

# DEGER

AYLIK KÜLTÜR VE YAŞAM DERGİSİ

SAYI: 148

NİSAN 2026

SAĞLIKLI YAŞAM



Coza ve Tevkifevleri  
Genel Müdürlüğü Yayınıdır

[f ctedegerdergisi](#)

[cte.adalet.gov.tr](#)

**DEGER**



5 NİSAN DÜNYA  
**AVUKATLAR  
GÜNÜ**

*Kutlu Olsun*



## SAHİBİ

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü Adına  
**Çelebi YILMAZ**  
Genel Müdür

## YAYIN KURULU

**Azmi Çağatay BİLGİN**  
Genel Müdür Yardımcısı  
Yayın Kurulu Başkanı

**Alperen ÖZTÜRK**  
Kurumsal İletişim  
Daire Başkanı

**Gül GÜLEÇ**  
Tetkik Hâkimi

**Hakan ERDEM**  
Yazı İşleri Müdürü - Editör

**Murat Ali KIRBIYIK**  
Redaktör

**GRAFİK TASARIM & MİZANPAJ**  
Kurumsal İletişim Daire Başkanlığı  
Yayın İşleri Bürosu  
**Ümit ÇETİNER**

## YAZARLAR

Abdullah KAYA - A. Gül AŞIK DÖNERGÖZ - Baycan ALTINGÜN  
Bünyamin ÖRNEK - Celal CEYLAN - Dilek DEREBAŞI - Ersin KAYA  
Enes Batuhan TANRIVERDİ - Eylem YILDIRIMÇAKAR  
Ferhat ÇELİKİER - Gülsen GÜN - Hamdi ÖLMEZOĞLU - İsmail EVCİN  
Kamil KIRATLI - Nevriye Sinem TOSUN - Nisa BARAÇ  
Nurgül AÇIKGÖZ - Özlem YILDIRIM - Reyhan ÖZTÜRK  
Seda Nur ALTAN - Samet YURTTAŞ - Sıddıka AKMAN  
Sümbül Belgin BAĞCI - Şirin Ceren GÖMLEKSİZ - Tuba ELİBOL -  
Tuğçe KARABULUT

## REDAKTÖRLER

Ayşe GÖKCE - Celal CEYLAN - Mehmet Kemal YILDIZ

## FOTOĞRAFLAR

Cesim ŞEKER - Hayri TURHAL - Halil İbrahim GÜNEŞ

## İLETİŞİM

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü  
Hacı Bayram Mah. Agah Efendi Caddesi  
No:12/1 Altındağ/ANKARA  
Değer Dergisi Telefon: (0312) 507 05 67  
Değer Dergisi Faks: (0312) 223 43 91  
e-posta: ctedeger@gmail.com

## BASKI

Ankara Açık ÇİK Matbaası  
İstanbul Yolu 15. km Hava Müzesi Karşısı  
Şaşmaz/Ankara  
Tel: (0312) 278 76 10  
Faks: (0312) 278 25 68

**MATBAA - BASKI ŞEFİ**  
Zafer KARAKAYA

## YAYIN TÜRÜ

Yerel Süreli Yayın

## BASIM TARİHİ

11.05.2026

**Hakan ERDEM**

Değer Dergisi Yazı İşleri Müdürü

**Değerli Okurlar,**

Nisan ayı doğanın yeniden nefes aldığı, insanın kendi iç sesine biraz daha yaklaştığı hususi bir zaman dilimidir. Kışın durağanlığının ardından doğada beliren her tazelik insana hayatını yeniden gözden geçirme, alışkanlıklarını sorgulama ve varlığını daha dengeli bir zemine oturtma çağrısı yapar. Baharın bu diriltici ikliminden ilhamla Değer dergisinin nisan sayısında kapağımıza da taşıdığımız “sağlıklı yaşam” temasını merkeze aldık.

Çünkü sağlık yalnızca hastalıklardan uzak bir hayat sürmekten ibaret değildir. Sağlık; bedeni koruyabilmek kadar ruhu besleyebilmek, zihni berrak tutabilmek, hayatın hızına kapılmadan ölçüyü muhafaza edebilmek demektir. Modern çağın yorgunluğu içinde insan çoğu zaman stresin, iletişim kopukluğunun, düzensiz yaşam alışkanlıklarının ve ruhsal dağılmışlığın görünmez baskısı altında yaşamaktadır. Bu sayımızda yer verdiğimiz sağlık, psikoloji ve farkındalık içerikleriyle okurlarımıza daha bilinçli daha dengeli ve daha güçlü bir hayatın imkânlarını hatırlatmayı amaçladık.

Nisan ayının anlam dünyasında önemli bir yer tutan bir diğer başlık ise “5 Nisan Dünya Avukatlar Günü”dür. Adaletin, hakkaniyetin ve savunma hakkının toplumsal hayatımızdaki vazgeçilmez yerini bu vesileyle bir kez daha hatırlıyoruz. Hukuk; insan onurunu koruyan, toplumsal düzeni ayakta tutan ve ortak vicdanı besleyen temel bir değerdir. Adaletin gerçek anlamda güç kazanması ise bu bilincin toplumun bütün kesimlerinde diri tutulmasıyla mümkündür. Biz de bu anlamlı güne iç kapağımızda yer vererek adalet fikrinin taşıdığı yükseğe değere dikkat çekmek istedik.

Bu ayın bir başka aydınlık yüzü ise çocuklara ve geleceğe açılmaktadır. “23 Nisan Milli Egemenlik ve Çocuk Bayramı”, millet iradesinin çocukların tertemiz ufkuyla buluştuğu çok özel bir anlam taşımaktadır. Çocuklar yarının büyükleri, bugünün en kıymetli emanetleridir. Bu nedenle aile, eğitim, çocuk gelişimi ve özel gereksinimli bireylere yönelik farkındalık başlıkları sayımızda özel bir yer ediniyor. Zira bir toplumun medeniyet seviyesi en çok çocuklarına gösterdiği özenle ve onlara sunduğu imkânlarla anlaşılır.

Dergimizin bu sayısında ayrıca iletişimden tarihe, kültürden toplumsal yaşama kadar uzanan farklı başlıklara da yer verdik. Çünkü insan yalnızca bedeniyle değil hafızasıyla, aidiyetiyle, kültürüyle ve kurduğu ilişkilerin niteliğiyle de ayakta kalır. Değer, her sayısında bilgi aktaran bir yayın olmanın ötesine geçerek düşündüren, duyarlılık oluşturan ve hayata daha dikkatli bakmaya çağırان bir mecra olma gayretini sürdürmektedir.

Nisan sayımızı hazırlarken temel gayemiz okurlarımıza okunacak metinler, hissedilecek, üzerinde durulacak ve günlük hayata taşınabilecek anlamlar sunabilmektir. Temennimiz odur ki bu sayfalar her bir okurumuz için daha sağlıklı bir yaşamın daha güçlü bir toplumsal duyarlılığın ve daha derin bir iç muhasebenin kapısını aralasin.

Çünkü değer çoğu zaman hayatın içinde saklı olan dengeli fark edebildiğimiz yerde başlar.

Yeni sayımızda buluşmak dileğiyle...

# İçindekiler

- ▶ **24**  
**Araştırma**  
Bir Peluşun Doldurduğu Boşluk Hissi  
Punch'ın Hikâyesi
- ▶ **26**  
**Sosyoloji**  
Mağaradan Apartmanlara Yalnız Birey
- ▶ **28**  
**90'lar**  
90'ların Televizyon Efsaneleri
- ▶ **30**  
**İletişim**  
Hafızanın Yanıltıcı Dünyası
- ▶ **32**  
**Foto Değer**
- ▶ **34**  
**Gezi**  
Nil'in Gölgesinde Binlerce Yıllık  
Medeniyet Mısır
- ▶ **40**  
**Kültür ve Gelenekler**  
Şeyh Edebali
- ▶ **42**  
**Hayatın İçinden**  
Yalnız Değilsin
- ▶ **43**  
**Kadın**  
Eski Türk Toplumunda Kadın
- ▶ **44**  
**Tarih**  
Özgürlük Heykelinin İlk Adresi  
Osmanlı Devleti miydi?

