin azalmasını daha çok duymaya başladık. Tüm bunların arka planında neler var?

Millet olarak büyük bir travma yaşadık. Hatta verilere göre asrın travmasını yaşadık. Bunların önemli bir kısmı akut travma belirtileri. Depremler ve ekonomik sıkıntılar belirsizlik içerdiği için karamsar bir havaya sebebiyet verebilmektedir. Fakat bunlar geleceğe dair planlarımız ve beklentilerimiz açısından tek başına belirleyici olmamalıdır. Ekonomik yaşantımızı öncelikle realist olarak değerlendirmek gerekir. Kendi kazancımız ne durumda, bununla neler yapabiliriz, ailemizden aktarılan bir sermaye birikimimiz var mı, bütün bunları kişisel olarak değerlendirip kendimize bir hayat düzeni kurabiliriz. Ülke ekonomisinin genel durumu bugün karamsar bir akış içerisinde olur yarın yükselişe geçer. Sürekli olumsuz beklenti içinde olmak uzun vadede hem garantisi olmayan hem de öngörülmesi çok zor süreçleri içine aldığı için hayatı çekilmez bir

hale sokar. Bireysel hayatımızı sürekli medyatik söylemlerin etkisi altında yaşamak da kaostan beslenen medyayı haklı çıkarmaya yarar. İnsanlık tarihi boyunca birçok depremler seller felaketler dönem dönem yaşanmıştır. Yaşadığımız çağ bilgi çağı olduğu için bütün dünya gündemi çok kolay ulaşılabilir ve yaşamadığımız olaylar bile her an sanki evimizin içinde hissedilebilir bir duruma geldi. Her an bizim de başımıza bir felaket gelecek gibi bir düşünce ile yaşamak sağlıklı bir süreçtir. Tedbiri aldıktan sonraki kısımda takdiri Allah'a bırakıp rutinlerimize geri dönmeliyiz. Travma süreci bizzat bu felaketlere maruz kalanlar için daha uzun ve yıkıcı bir süreç olsa da görsel olarak şahitlik eden insanlar için birkaç ay içerisinde atlatılıp günlük rutinlerine aksatmayacak bir seviyeye getirilmesi beklenir, gelmiyorsa tedaviye başlanmalıdır. Bu keyifli söyleşi için teşekkür ederiz. Bende Turuncu okuyucuları ile buluşma imkanı verdiğiniz için size teşekkür ederim. Ayrıca bu söylemişimizde bize eşlik eden sevgili okuyucularımızdan sorusu yada sorunu olan olursa @psikohekim sosyal medya hesaplarımızdan bize ulaşabilirler. Hayırlı ve sağlıklı günler dilerim.



MİLLET OLARAK BÜYÜK BİR TRAVMA YAŞADIK. HATTA VERİLERE GÖRE ASRIN TRAVMASINI YAŞADIK. BUNLARIN ÖNEMLİ BİR KISMI AKUT TRAVMA BELİRTİLERİ. DEPREMLER VE EKONOMİK SIKINTILAR BELİRSİZLİK İÇERDİĞİ İÇİN KARAMSAR BİR HAVAYA SEBEBİYET VEREBİLMEKTEDİR. FAKAT BUNLAR GELECEĞE DAİR PLANLARIMIZ VE BEKLENTİLERİMİZ AÇISINDAN TEK BAŞINA BELİRLEYİCİ OLMAMALIDIR. EKONOMİK YAŞANTIMIZI ÖNCELİKLE REALİST OLARAK DEĞERLENDİRMEK GEREKİR.



Remziye Hisar

TÜRKİYE'DE KİMYA MESLEĞİNİN İLK KADIN ÖNCÜLERİNDEN OLAN REMZİYE HİSAR'I GOOGLE ANDI. GEÇTİĞİMİZ YIL, ARAMA MOTORU DEVİ PROFESÖR DOKTOR REMZİYE HİSARI AÇILIŞ SAYFASININ DOODLE'I YAPTI. BUGÜN GOOGLE'A GİRENLER ALIŞILDIK GOOGLE YAZISI YERİNE REMZİYE HİSAR'A ADANMIŞ BİR GÖRSEL GÖRÜYÖRÜ.

1902 yılında Üsküp'te doğdu. Babası istihkam yarbayı Salih Hulusi Bey, annesi Ayşe Refia Hanım'dır. Ailenin dört kızından biridir. Ailesi, Meşrutiyetin ilanından bir yıl sonra İstanbul'a göç etmiştir.

Remziye Hanım, Davutpaşa'daki üç yıllık mekteb-i iptida-i'yi, bir yılda henüz dokuz yaşında iken tamamladı. Daha sonra, İttihat ve Terakki Mektebi ve Emirgan İnas Rüştüyesi'ne devam etti; çok sevdiği Türkçe öğretmeninin İstanbul Darülmuallimatı'na (Kız Öğretmen Okulu) transfer olması üzerine, öğrenimini bu okulda sürdürdü. Sınıfın iyi öğrencileri arasında yer alan Remziye Hanım, küçük sınıflardaki öğrencilere geometri ve matematik dersleri verdi. 15 Temmuz 1919 tarihinde okulun Darülfünun'a hazırlamak üzere oluşturduğu iki sınıflık bölümünden birincilikle mezun oldu.

Darülmuallimat'tan mezuniyetinin ardından Darülfünun'un kimya bölümüne kaydını yaptırdı. Kız öğrencilerin erkek öğrencilerden ayrı saatlerde ders aldığı bu dönemde, kimya bölümündeki üç kadın öğrenciden birisi idi. Kimyayı seçme nedenini bir röportajında "Fen derslerinde kanunlarda olsun, buluşlarda olsun hep yabancı isimler görmek beni kahrediyordu. Fen alanında bir tek Türk ismi görememenin ezikliğini, bu dalda başarılı olursam giderebilirim sanıyordum" cümleleriyle açıklamıştır.

Bakü'de açılacak bir okulda öğretmenlik yapmak üzere İstanbul'dan kadın öğretmenler talep edilmesi

üzerine hocalarından Sarıklı Vehbi Bey himayesinde beş okul arkadaşlarıyla birlikte 15 Aralık 1919'da İstanbul'dan ayrılıp Azerbaycan'a gitti. Sovyet Rusya'nın Azerbaycan'ın bağımsızlığına son vermesine kadar bir erkek lisesinde ders verdi. Orada bir kız öğretmen okulunun açılmasıyla ilgili verilen bir toplantıda Yüzbaşı Doktor Reşit Süreyya Bey ile tanıştı. 20 Nisan 1920'de onunla evlendi ve aynı yıl eşi ile birlikte İstanbul'a döndü. Ertesi yıl, oğlu Feza Gürsey'i dünyaya getirdi.

Türkiye'de Türk Kurtuluş Savaşı'nın devam ettiği bu dönemde Çukurova bölgesinin Fransızlar'dan geri alınması üzerine kendisi Adana'da Darülmuallimatı'na müdür olarak, eşi ise kolordu doktoru olarak tayin oldu. Bir buçuk yaşındaki oğlunu annesine bırakarak Adana'ya gitti.

Cumhuriyetin ilanından sonra istifa etti ve tedavi amaçlı olarak Paris'te bulunan eşinin yanına gitti. Paris'te Sorbone Üniversitesi'nde kimya eğitimine başladı. Langevin ve Madam Curie gibi çok tanınmış bilim insanlarının öğrencisi oldu. Eğitiminin ikinci yılında Milli Eğitim Bakanlığı bursundan yararlanma hakkı elde etti. Pasteur Enstitüsü'nü takip ederek biyokimya sertifikası aldı. Doktorasına başlayacağı dönemde bursu kesilince Erenköy Kız Lisesi'ne kimya öğretmeni olarak atanınca yurda döndü. 1924'te kızı Deha Gürsey'i dünyaya getirdi.

1930 yılında Milli Eğitim Bakanlığının yurtdışı doktora bursundan yararlanarak doktorasını yapmak üzere yeniden Paris'e gitti.

Eşinden boşanan ve Paris'e çocukları ve kardeşiyle giden Remziye Hisar, 1933 yılında doktora tezini tamamlayarak Türkiye'ye döndü.

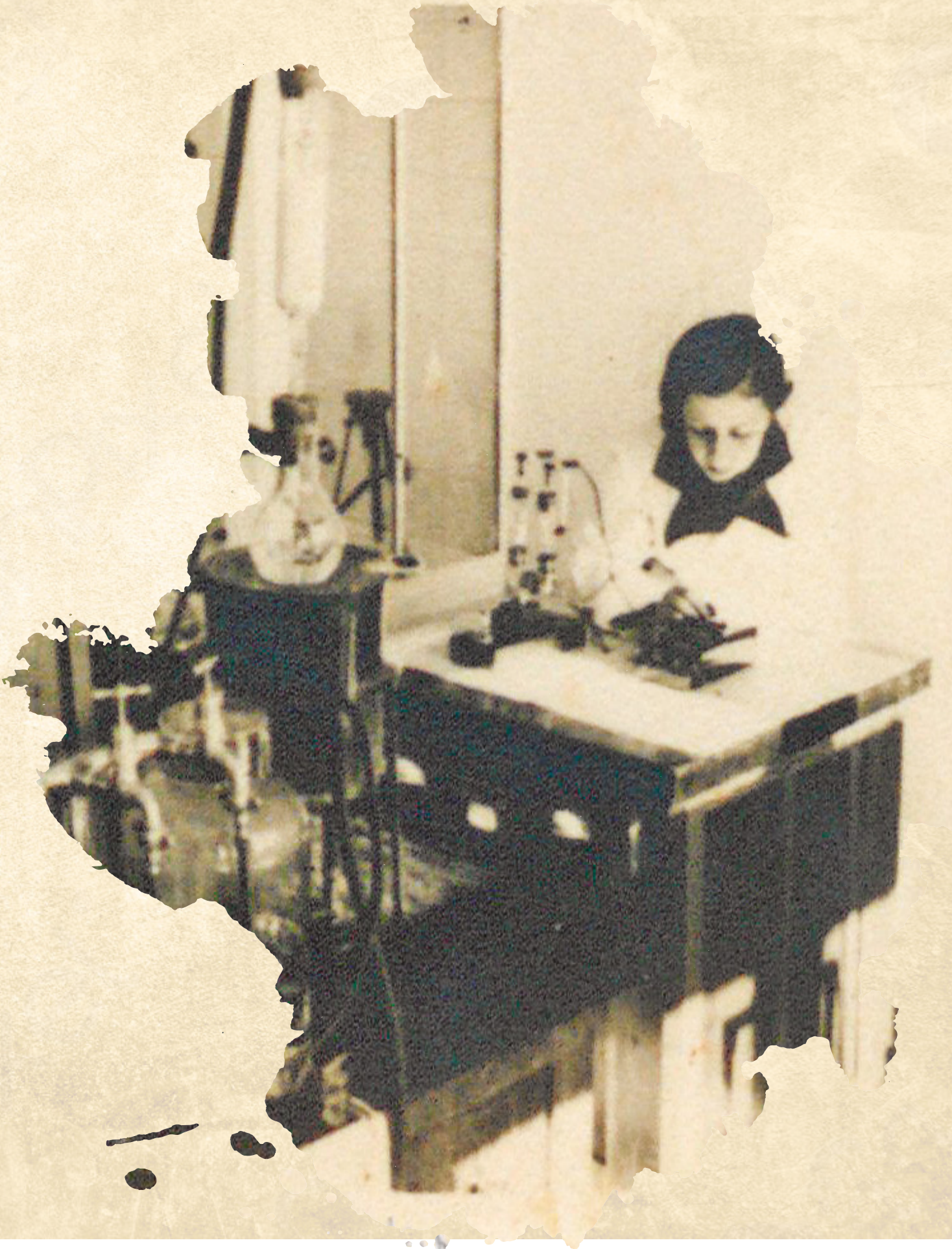
1933-1936 yılları arasında İstanbul Üniversitesi'nde kimya ve fizik kimya dersleri verdi. 1936 yılında bir süre için üniversiteden ayrıldı; Hıfzıssıhha Müessesesi Farmakodinami Şubesi'nde Kimya Mütahassısı'lığı görevinde bulundu

1942-1947 yılları arasında İstanbul Üniversitesi Eczacılık Okulu Analitik Kimya ve Toksikoloji kürsüsünde görev yaptı. 1947 yılında İstanbul Teknik Üniversitesi Maden Fakültesi Kimya Kürsüsü'ne atandı. 1955 yılında Fransa'da "Officiel d'Academie" nişanı'na layık görüldü. 1959 yılında profesör oldu. 1973 yılında emekliye ayrıldı. Yaşamını İstanbul'da Anadoluhisarı Otağtepe'de ailesinden kalma konakta sürdürdü. 1991 yılında Tübitak Hizmet Ödülü'nü aldı. Oğlu Feza Gürsey'i Nisan 1992'de yitirdikten sonra 13 Haziran 1992'de öldü.

REMZİYE HİSAR'IN ESERLERİ

Dördü çeviri, beş ders kitabı yayımlanmış; ayrıca kimya dalındaki buluşlarını içeren 16 bildirisi Fransa'da yayınlanmıştır. Uluslararası bildirileri arasında yer alan, Siirt dağlarında yetişen bir bitki türünün etkilerini içeren buluşu Fransa'da yayımlanarak bilim dünyasına tanıtılmıştır.

1920'lerden itibaren şiir yazar Remziye Hisar'ın bazı şiirleri "Bir Kadın Sesi" adlı kitapta bir araya getirilerek yayımlanmıştır.



RÜYALARINI TABİR EDECEK YUSUFLARDAN MAHRUM GENÇLİK

Gençlik yorgun, umutsuz.. Gençlik çöküşte. Katip buna bir çare yazar mı?" dedi tâlip. "Genç, rüyaları olan adamdır. Sen rüyalarını tabir edecek Yusufardan mahrum gençlere yan" dedi kâtip..

Bugünün gençliği, bir açıdan gelecekteki hayallerini gagalayarak yiyip bitiren modern dünya hapishanesinin mahkumları, mazlumlarıdır.. "Yusuf'la beraber zindana iki genç delikanlı daha girdi. Biri, "Ben rüyamda şaraplık üzüm sıkığımı gördüm" dedi. Diğeri, "Ben de rüyamda başımın üzerinde, kuşların yediği bir ekmeğe taşıdığımı gördüm. Bize bunun yorumunu haber ver. Şüphesiz biz seni iyilik yapanlardan görüyoruz" dedi. (Yusuf 12/36)

Sarsılmaz iman Ashab-ı Kehftir gençlik: "Hakikaten onlar, Rablerine inanmış gençlerdi. Biz de onların hidayetini arttırdık." (Kehf 18/13) Mağaranın bir kenarında ışığın mağaraya sızdığını gören gözler, uykuda değildiler.. Bu yüzden uyanmışlardır.. Bir koca yürekle kalplerini hakka bağlayan yedi delikanlıyı genç kılan, umudu taze tutan ışığın farkında olmalarıydı. Işık, güneşin izdüşümü olan aydınlık değildi. Güneşe ışık yeteneğini bahşeden, güneşin de mağaranın da sahibi olan Allah'a tevekküldü. Bu yüzden zamanı çok da önemsemediler.. Uykunun da uyanık



HÜSEYİN
KARACA

halin de ışığın da karanlığın da Rabbi olana râm oldular. "Hani o gençler mağaraya sığınmışlardı da, "Ey Rabbi-miz! Bize katından bir rahmet ver ve içinde bulunduğumuz şu durumda bize kurtuluş ve doğruluğa ulaşmayı kolaylaştır" demişlerdi." (Kehf 18/10)

Yanışla batılla mücadeleyi, fevri aceleci temelsiz kavgalarla değil, akli dayanaklara mantıklı söz üsluplarına göre icra eden Hz. İbrahim'dir gençlik.. İçlerinden bazıları, "İbrahim adında genç bir adamın putlarımızı eleştirdiğini duymuştuk!" dediler, "Bunu ondan başkası yapmış olamaz!" (Enbiya 21/60)

İbrahim olmak, bedensel fiziksel gücünün zirvesinde iken hislerine mağlup olmayan, kalbiyle akıyla düşünebilen genç demektir. Ateşle imtihanında ateşten gömleği giyene Cenab-ı Hakkın ateşi bahar yeşilliği yapacağı bilincidir gençlik.

Haya ile kimliğini inşa ede Mer-yem'dir. Hatice'dir emin Muhammedlere kervan başışlayan.. Aişe'dir iffetini vahiyle ayetle tasdik ettiren.. Zulme karşı dik duran, şehit edildikten sonra düşmanları tarafından kendisine işkence edileceğini söyleyen

oğlu Abdullah'a "kesildikten sonra derisinin yüzülmesi koyuna zarar vermez" diyerek onu haklı davasında destekleyen, bu tavrıyla, mağarada hicrette Efendimiz'i (s.a.v) bir an olsun yalnız bırakmayan siddik baba Hz. Ebubekir'in (r.a) kızı olduğunu bir kez daha ispatlayan Esmadır gençlik.. Dört oğlunu şehit vermesine rağmen "Rasulullah hayatta ya, gerisi önemli değil" diye kahramanca kükreyen Sü-meyra'dır. Eba Eyyub Ensari'dir seksen küsur yaşında İstanbul'un fethi için İstanbul surlarına kadar at sırtında gelen.

Geçmiş zamanlarda kitaplarda kalmış bir tozlu ayrıntı değildir gençlik. Şimdidir, yarındır.

Şadırvanda akan su berraklığı, ümmetin çöldeki serap serinliğidir. Bundan dolayı şadırvanda abdest alan gençleri görünce gök mavisinin farkına varırız. Renk renk gökkuşağı umutlar yeşerir ufukumuzda.. Hele sabah namazında ön safta alını secdeye giden bir delikanlı belirince Kabe nuru dolar kibleye.. İlk genç muhacir öğretmen Mus'ab b. Umeyr'i Medine'ye uğurlayan Nebi'nin "Allaha ısmarladık" duası yankılanır kubbede.

Kentin kalabalığında, işyerindeki ortam gereği başını örtemeyen, öğle molasında bir koşu camiye gelerek çantasından başörtüsünü çıkarıp namazını izbe hanımlar kısmında telaşla kılan ürkek genç kızın terazide tartılmaz ağırlıktaki imanidir gençlik.





Modern dünya, dindarlığın sadece mahiyetini değil, tabii doğal fitri mecrasını da değiştirmiştir. Gerek kişisel boyutta gerek toplumsal boyutta **statükonun pazarlama aracı olarak kullanılan dini argümanlar, değil sadece gençlerde, dünyada hiçbir kesimde karşılık bulamaz.**

Yaz sıcaklığında iffetin sigortası çarşafıyla bir kale gibi günaha direnen müslüman kadın kimliğidir gençlik.

Çocukluktan gençliğe geçiş yol ayrımında Kurân-ı Kerim'i ezberlemek için rahlede gençliğini çürüten hâfiz delikanlılar; çeyizi, edeble taşıdığı mushaf olan cennet kokusu kız evlatlardır gençlik.

Ak saçlı dedelerin bastonundaki cemaatle namazın nurudur gençlik.. Camiye adım atan herkesin gençlik iksiridir zira namaz. Minareden beş vakit okunan ezanı duyabilene denir genç diye.. Yaşın ne önemi var.

Ümmetin sosyal medyanın hazır menülerinde malayani hazır basmakalıp düşünceleri ve dedikoduları tüketen gayesiz hedefsiz sürülere değil, yaşı ne olursa olsun bir idealin peşinde koşma mecali bulan inanmış yüreklere ihtiyacı vardır.

Maalesef bugün internetin etkisiyle herkes, bilhassa gençlik, beli bükülmüş, ferî gitmiş, bacaklarında yürümeye mecal kalmamış, yürüyen cenazeleri andırmaktadır. Mukaddesâtın emrine verilmesi gereken değerli vakitler politik güncel kavgalarla heba edilebilmektedir.

Gençlerin dinden soğuması büyüklerin, dini, hayatın her alanında yanlış lanse ediyor olmasıyla doğrudan irtibatlıdır. Diğer bir ifadeyle, gençliğin çöküşte olup yorgun umutsuz bezgin bir imaj vermesinin, gençliğe akıl verenlerin yaptıkları her şeye

dini bir kılıf uydurmaya çalışmasıyla da ilişkisi vardır. Gençlerin sermedi gençlik olan imanlı bir yaşamla tanışıp bu yaşamı sürdürmesinin tek yolu, insana dokunan erdemli dindarlık örnekliklerini çoğaltmaktır. Peygamberimiz, manası Allah'tan olan, lafzı Peygamberimize ait bir kudsi hadiste şöyle buyurmaktadır: "Allah meleklerle karşı ibadet eden genci över ve şöyle der: 'Bakın şu kuluma, nasıl da benim için kendi istek ve arzularını bırakmıştır.'" (Kenzu'l-Ummâl, 43057) Seccadeye âşik gençlerdir toplumu gençleştirecek olanlar.

Modern dünya, dindarlığın sadece mahiyetini değil, tabii doğal fitri mecrasını da değiştirmiştir. Gerek kişisel boyutta gerek toplumsal boyutta statükonun pazarlama aracı olarak kullanılan dini argümanlar, değil sadece gençlerde, dünyada hiçbir kesimde karşılık bulamaz. Dini üst başlık olarak kullanarak yapılan iyiliklerin -özellikle deprem vb afetlerle derinden sarsılan kimselere- görsel bir afiş malzemesine indirgenmesi, mahremiyet ilkesinin göz ardı edilmesi, ihlas ve samimiyet perdesinin yırtılmasına, amel-i salih mertebesinde mahrumiyete yol açmaktadır.

Koronavirüs sürecindeki eve kapanmanın, özellikle ergenlik dönemindeki çocukların ve gençlerin dindarlık algılarını altüst ettiği hakkında henüz dört başı mamur bir araştırma için kafa yorulmuş değildir.

Pandemi öncesinde son on yılda ülkemizde yaşanan müslüman bilince sahip bireyleri doğrudan ilgilendiren toplumsal olayların da uzun vadede gençlerin dini değerlere yaklaşımını tepeden tırnağa etkilediğini söylemeliyiz. Kendi doğal mecrasında akan bir nesiller nehri, yediden yetmişe her haneyi saran fitneler sonucunda önlenemez taşkınlara sebep olmuştur. Bu fitne olaylarında gençlik, savaşımlardan hiç de geri kalmayan psikolojik ruhsal travmalara maruz kalmıştır. Gerekçesi ne olursa olsun yargılayıcı suçlayıcı bir "öteki" algısı, İslamın kucaklayıcı sıcak değerlerinin genç nesillere aktarılmasına engel olmuştur.

Mehmet Akif'in "Girmeden tefrika bir millete düşman giremez, Toplu vurdukça yürekler onu top sindiremez" mısralarını ezbere okuyan hitabette mahir diller, seküler rüzgarların akımında bizzat tefrikanın ve ayrımcılığın gönüllü taşıyıcıları olmakta bir beis görmemişlerdir. "Ama ben/biz ..." ile gerekçelendirilen ya da meşrulaştırılmaya çalışılan göreceli inanç ve ahlaki davranış modelleri, mukaddesât "surunda bir gedik açmış"; ne yazık ki bütün müdahalelere rağmen o gedik boşluk bir daha kapatılamamıştır. Kapatılması yakın vadede de mümkün görünmemektedir. Zira Müslümanlık bilinci çok fazla gündelik dilin esiri olmuştur. Eskiden gazete sürmanşetlerinin belirlediği gündemlerin yerini, bugün yaftalama ve suçlama reflekslerini önceleyen sosyal medya paylaşımları almıştır. Başörtü sakal cübbe gibi dini temsil değeri yüksek billur nezih semboller bile günümüzde görselliğin prangalarına mahkum edilmeye çalışılmaktadır. "Sadece ben haklıyım" çığılığının haddinden fazla yükseldiği bir mahallede, hayatın gerçekleriyle daha yeni yüzleşmeye başlayan genç nesillerin, genç delikanlı ve kızların ayağı yere basan inanç ve ahlak davranışları sergilemelerini beklemek abestir.

Gençlerin hata yapma özgürlükleri, telafi edilebilir ıslah edilebilir bir mahiyet arz ederken, yetişkin bireylerin hiçbir temele dayanmayan

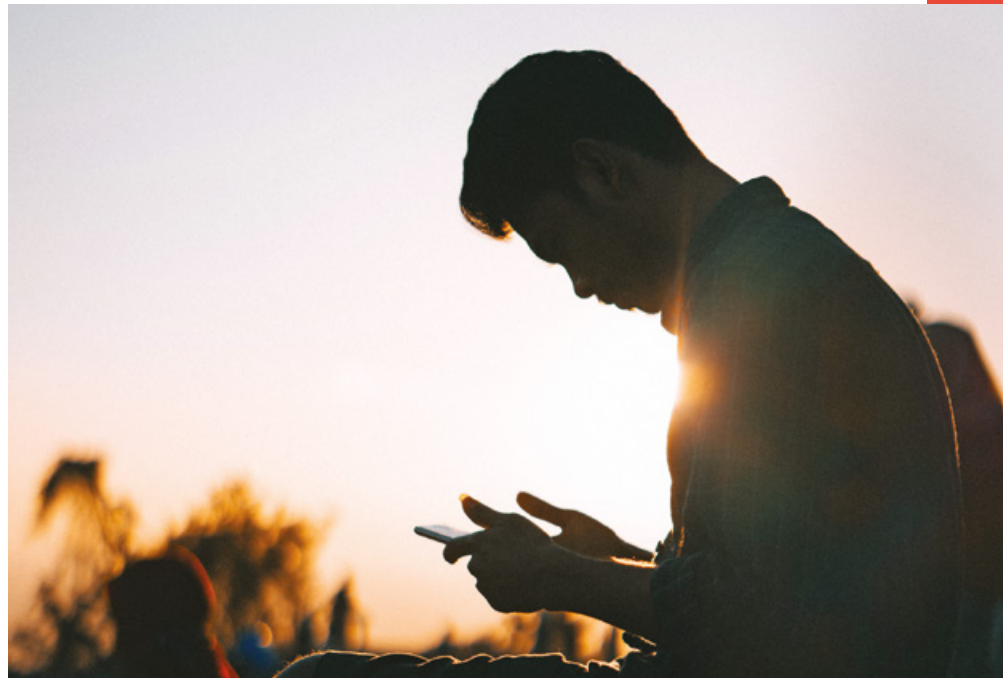
hatalarının telafisi mümkün değildir. Gençlerin daha yolun başında yetişkinler açısından "işe yaramaz", "tembel", "umutsuz", "yorgun", "sorum-suz" olarak görülüp bütün sorunların kaynağıymış gibi suçlanması, gerçekçi görünmemektedir. Çözüm, yetişkinlerin fabrika ayarlarına dönmesinde, gençlerin kendi tabii doğal seyr-u sülûklerinde geleceğe yürüyüşlerinin önünün açılmasındadır.

Taha suresini dinleyerek Faruk olacak Ömer b. Hattablara hayat hakkı tanımak, ezelden ebede değişmeyen ilahi kanundur. Hidayeti nasip eden Allah'ın kudretine karışmamak, kaliteli bir kulluğun anahtarıdır.

İnternet sayesinde global bir esarete dönen dünyamızın Adem tövelere, Yusuf yüzlere, Yakup gözle-re, Şuayb hitabetlere, Harun fesahatlere, Musa asâlara, İsa dokunuşlara, Meryem iffetlere, Yunus yakarışlara, Süleyman şükürlere, Davud zırlara, Hızır sabırlara, Nuh işçiliği gemilere, İbrahim ferasetlere, alemlere rahmet Muhammedî şefaatlere ihtiyacı vardır.

Ebubekir sadakati, Ömer adaleti, Osman hayası, Ali zekası, Hatice teslimiyeti, Aişe fetaneti ve Fatıma çilesine talip olmak, yarınların genç nesillerinin rol model yaşam standardı olacaktır.

Eskiden gazete sürmanşetlerinin belirlediği gündemlerin yerini, bugün yaftalama ve suçlama reflekslerini önceleyen sosyal medya paylaşımları almıştır. **Başörtü sakal cübbe gibi dini temsil değeri yüksek billur nezih semboller bile günümüzde görselliğin prangalarına mahkum edilmeye çalışılmaktadır.**



MAĞARA ARKADAŞLARI



ZELİHA
TAMER
UÇAR

tamerucarzeliha@gmail.com

Bu ay, edebiyatımızın güçlü kalemlerinden yazar Ayfer Tunç'un ikinci öykü kitabı olan Mağara Arkadaşları'nı okudum. Eserdeki öyküler, çağımız insanının güncel bir sorunu olan yalnızlık üzerine düşünmemi sağladı.

1964 yılı Adapazarı doğumlu olan yazarın edebiyat üzerine ilk yazıları 1983 yılından itibaren çeşitli dergilerde yer alır. 1989 yılında Saklı isimli öyküsüyle Yunus Nadi Öykü ödülünü kazanan yazarın aynı yıl Saklı adlı hikâye kitabı yayımlanır. Tunç, kendine has üslubu ile günümüz insanının sevgisizlik, yaşlılık, yalnızlık, fanilik, ölüm, aşk, arayış, aile sorunları gibi problemlerini öykü ve romanlarında başarıyla işleyen edebiyatımızın değerli bir kalemidir. 2001'de yayımlanan Bir Maniniz Yoksa Annemler Size Gelecek-70'li Yıllarda

Hayatımız adlı eseri, 2003'te altı Balkan ülkesinin katılımıyla düzenlenen Balkanika Ödülünü kazanır ve eserin altı Balkan diline çevrilmesine karar verilir. 2003'te Sait Faik'in öykülerinden esinlenerek yazdığı Havada Bulut adlı senaryosu filme çekilir ve TRT'de gösterilir.

1996 yılında Yapı Kredi Yayınları'nın edebiyatımıza kazandırdığı Mağara Arkadaşları isimli öykü kitabı yalnızlık temalı sekiz farklı öyküden oluşmaktadır. Mağara Arkadaşları, kitaba adını veren öyküyle beraber Ses Tutsağı, Cinnet Bahçesi, Gençlik Sabah Çiyidir, Küçük Kuyu, Siz ve Şakalarınız, Alafranga İhtiyar ve Ara Renkler Grubu adlarını taşıyan öykülerden oluşuyor. Yazarın, günümüz insanının yalnızlığını sekiz farklı konu üzerinden başarıyla aktardığı ve okuyucuyu tema üzerine düşünmeye ittiği görülüyor.





Mağara Arkadaşları hikâyesi iki katmanlı bir öyküdür. Birinci katmanda Ayyıldız Apartmanı'nın, ikinci katmanda ise Ayyaş Yazar'ın öyküsü anlatılır. **Her bir katında toplumun farklı katmanlarından yedi kişinin yaşadığı Ayyıldız Apartmanı öykünün ana karakteridir.**

Kitabın ilk öyküsü olan Mağara Arkadaşları post modern bir Ashab-ı Kehf anlatısı olarak karşımıza çıkmakta. Yazarın, dini metinlerden hepimizin bildiği Ashab-ı Kehf'i bir imge olarak kullanarak kendi kurmaca öyküsünü kurduğu görülüyor. Kutsal metinlerde Ashâb-ı Kehf/Mağara Arkadaşları/Yedi Uyurlar olarak bilinen kısma, edebi bir metin olan Mağara Arkadaşları öyküsünde de metinlerarasılık bağlamında uyumak, yalnızlık, mağara, bilinçaltı, varoluş kavramları ile katmanlandırılarak kurmaca bir metin ortaya konmuş.