## 05 - Başyazı



## 06 - Sağlık

Bedenin Unuttuğu Kural  
Hücrelerin Zamansız Çoğalması  
Kanser



## 08 - Otizm

Otizmi Fark Et!



## 10 - Aile ve Çocuk

Bana Bir Masal Anlat Baba



## 12 - Röportaj

Buldanlı Dokuma Ustası  
Selahattin KAÇANOĞLU



## 18 - Ayın Önemi

Asırlık Çınarımız  
Türkiye Büyük Millet Meclisi



## 20 - Eğitim

Yeniden Başlamanın Biyolojisi



## 22 - Etimoloji

Manyetik Rehber



46

## Tarihin Arka Sokağı

Osmanlı'nın Yer Altı Savaşçıları  
Lağımçı Ocağı

48

## Maneviyat

Bir Nefes Sihat

50

## Güncel

Milli Egemenliğin Çocuklara Emaneti  
23 Nisan

52

## Tarihi Mekânlar

Şehrin Gürültüsünden Uzak Bir Nefes  
Kızılcahamam

54

## Sağlıklı Yaşam

Aromaterapi  
Kokunun Şifa Yolculuğu ve Modern  
Tedavi Yaklaşımlarındaki Yeri

57

## Psikoloji

Gözlemlenmek Davranışı  
Değiştirir mi?

58

## Trafik

Trafikte Yeni Dönem

60

## Spor

Holigan Hastalığı Irkçılık

62

## Canlılar Âlemi

Çölün Mucize Mühendisi Namib Böceği

64

## Yaşam

Yazın Gelişikle Yeniden Umutlanmak  
Mevsim Değişiminin Psikolojik Gücü ve  
Hayata Tutunmanın Sırrı



**DEGER**



## Sağlıklı Yaşam Güçlü Toplum

### Merhaba Değerli Okurlar,

Değer dergimizin nisan sayısında ayın değeri olarak ele aldığımız sağlıklı yaşam; bedensel iyilik hâlini ifade eden bir kavram olmakla beraber insanın zihniyle, ruhuyla ve sosyal çevresiyle dengeli bir hayat kurabilmesini esas alan bütüncül bir anlayıştır. Bu yönüyle mesele sadece nasıl beslendiğimiz ya da ne kadar hareket ettiğimiz değil; nasıl düşündüğümüz nasıl yaşadığımız nasıl ilişkiler kurduğumuz ve hayatı hangi değerler üzerine inşa ettiğimiz meselesidir.

Bizler çok iyi biliyoruz ki sağlıklı birey huzurlu ailenin, huzurlu aile ise güçlü toplumun temelidir. Bu nedenle sağlıklı yaşamı bireysel bir tercih olmanın ötesinde toplumsal bir sorumluluk olarak görmek gerekir. İnsan hayatına dokunan her alanda olduğu gibi kurumsal işleyişte de sürdürülebilir başarı ancak insanın iyi oluş hâlini merkeze alan bir anlayışla mümkündür. Bedenen güçlü, zihnen berrak, ruhen dengeli ve sosyal yönü sağlam bireylerin yetişmesi daha güvenli, daha üretken ve daha umutlu bir geleceğin kapılarını aralayacaktır.

Tam da bu noktada Değer dergimiz üstlendiği yayın misyonuyla önemli ve anlamlı bir görev icra etmektedir. Değer dergisi; okurunu düşünmeye sevk eden, toplumsal hassasiyetleri diri tutan, insani ve ahlaki ölçüleri gündemine alan bir bilim ve kültür mecrasıdır. Her sayısında farklı bir değeri öne çıkaran dergimiz, çağın ihtiyaçları ile kadim insani ilkeler arasında güçlü bir köprü kurmaktadır. Bilginin çok hızlı yayıldığı ancak anlamın ve derinliğin zaman zaman geri planda kaldığı bir çağda insanı merkeze alan değer odaklı yayıncılığın çok daha kıymetli olduğu açıktır. Değer dergimizin bu yönüyle bir bilinç ve farkındalık zemini oluşturduğuna inanıyorum.

### Değerli Okurlar,

Nisan ayı aynı zamanda milletimizin hafızasında müstesna bir yere sahip olan çok anlamlı bir günü de içerisinde barındırmaktadır. 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı, hem

millî iradenin tecelli ettiği tarihi bir dönüm noktası hem de çocuklarımıza duyulan güvenin en zarif ve en güçlü ifadesidir. Türkiye Büyük Millet Meclisinin açılışıyla birlikte millet egemenliği resmiyet kazanmış, bağımsızlık iradesi kurumsal bir hüviyete kavuşmuştur. Gazi Mustafa Kemal Atatürk'ün bu anlamlı günü çocuklara armağan etmesi ise geleceği inşa edecek nesillere verilen değerlerin açık bir göstergesidir.

Çocuklarımızın sağlıklı, bilinçli, ahlaklı, öz güvenli ve sorumluluk sahibi bireyler olarak yetişmesi güçlü bir toplumun en temel şartıdır. Bu sebeple sağlıklı yaşam anlayışı yalnızca yetişkinlerin gündeminde olan bir konu olarak görülmemeli; çocuklarımızın eğitiminde, aile hayatında, okul ortamında ve sosyal yaşamın her alanında özenle ele alınmalıdır. Bedensel sağlık kadar ruhsal gelişimin, karakter eğitiminin ve değer temelli yetişmenin de ihmal edilmediği bir anlayış geleceğimizin adına en doğru yatırımdır.

Değer dergimizin bu sayısında yer alan her yazının, her değerlendirme ve her içeriğin okurlarımızın hayatına yeni bir bakış açısı kazandırmasını, farkındalıklarını artırmasını ve değerler ekseninde daha güçlü bir düşünce zemini oluşturmasını temenni ediyorum. İnanıyorum ki sağlıklı bireylerden oluşan bir toplum yalnızca bugünü daha güçlü kılmayacak yarınları da daha güvenli ve daha umutlu bir şekilde inşa edecektir.

Bu duygu ve düşüncelerle nisan sayımızın tüm okurlarımız için hayırlı ve faydalı olmasını diliyorum, başta sevgili çocuklarımız olmak üzere aziz milletimizin 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nı en kalbi duygularıyla kutluyorum. Bu anlamlı günü çocuklara armağan eden Gazi Mustafa Kemal Atatürk ve silah arkadaşlarını rahmet, minnet ve saygıyla anıyorum. Sağlıklı yaşam bilincinin yaygınlaştığı, değerlerin güçlendiği, çocukların umutla büyüdüğü bir gelecek temennisiyle hepimizi sevgi ve saygıyla selamlıyorum.



**Seda Nur ALTAN**

Sağlık Memuru

Karabük T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# BEDENİN UNUTTUĞU KURAL HÜCRELERİN ZAMANSIZ ÇOĞALMASI KANSER

Kanser, modern çağın en çok korkulan kelimelerinden biri olup adı anıldığında akla kötü senaryoların geldiği zamansız bir hastalıktır. Kanser; insan bedeninin, yaşam tarzının ve çevresel koşulların uzun yıllar boyunca verdiği tepkilerin sonucu ortaya çıkan bir süreçtir.

İnsan vücudu her gün milyonlarca hücrenin doğduğu, öldüğü kusursuz bir denge sistemiyle çalışır. Bu düzen içerisinde hücreler belli bir programla bölünür, görevini tamamlayanlar ise sessizce ortadan kaybolur. İşte kanser, bu programın bozulmasıyla başlar. Hücreler durması gereken yerde durmaz, çoğalmaması gereken yerde çoğalmaya devam eder. Bu başkaldırı sessizdir, çoğu zaman yıllarca belirti vermez. Kanser en tehlikeli gördüğümüz yanı da budur.

Toplumda sıkça sorulan sorulardan biri şudur: “Kanser neden olur?” Bu sorunun tek bir cevabı yoktur. Genetik yatkınlık önemli bir rol oynar ancak tek başına belirleyici değildir. Asıl tabloyu oluşturan; uzun süreli stres, düzensiz beslenme, sigara ve alkol kullanımı, hareketsiz yaşam, çevresel toksinler ve hatta kronik uykusuzluktur. Kanser çoğu zaman ani değil yavaş yavaş örülen bir ağ gibidir.