Mağara Arkadaşları hikâyesi iki katmanlı bir öyküdür. Birinci katmanda Ayyıldız Apartmanı'nın, ikinci katmanda ise Ayyaş Yazar'ın öyküsü anlatılır. Her bir katında toplumun farklı katmanlarından yedi kişinin yaşadığı Ayyıldız Apartmanı öykünün ana karakteridir. Ayyıldız Apartmanı, Ayyaş Yazar'ın yazdığı öyküden etkilenecek yedi rakamıyla adeta kafayı bozmuştur. Bu takıntı; yıllar içinde bulunduğu muhitte yapılan yeni modern binaların arasında sönükleşmiş, kendini yenileyemediği için eski gösterişli

siluetinden eser kalmayan bir apartmanın kendi varlığını anlamlı ve değerli kılmaya çabasıdır aslında.

Ayyıldız Apartmanı, bodrum katı sayılmazsa yedi katlıdır, yedi tepeli şehir olan İstanbul'daki en eski apartmanlardan biridir. Yedi sayısının kendisi için önemini keşfettiği günlerde yedinci katta yaşayan Ayyaş Yazar, Yedi Samuray'ı, beşinci katta oturan pis ihtiyar Yedi Kocalı Hürmüz müzikalini, ikinci kattaki yirmi bir yaşındaki hafifmeşrep genç kadın Yedi Kadın filmi izlemektedir. Ayyıldız Apartmanı için, bunlara tesadüf demek mümkün olmadığı gibi, bütün bunların arka arkaya gelmesi, üç veya kırk bir kadar ulvi bir sayı olan yedinin kutsallığının, kafasına dank etmesi için verilmiş işaretlerdir. Ayyıldız Apartmanı bu düşüncelerini o kadar ileri götürür ki yedi kat artı bodrum kattan müteşekkil varlığını Yedi Uyuyanlar ve yanlarındaki Kıtırmir'le ilişkilendirir.

Kitabın ikinci öyküsü olan Ses Tutsağı'nda ise bir gencin akşamları balkonda oturup şehrin seslerine kulak kesilerek yalnızlığı ile baş etmeye çalışmasının öyküsünü okuruz.

Zamanla apartmandan gelen tıkırtılarla kendini oyalamaya başlayan genç üst katında yaşayan kadın ve oğlu hakkında hikâyeler kurgulamaya başlar.

Müeyyet Bey'in işlediği cinayet üzerine kurgulanan Cinnat Bahçesi isimli öyküde kahramanımızı cinayete sürükleyen sebeplere gidiyoruz. Günümüz insanının sürüklendiği yalnızlaşma teması işlenen öyküde "Asıl katil kim, cinayetin sebebi ne?" sorusunu merak ederek okuyoruz öyküyü. "Ancak hiç kimse bu cinayetin nedenini okuyamadı. Bir sürü şey anlatıldı. Hepsinde biraz katil, biraz maktul vardı." Öyküde yalnızlaşma temasının yanında, dürüstlük, aldatma, kabadayılık, vefa, üvey baba, üvey kardeş temalarını da fark ediyoruz.

Gençlik Sabah Çiyidir öyküsünde hayatta tutunacak kimsesi kalmamış bir adamın arzuyla ölümü beklediğini görüyoruz.

Siz ve Şakalarınız ise yetmişli yaşlarında bir bakım evinde aşkı ilk kez tadan öğretmen emeklisi bir kadının öyküsü.

Küçük Kuyu öyküsünde ise yalnız kalmak isteyen bir gencin otobüsten rastgele bir tatil köyünde inmesiyle başlayan bir hikâye çıkıyor karşımıza.

Ulvi Efendi'nin konservatuarda hademelik yaparken Hande adında bir kıza tutulmasıyla başlayan hikâyesini Alafranga İhtiyar'da merakla okuyoruz. Yazar, bu öyküde kullandığı lezzetli dille kaleminin ustalığını bir kez daha okuyucusuna tattırmıştır. Ulvi Efendi'nin öyküsünün peşine düşen muharririn öyküsüyle de tanışırız. Kahramanımız olan muharrir, eski dili kullanma nedenini şöyle açıklar: "Bu satırları eski bir lisanla yazmamın iki sebebi var. Birincisi çok basit hoşuma gidiyor da ondan. Gidemez mi? Refik Halid'in, Halid Ziya'nın. M.Ş.E'nin, Reşad Nuri'nin Hüseyin Rahmî'nin, Peyami Safa'nın ve bilhassa Tanpınar'ın kullandığı zengin lisanın dilimin ucunda ve

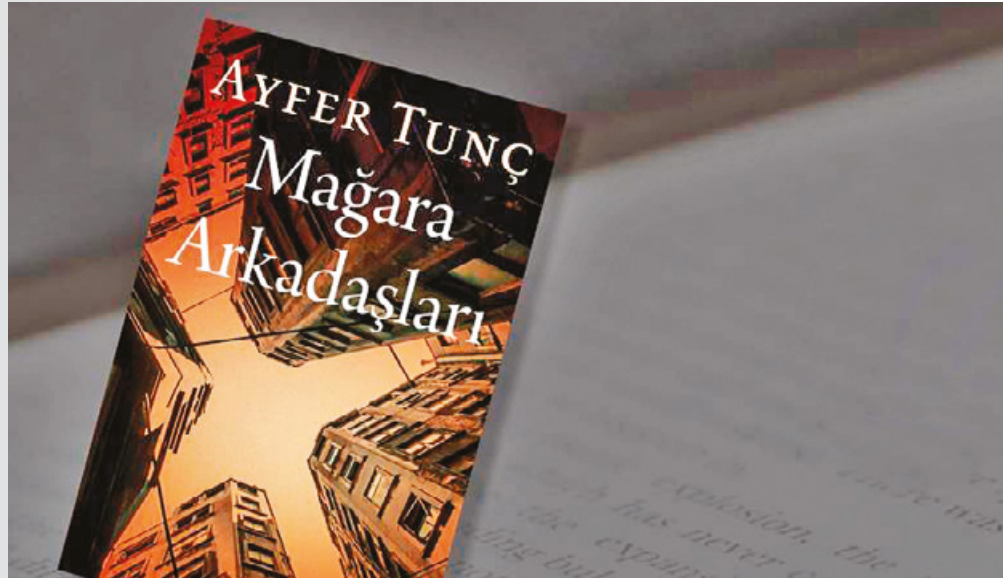
hafızamın tozlanmış hatıralarında aramak, onların eserlerindeki şiirin hasretini çekerek, o şiirin seneler sonra bize kalan kıymetli tortusunu; şiirden gittikçe uzaklaşan, kalınlaşan, kabalaşan, zamana göre yeniden şekillenmiş hayatımızın yeni lisanına bir cila gibi sürüp parlatmak; o şiire ve vukufa ulaşmanın mümkün görünmediğini bile bile taklit etmek, çok hoşuma gidiyor." Ayfer Tunç, Tanzimat ve Cumhuriyet dönemi yazarlarına, eserlerinin isimlerine de öyküsünde yer vererek bize yeniden edebiyatımızın önemli isimlerini hatırlatmakta.

Üç tane alt hikâyeden oluşan Ara Renkler Grubu'nda ise yalnızlaşan karakterlerin iç dünyalarına şahitlik ediyoruz.

Ayfer Tunç'un eserlerinde yalnızlık duygusunun ağır bastığı söylenebilir. Kahramanları çoğunlukla yalnızlıkla baş etmeye çalışan, kalabalıklar içinde bile kendisini yalnız hisseden karakterdedirler. Doğasından ve doğadan uzaklaşıp beton duvarlar arasına sıkışmış günümüz insanının güncel sorununu yazarın çok iyi gözlemlediğini ve başarıyla öykülerine aktardığını söylemeliyim.

Bugüne kadar onlarca eserle önümüze lezzetli sofralar kuran Ayfer Tunç'un kalemiyle tanışmadıysanız okumaya Mağara Arkadaşları isimli öykü kitabıyla başlayabilirsiniz.

Ayfer Tunç'un eserlerinde yalnızlık duygusunun ağır bastığı söylenebilir. Kahramanları çoğunlukla yalnızlıkla baş etmeye çalışan, kalabalıklar içinde bile kendisini yalnız hisseden karakterdedirler.



TARİHİN SAYFALARINDAN BİR SES: MÜNEVVER AYAŞLI

Osmanlı Devrinin meşhur rahmetli gazetecisi sayın ve rahmetli Münevver Ayaşlı hanımefendi ile eski ramazanlar hakkında yaptığım bu röportajı değerli okuyucularla paylaşmadan geçemeyeceğim!

Sayın Münevver Ayaşlı hanımefendi, Osmanlı devrindeki Ramazan-ı Şerifleri bizlere anlatır mısınız?

Efendim Ramazan-ı Şerif'ten on beş gün evvel hazırlıklar başlardı. Bu hazırlıklar ev temizliği, çamaşır yıkamak bu olduğu gibi, esas hazırlıklar kiler ciheti idi... Kiler, şunu da arz edeyimki; Osmanlı evinde en mühim yeri tutardı. Hatta bir tekerlemesi de vardır. "İyi bir ev kadını olmadığını belirtmek için; "Aman, aman onun kileri bakkal dükkanı gibiydi. Yani hiçbir şeyini kendisi yapmıyor, bakkaldan temin ediyor manasına gelirdi. Kilerlerde 3 kısma ayrılırdı. Büyük kiler, Orta kiler, İnce kiler... Büyük kilerlerde tenekelerde sade yağ, kangal kangal sucuklar yine teneke kaplarda zeytinyağı bulunurdu...

|| RÖPORTAJ: İNCİ BEŞOÇUL ||

Orta veya ince kilerlerde de; birçok çeşit zeytinler, beyaz peynirler, Rumeli kaşarı veya kaşkavalı ve nadide reçeller bulunurdu. Mesela bugün gençlerin ismini dahi duymadığı, Hünnap reçeli, ağaç kabuğu gibi... Şuruplar da yansira meşhur ve eşsizdi... Bu arada nar şurubu, mevsime göre gelincik ve koruk şurubu nefis içeceklerdi... Bunlar arz ettiğim gibi Ramazan'dan on beş gün önce hazırlanırdı. Zira Ramazan da iftara sadece davetli olarak gelinmez, davetlilerden başka iftara misafir gelir, bunlara aynı şekilde izzet ve ikram olunurdu.

Efendim iftar sofrası nasıl tanzim edilirdi ve Oruç ne ile bozulurdu? Birazda bunlardan bahsedebilir misiniz?

Eğer evde bulunursa, küçük fincanlarla zemzemle oruç açılırdı. O günlerde şayanı hayrettir ki, kolaylıklar olmadığı halde evlerde şimdikinden daha çok zemzem bulunurdu. Sonra klasik olarak hurma, zeytin, peynirler iftariye ettikten sonrası ki; bu yemek harici tutulurdu.

Sonra nefis bir çorba, pastırmalı yumurta, yahut Enderun yumurtası, sonra börek, pilav, hoşaf vardı. Bu hoşaf tatlıdan ayrı idi. Klasik üzüm hoşafı da bunlar arasında yer alırdı... Evin iktisadi durumuna göre, bu yemekler çoğalır veya azalırdı. İki türlü sebze, biri sade yağlı, diğeri zeytinyağlıydı. Sonra kahveler gelir, (O zamanlar çay pek yoktu, daha evvel arz ettiğimiz gibi çayın yerine şerbetler içilirdi...)

Büyük ekseriyet bir zeytin ve hurma ile orucu açar, akşam namazına kalkılır, namazdan sonra sofraya oturulurdu.

Ve teravihe kadar her evin meşrebine göre ya dini sohbetler olur, veyahut gayet bir ince saz faslı başlardı. Ev müsait ise, teravih evde kılınır, bunun içinde büyük konaklar ve saraylarda, bir aylığına vazifeli imam tutulurdu... Yok evler müsait değilse, camide cemaatle namaz eda etmeğe gidilirdi. Eski Ramazanlar şehir hayatında büyük bir değişiklik yapardı. Camiler şehir İstanbul kandillerle, mahyalarla ışıklara gark olur, ibadethaneler mü'minlerle dolar, bilhassa teravih namazından sonra şehrin eğlence yerleri canlanırdı.





OSMANLI DA SOSYAL HAYATTA, MESAİLER ON BEŞ SAATKEN RAMAZANDA BU DÖRT SAATE İNDİRİLİRDİ.

DEVLET DAİRELERİ, MEKTEPLER VE GÜNLÜK İŞ YAPAN DÜKKANLARDA ÖĞLEDEN SONRA AÇILIRDI. AKŞAMA DOĞRU HERKES İFTARI ŞABIRSIZLIKLA BEKLERDİ. İFTAR SOFRALARI ESKİ HAYATIMIZIN ARTIK UNUTULMUŞ GÜZELLİKLERİNDEN BİRİYDİ. BİR ESKİ RAMAZAN SOFRASINI ŞU SATIRLAR ANLATMAKTADIR...



Çarşılarda büyük bir hareket başlar, dükkânlar en Temiz, en güzel mallarla donanır, sergiler açılır... Buralarda türlü san'at eserleri teşhir edilirdi... Birçok adetlerini unuttuğumuz eski İstanbul'un Ramazan-ı Şerif aylarında çarşılar, dükkânlar bir başka alem olurdu. Şekerciler basılmış, yaldızlı listeler tertip ederler ve gümüş kaplı zannedilecek derecede parlak kalaylı küplerini yaptıkları üzüm, ananas, vişne, kızılıçık, kayısı, gül, koruk, portakal, turuncu reçelle-riyle doldururlardı. Hususi kaplara dahi limon, bergamud ve bunun gibi birçok şerbetlerle menekşe, ağaç çiçeği, demirhindi, nar ve diğer şuruplar koyarlardı...

Tesbihçiler armudi, tam yuvarlak, yarım beyzi yumurta biçimi isimleriyle şekillerini tarif ettikleri nafe, mum, öd, pelesenk, kuka, gül-tırnak, bağa, yeniçikma, sürtaş, kehribardan otuzçlük, doksan dokuzluk tesbihlerini perdaht ve çekmecelere istif ederlerdi...

Bakkal, tuhafiyeci, tütüncü, kunduracı, terazi, manav, kasap hatta turşucu, kitapçı dükkanları, kiraathanelerle, kahvehaneler bile başka bir nezafet ile süslenirdi...

Tiyatrolar gerekli tamirlerini

yaparak, Karagöz perdesini kurmak hususunda öne çıkar, panorama, nişan atma, deniz canavarı, aslanı, sinematograf, orta oyunu yerleri ayrılırdı. Ramazan-ı Şerif bir ibadet, bir bolluk, bereket ve bir neşe ayı idi.

Eski İstanbullular bu ayın bitmez tükenmez bereketine inanırlar, Allah'ın yoksul evlere bile bir ferahlık verdiğini söylerlerdi...

Osmanlı da sosyal hayatta, mesailer on beş saatken Ramazanda bu dört saate indirilirdi. Devlet daireleri, mektepler ve günlük iş yapan dükkanlarda öğleden sonra açılırdı. Akşama doğru herkes iftari sabırsızlıkla beklerdi. İftar sofraları eski hayatımızın artık unutulmuş güzelliklerinden biriydi. Bir eski Ramazan sofrasını şu satırlar anlatmaktadır...