Günümüzde kanser artık 'çaresiz' bir hastalık değildir. Erken tanı, modern tedavi, kişiye özel yaklaşımlar sayesinde kontrol altında tutulabilmekte hatta tamamen iyileştirilebilmektedir. Ancak buradaki kilit kelime erken farkındalıktır. Vücudun verdiği küçük sinyalleri dikkate almak, düzenli tarama testlerini ihmal etmemek tedaviye bizi olumlu sonuca ulaştıracak basit ama etkili yollardır.

Beslenme ve yaşam tarzı değişiklikleri ise yalnızca kanserden korunmada değil tedavi sürecinde de önemli bir destek unsurudur. Doğal ve dengeli beslenme bağışıklık sistemini güçlendirirken fiziksel hareket de hücre metabolizmasını düzenler. Ayrıca beslenme rutini-mize ekleyeceğimiz birçok sağlıklı gıda kanserden korunmada büyük oranda yardımcı olabilmektedir.

Kanser bedeni etkilediği gibi insanın hayatla kurduğu ilişkiyi de değiştirir. Tanı anı birçok hasta için kırılma noktasıdır. Önemli görülen dertler önemini yitirir, hayatta ertelediğimiz birçok şeyi gerçekleştirmek isteriz. Bunlar bu mücadele sürecinin olağan parçalarıdır.

Kanser hastalarının en önemli yükü de çevredeki insanların yaklaşımıdır. Çoğu zaman insanlar ne

konuşacağını şaşırır ve kelimeler yetersiz kalır. Hâlbuki bu konuda dinlemek, yargılamadan, eleştirmeden yanında olmak, destekte bulunmak önemli unsurlardır. Daima kanser hakkında konuşmak yerine kişinin ilgilendiği, sevdiği farklı konular üzerine konuşmak da zihnin rahatlamasına destek olur. Yani kanser yalnızca hastayı değil ailesini ve yakın çevresini de içine alan bir yolculuktur.

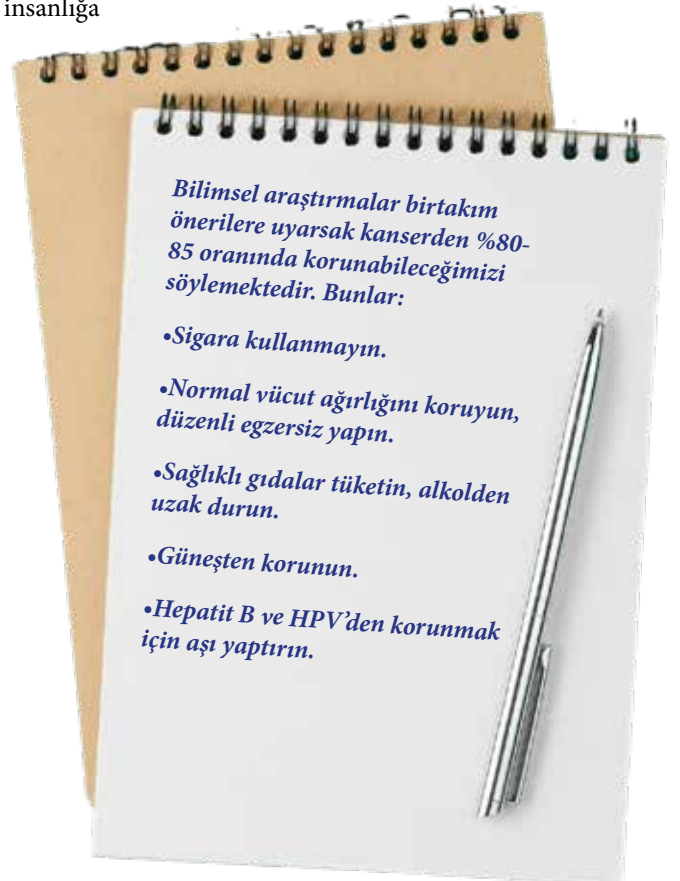
Sonuç olarak kanser, insanlığa dair zor bir gerçeği hatırlatır: Bedenimizin sandığımız kadar dayanıklı, zamanımızın sandığımız kadar sınırsız olmadığını. Ancak bilgi, farkındalık

#### Kaynaklar

1. <https://solunum.org.tr>
2. <https://psikiyatri.org.tr>
3. <https://hastane.ankara.edu.tr>
4. <https://hsgm.saglik.gov.tr>

ve bilimle birleştiğinde umut her zaman vardır. Kanserle mücadele yalnızca hastalığı yenmek değil yaşamı daha bilinçli daha anlamlı daha dikkatli yaşama cesaretidir.

Şifa ile kalın...





**Reyhan ÖZTÜRK**

Sağlık Memuru

CTE Genel Müdürlüğü Sağlık Daire Başkanlığı



# OTİZMİ FARK ET!

kullanılır. Yani otizm çok geniş bir yelpazede farklı belirtilerle görülebilir.

## Otizmin Nedenleri

Otizmin kesin nedeni günümüzde hâlâ tam olarak bilinmemektedir. Ancak yapılan araştırmalar, otizmin ortaya çıkmasında genetik faktörlerin önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Bununla birlikte çevresel faktörlerin de genetik yatkınlığı olan bireylerde riski artırabileceği düşünülmektedir. Burada özellikle vurgulanması gereken önemli bir nokta vardır: Otizm, çocuk yetiştirme tarzıyla, aile yapısıyla ya da ekonomik koşullarla ilgili değildir. Yani otizm her toplumda her ailede ve her kültürde görülebilir.

## Otizmin Görülme Sıklığı

Otizm günümüzde en yaygın nörogelişimsel farklılıklardan biri olarak kabul edilmektedir. Amerikan Hastalıkları Kontrol ve Önleme Merkezinin verilerine göre 2006 yılında yaklaşık her 150 çocuktan 1'inde otizm görülürken günümüzde bu oranın yaklaşık her 31 çocuktan 1'i olduğu tahmin edilmektedir.

Cinsiyet açısından bakıldığında ise otizm erkek çocuklarda kız çocuklara göre daha sık görülmektedir. Ayrıca otizm tanısı alan çocukların

bir kısmında öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ya da zihinsel gelişim farklılıkları gibi durumlar da görülebilmektedir.

Otizm, nörogelişimsel bir bozukluk olup bireylerin sosyal etkileşimlerinde, iletişimlerinde ve davranışlarında belirgin farklılıklar görülmesine neden olur. Kelime anlamı olarak “kendine dönük” anlamına gelen otizm; sosyal ilişkilerde yetersizlik, sözel ya da sözel olmayan iletişimde güçlükler ve tekrarlayıcı davranışlar ile karakterize edilen bir gelişimsel farklılıktır. Otizmin belirtileri genellikle yaşamın ilk üç yılı içerisinde ortaya çıkmaya başlar.

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) her coğrafyada her kültürde ve her sosyoekonomik düzeyde görülebilmektedir. Aynı isimle anılmasına rağmen her çocukta aynı şekilde ortaya çıkmaz. Her otizimli bireyin belirtileri, gelişim süreci ve ihtiyaçları birbirinden farklı olabilir. Bu nedenle “spektrum” kavramı



**Otizimli çocukların dış görünüşleri genellikle diğer çocuklardan farklı değildir. Tanı daha çok davranışların değerlendirilmesiyle konur. Uzmanlar; çocuğun gelişimini gözlemleyerek, çeşitli gelişim testleri uygulayarak ve anne-babalarla görüşmeler yaparak değerlendirilmede bulunur.**

### Otizmi Tanımak: Erken Belirtiler

Otizmin belirtileri çoğu zaman erken çocukluk döneminde fark edilebilir. Ailelerin dikkat edebileceği bazı erken belirtiler şunlardır:

- Adıyla seslenildiğinde bakmaması,
- Sanki duymuyormuş gibi davranması,
- Etrafındaki insanlara ilgi göstermemesi,
- Aile üyelerine veya bakım veren kişilere karşı ilgisiz görünmesi,
- Göz teması kurmaması ya da çok kısa süreli kurması,
- Kendisine gülümsendiğinde karşılık vermemesi,
- İşaret parmağıyla ilgisini çeken bir şeyi göstermemesi,
- Yalnız başına oynamayı tercih etmesi ve diğer çocuklarla oyun kurmaması,
- Parmakla gösterilen bir nesneye dönüp bakmaması,
- 16 aylık olduğunda anlamlı tek kelimeler söylememesi,
- Tekrarlayıcı ve takıntılı davranışlar sergilemesi (ellerini kanat çırpar gibi sallama, kendi etrafında dönme, oyuncakları belirli bir sırayla dizme gibi).