(...En küçüğümüzden, en büyüğümüze kadar on, on iki kişi sabırsızlığımızı duaların kerameti ile gidererek topu şuurla ve hürmetkar bir halde beklerdik. Bembe-yaz başörtüleri içinde kadınların oruçtan sararmış yüzleri bir nevi şevkatle ruhanileşirdi...

Gözlerini yanı başındaki saatten ayırmayan erkekler ufak bir sandal-

ye gıcirtısında bile huysuzlanırlardı... Ah o iftar sofralarının güzelliği, çini tabaklar içinde bir çiçek gibi rengarenk duran reçelleriyle, etrafları birer hilal gibi olan kokulu yarım simitleriyle adeta bahçe güllüklerini andırırlardı. Çorbaların biberli buğusu, kıymalı yumurtaların nefis kokusu odayı iştaha ile çoğaltan bir havaya bürüdü. Mermer musluğun yanındaki kayık tabaklarda kabaran dolgun güllaçları kar toplarına benzetirdim... Kalaylı bakır maşrapalarla, billur sürahilere yavaş yavaş boşaltılan sular, içimizdeki hararete adeta ince bir serinlik çizerdi. Hala beklenen top atılmazdı. Her dakika sanki birleşirdi.

Top patlar patlamaz bütün sofradan bir Besmele-i Şerif fıslıtısı havalanırdı. Bana en müessir gelen o an idi. Reçeller simitleri dolanarak çukur tabaklarda çorbaların dumanı tüterek, billur bardaklardan sular adeta, bir hasretli öpülür gibi içilerek sessiz sedasız yemek yenilirdi... Kimi önünden geçerken imrenip aldığı ekmek ayvasını getirirdi. Kimi eliyle yaptığı limonatayı iştahasını tıkayacak kadar çok ve çabucak içerdi... Falan camideki mukabelecinin sesinden, falan vaizin sertliğinden gece gidilecek misafirlikten mutlulukla bahsederdilerdi. Yemek sonlarına doğru bizim sokakları ekseriya Eyüp Sultan işi küçük davullarını çala çala Hayya sayelasacı bir iki çocuk geçirdi. 'Ahmediyedeki' Karagöz 'Kanlı Kavağı' oynayacağı gece onlardan biri diğerine:

'Hey oğlan bir çeyreği kopardım, gece gidiyorum, sende gelse ne diye bağırırdı...'

Büyüklerimizin, ah bu sesi aklına getirse de bizi de yollasalar diye içimiz titrerdi... Gözlerimizde alevler çakıyor, Yaşar arkadaşlarına hüznü hüznü ağabeyim bırakmıyor ki; Selimiye'ye teravihe gidecekmişiz 'diye cevap verir, hanım ninemiz : 'Aferin şu çocuğa! Namazında, niyazında bir delikanlı, Allah tuttuğu iş kolay getirsin. Karagöz de çocukların her gün nesine imiş, ibadette kötülük de küçük yaşta öğrenilir

demez mi?... Evin büyüğü gözlerini açça açça : 'Ne Karagözü, öyle şeyleri aklınızdan çıkarın küçük beyler' diye kesip atardı. Orucun ağırlığı asıl böyle vakitlerde başımıza çökerdi. Vezir parmakları boğazımıza dizilir, güllaç da avurdumuzda büyürdü...

İftardan sonra çocuklar eğlenmelere, büyükler teravih namazına giderlerdi. Saraylarda, konaklarda zengin ve kalabalık evlerde teravih namazları kafesli paravanlarla yahud iç içe odalarla birbirinden ayrılırdı.

Geçen asırda ve Abdülaziz devrinde İstanbul da birinci derecede Beyazid, ikinci Fatih, üçüncü Ayasofya pek kalabalık olurdu. Bu devrin son senelerinde vükelanın rağbeti üzerine Nuruosmaniye de hayli halk toplanırdı...

İftarı, teravihten sonra eğlenmeler, gezilerle (Sahur) takip ederdi. Şehirde Ramazan'ın geldiği davulla ilan olunur, sahur vakitleri mahalle bekçileri oruç tutacakları uyandırır-lardı...

Sahur yemekleri de çeşitli olur, bilhassa yaz mevsimlerinde hararet verecek şeylerin yenmesinden çekinilirdi. Hoşafklar, şerbetler içilirdi.

Bu ibadet ayının en şaşaalı geceleri on beşinci gece, yani Kadir gecesiydi..

Ramazanların son yarısında Topkapı sarayında Hırka-i Saadet padişah ve teşrifata dahil zatlar tarafından ziyaret edilirdi. Fatih semtinde bulunan Hırka-i Şerif camiiinde Hz. Rasulullah'ın hırkası ziyaret edilir, Kadir geceleri bütün camiler mü'minlerle dolar taşardı. O gece camilerde Sakal-ı Şerif de Tekbirlerle, tehlillerle ziyaret edilirdi..

Yıllar önce bizlere bu güzellikleri anlatan rahmetli Münevver Ayaşlı hanımefendiye gani gani rahmetler dilerken, yine, bizleri birkaç yıl ara ile Beylerbeyi'ndeki yalısında iftar sofralarına davet edip, bizlere dış kirası için hediyeler verip (Hayali Cihan Değer) istisna ve güzellikleri yaşattığı için önce Rabbimize, sonra Bu değerli Osmanlı gazetecisini unutmak ne mümkün, Rabbim mekanını Cennet eylesin. Amin.



RAMAZANLARIN SON YARISINDA TOPKAPI SARAYINDA HIRKA-I SAADET PADİŞAH VE TEŞRİFATA DAHİL ZATLAR TARAFINDAN ZİYARET EDİLİRDİ. FATİH SEMTİNDE BULUNAN HIRKA-I ŞERİF CAMİİNDE HZ. RASULULLAH'IN HIRKASI ZİYARET EDİLİR, KADİR GECELERİ BÜTÜN CAMİLER MÜ'MİNLERLE DOLAR TAŞARDI. O GECE CAMİLERDE SAKAL-I ŞERİF DE TEKBİRLERLE, TEHLİLLERLE ZİYARET EDİLİRDİ..



AİLE

AİLE DİZİSİ HENÜZ 9. BÖLÜMÜ BEKLİYOR. BEN SİZE YAZDIĞIMDA EN AZINDAN ÖYLE. 9 BÖLÜMDE ÖNCE ASLAN VE DEVİN MERKEZDEYKEN, ŞİMDİ SOYKAN AİLESİ OLARAK ÖN PLANDALAR. SOPRANOLAR İTALYAN-ABD KARIŞIMI BİR MAFYA AİLESİYKEN, BİZDE O TARZDA BİR AİLE OLUŞTURULMAYA ÇALIŞILMASI KONUSUNDA NE KADAR BAŞARILAR, ZAMANLA GÖRECEĞİZ.

ZÜLÜNÜN GÜNLÜĞÜ

Sevgili okurlar merhaba,
Bu ay sizlerle buluşmak için dizi seçiminde yine zorlandım. Gündemde birbirinden iddialı yapımlar var çünkü. İçlerinde aklımın kaldığı ve sizlerle buluşturmak istediklerim de oldu. Ama herkesin konuştuğunu konuşmak istiyorum bu sefer. Bir farklılık yaratmak adına. Bu ay konumuz, aslında bir uyarılama! The Sopranos izleyenler hangi diziden bahsettiğimi hemen anlayacaklardır. Hazırsanız, başlıyorum.

Türk Televizyonlarının iddialı isimlerini bir araya getiren Aile dizisinden bahsediyorum elbette. İzlemeyen vardır aramızda. Benim bahis açmam başka başka sebeplerden. Ancak bilgi sahibi olalım diye, The Sopranos'lardan da bahsedeceğim, DevİN Soykan'ın hikayesinden de.

1997-2007 yılları arasında, ortalığı kasıp kavuran Sopranos ailesini bilen bilir. Tony'nin sorunları olduğu için gittiği psikiyatristi, ailenin karanlık sırlarını, aşk, intikam, dostluk gibi kavramlarla o dönemde sıklıkla konuşulmalarını hatırlarsınız. Dizi 86 bölüm sürse de etkisi yıllarca devam etmiştir ki "Aile" dizimize de ilham olmuştur.







Devin özgürlüğüne düşkün, mesleğinde kendini kanıtlamış, boyun eğmeği sevmeyen ve sadece "çok aşık" bir kadın karakter çiziyor. Aslan'ın ailesine uyum sağlamakta zorlanıyor. Kayınvalide sorunu var çünkü. **Kayınvalide dışı Mafya Lideri olunca Devin'i kısıtlayarak yönetmeye çalışıyor.**

Tony Soprano'yu unutmak zaten mümkün değil. Dizinin hayranları için kıymeti hala aşikar.

Aile dizisi henüz 9. Bölümü bekliyor. Ben size yazdığım da en azından öyle. 9 bölümde önce Aslan ve Devin merkezdeyken, şimdi Soykan ailesi olarak ön plandalar. Sopranolar İtalyan-ABD karışımı bir mafya ailesiyken, bizde o tarzda bir aile oluşturulmaya çalışılması konusunda ne kadar başarılılar, zamanla göreceğiz. Dizinin dikkatimi çekme sebebi, Devin. Devin Akın. Serenay büründüğü role hakını veren bazen de role eğreti durabilen bir kadın. Burada bir psikoloğa hayat vermekte. Zaten son dönemde Gülseren Budayıcıoğlu'nun ağırlık verdiği bir sektör olduğunu düşünürsek, dizi sektörünün, böyle bir karakter olmaması düşünülemezdi, bence. Orijinal hikayenin ana karakterlerinden birisi de psikolog farkındayım elbette. Devin özgürlüğüne düşkün, mesleğinde kendini kanıtlamış, boyun eğmeği sevmeyen ve sadece "çok aşık" bir kadın karakter çiziyor. Aslan'ın ailesine uyum sağlamakta zorlanıyor. Kayınvalide sorunu var çünkü. Kayınvalide dışı Mafya Lideri olunca Devin'i kısıtlayarak yönetmeye çalışıyor.

Kendi kızını yıllarca kısıtlayarak yönettiği için başarıya ulaşacağına da inanmış. Ama Devin'i yeterince tanımıyor.

Devin karakteri tartışmalar yarattı, dizi yayınlanmaya başlamadan bile. Özgür ruhlu, kendini bilen, güzel, bakımlı, bir çok erkeğin hayallerindeki ideal gibi. Ama beni rahatsız eden bir yanı var. Devin kavgasını vermeye başladığı mevzularda, çizmeye çalıştığı kadın karakteri ile, bence abartılı bir görünüm sergiliyor. Nezaketin lüks sayılmaya başladığı günler yaşıyoruz zaten. Dizi mafya ailesi dizisi de olsa, bir kadın kavga ederken, küfürlü konuşmak zorunda mı? Küfür de eder, istediğini giyer, istediğini yaşar diyen dostlarım, haklısınız. Yine de küfür etmeden gücünü duruşu ile göstermek mümkün olmaz mı?

Burada size küçük de bir bilgi vereyim. Kıyafet seçimleri de tartışma konusu olmakta. Açık giyinmesinin neden rahatsızlık vereceğini söyleyen olmadı diyenler var.

Ben de rahatsız olduğum konuyu şöyle paylaşayım bir de. Her güzel ve güçlü kadının Devin gibi olacağına inanacak bir kesim var. Dostlar, nezaketi ile dövmüş kadar hissettiren güçlü kadınlar var. Kafa atmamız çok da gerekmiyor bence.

Güçlü kadın... Okumuş, hayat kavgasını verebilen, boyun eğmeyen, duruşu ve güzelliği ile hayranlık uyandıran kadınlar. Ama o kadınların da zayıflık gösterdiği zamanlar var.

Güzellik algısı, güç ve zayıflık üzerine yine konuşuyoruz. Buraya bir işaret bırakmış olalım sadece.

Aslan'ın Devin'le apar topar evlenmesi, ailenin Devin'e alışmaya çalışması. Ailenin diğer çocuğu Leyla'nın durumu. İstemediği yaptığı evlilik, çocukları, eşi ile iletişimi. Kaybettiği sevgilisini anlattıktan sonra hakkında yapılan tartışmalar. Leyla Soykan'ın toplumun alıştığından farklı bir tercih yapmak istemiş olması gündemde olan. Tahmin edilen bir durum da ortaya çıkarsa, Aile dizisi gündemde daha da fazla yer tutar mı, yoksa Kızılçık Şerbeti gibi bir akıbet mi yaşar? Ne dersiniz dostlar? Bu arada Kızılçık Şerbeti takipçisi varsa aramızda, dizi final yapacak deniyor, doğru mu?

Yakın gelecekte gerçekleşecek seçim, günlük hayatı kapsayan tartışmalar, dizinin orijinal senaryosunun 15 sene öncesine ait olmasına rağmen, gündemi kapsayacak şekilde değiştirilmesi... Alt metinlerin dikkatle okunması gerektiği... Bir sosyolog olarak size sayfalarca analiz yapabilirim. Ama bir soru sormak isterim. Her kadın Devin gibi mi olmalı her erken de Aslan gibi mi görünmeli? Onları idolleştiren ne?

Ben yine Gülseren hanıma atıfta bulunacağım. Farkında mısınız bilmem, onun imzası ekranlardan taşıyor. Her yerde psikolojik yaralarımız tartışılıyor. Eğlenmek için de eğlenemez olduk artık. Sürekli geriliyoruz.

Depremden sonrasında toparlanmaya çalışan yanımızla birlikte, ülkemizin 100.yaşını görmüş olmamız, seçimin kapıda olması, seçimle birlikte ayrıştıran dilin hakimiyet kazanması, anlayış yitirmemiz, sıradana özlem duymamız. Konuşulacak konumuz çok aslına bakarsanız.

Ben diziyi izlemeye devam edecek miyim zaman gösterecek. Ama Sopranoları özlediğim kesin. Devin'in çirkin halleri çoğalırsa, kadını çirkinleştiren o senaryoya uzak kalacağım. Serenay her rolün hakkını verir de, beklediğim değişik duruş da bu olmasın. Akıl karışık, yazılacak alan kısıtlı. Devamını konuşmak üzere not alalım. Kızılçık Şerbeti ve Aile kadar dikkat çekmiş olmasa da Star TV de Birkan Sokullu'nun başrolünde olduğu Yüz Yıllık Mucize'de tercih edilebilir diyorum. Sizler bugünlerde ne izliyorsunuz?

Bir de ben artık Kızılçık Şerbeti gibi yapımları ortaya çıkarmaya sebep olacak şekilde, sen şu taraftansın, ben bu taraftanım ayrımlarının yapılmadığı günler görmek istiyorum. Hepimiz eşitiz, sadece koşullarımız farklı. Umarım bir gün sadece sıradan şeyleri konuşacak kadar duru diziler de izleriz. O zaman da sıradanlık bizi sıkar ama. Bakalım bizim Tony'miz ne derece özgün olacak. Devin tekrar kafa atmaz birilerine umarım. Ya da ben yeni dizileri mi izlemeyi bırakırım, bilemedim. Hep birlikte göreceğiz.

Huzur dolu bir ay dilerim hepinize.

Ben diziyi izlemeye devam edecek miyim zaman gösterecek. Ama Sopranoları özlediğim kesin. Devin'in çirkin halleri çoğalırsa, kadını çirkinleştiren o senaryoya uzak kalacağım. **Serenay her rolün hakkını verir de, beklediğim değişik duruş da bu olmasın. Akıl karışık, yazılacak alan kısıtlı. Devamını konuşmak üzere not alalım.**



HATİCE EBRAR AKBULUT:

“YAZMAK, BENİM İÇİN DAİMA YOLDA OLMA HÂLİ”

Kâinat bin bir güzellikle süslenmiş. Gökyüzüne bakıp oradaki güzelliklere dair düşünmeye çağıran âyetler, bizi güzel olanın izini sürmeye, onu anlamaya davet ediyor. Güzelin ve güzelliğin anlaşılacak gibi çok çetin bir derdi var. Bu sebeple heder ve heba edilen bütün güzel ve güzellikler adına sitem ifade eden “Güzelin Serzenîşi” demeyi tercih ettim.