Bu belirtilerden bir veya birkaçının görülmesi mutlaka otizm olduğu anlamına gelmez. Ancak böyle durumlarda bir uzmana başvurmak oldukça önemlidir.

### Otizm Tanısı Nasıl Konur?

Otizm tanısı yalnızca bu alanda uzman doktorlar tarafından konulabilir. Ülkemizde otizm tanısı koyma yetkisine sahip uzmanlar çocuk ve ergen psikiyatristleridir.

Otizimli çocukların dış görünüşleri genellikle diğer çocuklardan farklı değildir. Tanı daha çok davranış-

ların değerlendirilmesiyle konur. Uzmanlar; çocuğun gelişimini gözlemleyerek, çeşitli gelişim testleri uygulayarak ve anne-babalarla görüşmeler yaparak değerlendirme gerçekleştirir.

Otizmin bazı belirtileri yaşamın altıncı ayından itibaren fark edilebilse de kesin tanı genellikle 12. aydan sonra konulabilir. Erken tanı konulması eğitime ve destek programlarına erken başlanabilmesi açısından büyük önem taşır.

### Otizimde Eğitim ve Destek

Günümüzde otizm için kesin bir tedavi yöntemi bulunmamaktadır. Ancak erken müdahale ve doğru eğitim programları sayesinde otizimli bireylerin gelişimleri önemli ölçüde desteklenebilir ve yaşam kaliteleri artırılabilir.

Otizim için en etkili yöntem otizme yönelik özel eğitim programlarıdır. Bu eğitimler bireyin ihtiyaçlarına göre planlanır ve genellikle sosyal becerileri geliştirmeyi, iletişim becerilerini artırmayı ve problemli davranışları azaltmayı hedefler.

Davranışsal terapiler de bu süreçte oldukça önemli bir yer tutar. Bu terapiler sayesinde otizimli bireylerin sosyal etkileşim becerileri gelişebilir, iletişim kurma becerileri güçlenebilir ve günlük yaşam becerileri desteklenebilir.

Otizim için özel bir ilaç ya da aşı bulunmamaktadır. Ancak bazı durumlarda otizme eşlik eden aşırı hareketlilik, yoğun takıntılar, hırçınlık veya depresyon gibi durumları azaltmak amacıyla ilaç tedavileri kullanılabilir.

Unutulmamalıdır ki otizm ne kadar erken fark edilir ve uygun eğitim programlarıyla desteklenirse bireyin gelişimi açısından o kadar olumlu sonuçlar elde edilebilir. Doğru destek, sabır ve anlayışla otizimli bireylerin toplumsal yaşama aktif şekilde katılmaları ve potansiyellerini gerçekleştirmeleri mümkündür.

**Kaynak:** <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/ozel-gruplara-yonelik-ruh-sagligi-hizmetleri/cocukluk-cagi-ruhsal-gelisimi/otizm-tarama-takip-programi.html>





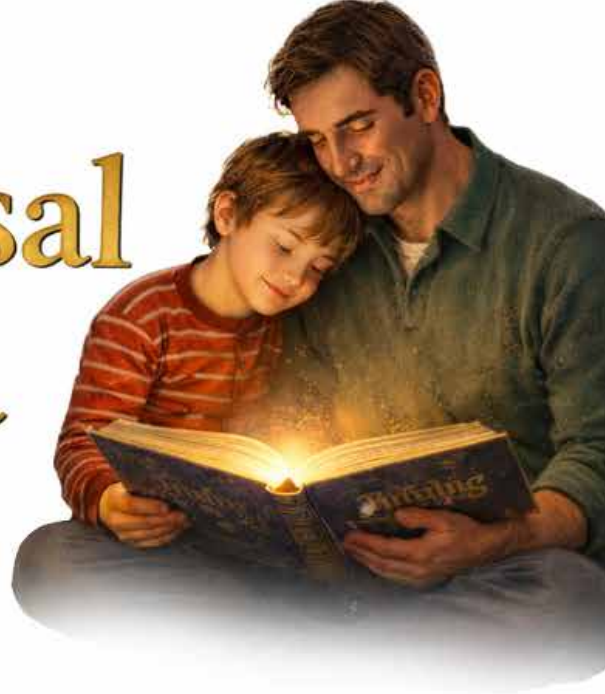
Özlem YILDIRIM •  
Sosyal Çalışmacı  
Kırşehir 2 No.lu Açık Ceza İnfaz Kurumu

# Bana Bir Masal Anlat Baba

“Çocuğun kişilik gelişiminde, olumlu davranış kazanımında, ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı, kendi kendine yetebilen ve yaşadığı dünyaya faydalı bir birey olarak yetişmesinde ailenin rolü büyüktür.” Bu bütün içinde baba yalnızca ekonomik sorumluluk üstlenen bir figür değil çocuğun gelişim sürecin-

de çok yönlü etkisi olan temel bir aktördür.

Geleneksel aile yapısında babanın “ekmek parası kazanma” rolü çoğu zaman sadece maddi bir görev olarak görülse de bu rol çocuk açısından güven, istikrar ve sorumluluk bilinci anlamına gelir. Çocuk; babasını çalışırken, emek verirken ve zorluklarla mücadele ederken gözlemler. Albert Bandura’nın sosyal öğrenme kuramında vurguladığı gibi çocuklar davranışları model alarak öğrenirler. Bu bağlamda baba; azim, disiplin, sabır ve görev bilinci gibi değerleri yaşayarak aktaran bir rol modelidir. Aynı zamanda babanın çalışma yaşamı, çocuğun toplumsal rolleriyle beraber üretkenlik ve sorumluluk kavramlarını da içselleştirmesine katkı sağlar. Ancak babalığı yalnızca “eve ekmek getiren kişi” rolüne indirgemek



eksik bir yaklaşımdır. Modern aile anlayışında babanın duygusal katılımı, çocuğun bakım süreçlerine aktif şekilde dahil olması ve günlük yaşamında görünür olması en az ekonomik katkısı kadar önemlidir. Babanın çocuğuna sevdiğini söylemesi, sarılması, onunla şakalaşması, onun yaşadığı sorunları yargılamadan dinlemesi ve birlikte çözüm üretmesi çocuğun kendini güvende ve değerli hissetmesini sağlar. Ulaşılabilir bir baba figürü çocuğun ihtiyaç duyduğunda duygusal destek bulabileceği güvenli bir liman oluşturur. Baba aynı zamanda çocuğun dış dünyaya açılan rehberidir. Okul öncesi dönemde özerklik



**Disiplin konusunda da babanın rolü belirleyicidir. Öfke ile verilen tepkiler disiplin sağlamaz. Aksine çocuğa olumsuz davranışlar için model oluşturur. Bağırarak, cezalandırmak ya da fiziksel müdahalede bulunmak yerine kararlı, tutarlı ve sevgi temelli sınırlar koymak çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlar.**



kazandırma, ilkököl döneminde sorumluluk bilinci geliştirme ve ergenlikte yargılamadan iletişim kurma büyük önem taşır. Özellikle ergenlik döneminde babanın merak eden, dinleyen ve deneyimlerini öğüt verir bir dilden uzak şekilde paylaşılan bir tutum sergilemesi sağlıklı ilişkinin sürdürülmesine katkı sağlar.

Araştırmalar, baba ilgisi ve yakınlığı gören çocukların akademik başarılarının, okula yönelik olumlu tutumlarının, motivasyonlarının ve öz güvenlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Babasıyla aktif etkileşim içinde olan çocukların dil gelişimi, bilişsel becerileri ve matematiksel düşünme yetilerinin daha güçlü olduğu da ortaya konmuştur. Baba ile birlikte oyun oynamak, kitap okumak, spor yapmak ya da günlük ev işlerini paylaşmak gibi basit ama etkili etkinliklerle aradaki bağ güçlenir. Pasif bir şekilde zaman geçirmek yerine etkileşim içeren paylaşımlar çocuğun duygusal, sosyal ve zihinsel gelişimini destekler. Babanın çocuğuna masal anlatması da bu bağı kuvvetlendiren etkinliklerden biridir. Masal okuma etkinliği, çocuğun kendini güvende hissetmesini ve öz güveninin artmasını sağlar. Babalar için de bu anlar çocukla özel ve kaliteli vakit geçirme fırsatıdır. Kısa bir hikâye bile uzun yıllar sürecektir duygusal bir bağ ve gelişim desteği sunar. Masal dinlerken çocuk olay örgüsünü takip etmeyi, neden-sonuç ilişkisi kurmayı ve karakterler aracılığıyla cesaret, dürüstlük, sabır gibi değerleri öğrenir. Kısacası masal okuma sadece bir hikâye anlatımı değil çocuğun duygusal ve zihinsel gelişimine katkı sunan, değerleri aktaran ve baba ile çocuk arasındaki bağı güçlendiren kıymetli bir paylaşımdır.

Disiplin konusunda da babanın rolü belirleyicidir. Öfke ile verilen tepkiler disiplin sağlamaz. Aksine çocuğa olumsuz davranışlar için model oluşturur. Bağırarak, ceza-

landırmak ya da fiziksel müdahalede bulunmak yerine kararlı, tutarlı ve sevgi temelli sınırlar koymak çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlar. Baba olmak, çocukla arkadaş olmak anlamına gelmez. Çocuk güvenli gelişim için net ve sağlıklı sınırlara ihtiyaç duyar.

Sonuç olarak babalık yalnızca maddi sorumluluk değil sevgi, ilgi, rehberlik ve değer aktarımı sürecidir. Çocuklarla geçirilen her an kıymetlidir. Çünkü bu anlar çocuğun hafızasında güvene ve aidiyete dönüşür. Dışarıdan güçlü ve sert görünen babalar çoğu zaman evlatlarına karşı yumuşak kalpli, fedakâr ve koruyucu birer çınardır. Çalışmanın yorgunluğunu taşıyacaklar da çocukları söz konusu olduğunda arkalarında güven veren bir gölge gibi dururlar.





**Sümbül Belgin BAĞCI**  
Öğretmen  
Sarayköy Açık Ceza İnfaz Kurumu

## **3 Bin 500 El Tezgâhından Geriye 4-5 Usta Kaldı**

*UNESCO Yaşayan İnsan Hazinesi ünvanına layık görülen Buldanlı dokuma ustası Selahattin Kaçanoğlu, Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın elinden aldığı ödülü "Buldan dokumacılığının devletimizin en üst makamında takdir edilmesi" sözleriyle anlatıyor. El emeğinin ürüne ruh kattığını vurgulayan Kaçanoğlu, geleneksel dokumacılığın yaşaması için gençlere aktarılmasının ve el dokumasına sahip çıkılmasının şart olduğunu belirtiyor.*

**Selahattin Kaçanoğlu kimdir? Eğitim hayatınızdan halk eğitim merkezi müdürlüğüne uzanan sürecinizi nasıl özetlersiniz?**

Ben Selahattin Kaçanoğlu. Denizli'nin Buldan ilçesinde doğdum. Buldan'da ailelerin ve ilçe halkının geçim kaynağı büyük ölçüde dokumacılığa dayanır. Başka meslek imkânlarının sınırlı olduğu dönemlerde Buldan halkı, aldığı ipleri ürüne dönüştürerek yani dokuyarak satar ve geçimini bu yolla temin ederdi. Ben de dokumacılıkla iç içe yaşayan böyle bir ailenin çocuğu olarak büyüdüm. Eğitim hayatımı tamamladıktan sonra öğretmen oldum. On yıl öğretmenlik yaptıktan sonra halk eğitim merkezi müdürü olarak görevime devam ettim.

Görev hayatım boyunca ailemin sürdürdüğü dokuma işinden hiçbir zaman kopmadım. Boş vakitlerimde, tatil günlerinde ya da mesai sonrasında dokuma sanatıyla ilgilenmeye devam ettim. Dokumayı yalnızca geleneksel biçimiyle sürdürmekle yetinmedim. "Bu sanata nasıl katkı sunabilirim, daha farklı neler yapabilirim?" düşüncesiyle kendimi sürekli geliştirmeye çalıştım.

**Dokumacılıkla tanışmanız nasıl başladı? Bu zanaata yönelmenizdeki etkili olan kişi ya da kırılma noktası neydi?**

Buldan bir dokuma memleketi olduğu için ailemin geçim kaynağı da dokumacılıktı. Bu nedenle ister istemez dokumanın içinde doğdum, büyüdüm ve zamanla ben de dokuma yapmaya başladım. Aslında bu sanati sevmek biraz da hayatın doğal akışı içinde gelişti. Çünkü annem ve babam çalışırken benim dışarıda gezmem doğru olmazdı. Ben de onlara yardımcı olmaya çalışırken dokumacılığın içinde daha fazla yer almaya başladım. Zamanla bu işi yalnızca bir yardım olarak değil, öğrenilmesi ve emek verilmesi gereken bir zanaat

olarak görmeye başladım.

O dönemlerde bugünkü gibi gelişmiş teknoloji ya da makineler yoktu. İpliğin boyanmasından kök boya kullanımına, çözgü hazırlığından ipliklerin düzenlenmesine kadar birçok aşama el emeğiyle yapılırdı. Çözgülerimizi de elimizle hazırlardık. Tirkeşler, toplar, çumaklar... Bütün bu süreçlerin içinde yer aldıkça dokumacılığı yaşayarak öğrendim. Kısacası bu zanaata yönelmemde en büyük etken ailem ve Buldan'ın dokumayla iç içe olan kültürü oldu. Hayatım da bu şekilde dokumacılıkla birlikte devam etti.

**Uzun yıllar eğitimci olarak görev yaptınız. Halk eğitim alanındaki tecrübeleriniz geleneksel sanatların yaşatılmasına nasıl bir katkı sağladı?**

On yıl öğretmenlik yaptım. Ardından on altı yıl halk eğitim merkezi müdürü olarak görev yaptım. Benim kişisel olarak şöyle bir yönüm var: Bir şeyi mutlaka öğrenmek isterim ve öğrendiğim zaman da en iyisini yapmaya çalışırım. Müdür

olarak görev yaptığım dönemde çeşitli alanlarda kurslar açtık. Bu kurslarda kimi öğretmenlerimiz ek ders ücreti karşılığında görev alırken kimi öğretmenlerimiz de kadrolu olarak çalışıyordu. Ancak ben hangi alan olursa olsun, o alanla ilgili mutlaka araştırma yapar; okur, sorar, öğrenmeye çalışırdım. Amacım yapılan işin en doğru ve en nitelikli şekilde yürütülmesini sağlamaktı.

Bu süreçte gençlerimize bir şeyler kazandırmak, onların önünü açmak için farklı kurslar düzenledik. Açılan bu kurslar sayesinde bugün birçok gencimizin meslek sahibi olduğunu, iş bulduğunu ve çalıştığını görmek beni son derece mutlu ediyor. Hâlâ karşılaştığım bazı kursiyerlerimiz, "Sizin sayenizde bu noktaya geldik." diyerek teşekkür ediyorlar. Bu da bizim için büyük bir manevi kazançtır.

**UNESCO tarafından Yaşayan İnsan Hazinesi seçildiniz. Bu süreç nasıl geçti?**

Emekli olduktan sonra Buldan'da

“

**Görev hayatım boyunca ailemin sürdürdüğü dokuma işinden hiçbir zaman kopmadım. Boş vakitlerimde, tatil günlerinde ya da mesai sonrasında dokuma sanatıyla ilgilenmeye devam ettim. Dokumayı yalnızca geleneksel biçimiyle sürdürmekle yetinmedim. "Bu sanata nasıl katkı sunabilirim, daha farklı neler yapabilirim?" düşüncesiyle kendimi sürekli geliştirmeye çalıştım.**



## SELAHATTİN KAÇANOĞLU

bir dokuma dükkânı açtım. Dükkânıma el dokuma tezgâhları yerleştirdim ve burada çalışmaya başladım. Ancak ben klasik anlamda Buldan halkının dokuduğu ürünlerin biraz dışına çıkarak daha farklı dokumalar yapmaya yöneldim. Çok değişik desenlere sahip kumaşlar ortaya çıkardım.