Hatice Ebrar Akbulut, 1990'da İskenderun'da doğdu. Aslen Kahramanmaraşlı. İtibar, Muhit, Hece Öykü, Türk Dili, Mahalle Mektebi, Yedi İklim dergilerinde öykü ve denemeleri yayımlandı. Millî Gazete, Dünya Bizim ve Edebiyat isimli kültür sanat sitelerinde, kitap incelemeleri yazdı ve söyleşiler yaptı. “Hayat Sanat Edebiyat” isimli bir edebiyat programını hazırlayıp sundu. “Nuri Pakdil’in Tiyatrolarında Vicdan” isimli yüksek lisans tezini hazırladı. Uslanmış Gönlün ilk eseridir.

Hatice Ebrar kimdir? Bize kendinizi nasıl anlatırsınız?

Okumaya, okudukları üzerine düşünmeye, yazmaya gayret eden ve bunu bir hayat tarzı hâline getirmeye çalışan; kendi hâlinde yürümeyi, keşfetmeyi, sözü ve sohbeti, türküler dinlemeyi seven bir insanım. Serâzat bir hâl üzere yaşamayı yani özgür, serbest olmayı çok severim, öyle insanları da kendime yakın bulurum. Buradan da dertsiz, tasasız, gamsız

|| RÖPORTAJ: SEDA ŞİŞMAN ||

anlamı çıkarılmasın tabii. Sakinliği, başkasına yük olmamayı ama çok sevdiğim insanların yükünü, derdini paylaşmayı çok seviyorum. Hayat zaten ne ki... Şayet yazıyorsam da işte bu sebeplerle yazıyorum.

Sizi yazmaya özendiren şeyler nedir?

Okumayı ve yazmayı öğrenmeden önce de kitaplara ve kalemlere düşkün bir çocuktum. Küçüklüğümden itibaren duygularımı ve düşüncelerimi yazma isteği güçlü bir şekilde hep vardı. Kelimeler, kavramlar dikkatimi çekerdi. İlkokul ikinci sınıftayken sözlük okumaya merak salmıştım. O yaşlarda sözlüğü rastgele açıp öğrendiğim ilk kelime ‘mütemadiyen’ kelimesiydi. Öğrendiğim her yeni kelimeyi cümle içinde kurmaya çalışırdım. Başkalarının konuşmalarındaki güzelliğe dikkat kesilirdim. Güzel konuşmak da güzel yazmak kadar önemliydi benim için. İnsan bir yerden hayati okumak,

hayata bir pencereden bakmak ister. Ben de hayatın seyrine yazarak bakmayı seçtim. Yazmak, bir nevi hayatı okuma biçimi. Okumak dediğimiz yalnızca satırdan yapılmıyor. Hayati, insanları, kainatı okuyabilen kimseler yazmayı seçmese bile konuşurken düşüncelerini daha farklı dile getiriyor. Yazmak kimi zaman kendimle konuşma, kimi zaman sesime yankı bulma, kimi zaman yeni bir şeyi ifade etme, bazen bilinen bir şeyi tekrar etme ama en çok da kendi kabuğuna çekilip yavaşlamadır. Yazmak yolun hâlinde anlamak, yolun derdini çekmek, yolda karşılaştıklarına dikkat kesilmektir. Yazmak benim için daima yolda olma hâlidir.

Kitabınızı yazmaya başlarken nasıl bir yol izlersiniz, önceden mi belirlersiniz?

Yazacağımız kitap önceden de belirlenebilir, sonradan da şekillenebilir. Bazen de niyet eder, yola çıkarsınız ama tamamlamazsınız.





YAZMA EYLEMİNİ BUGÜN CEP TELEFONU VE SOSYAL MEDYA KULLANAN HERKES YAPIYOR. ŞUNUN ALTINI ÖNEMLE ÇİZMEK GEREKTİĞİNE İNANIYORUM. ŞAYET YAZMAYA KARAR VERDİYSENİZ, HÂLİHAZIRDA YAZIYORSANIZ, YAYINLANMASI İÇİN DE HENÜZ BİR YERE GÖNDERMEMİŞSENİZ VE BİR YERDE DE YAZMIYORSANIZ, YAZILARINIZI ASLA SOSYAL MEDYADA PAYLAŞMAMALISINIZ. YAZMA HEVESLİSİ GENÇLERDE GÖRDÜĞÜM EN BÜYÜK SORUNLARDAN BİRİ BU.



Henüz iki kitabım var, biri "Uslanmış Gönlün" adında öykü, diğeri de "Güzelin Serzenişi" adında deneme. İkisini de önceden tasarlamadım, şöyle bir kitap yazacağım ve ismi de bu olacak diye düşünmedim. Yürüdüğüm yol, beni bu iki kitaba çıkardı. Yazmanın kendi içinde bir disiplini vardır. O disiplin yazarın üslubudur. Her yazarın kendince bir yürüme biçimi, yürüyüş tarzına göre de geliştirdiği bir üslubu vardır. Kitap yazma konusunda kimi yazarlar çalışkan bir öğrenci gibi çalışır, kimileri çok sıkıntılı bir hâl üzere olur, kimileri de dağınıktır.

Sizin gibi genç yazar olmak isteyen fakat nasıl yol alacağını bilmeyenler için tavsiyeleriniz var mı?

Yazmak konusunda acele etmemek, sabırla çalışmak gerekiyor. En önemlisi de okumak, okudukların üzerine düşünmek, okuduklarını birbirine katabilmek, okudukların arasında bağlantılar kurabilmek, bunları en açık ve anlaşılır şekilde yazıya dökmek gerekiyor. Yazdıklarımız bir yerlerde yayınlansın, okunsun çok isteriz. Yazı bir yönüyle hayatımızın tam içinde. 'Yazışmak' diye bir kelime

kullanıyoruz artık. Haberleşelim, görüşelim der gibi 'yazışalım' diyoruz. Yazma eylemini bugün cep telefonu ve sosyal medya kullanan herkes yapıyor. Şunun altını önemle çizmek gerektiğine inanıyorum. Şayet yazmaya karar verdiyseniz, hâlihazırda yazıyorsanız, yayınlanması için de henüz bir yere göndermemişseniz ve bir yerde de yazmıyorsanız, yazılarınızı asla sosyal medyada paylaşmamalısınız. Yazma heveslisi gençlerde gördüğüm en büyük sorunlardan biri bu. Yazma eylemi bir edebiyat, düşünce ve sanat dergisine göndermek, yazdıklarını buralarda yayınlayarak yol katetmekle olur. Sosyal medyada yazılar, şiirler paylaşarak yazar olunmaz. Bu şekilde yazar olacağına inanan, yazarlığın takipçi ve beğeni sayısı ile ilgili olduğunu düşünen gençler, zannımca yazmanın ve düşüncenin kendisiyle ilgili değiller. Sosyal medya üzerinden okuyan ve yazan kimseler, maalesef başkasının fikrini çalmaya da çok meyilliler. Başkasının vurgularını, fikirlerini, temalarını olduğu gibi almak bir yazı faaliyeti içinde olmak değil, ahlâken de sorunlu bir tutumdur. İnsan birçok şeyi taklit yoluyla öğrenir. Aristoteles'in ünlü kavramıyla "mimesis" budur. Yazarken de sevdiğimiz, beğendiğimiz kalemleri taklit edebilir, onlardan esinlenebiliriz. Ancak bu taklit onu birebir almak değil, kendi düşünce ve fikrinle ifade etmeyi, dile getirmeyi öğrenmektir. Yazmanın işçiliği buradadır. Bunun aksi kes, yapıştır, kopyala olur. Bunların hiçbirisi taklit değildir.

Yeri gelmişken benim için çok değerli bir hatıramı da aktarmak isterim. 2015'te Sezai Karakoç'u ziyaret etmiştim. "Sezai Hocam, şair ve yazar olarak bilinmek/tanınmak nasıl bir duygu? Yazma konusunda biz gençlere neler söylersiniz" diye yirmi dört yaşın toyluğuyla bir soru sormuştum. Sezai Karakoç'un o an yüzünde gezinen ifade bu soruya cevap vermese bile bana yeterdi. Şairliği de yazarlığı da kendinden

bilmeyerek, kendine bunun bir lütuf olarak verildiğinin altını çizerek, elinden başka bir şey gelse onu da yapacağını beyan ederek şöyle söylemişti: "Çok okuyun. Kendinizi yetiştirin. Elinizden yazmak geliyorsa yazın. Elinizden her ne iş geliyorsa onu en iyi şekilde yapın. Bir yerlerde bir temizlik işçisi olabilirsiniz, öğretmen, doktor, mühendis olabilirsiniz. Hangisiyseniz onu en iyi şekilde yerine getirin" şeklinde cevap vermişti. Cevabı daha uzundu, buraya bu kadarını almakla yetiniyorum. Bu sözlerden net olarak şunu çıkarabiliriz: Yazmak kendini allayıp pullamak, kendini olduğundan farklı göstermek, kariyer edinmek değil, bir anlam arayışı içinde olmak, yaptığının, yapacaklarının, anlattığının ve anlatacaklarının en iyi şekilde olmasına özen göstermektir.

Önce öykü sonra deneme kitabıyla okurlarınızla buluştunuz. Son kitabınız "Güzelin Serzeniş'i"nden bahsedebilir misiniz? Peki, deneme yazma fikri nasıl gelişti?

"Güzelin Serzeniş'i" estetik, ahlâk, edebiyat, kültür, ilahiyat, felsefe, tasavvuf, eleştiri, teknoloji, sosyoloji ve psikoloji gibi birçok alandan beslenen bir kitap oldu. Bir kitabı yazmaya birdenbire koyulmazsınız. Bilemiyorum, belki birdenbire bir romanı yazmaya karar veren vardır. Fakat her kitabın geri planında, yazar farkında olsun ya da olmasın, o kitabı yazmaya başlama ânına dek bir oluşum süreci vardır. Güzel ve güzellik kavramları üzerine düşünmek, hemen her meseleyi bu iki kavram üzerinden değerlendirmek bana bir yol açtı. O yolda yürürken yeni şeyler keşfettim. İfade etmeye değer şeyler gördüm. Tehlikeli duraklara rastladım. Kuytulardaki incelikleri gördüm. Sadeliğin ihtişamını hissettim. Vakur olandaki güzelliği sezdim. Sükut edenin sesini duydum. Bağıranın anlamsız şeyler söylediğini kavradım. Güzelin Serzeniş'i'ni

yazarken yolun fısıldadıklarına çok kulak verdim. Günlük hayatta negatif olana çok maruz kalıyor ve neredeyse sadece olumsuzlukları konuşuyoruz. Güzeli takdir etmeyi, güzelliklere hak ettiği değeri vermeyi bilmiyoruz. Kâinat bin bir güzellikle süslenmiş. Gökyüzüne bakıp oradaki güzelliklere dair düşünmeye çağıran âyetler, bizi güzel olanın izini sürmeye, onu anlamaya davet ediyor. Güzelin ve güzelliğin anlaşılacak gibi çok çetin bir derdi var. Bu sebeple heder ve heba edilen bütün güzel ve güzellikler adına sitem ifade eden "Güzelin Serzeniş'i" demeyi tercih ettim. Deneme yazma fikrine gelince deneme, en sevdiğim edebî türdür. Yayınlanmak üzere bir dergiye gönderdiğim ve yazdığım ilk yazı da öykümsü bir denemeydi. Deneme gelişen bir fikir olmadı benim için, yazma sürecimde kendimi ifade edebildiğim bir tür oldu.

Yeni çalışmalarınız var mı? Varsa, kısaca söz edebilir misiniz?

Elbette var, biraz önce söylediğim gibi yazmak benim için daima yolda olma hâli.



İNSAN BİR YERDEN
HAYATI OKUMAK,
HAYATA BİR
PENCEREDEN BAKMAK
İSTER. BEN DE
HAYATIN SEYRİNE
YAZARAK BAKMAYI
SEÇTİM. YAZMAK,
BİR NEVİ HAYATI
OKUMA BİÇİMİ.
OKUMAK DEDIĞİMİZ
YALNIZCA SATIRDAN
YAPILMIYOR.



HAYAT CEBE SIĞAR MI?



**SALIHA
SAĞDIÇ**

bademlimon@gmail.com

Magazin, eğlence ve haber kaynağı olarak tek bir kutudan gelen sesi dinleyerek çıktığımız yola, günümüzde birçok işlev eklenmiş olarak daha küçük kutucukları cebimizde taşıyarak devam ediyoruz. Şu an telefonları bilmeyen yok. Peki o kutunun başında istediği sesi dinlemeyi bekleyen insanları, bu gelişmeler nasıl etkiledi hiç düşündük mü?

Koca bir nesil, yıllarca oynayan tek tip dizi ve programları siyah beyaz belli büyüklükte bir ekranda izleyebilmek için bir evde toplanırken şu an otobüste istediğimiz konuda istediğimiz uzunlukta, istediğimiz görüntü kalitesinde, istediğimiz şeyi izleyebilmek bizleri değiştirdi mi? Öncelerde belli saatlerde sadece tek kanalda olan siyah beyaz yayınlar, yerini önce renkli yayınlara, daha sonra çoklu kanallara bıraktı. Gün geçtikçe her evde televizyon olmaya başladı. Önce, tek evde toplanıp televizyon izleme aktivitesi tarihe karıştı, sonra telefonların ekranları büyüdü yavaş yavaş... Daha sonra tuşları azaldı. Kontörler yerini internet paketlerine

biraktı. Teknoloji katlanarak ilerlerken telefonlar "akıllandı". İnsan elinden çıkıp tabiri caizse insandan daha akıllı oldular. Bilgisayarlar yaygınlaşıp her eve girmeye başladı. Saatlik ücret verip internet kafelerde ödev yaptığımız o çok değerli internet, elektrik, su faturası gibi sıradan bir fatura oldu. Kilosunu beş liraya alır gibi anlık satın alabildiğimiz birimlerle cebimize girdi.

Milyonlarca video, haber ve sosyal platform oluşturuldu. Artık insanların eğlenmek için kendi evinde de oturup televizyon izlemesine gerek kalmadı.

Peki yıllarca sevdiği programı dört gözle bekleyip maale topolanıp izlemeye alışmış o insanlar internet ve telefonda nasıl etkilendi? Bazıları ayak uyduramadı önce. "Ben beceremem dokunmalı!" dedi. Reddetti son teknolojiyi ve ufak bir kaç piksel ekranlı tuşlu telefonu evinde televizyon izlemeye devam etti. Bazıları eş dost tanıdık vasıtasıyla bir akıllı telefon aldı veya birinin eski akıllı telefonunu kullanmaya başladı. Rehberin yeri öğretildi, zil sesi sonuna kadar açıldı, ezan saatlerinde alarm çalması için uygulama yüklenip yazılarını da büyütünce içten içe sevdiler interneti ve teknolojiyi. Bu iki kesimden biraz daha genç veya yenilikçi kalanlar kendileri istediler. Çocuklarına da "Buna nasıl okey indireceğim, şeker patlatma oynayacağım?" veya istediği üzümlü kekin tarifini, sabah kuşağı tekrarlarını nerden bulacaklarını sormayı ihmal etmediler.