Bu çalışmalarım zamanla dikkat çekti. Kültür Bakanlığının ilgili birimleri, Türkiye'nin farklı bölgelerinde hangi sanatçıların hangi geleneksel sanatlarla uğraştığını, kimlerin bu alanda başarılı işler yaptığını araştırıyor. Bu araştır-

malar sonucunda beni İstanbul'da düzenlenen "Altın Eller Festivali"ne davet ettiler.

Festivalde tezgâhımda yaptığım dokumaları gördüklerinde, bu alanda farklı ve özel bir çalışma ortaya koyduğumu fark ettiler. Çünkü benim tezgâhımda dokuduğum bazı ürünlerin benzerini Türkiye'de dokuyabilen çok fazla kişi yoktu. Bu süreçte Kültür Bakanlığı tarafından dokuma sanatçısı olarak tanındım. Tabii bu tür çalışmalar daha sonra da takip ediliyor. "Bu kişi gerçekten ne yapıyor, bu sanata nasıl katkı sunuyor, daha neler üretebilir?" diye

bakılıyor. Sonrasında beni "UNESCO Yaşayan İnsan Hazinesi" ünvanı için aday göstermişler.

2024 yılında Ankara'ya davet edildim. Bana, "UNESCO tarafından Yaşayan İnsan Hazinesi ödülüne layık görüldünüz, gelir misiniz?" dediler. Süreç bu şekilde gelişti. Elbette UNESCO'dan alınan bu ödül herkesin kolayca ulaşabileceği bir ödül değil. Bu ünvanı alabilmek için dokuma alanında, özellikle el dokuması ve el sanatları konusunda ileri bir seviyede olmak gerekiyor. Çünkü otomatik tezgâhlarda sistem bilgisayara yüklenir ve makine dokur. Bizim yaptığımız ise tamamen el emeğine dayanan geleneksel dokumadır.

Buldan'da geçmişten bugüne binlerce insan dokumacılıkla uğraşmıştır. Ancak bu kadar kişinin içinde bu



“

Değer dergisi, böylesine önemli bir geleneğin tanıtılmasına vesile olacak. Bu tanıtım, parayla ölçülebi- lecek bir şey değil. Bu nedenle emeği geçen herkese teşekkür ediyorum. Kültürel mirasın gelecek kuşaklara taşınması açısından Değer dergisinin çok güzel ve anlamlı bir yayın olduğunu düşünüyorum.

sanatı ileri bir seviyeye taşımanız, farklı üretimler yapmanız ve geleneksel dokumaya katkı sunmanız gerekir. UNESCO'nun beni bu ödülle layık görmesi de bu çalışmaların bir sonucu oldu.

**Yaşayan İnsan Hazinesi kavramını kendi hayatınız ve tecrübeleriniz üzerinden nasıl tanımlarsınız?**

Yaşayan İnsan Hazinesi ünvanı benim için yalnızca bir ödül değil; yılların emeğinin, tecrübenin ve geleneksel sanata verilen katkının bir karşılığıdır. Bu ünvana layık görüldükten sonra dünyanın farklı ülkelerinden çok sayıda kişi benimle iletişime geçti. Tebrik mesajları ve telefonlar aldım. Şunu rahatlıkla söyleyebilirim: Dünyadaki dokumacıların özellikle farklı ülkelerde geleneksel dokuma sanatıyla uğraşan sanatçıların büyük bir bölümü beni tanır. Bunun en önemli nedeni yıllardır ulusal ve uluslararası festival ve fuarlara katılmamızdır.

“

**Cumhurbaşkanımızın elinden Yaşayan İnsan Hazinesi Ödülünü almak bana büyük bir sorumluluk da yükledi. Çünkü böyle bir ünvana layık görüldüğünüzde artık yalnızca üretmek yetmez; bildiklerinizi aktarmak, gençlere öğretmek ve bu mirasın kaybolmaması için çalışmak gerekir.**

Ben Anadolu El Sanatları Derneği Yönetim Kurulunda da görev yapıyorum. Bu kapsamda bizler, İstanbul'da ve İstanbul dışında düzenlenen festival ve fuarlara farklı ülkelerden sanatçıları davet ediyoruz. Onlar da bizleri kendi ülkelerinde düzenlenen etkinliklere davet ediyorlar. Kültür Bakanlığı da zaman zaman bu tür programlara katılmamız için bizleri görevlendiriyor.

Bu vesileyle pek çok ülkeye gittim, birçok sanatçıyla tanıştım ve dokuma sanatımızı tanıtmaya imkân buldum. Dokuma alanındaki çalışmalarım ve ortaya koyduğum

ürünler sayesinde uluslararası alanda da bilinen bir isim hâline geldim. Yaşayan İnsan Hazinesi ödülünü aldığımda da dünyanın farklı ülkelerinden çok sayıda tebrik mesajı geldi. Bu da geleneksel sanatların sınırları aşan, ülkeler arasında kültürel bir köprü kuran yönünü gösteriyor.

**Yıllardır üretim yaptığınız bu dükkânda tezgâh başında geçen bir gününüz nasıl başlıyor? Şal ve havlu dokuma sürecini iplikten ürüne kadar bize anlatır mısınız?**

Dükkânımızdaki tezgâhta genellikle şal dokuyoruz. Bunun yanında



## SELAHATTİN KAÇANOĞLU

el dokuma havlu tezgâhım da var. El dokuma havlu tezgâhı için biz “milli” deriz. Kadınların kazak örerken kullandığı şişe benzer bir sistem düşünün, o şiş yardımıyla “hav” oluşturulur. Böylece havlunun dokusu meydana gelir. Bir de “dökme havlu” dediğimiz havlu çeşidini dokuruz.

Yeni tezgâhlarımızda ise peştemal, perdelik kumaşlar, kadın ve erkek kıyafetlerinde kullanılacak kumaşlar dokuyoruz. Yani ipliğin hazırlanmasından tezgâha alınmasına, dokumanın yapılmasından ürün hâline gelmesine kadar bu işin her aşamasında bulunuyoruz.

Dükkâna geldiğimizde günümüz büyük ölçüde tezgâh başında geçiyor. Ziyaretçilerimiz geldiğinde ise işimize kısa bir ara veriyoruz. Bu aynı zamanda bizim için de küçük bir dinlenme oluyor. “Fotoğraf çekebilir miyiz, dokumanızı görebilir

miyiz?” diyen misafirlerimiz için yeniden tezgâhın başına geçiyor, dokuma yapıyor ve onlara bu sanatın nasıl icra edildiğini gösteriyoruz.

**Cumhurbaşkanı Sayın Recep Tayyip Erdoğan’ın elinden Yaşayan İnsan Hazinesi Ödülü’nü almak sizin için ne ifade ediyor?**

Bu ödül benim için çok büyük bir gurur kaynağı oldu. Çünkü yıllarımı verdiğim, çocukluğumdan beri içinde büyüdüğüm Buldan dokumacılığının devletimizin en üst makamında takdir edilmesi yalnızca şahsım adına değil Buldan adına da çok kıymetli bir anlam taşıyor.

Cumhurbaşkanımızın elinden Yaşayan İnsan Hazinesi Ödülü’nü almak bana büyük bir sorumluluk da yükledi. Çünkü böyle bir ünvana layık görüldüğünüzde artık yalnızca üretmek yetmez; bildikle-

rinizi aktarmak, gençlere öğretmek ve bu mirasın kaybolmaması için çalışmak gerekir. Ben bu ödülü Buldan’ın dokuma kültürü, ailemden aldığım emek terbiyesi ve yıllar boyunca tezgâh başında verdiğim gayret sayesinde aldığımı düşünüyorum. Bundan sonra da ömrüm yettiğince bu sanatı öğretmeye, tanıtmaya ve yaşatmaya devam edeceğim.

**Günümüzde geleneksel dokumacılığın karşı karşıya olduğu riskler nelerdir? Bu mirasın korunması için neler yapılmalı?**

Günümüzde geleneksel dokumacılığın karşı karşıya olduğu en büyük risklerden biri teknolojiyle rekabet edememektir. Teknolojiye ayak uyduramadığınızda ürününüz yeterince değer görmüyor. Ürün değer görmeyince de üretici kazanamıyor. Kazanç olmayınca da el dokumacılığı yavaş yavaş kayboluyor.