O hassas ekranlara işaret parmağıyla vurulmak suretiyle milyarlarca tarif ve dizi tekrarı aratıldı. Bunların hepsi daha önce evin çocuğuna bilgisayardan açtırılırdı ama herkesin cebinde minik bir bilgisayarı vardı artık. Sonra o telefon o evin çocuğuna bir gün "Bana bir facebook açiver bak Nebahat oğlana açtırmış herkesi görüyümü!" diyerek getirildi. Hesaplar açıldı, profil fotoğrafları konuldu, bütün sülale eklendi, şifre ve e-posta bir kağıda yazıldı, yakınların fotoğraflarına 30 dakika uğraşarak yazılmış "Annengile selam söyle" yorumları yapıldı. Nasıl yani artık görmek için bile kimsenin ayağına gitmemize gerek kalmamış mıydı? Aynen öyle oldu. Görüntülü konuşma öğretildi annelere babalara. Gözlüğün üstünden bakarak görüntülü arayıp, bağırarak şehir dışlarıyla konuşuldu. Haber de, eğlence de, iletişim de, cebimize girdiği için kimse evde durmamaya başladı. Okey oynamak için kahveye gidilmiyor, tarif almak için komşuya gidilmiyor, Almanya'yla konuşmak için PTT'ye gidilmiyor, artık hiçbir yere gidilmiyor!

Bunlar bir kenara insanlar doğru veya yanlış her bilgiye tek bir tıkla ulaşabiliyor artık. Eskiden haberlerde de, eğlencede de sadece bize sunulanı izleyip dinleyebilirken önce çoklu kanallar rekabeti başlattı, daha sonra internet, doğru milyarlarca bilginin yanında yalan haberler ve bilgi kirliliğini getirdi. Çünkü kimsenin internette bir şey paylaşmak için kimseden onay almasına gerek yoktu.





Şakacı birisi çıkıp plastik kol takılmış bir tavuk fotoğrafını " Amerika'da yeni keşfedilen tavuk türü" diye paylaştığında o insanları buna inanmaktan alıkoyan hiçbir şey yoktu. Şaka gibi geliyor olabilir ancak günümüzde bile her okuduğuna inanacak kadar saf temizlikte kalan insanlar olması ve isteyenin istediğine ulaşabilmesi hem bu büyük bilgi kirliliğine, hem dolandırıcılara hem de bir çok olumsuzluğa yeni kapılar açtı.

Yakın tarihte yaşadığımız pandemiyle birlikte internetin kitleleri kaosa sürükleyebilme, yanıltabilme, yanlış bilgiyi ne kadar hızlı doğruya yayabilme gücüne gözlerimizle şahit olduk.

Bunlar da bize "İnternet iyi midir kötü müdür?" sorusunun cevabının nasıl kullanıldığına bağlı olduğunu gösterdi. İyi ellerde sonsuz bir bilgi eğlence ve haber kaynağıyken, dolandırıcıların, sosyal medya trollerinin hatta içimizde dolaşan sapıkların elinde tehlikeli bir silaha dönüşüyor. Herkesin bir evde toplanıp televizyon izlenen zamanlarda daha tek düze, sabit fikirler varken şu an toplum-

da çok fazla fikir ayrılığı, çok farklı insan ve insan adedince fikir var.

Bilgiye ulaşmanın zorluğunda insanlar sadece ulaşabildiği bir kaç bilgi ile belli başlı bir kaç dalda fikir ayrılığına düşerken günümüzde her konu bir fikir ayrılığına sebep olabiliyor. Herkes kendi fikrini kendine özel internet algoritmasının önüne çıkardıklarıyla ve doğru veya yanlış farketmeksizin inandıklarıyla oluşturuyor. Siyasi, sosyal, politik, mesleki her alanda ayrılabilir fikir sayısının eskiye göre çok daha fazla olmasına sebep oluyor. 90'lı yıllarda günlük hayatta bahsi bile geçmeyen şeyler günümüzde büyük toplulukların "davas" haline gelmiş durumda. Bu durumlar da buna alışmamış olan, tek düze kaynaklardan sadece kendine sunulan bilgiyi edinmeye alışık araştırmayı sevmeyen insanların maalesef ki bu çağın gerisinde bırakıyor. İnsanları birbirinden uzaklaştırıyor ve fikrini onay beklemeksizin istediğin dille belirtebilmek bir kaos ortamı oluşturuyor. Saygı sınırları aşıyor; dini, siyasi veya bilim görüplerinden ötürü insanlar birbirlerinin değerlerini

aşağılayabiliyor. Fikir ayrılıklarının bu denli fazla olması üst düzey bir topluluğun iyi yönde şekillenmesine yardımcı olabileceken karma eğitim seviyesindeki toplumlarda maalesef ki karmaşadan başka bir şey getirmiyor.

İnternette televizyondaki gibi RTÜK sansür yasa vb. şeyler olmadığı için toplum olarak günlük hayatımızda görmeye hiç alışık olmadığımız şeyler, internet sayesinde normalleşip cebimize girdi. Bu bazı kesimler tarafından haram, günah, terbiyesizlik, ahlaksızlık hatta kimse bunu söylemekten onları alıkoymadığı için namussuzluk olarak nitelendirilirken bazı kesimler bu benim hayatım değil beni ilgilendirmez diyerek hayatlarına devam ediyor. İnternet ahlak anlayışlarımızı ve normlarımızı da değiştirmiş oluyor. Tam da bu noktada büyük bir tehlike doğmuş oluyor. Sanal tacizin ve siber zorbalığın bu kadar kolaylaşması gerçekten kan dondurucu. Yaşına, boyuna, kimliğine, memleketine hiçbir şeye bakmaksızın insanlar birbirlerinin içeriklerine hatta yorumlarına

yorum yapıp onları taciz edebiliyorlar. İnternet ve sosyal medya kullanımı yaşı bu kadar düşmüşken ve istediğini sosyal medya üzerinden konuşmak bu kadar kolayken bu sapıkların aramızda türeyip hiçbir şey yokmuş gibi takılması da kaçınılmaz oldu. Sosyal medya kullanımında tam bir bilinç geliştiremediğimiz de bir gerçek. Ebeveynler irade ve karakteri tam olarak oturmamış bir çocuğu oyalamak için eline telefon verip onu nasıl bir tehlikeye attıklarının farkında bile değiller. Eskiden sokağa çıkan, misket taso oynayan ve bisiklete binen çocukların gidebilecekleri hemen her yeri zaten aileleri tanıyor olurdu. Ancak tek bir tuşla dünyanın öbür ucuna gidilen bir cihaza ne oldu da bu kadar güvenmeye başladık? Bilemiyorum.

Hırsızın hiç mi suçu yok ve bu internetin hiç mi iyi yanı yok? Televizyonun altın çağında internet yeni doğmuş bir bebekken, internet kafelerde saatlerce bir ödevi yapmak için vakit harcarken şu an istediğimiz sorunun cevabını bulmamız tahmini 10 saniye. Doğru bilgiye bu kadar kolay ulaşabilmek kesinlikle günümüz insanına verilmiş büyük bir şans. Birçok insan internet sayesinde akademik bilgilerin yanı sıra günlük hayat için çok önemli olan ilk yardım taktikleri, acil durumlarda yapılması gerekenler gibi önemli bilgileri hayatına katmış oldu. Birçok şey için işin uzmanına bile gitmemize gerek kalmadı. Basit elektronik işlerini kısa videolar izleyerek kendimiz halledebilmeye başladık. Annelerimizin masaya daha önce yemediğimiz yemekler koyabilmesine vesile oldu, babalarımızın "Bozulmuş mu? Durun ben yaparım!" demesine de. Kardeşlerimizin veya çocuklarımızın ödevlerini bize getirmeden kendisi araştırabilmesi için de bir o kadar iyi bir araç oldu. Benim bu yazıyı yazabilmem için bile araştırmalarımı yapabilmeme imkan sağladı.

İnsanlara iş veya işçi bulmak için kapı kapı gezmek, gazete gazete ilan aramak, dayılarının onlara bulduğu işlere mecbur kalmak yerine bir çok alternatif sundu. İnternet üzerinden yapabildiğiniz birçok meslek kolu ortaya çıktı veya fiziksel olarak ilgi duyduğunuz veya uzmanlığınız olan alanlarla sizi buluşturdu. Artık iki mahalle yandaki iş ilanını görebilmek için sokak sokak gezmenize veya bu çabayı harcamanıza gerek kalmadı. Bunlar da bir iki filtreyle cebinize girdi. Üniversitesini okuduğunuz bölümde kendinizi nasıl geliştirebileceğiniz üstüne neler ekleyebileceğinizi size gösterdi. İnsanların networklerini sıfır çabayla katladı adeta. Bugün çok önemli yerlerde staj yapabilmek için orada bir tanıdığınız olmasına gerek yok. Gerçekten o alanda başarılıysanız bir kaç mail, o kurumun dikkatini çekmenizde yardımcı olacaktır.

Göz bebeğimiz internet bir evde toplanıp televizyon izleyen insanları yakınlaştırdı mı uzaklaştırdı mı? Artık çekirdek aileler bile evlerinde beraber oturup televizyon izlemiyorlar. Herkesin telefonu elinde ve odasının kapısı kapalı. İnsanlar aileleriyle uzaklaşırken aynı zamanda eskiden tanışma imkanları bile olmayan yüzlerce insanla kapalı odalarında tek tuşla iletişime geçip ertesi gün buluşmaya karar verebiliyorlar. Sosyal anlamda arkadaş edinme şansını, kendinize daha uygun birini bulma şansını size tanıyor ancak her iyiliğin içine bir kötülük olmak zorundaymış gibi ilişkilerde aldatma oranını da yüksek ölçüde arttırdı. Bir yandan ailelerimizle uzaklaşırken diğer yandan cebimizdeki yabancılarla yakınlaştık.

Bunların bütünü göz önünde bulundurduğumuzda internete sadece iyi veya sadece kötü diyemeyiz. Bu fikirlerimden sonra sizlere sormak istiyorum, sizce televizyonla büyüyen bir nesil İnternet imtihanından kaldı mı yoksa başarıyla mı geçti?

Hırsızın hiç mi suçu yok ve bu internetin hiç mi iyi yanı yok?
Televizyonun altın çağında internet yeni doğmuş bir bebekken, internet kafelerde saatlerce bir ödevi yapmak için vakit harcarken şu an istediğimiz sorunun cevabını bulmamız tahmini 10 saniye.
Doğru bilgiye bu kadar kolay ulaşabilmek kesinlikle günümüz insanına verilmiş büyük bir şans.



Raskolnikov
@Raskolnikovsair
(...) seni bütün sevmeyenler için de
seveceğim.

Cemil Meriç



11:53 · 26 Nis 23 saatinde · 110B Görüntüleme

Nilüfer ZONTUL AKTAŞ
@niluferz_aktas
Yaşam alanımız gönül genişliğimiz kadar
yavrucuğum
...
#ninemkorkut



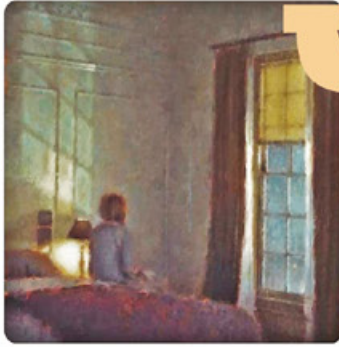
umäre
@nuseybenurr

ayyyy nasıl bi güzellik buu.
bayıldım



Raskolnikov
@Raskolnikovsair

"Kapıyı kapatmak zorunda kalmış
pencere kenarında ömür harcamış."

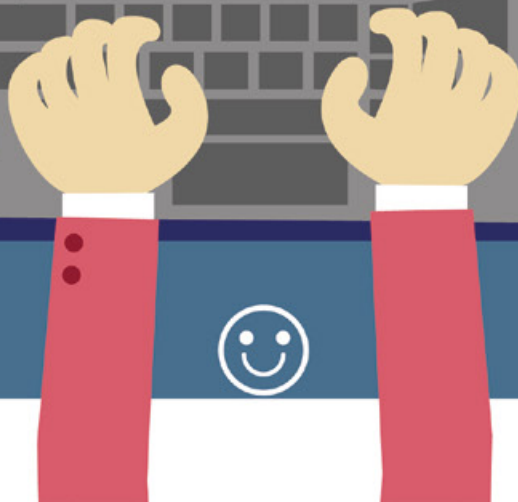


Sosyal medya

LIKE

Ayşe Taştan
@aysetastanx

Mini sulu boya çalışmam

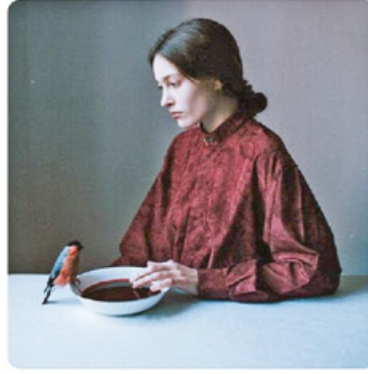


Cemil Çiçek
@mvcemilcicek06

Yurtdışında yaşayan arkadaşlar, Cumhurbaşkanı Erdoğan'a oy verdikten sonra oyunuzun kabul olması için Kemal Kılıçdaroğlu'nun üstüne çarpı atmayı unutmayın

Raşit Keskin
@keskinrasit

-Biraz konuşalım mı?
#CumartesiÖyküleri



trt2



Cemil Çiçek
@mvcemilcicek06

Yurtdışında yaşayan arkadaşlar, Cumhurbaşkanı Erdoğan'a oy verdikten sonra oyunuzun kabul olması için Kemal Kılıçdaroğlu'nun üstüne çarpı atmayı unutmayın

Beyza
@beeyzamert

Ben sana çiçeklerle geleceğim
-İhlamlar çiçek açtığı zaman.



trt2



Ayşe Şasa
@aysesasa1

Başlayacak gücün kalmadığında sana can verenin hatrını düşün...

Klinik Psk Güneş Altun
@kafadoktoruu_

Bir evin atmosferi annenin psikolojik durumuna göre, anneninki ise eşinin ona gösterdiği anlayış ve sevgi ile belirlenir. Şimdi önceki cümleyi bir daha okuyun...

trt2



Psikoloji Okuma Sanatı
@uzerineTR

"Sen yola çık, yol sana görünür."



Sen yola çık, yol sana görünür.

Mevlana

GERÇEKLER Mİ YALANLAR MI?



İktidar cephesi 20 yıllık gayretin neticesinde ortaya çıkan eserlerini günbegün seçmenin huzuruna çıkarırken karşı tarafta Kılıçdaroğlu ise mutfağından yaptığı yayınlarla her gün farklı bir algıyı vatandaşa empoze etmenin gayreti içerisinde.



**Av. Arb.
UMUT ÖZKAN**

Çok önemli bir seçimin arifesindeyiz. Seçim sonuçları sadece mevcut iktidarın devamını ya da değişimini değil Türkiye için bir "eksen kaymasını" da beraberinde getirebilir. Kıyasıya bir rekabetin yaşandığı seçim sürecinde sonuçları bugünden kestirmek çok mümkün gözüküyor. Her

gün yeni bir müjde ile güne başlarken her akşam gelen yeni bir algı operasyonu ile geceyi bitiriyoruz. Gündüz gelen müjdelere mi etkili olacak yoksa gece yarılarda gelen olumsuz haberler mi onu sandıklar açıldığında göreceğiz. Tabii ki böyle bir ortamda seçime giden vatandaşın kafası karışırken mantıklı düşünmesi ve sağlıklı karar vermesi de zorlaşıyor.