Buldan'da da bu durum açıkça görülüyor. Önceden ilçemizde yaklaşık 3 bin 500 el dokuma tezgâhı vardı. Bugün ise el dokuması yapan 4-5 kişi kaldı. Bu, geleneksel el dokumacılığı açısından çok ciddi bir kayıptır. Ancak burada şunu özellikle belirtmek isterim: Buldan'da dokumacılık tamamen bitmiş değildir. Motorlu ve elektrikli tezgâhlarda dokuma üretimi devam ediyor. Benim kastettiğim geleneksel el dokumacılığının büyük ölçüde azalmasıdır. Çünkü teknolojiye tamamen uyum sağladığımızda üretim hızlanıyor ama bu kez el sanatının özgünlüğü, emeği ve geleneksel niteliği zayıflıyor.

Bu mirasın korunması için öncelikle el dokumasının değerinin bilinmesi gerekir. Özel alıcıların, geleneksel üretimi önemseyen insanların ve kurumların bu ürünlere sahip çıkması büyük önem taşıyor. Gerçekten geleneksellikten kopmamak isteyen kişiler el dokuması

ürünleri tercih ederse bu sanatın yaşamasına önemli bir katkı sağlanmış olur.

**Değer dergisi, kültür ve geleneklerimizi yaşatan isimleri görünür kılmayı da amaçlayan bir yayındır. Bu çerçevede Buldan dokumacılığının ve sizin ustalığınızın Değer dergisi sayfalarında yer almasını nasıl değerlendiriyorsunuz?**

Geçtiğimiz günlerde Değer dergisi yazarlarıyla tanışma imkânı buldum. Bu ziyaretten büyük mutluluk duydum. Çünkü ekip olarak hem ziyaret ediyorlar hem de hazırlayacakları yazılar için dikkatle notlar alıyorlar. Bu yaklaşım gerçekten çok kıymetli.

Değer dergisi, böylesine önemli bir geleneğin tanıtılmasına vesile olacak. Bu tanıtım, parayla ölçülebilecek bir şey değil. Bu nedenle emeği geçen herkese teşekkür ediyorum. Kültürel mirasın gelecek

kuşaklara taşınması açısından Değer dergisinin çok güzel ve anlamlı bir yayın olduğunu düşünüyorum. Dergiyi Türkiye'nin farklı illerinde okuyan insanlar belki de "Buldan'da dokumacılık olduğunu biliyorduk ama bu kadar köklü ve özel bir gelenek olduğunu bilmiyorduk." diye düşünecekler. Bu da bizim için çok önemli bir katkı olacaktır.

**Son olarak Değer dergisi okurlarına özellikle hayatın içinde anlam arayan insanlara hangi mesajı vermek istersiniz?**

Değer dergisi bana göre çok önemli bir yayındır. Çünkü yalnızca belirli bir alanla sınırlı kalmıyor, Türkiye'den ve dünyadan farklı konulara yer veriyor. Türkiye'nin farklı şehirlerinden, ilçelerinden bilgiler ve önemli metinler sunuyor. Bu makalelerden, bu değerli içeriklerden toplum olarak haberdar olmamız gerekir. Bu nedenle Değer dergisine ve emeği geçen herkese teşekkür ediyorum. Okurlarına da tavsiyem okumaya, öğrenmeye ve okuduklarından hayata dair anlamlar çıkarmaya devam etmeleridir.





**Samet YURTTAŞ**

Öğretmen

Edirne F Tipi Yüksek Güvenlikli Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# ASIRLIK ÇINARIMIZ TÜRKİYE BÜYÜK MİLLET MECLİSİ



*Türkiye Büyük Millet Meclisi -Gazi Meclis- 106 yıl önce 23 Nisan 1920 tarihinde cuma namazının ardından okunan dualarla açılmıştır. Millet iradesine dayanan Türkiye Büyük Millet Meclisi, milletimizden aldığı güçle bir asırdan fazla zamanı geride bırakarak yoluna devam etmektedir. Bu uzun süreçte birçok badire atlatan ve "Gazi" ünvanını alan meclisimiz tüm mevcudiyetiyle milletimizi temsil etmeye devam etmektedir. Gazi Meclis, millet iradesinin söz bayrağıdır ve kıyamete kadar bu bayrak bütün kudretiyle dalgalanmaya devam edecektir. Tüm zorluklara rağmen açılan ve cumhuriyetimizin yapı taşlarından olan Türkiye Büyük Millet Meclisinin açılış sürecine birlikte bakalım.*

### Millet İradesi ve Meclisin Açılışı

I. Dünya Savaşı'ndan mağlup ayrılan Osmanlı Devleti 30 Ekim 1918 tarihinde Mondros Mütarekesi'ni imzalamıştır. Bu antlaşmayla Osmanlı toprakları işgale açık hâle getirilmiş ve parça parça işgal edilmeye başlanmıştır. İşgallere karşı koymakta zorlanan Osmanlı Devleti eli kolu bağlı bir hâle gelmiştir. Düşman işgaline karşı millet iradesi baş göstererek halk kendi kurtuluşu için bölgesel çalışmalar başlatmıştır. Bu kapsamda birtakım yararlı cemiyetler kurulmuştur. Kimi bölgelerde işe yarayan bu tür kurtuluş çareleri düzenli bir ordunun olmaması, imkânların kısıtlı olması gibi nedenlerden ötürü tam olarak istenilen amaca ulaşamamıştır. Mustafa Kemal Atatürk bunun farkında olarak bölgesel kurtuluştan ziyade topyekûn yurdun düşman işgalinden kurtuluşunu temele alarak hareket etmiştir. Anadolu'da mitingler yaparak halkı düşman işgaline karşı bilinçlendirmiş, yurdun düşman işgalinden kurtulması gerektiğinin altını çizerek millet iradesine değinmiştir. Bu gelişmelere ek olarak 28 Ocak 1920 tarihinde Misak-ı Milli, Mebusan Meclisinde kabul edilmiştir. Bu durum sömürgeci devletler tarafından tepkiyle karşılanmış ve İstanbul işgal edilerek Mebusan Meclisi feshedilmiştir.

İstanbul'un işgali ile bazı mebuslar da Malta'ya sürgüne gönderilmiştir. Bu gelişmeler artık Anadolu'da millet iradesine dayalı bir meclisin kurulmasını zaruret hâline getirmiştir. Mustafa Kemal Atatürk bir an evvel meclisin açılması için çalışmalara başlamış ve 19 Mart 1920'de yayımladığı beyannamede: "Ankara'da millet işlerini yürütmek ve denetlemek üzere olağanüstü yetkilere sahip bir meclis toplanacaktır. Bu meclise seçilecek üyeler, milletvekilleri ile ilgili kanuni şartlara uyacaklardır. Seçimde sancaklar seçim bölgesi olacaktır. Her sancaktan beş üye seçilecektir." maddelerine yer vererek Ankara'da

meclisin açılacağına müjdesini vermiştir.

Ayrıca 22 Nisan 1920 tarihinde sivil ve askeri makamlara göndermiş olduğu telgrafta şu ifadeler yer vermiştir: "Cenab-ı Hakk'ın lütfuyla Nisan'ın 23'üncü Cuma günü Büyük Millet Meclisi açılarak vazifeye başlayacağından o günden itibaren sivil ve askeri bütün makamların ve bütün milletin tek mercinin Büyük Millet Meclisi olacağı bilgilerinize arz edilir." Bu telgraf artık kesin olarak meclisin hangi gün açılacağını da belirtmekteydi.