TOGG otomobilinin şoför muhalinden hep birlikte başardık diye milletini selamlayan Erdoğan ertesi gün ilk **siha gemisi TCG Anadolu'nun güvertesinden neler yapabileceğimizi ilan ediyordu dünyaya**

İktidar cephesi 20 yıllık gayretin neticesinde ortaya çıkan eserlerini günbegün seçmenin huzuruna çıkarırken karşı tarafta Kılıçdaroğlu ise mutfağından yaptığı yayınlarla her gün farklı bir algıyı vatandaşa empoze etmenin gayreti içerisinde.

TOGG otomobilinin şoför muhalinden hep birlikte başardık diye milletini selamlayan Erdoğan ertesi gün ilk siha gemisi TCG Anadolu'nun güvertesinden neler yapabileceğimizi ilan ediyordu dünyaya, Karadeniz gazının bir yıl boyunca evlere ücretsiz olarak verileceği müjdesi ile kazananın millet olduğu ilan edilirken, ilk savaş uçağımız KAAN'ın kokpitinden dostta güven düşmana korku salınıyordu, 60 senelik bir gecikmenin ardından Mersin Akkuyu Nükleer Güç Santrali ile dünyada nükleer güç sahibi ülkeler

ligine çıkmanın haklı gururunu yaşıyordu milletimize.

Öte yanda elinde tuttuğu soğan ile pahalılığı anlatmaya çalışan Kılıçdaroğlu ilk defa bu seçimde Alevi kimliğini ön plana çıkartmaya çalışıyor. Bir gece teröre karşı olduğunu ifade ederken ertesi gece PKK ve FETÖ sempatanlarına mavi boncuk dağıtmaktan çekinmiyor. Muhafazakâr kesime ve başörtülülere özgürlükler konusunda teminatlar verirken seccadeye ayakkabı ile basarak seküler seçmene de mesajını veriyordu. Milli savunma sanayiinin arkasında olduğunu söylerken Baykar firmasını hedef alan açıklamalara da imza atabiliyor.

Her konuşmasında eski hüviyetine döndüreceklerini söyledikleri Atatürk havalimanını



bir gece ansızın ABD'li bir teknoloji şirketine vereceğini açıklayan Kılıçdaroğlu "dark web dünyası, sizi yabancı istihbaratın eline düşürür. Cambridge Analytica'cılık oynamak sizin kapasitenizi aşar çocuklar" diyerek Ak Partinin seçim sonuçlarını manipüle edeceğini de çok rahat bir şekilde söyleyebiliyor.

Hiçbir etkisi ve yetkisi olmamasına rağmen Avrupa Birliğine üye ülkelere vizeyi kaldıracığı tarzındaki yalanları bir kalemde söyleyip geçebiliyor. Karşısındakiler bu bilginin doğru olmadığını ispat etmeye çalışsa dursun o çoktan farklı bir mesele üzerinde yalan yanlış algılara başlamış oluyor.

Hitler'in propaganda bakanı Joseph Goebbels'in "yalan ne kadar büyük olursa inanana da o kadar çok olur." sözünden yola

çıkan Kılıçdaroğlu algı ve yalanlarla psikolojik harbin her türüsüne başvuruyor bu süreçte. Ve gelinen noktada Kılıçdaroğlu'nun yalan ve algıları, Erdoğan'ın gözle görülür elle tutulur muhteşem eserleri ile kafa kafaya yarışacak seviyeye ulaşmış durumda.

Goebbels'e mi yoksa Kılıçdaroğlu'na mı nazire olacak ama eskilerin deyimi ile "yalancının mumu yatsiya kadar yanar" sözü üzerinden yalanla yürütülen bir kampanya sandığa ne kadar ulaşır, ulaşsa da başarılı olur mu onu da hep birlikte göreceğiz.

Bu hengamede seçmenin kafası ne kadar karışık olsa da oyunu kullanırken yalan ve algılarla değil elini vicdanına koyarak ülkemiz ve milletimiz için en doğru kararı vereceğinden kimsenin şüphesi olmasın.

Goebbels'e mi yoksa Kılıçdaroğlu'na mı nazire olacak ama eskilerin deyimi ile "yalancının mumu yatsiya kadar yanar" sözü üzerinden yalanla yürütülen bir kampanya sandığa ne kadar ulaşır, **ulaşsa da başarılı olur mu onu da hep birlikte göreceğiz.**

DERYAYA YAKIN DÜNYADAN UZAK; Konya



ÖZLEM
URGANCIOĞLU

Güzel Konya... Bir kere gidince tekrar tekrar geri çağıran, her gidişte de bambaşka yönünü bize cömertçe sergileyen kadim şehir. Sokaklarından gelen ve insanı büyüleyen ney sesleri eşliğinde serin güzel bahçelerde içilen kahve yanındaki gül şerbetlerinin tadında kaybolurken, Mevlana türbesinde huzurda dua ile coşarken veya her sokağın ucunda nereye çıkacağının gizemini çözmeye çalışırken buluyor insan kendini. Çıkılan sokaklarda tadına doyumayan lezzetler ise cabası.





Konya çok zengin bir kültürel yapıya sahiptir. Mevlana gibi İslam büyüklerinin yetiştiği bir şehir olmasının yanında tarihi İpek yolu da Konya şehrinden geçmektedir. **Roma döneminde Konya "Iconia" olarak bilinirken, Araplar ise "Kuniya" olarak adlandırılmıştır.**

1074 yılında kurulan ve başkenti İznik olan Anadolu Selçuklu devleti I. Haçlı Seferi sonunda İznik'i kaybedince, başkent Konya'ya taşınmıştır. Başkent olduktan sonra günden güne gelişen ve pek çok mimari eserle süslenen kent, kısa zamanda Anadolu'nun en gelişmiş şehirlerinden biri haline gelmiştir.

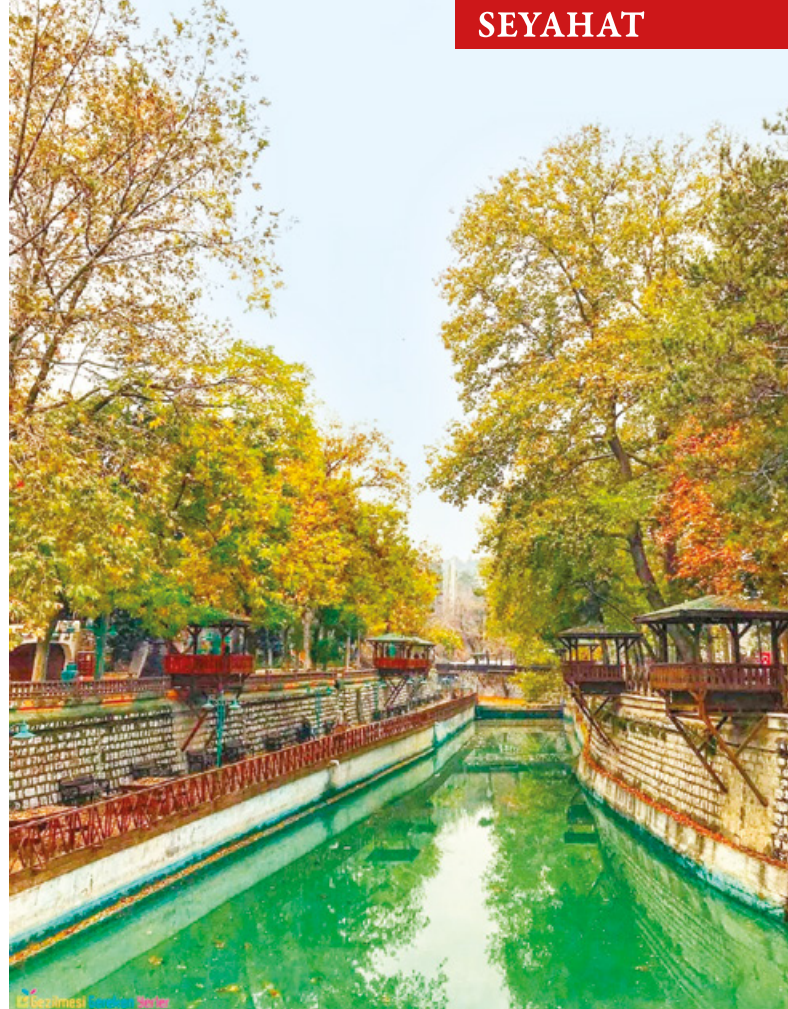
Konya pek çok yönüyle önem taşıyan bir kenttir ama onu daha da önemli kılan Hz Mevlana'ya uzun yıllar ev sahipliği yapmasıdır. Benim için Konya her zaman Mevlana ile özdeşleşmiştir. Konya çok zengin bir kültürel yapıya sahiptir. Mevlana gibi İslam büyüklerinin yetiştiği bir şehir olmasının yanında tarihi İpek yolu da Konya şehrinden geçmektedir. Roma döneminde Konya "Iconia" olarak bilinirken, Araplar ise "Kuniya" olarak adlandırılmıştır.

Konya İli, M.Ö. 7.000 yılından beri yerleşim yeri olmuş, pek çok medeniyete beşiklik etmiştir. Yazının M.Ö. 3500'de kullanılmaya başladığı hatırlanacak olursa, Konya'nın, ülkemizin en eski yerleşim

merkezleri arasında yer aldığı söylenebilir. Çumra Çatalhöyük, sadece ülkemizin değil, Dünya ölçüsünde yemek kültürünün ilk defa başladığı, tarımın yapıldığı, ateşin kullanıldığı, yerleşik hayata geçildiği, vahşi hayvan saldırılarına karşı ortak savunmanın yapıldığı merkez olarak tanınır. Çatalhöyük, Neolitik, Erbaşa ve Karahöyük Kalkolitik, Alaeddin Tepesi, Eski Tunç Devri merkezleridir.

Konya'dan çıkan kültürümüzün manevi temsilcileri, Mevlânâ Celâleddin Rûmî; yaşama sevinci, dünya görüşü ve hayat felsefesi ile dünyaya ışık tutarken; Nasreddin Hoca, Türk Milletinin hazır cevaplılığını nüktedan bir şekilde dile getirmiş. Yunus Emre ise insan ve insanlık sevgisiyle Ortaçağ karanlığındaki Avrupa'ya "medeniyet dersleri" vermiştir. Hz.Mevlana'nın şu 7 öğüdü de asırlardır bizlere yol göstermektedir: • Cömertlik ve yardım etmekte akarsu gibi ol.

• Şefkat ve merhamette güneş gibi ol.



- Başkalarının kusurunu örtmekte gece gibi ol.
- Hiddet ve asabiyete ölü gibi ol.
- Tevazu ve alçak gönüllülükte toprak gibi ol.
- Hoşgöründe deniz gibi ol.
- Ya olduğun gibi görün ya da görüldüğün gibi ol.

Ve tabii Konya'ya gelince görmeden ve yemeden ayrılmamanız gereken önemli yerler ve yemekleri de kısaca sıralamak gerekirse...

Gezilecek yerler;

- 1) Mevlana Müzesi ve Türbesi
- 2) Alaeddin Tepesi
- 3) Karatay Müzesi
- 4) Şems-i Tebrizi Türbesi
- 5) Meram Bağları
- 6) Sille Köyü
- 7) Kilistra Antik Kenti ve Kaya Mezarları
- 8) Beyşehir Gölü Milli Parkı
- 9) Nasreddin Hoca Türbesi
- 10) Konya Tropikal Kelebek Bahçesi
- 11) Konya Bilim Merkezi
- 12) Çatalhöyük Neolitik Kenti
- 13) İnce Minare Medrese ve Müzesi

TADILMASI GEREKEN LEZZETLER:

- 1. Etlikmek / Mevlana / Bıçakarası
- 2. Fırın Kebabı (Kuzu Tandır)
- 3. Tirit
- 4. Arap Köfte & Şiş Köfte
- 5. Kuru Bıyık Çorbası
- 6. Arabaşı Çorbası
- 7. Yağ Somunu
- 8. Sac Arası
- 9. Konya Küflü Peyniri
- 10. Mevlana Şekeri
- 11. Zerde
- 12. Selçuklu ve Osmanlı Mutfakları
- 13. Çebiç
- 14. Topalak
- 15. Su böreği

Tüm şehirlerden kolayca ulaşılabilen Konya'ya Ankara'dan hızlı trenle de ulaşmak mümkün. Günübürlük gelinip gezilebileceği gibi, gerek dünya tatlısı ve ruhu olan küçük otellerde gerek şık şehir otellerinde konforla konaklamak da mümkün. Muhakkak bir hafta sonunuzu ayarlamanızı şiddetle tavsiye ediyoruz.

Mevlânâ Celâleddin Rûmî; yaşama sevinci, dünya görüşü ve hayat felsefesi ile dünyaya ışık tutarken; Nasreddin Hoca, Türk Milletinin hazır cevaplılığını nüktedan bir şekilde dile getirmiş. **Yunus Emre ise insan ve insanlık sevgisiyle Ortaçağ karanlığındaki Avrupa'ya "medeniyet dersleri" vermiştir.**

Yuvalamanın bilinmeyen hikayesi





**ZEYNEP
KILIÇARSLAN**

Bu ay sizlere bahsetmek istediğim güzel şehrimiz Gaziantep'ten çok kutsal bir yemek:

Yuvalama.

Gaziantep'te sadece bayramlara özel yapılan ve 1 hafta öncesinden yapımına başlanılan bir yemek. Çoğu kişinin yuvalama çorbası olarak bildiği ama aslında Antep'e bu yemeğe çorba diyen kişileri ayıplıyorlar. O kadar meşakkatli ve kutsal bir yemek ki gerçekten çorba demek haksızlık olur, şimdi gelin önce hep birlikte hikayesini okuyalım ve ardından nasıl zahmetli ama bir o kadar da lezzetli olduğunu bir nebze de olsa görelim... Sene 1800'ler Antep'te yaşayan bir genç kız nişanlısına çok özel bir yemek yapmak ister/o zamanlar da bulgur çok fazlaymış ama pirinç hem daha değerliymiş hem de daha az bulunuyormuş/genç kız bir şekilde pirinci bulur ve yuvalamayı hazırlamaya başlar, hazırlayıp nişanlı evine gönderir. Nişanlı evine gittiğinde bu yemek o kadar beğenilir ki evde bir bayram havası eser, ondan sonra herkes bu yemekten "bayram gibi bir yemekti" diye bahseder ve Gaziantep'te o gün bugündür bu bayram gibi yemek, bir rituel haline gelir ve bayramların artık vazgeçilmezi olur. Günümüzde de Anteb'in güzel hanımları yuvalama için bayramdan 1 hafta önce hazırlıklara başlarlar. Önce pirinç yıkanıp

pamuklu bezin üstüne serilir, onun suyunu bırakması beklenir, pirinç suyunu bıraktıktan sonra havanda dövülür ve hamurunda kesinlikle un veya pirinç unu kullanılmaz çünkü hamur ancak pirinçli tutuyor. Ardından hummalı ve güç gerektiren uzun süreli bir yoğurma işlemi başlıyor. Bu süre genellikle 30 dakika ve 1 saat arasında değişiyor. Hamuru hazırlayan hanım ve komşuları oturup hamuru güzelce yuvarlıyorlar. Yalnız yuvarlamanın da kaideleri var; her bir hamur yani her bir yuvalama topu yuvarlanırken Kelime-i Şahadet getiriyorlar, nohuttan küçük mercimekten büyük olması gerekiyor. Bir rivayete göre 1 kaşığa 40 adet sığmadı makbuldür, yuvalama hamurunun. Bu özenle hazırlanan çorba bayram sabahı evin hanımı tarafından pişiriliyor ve evin diğer üyeleri bayram namazından geldikten sonra bu yemeği yiyorlar ve güne, bayrama bu değerli yemekle başlıyorlar. Antepliler bayramın 1. Gününde sabah kahvaltı yapmadıklarını ve her bayramda yuvalama yediklerini söylüyorlar ve şunu da ekliyorlar eğer bayramın ilk günü misafirlığe gittiklerinde yuvalama ikram ediliyorsa, tok bile olsalar, yapan kişinin sevabından faydalanmak ve şifalanmak için yiyorlar ve hem günlerini hem de bedenlerini bereketkendiriyorlar. Sizlerin de ömrü yuvalama kadar bereketli geçsin, inşallah.

iyiki Kitaplar var



ELİF SERAP ÖZKUL

Tanımak ve bilmek, ikisinin birbirine mutabık kelimeler olduğu düşünülür çoğu zaman... Oysa ne kadar farklı olduğunu zaman içinde anlıyor insan. İnsanları tanımak ve bilmenin farklılığı ile kitapları tanımak ve bilmenin farklılığını aynı minvalde değerlendirmek mümkündür. Tanış olmak aşinalıktan öteye geçmezken, bilmek tanımın cem'ine vakıf olmaktır. Bilmediğiniz bir şeyi tanıyamaz, tanımadığınız bir şeyi bilemezsiniz... Her ikisi diğeri olmadan eksiktir. Tanımak yetmez zira, bilmek için gönül terazimizde tartmak gerek... Tanımak ve bilmek, dokunmak, konuşmak, okumak, susmak çoğaltılabilir eylemlerden hayata dair her şeyi barındırıyor olmalıdır. Belki bütün bunların insansı özellikler olduğu düşünülebilir. Kitaplar içinde aynı şeylerin geçerli olduğu iyi okuyucuların bildiği bir hakikattir. Bazen bir kitaptaki bir cümle sakladığınız yaranızı kanatabilirken, bir sözcük o yarayı sarabilir. Bazen dönüp dönüp bir kitabın rehberliğine ihtiyaç duyabilirken, zaman kaybı diye nitelendirdiğimiz yüzüne bakınca hayıflandığımız kitaplar da mevcuttur. Fakat ne gariptir ki onlarda kitaplığımızdadır. Tıpkı hayatımızda pek hoş anılmayan tecrübelerimiz gibi... İnsanlar ve Kitapların hayatı ne kadar da benzer birbirine... Değerini bilene rast gelmeli her ikisi de ...

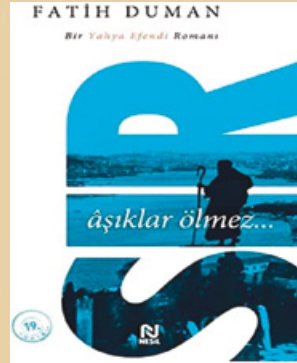
Dünyaya Geldim Gitmeye



Yazar:
Saadettin ÖK-
TEN / Kemal
SAYAR
Kategori:
Söyleşi
Yayınevi:
Turkuvaz Kitap

Eğer Saadettin Ökten ve Kemal Sayar hocanın daha önce programlarını izlemiş ve bir yerde doyumsuz sohbetlerine rastlamışsanız o nahif üslubun yanında verilen mesajların ne denli kıymetli olduğunu sanırım hatırlatmaya gerek olmayacaktır. Saadettin Ökten ve Kemal Sayar hocanın radyo söyleşilerinden oluşan kitap, gönül telinize dokunacak, anlamlı nağmeler çıkmasına neden olacak harikulade cümlelerle okuyucusuna ulaştığı görülmektedir. Kitapla ilgili daha kıymetli olan bir diğer yönü de yazarların sesinin okuyucunun kulağına erişmesi şeklinde bir haz bırakması diyebiliriz. Eser, "Gönül denen ummandan...""İbret istikbal için lazıma" kadar otuz bir anlamlı başlıklardan oluşmaktadır.

Sır (Aşıklar Ölmez)



Yazar:
Fatih DUMAN
Kategori:
Roman
Yayınevi:
Nesil Yayınları

Son zamanlarda Wattpad kurgularının gençler arasında popüler olduğu kadar yayılması konusunda da etkili olduğu gözlemlenmektedir. Hatta okunma oranlarına göre yapımcıların ilgisine mazhar olup dizi filme bile dönüştürülmekte... Biz bu anlamda tercihlerimizi oluştururken temiz içerikler akdetmek gayreti içinde olanları unutmamalıyız. Daha görünür ve bilinir olması için fırsat vermeliyiz. Bu bakımdan Bir Yahya Efendi Romanı (Aşıklar ölmez) gençlerin tarihi şuur ve bilgi kazanmasının yanı sıra ilgilerini çekecek kurgusuyla tavsiye niteliğinde listemizde yer almaktadır.

İlk Dönem İslam Toplumunda Kadın Sahabiler



Yazar:
Doç. Dr. Mustafa
SARIBIYIK
Kategori:
Dini-Tarih
Yayınevi:
ARK yayınları

İlk Dönem İslam toplumu, Müslümanların hayatlarında sadece imanî anlamda dokunmakla kalmamış ilmi ve sosyal oluşumun etkin noktalarına temas ettiği görülmüştür. Günümüzde kadınlar üzerinden yapılan birçok tartışmanın her birinin cevabının daha Hz. Peygamber döneminde verildiği, İslam Tarihini ve toplumunu doğru okuyamamanın neticesinde yinelenerek gündeme geldiğini ifade etmek sanırım yanlış olmasa gerek. Bu bağlamdan hareketle Kadın Sahabilerin hayatlarını okumak İslam'da kadının konumunun zihnimizde sağlam zemine oturması bakımından kıymetlidir.

‘DUYGUSAL AÇLIK’ NEDİR?

Siz de mutsuz olduğunuzda buzdolabına gidenlerden misiniz? Kaygı, sinirlilik ve huzursuzluk gibi durumlarda aslında acıkan ‘mideniz’ değil, ‘duygularınız’dır. Duygusal açlığın belirtileri ve nedenleri...



Bazen bizi sevdiğimiz besinlere götüren şey aslında 'midemiz' değil, 'duygularımız'dır. Bu durumda 'duygusal açlık' çekeriz. Bir başka deyişle; olumlu, özellikle de kaygı, sinirlilik ve huzursuzluk gibi olumsuz duygularımız bizi buzdolabına götürür. Örneğin; işimizden memnun

olmamak, arkadaşımızla veya partnerimizle yaşadığımız problemler, yeni bir hayat kurma veya başarı kaygısı, ekonomik sıkıntılar gibi olumsuz durumlar duygusal açlığı tetikleyen süreçleri oluşturabilir. İşte "duygusal açlığın" 7 işareti ve bu alışkanlığa son vermenin püf noktaları...





Psikolojik süreçlerde etkili olan serotonin ve dopamin adlı kimyasallar, kişinin gün içerisinde daha mutlu ya da daha mutsuz; daha kaygılı ya da daha rahat; **daha huzurlu ya da daha tedirgin olması gibi duyguları yönetir.**

Açlığınızın Nedeni 'Duygularınız' mı?

Aşağıda yer alan durumlardan birkaçı sizi de ifade ediyorsa, 'duygusal açlık' yani 'duygusal yeme davranışı' geliştirmiş olabilirsiniz. 'Duygusal açlık' belirtileri şunlardır: Çevremdekiler yemek yerken aç olmasam da yemek yerim. Sadece yapacak bir iş olsun diye yemek yerim. En sevdiğim yemeği yiyemediğimde çok üzülürüm. Sık sık televizyon karşısında yemek yerim. Kendimi avutmak için yemek yerim. Gece kalkıp abur cubur yemek isterim. Eve geldiğimde bir şeyler yemeyi severim, çünkü beni rahatlatır.

Açlığın Psikolojik Hali

Psikolojik süreçlerde etkili olan serotonin ve dopamin adlı kimyasallar, kişinin gün içerisinde daha mutlu ya da daha mutsuz; daha kaygılı ya da daha rahat; daha huzurlu ya da daha tedirgin olması gibi duyguları yönetir.

Örneğin; dopamin yoksunluğunda, hayatınızın ışıltısını yitirmiş gibi, kendinizi boşlukta, moralsiz, bitkin hissedebilirsiniz. Serotonin açlığı çekiyorsanız; endişe ve gerginlik yaşayabilir, işiniz veya özel hayatınız kontrolden çıkıyormuş gibi kaygı duyabilirsiniz. Tüm bu durumlarda duygusal yeme davranışının gelişmesi olağan bir durum. Kişi kendini bunalmış, üzgün, stresli, canı sıkkın hissettiğinde aslında buna dopamin ve serotonin depolarının boşalması neden olur. Vücut da bu biyokimyasalların boşluğunu daha fazla karbonhidrat ve yağlı besine ihtiyaç duyarak kapatmaya çalışır. Sonuç olarak saatlerce fiziksel açlık bulguları kendini göstermeye başlar.

Açlığın Fiziksel Hali

Günlük enerjinin çoğu, bazal metabolizma denilen, organların aktivitesini sürdürebilmesi için gerekli enerjiye harcanır ve bu ihtiyaç günlük olarak alınan gıdaların sindirimiyle birlikte ortaya çıkan enerjiyle sağlanır. Açlık süreci başladığında ortalama 3 saatte bir düşen kan şekeri



seviyelerini dengelemek için ilk önce karaciğerdeki şeker depoları kullanılır ve kan şekeri 50 mg/dl düzeyinin altına düşürülmemeye çalışılır. Çünkü kan şekeri dengesi sağlanmadığında ve çok düşük düzeylere indiğinde; sinirlilik, gerginlik, ellerde titreme, terleme, bulanık görme ile baş dönmesi gibi fiziksel semptomlar görülebilir. Bunlar kişinin günlük yaşam döngüsünü olumsuz olarak etkilerken, daha ağır bir tabloda sinir sistemi hasarları ve nöbetler ortaya çıkabilir. Metabolizmanın düzgün çalışmasını sağlamak ve kişinin günlük rutinini bozmamak için 3 saatte bir kendini gösteren bu fiziksel süreç açlık olarak adlandırılır. Yemek saati yaklaştığında kendini gösteren mide guruldama ve kasılmaları da açlığın en belirgin fiziksel belirtilerini oluşturur.

Duyularınızı Doymak İçin...

Serotonin açlığı sizi şeker ve karbonhidratların peşine sürüklerken; dopamin yoksunluğu da aynı şekilde yağlı besinler ve kafeine yönlendirebilir. Aşağıdaki önerileri uyguladığınızda yeme bağımlılığı

ve duygusal açlığınızın üstesinden gelebilirsiniz. Açlığa karşı alınabilecek tedbirler:

Egzersizler ile esneme hareketlerini sıklıkla tekrar edin.

Günlük olarak 20 dakikalık periyotlarla güneşten yararlanın ve D vitamini üretimine destek olun. Bu sayede depresyonun da önüne geçebilirsiniz.

Karbonhidrat grubundan esmer ürünlere yer verin. Beyaz ekmek yerine, tam buğday ya da tam tahıl ekmeği, pirinç pilavı yerine bulgur pilavı tercih etmeye başlayın.

Kendinizi gergin hissettiğiniz dönemlerde papatya ve melisa çayı tüketin.

Dopamin yoksunluğunda proteine olan ihtiyaç artar. Bu nedenle öğünlerinizin her birine az yağlı peynir, yumurta veya yoğurt gibi sağlıklı protein kaynakları yerleştirmeye çalışın.

Beslenme alışkanlıklarınızla yüzleşmek adına günlük tutmaya başlayın ve bir uzmandan yardım alın. Mideniz değil, "duygularınız aç" olabilir!

Karbonhidrat grubundan esmer ürünlere yer verin. Beyaz ekmek yerine, tam buğday ya da tam tahıl ekmeği, pirinç pilavı yerine bulgur pilavı tercih etmeye başlayın.

Kendinizi gergin hissettiğiniz dönemlerde papatya ve melisa çayı tüketin.

9 kaşık Tatlısı



*Acıdan
Tatlıya*

NURİYE
ATASEVEN

n.ataseven69@gmail.com

Depremden sonra uzunca bir süre canım mutfağa girmek istemedi. Elime kepçeyi her aldığımda, tencerele baktığımda depremi hatırladım. Sonra insana şifa olur aş dedim. Sıcak bir yemeğin, bir fincan çayın bizi birbirimize daha sıkı bağlayacağına inandım. Hayata yeniden başlayanlar için mutfak insana hem ev hem aş olur. Hayat deprem bölgesinde aş evlerinde, bizlerin mutfaklarında yeniden başladı. Hayat devam ediyor. Yaşadığımız fırtınalara inat ayakta durmak, yeniden başlamak zorundayız. Çünkü Allah, yeniden başlayanlarla beraberdir.

MALZEMELER:

9 yemek kaşığı irmik,
9 yemek kaşığı toz şeker,
1 litre sür,

1 paket vanilya,
1 yemek kaşığı
(15 gram) tereyağ

HAZIRLANIŞI:

Derin bir tencereye süt ve irmiği ekleyin. Tahta kaşıklı sürekli karıştırın. O sırada yavaş yavaş ocağın ateşini yükseltin. Muhallebi kaynama noktasına geldiğinde, vanilya ve tereyağ ekleyin. Karıştırmaya devam edin. Ocağın altını kapattıktan sonra muhallebili bir kaba alın, daha sonra kare kesebilmek için dikdörtgen borcum kullanabilirsiniz. Muhallebi oda sıcaklığına gelince, daha iyi soğuması ve kıvam alması için birkaç saat buzdolabında bekletin. Muhallebinize çikolata sosu, çilek veya şam fıstığı ilave edebilirsiniz. Ben sade yemeyi tercih edenlerdenim.

Ispanaklı Havuç Tarator**MALZEMELER:**

3 yemek kaşığı sıviya
3-4 adet büyük boy rendelenmiş havuç
300 gram ıspanak
1,5 su bardağı yoğurt
3 yemek kaşığı mayonez

1 büyük diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz
Üzeri için:
4-5 yemek kaşığı sıviya
1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber
1 avuç iri kıyılmış ceviz

HAZIRLANIŞI:

Tavaya sıviya koyup, rendelenmiş havuçları ekleyin, 6-7 dakika soteleyin. İri parçalara ayrılmış ıspanağı ekleyip, karıştırın. Ispanaklar yumuşacık olana kadar sotelenen işlemine devam edin. Sotelenmiş karışımı başka bir kaba alıp, soğumaya bırakın. Bir karıştırma kabında yoğurt, mayonez, sarımsak ve tuzu güzelce karıştırın, üzerine kavruan ıspanak ve havucu ekleyin. Karışımı servis tabağına alın. Küçük bir tavada kızdırılmış sıvı yağın üzerine iri kıyılmış cevizleri koyun, kavurun. Hafif kokusu çıksın. Son olarak toz biberi ekleyerek karıştırın. Ocaktan alın. Salatanın üzerine biberli, cevizli sosu gezdirip servis yapabilirsiniz.

**DOĞRU
TARAFSIZ
GÜVENİLİR
HIZLI HABERİN
TEK ADRESİ...**

**yenikapı
haber**

www.yenikapıhaber.com



turuncu
MEDYA GRUBU



**TURKISH
AIRLINES**



**UEFA
CHAMPIONS
LEAGUE®**

**UEFA ŞAMPIYONLAR LİĞİ
RESMİ SPONSORU**



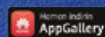
Sürpriz hediyeler Sil Süpür'de; Sil Süpür, Online İşlemler uygulamasında!

HER HAFTA
YENİ
HEDİYE



Türk Telekom

HEMEN
İNDİR



Türk Telekom
Değerli Hissettir

Türk Telekom Mobil abonelerine.
*Örnek gösterim olup, Sil Süpür'de çeşitli hediyeler farklı
kullanım seçenekleriyle sunulacaktır.