### Meclisin Önemi

23 Nisan 1920 tarihinde Hacı Bayram Veli Camisi'nde kılınan Cuma namazının ardından Mustafa Kemal Atatürk meclisin açılışını gerçekleştirmiştir. Mebusların katılımıyla ve halkın coşkulu desteğiyle açılan meclis faaliyetlerine bir an evvel başlamış ve Kurtuluş Savaşı'nın kazanılmasında büyük rol oynamıştır. Özellikle Kurtuluş Savaşı'nın devam etmesi nedeniyle olağanüstü yetkilere sahip meclis isyanların bastırılmasında da etkili olmuştur. Meclisin açılmasının diğer önemli yanları ise şu şekildedir: Tarihte ilk defa resmen "Türkiye" adı bu meclisin toplanmasıyla alınmış ve kullanılmaya başlanmıştır. Meclis kurucu bir meclistir. Milli Mücadele'yi Mustafa Kemal Paşa'nın önderliğinde bu meclis sürdürmüş ve kazanmıştır. Yeni kurulacak Türk Devleti'nin esaslarını teşkil etmiştir. Kuvayı Milliye birlikleri yetersiz kaldığından düzenli ve milli bir ordu kurulmuştur. Meclisin açılması ile Milli Mücadele de meşru bir zemine oturmuştur. Meclisin açılmasının bu saydıklarım yanında daha birçok önemi bulunmaktadır. Bunları saymakla bitiremeyiz. Bütün emeği geçenlere saygı ve minnetle...

#### Kaynaklar

1. Hatipoğlu S. (2020)
2. Uçar F. (2019)





Şirin Ceren GÖMLEKSİZ  
Uzman Öğretmen  
Eskipazar Açık Ceza İnfaz Kurumu

# YENİDEN BAŞLAMANIN BİYOLOJİSİ



Tabiat yeşile dönmüş, dallarda pıtır pıtır tomurcuklarla ilkbahar kokuyor. Yeniden başlıyor sanki doğa. Bizler için de farklı değil aslında. Bilimsel verilerle ayrı ayrı açıklama yapılıyor bu konuda. Ruhumuz ise yenilenmenin, yeni bilgileri işlemenin, öğrenmenin, öğretmenin motivasyonunu hissederken beynimizin o değişken ve gelişime açık kısmı “nöroplastisite” kavramıyla açıklıyor bize.

## **Muhteşem Bir Mimar Olarak Beynimiz**

Nöroplastisite; yaşadıklarımızla, edindiğimiz yeni deneyimlerle, öğrendiklerimizle, çevreden edindiğimiz bilgilerle ve sosyal öğrenme-

lerle beynimizin kendini değiştirme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bu yetenek sayesinde beynimiz yeni sinir bağlantıları kurar, hâlihazırda olanları güçlendirir. Her yeni bilgiyle her yeni alışkanlıkla yeniden şekillenir. Yeni bir şeyler öğrenmek beyindeki nöronlar arasında yepyeni köprüler kurar. Nöroplastisite bir beyne sahip olan, bir engeli bulunmayan tüm canlılar için geçerliliğini korur. Bir kedi yeni bir yol deneyimlediğinde, genç bir kız yabancı dilde ilk kelimesini telaffuz ettiğinde, bir öğretmen yeni bir metot öğrendiğinde, bir çocuk hayatına dair yeni bir bakış açısı kazandığında beyinlerindeki milyarlarca nöron mucizevi şekilde işlemeye başlar ve yeni yollar

oluşturur. Bu uygulanabilirlik sayesinde beyin kullanılmayan yolları budayarak kapasitesini daha verimli hâle getirebilir.

## **Öğrenmenin Biyolojik Mucizesi**

Eğitim, beyin gelişiminin en önemli gıdalarındandır. Nöroplastisite ve öğrenme arasındaki bağ, bir kas yapısının egzersizlerle güçlenmesine benzer. Biz yeni bir bilgiyle karşılaştığımızda bu bilgiyi tekrar eder ve içselleştirirsek o ince patika zamanla geniş bir yola dönüşür. Bilimsel makalelerde belirtildiği üzere beyin bu değişime açık yapısı yaşam boyu öğrenmenin temel aracıdır. Bu yeteneğimiz ile öğrenme sağlanır. Öğrenme sadece

bilişsel alanda olmayabilir, duygusal ve fiziksel alanlarda da öğrenme gerçekleşir hatta bazı öğrenmeler alışkanlıklar edinmemizi sağlar. Sabırlı olmayı öğrenmek, öfkeyi kontrol edebilmek, empati kurmak da beyinde fiziksel karşılığı olan yollar oluşturur. Yani karakter dediğimiz şey aslında beynimizde en çok kullandığımız nöron yollarının toplamı olabilir. Buradan şu sonucu çıkartabiliriz; eğitimle eski, kötü, işlevsiz alışkanlıklarımızı beynimizin nöroplastisite yeteneği ile budayabilir, yerlerine yapıcı ve umut dolu yeni düşünce yolları oluşturabiliriz.

### Nöroplastisiteyi tetiklemek için neler yapabiliriz?

Nöroplastisiteyi tetiklemek ve zihinsel bir bahar temizliği yapmak için olağanüstü bir metoda ihtiyaç yoktur. Beyin gelişime açıktır ve yeniliği sever. Bunun için aşağıdaki adımları uygulayabiliriz.

**Rutinden Uzaklaşmak:** Her gün kullandığımız yoldan farklı bir yol kullanmak. Dişlerimizi fırçalarken sağ elimizi ve sol elimizi nöbetleşe kullanmak gibi rutinlerimizi değiştirmek bile beyni uyanık tutar.

**Konfor Alanından Çıkmak:** Beyin zorlandığı an gelişir; yeni bir uğraş, farklı bir hobi, ilginç bir kitap nöronları aktif tutar.

**Merakı Beslemek:** Nöronları yoran bir cümle duymak ister misiniz? “Ben artık yapamam, ben öğrenemem, ben başaramam...” gibi cümleler öğrenmemize ket vurur. Merak duygusu ise o keti kırıp geçen fidanlar gibidir. Merak, öğrenme için en güçlü motivasyon kaynağıdır.

**Tekrar ve Pratik:** Yeni kurulan nöral bağlar naziktir. Onları tekrar ederek sağlamlaştırabiliriz.

### Yarının Beyni Bugünün Tercihidir

Derin bir nefes alalım. Yapamam dediklerimiz mi, ne olursa olsun bunu başarırım dediklerimiz mi

gerçek oldu? Bugün sahip olduğumuz beyin dünkü düşüncelerinizin ve alışkanlıklarınızın bir eseridir. Dikkatli olalım çünkü yarın sahip olacağımız beyin şu anki kararlarımızla şekilleniyor. Duymak lazım beynimiz bize sesleniyor: “Ben değişime ve gelişime hazırım, yeter ki sen bir adım at.”

Haydi, hep birlikte nisan ayının bu taze enerjisi ile içimizdeki sadece bize ait olan, özgün potansiyeli fark edelim. Hiçbir hata “kalıcı”, hiçbir alışkanlık “değiştirilemez” ve hiçbir düşünce “geç kalmış” sayılmaz. Nöroplastisite, insanın kaderine mâhkum edilgen bir canlıdan ziyade kendi mimarı kendisi olan üst bilişsel donanımlarla yaratılmış bir canlı olduğunu hatırlatır bize. İlkbahar kapıda değil yenilenmek için adım atan beynimizde başlıyor. Başarabiliriz, başlayabiliriz, bitirebiliriz, bağımlılıktan kurtulabiliriz, öfkemizi kontrol edebiliriz, gülebiliriz, unutabiliriz, hatırlayabiliriz, affedebiliriz, tövbe edebiliriz, sevebiliriz, güvenebiliriz, yola çıkabiliriz, değişime direnebiliriz, o beceriyi edinebiliriz, hayalini kurduğumuz kitabı yazabiliriz, konuşmaktan korktuğumuz o konuyu sakince ve yapıcı olarak gerçekleştirebiliriz, anne olabiliriz, baba olabiliriz, istifa edebiliriz, yeni bir işe başlayabiliriz.

Bugünü not alın bir yere. Siz bugün beyninizde hangi tohumu sulayacaksınız?

#### Kaynaklar

- 1.Meryem EKSİK (2025). Nöroplastisite ve öğrenme: Beynin uyarlanabilirliği üzerine bir genel bakış (yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul
- 2.Begümhan TURHAN & Yaşar ÖZBAY (2016). Erken çocukluk eğitimi ve nöroplastisite. Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi, 1 (2), 54-63
- 3.Eda ÇOBAN KAPUOĞLU (2023). Eğitim ve Öğrenmenin Fizyolojik Temeli: Nöroplastisite. FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi, (36), 447-464



Tuba ELİBOL

Öğretmen

Küçükçekmece Denetimli Serbestlik Müdürlüğü

# MANYETİK REHBER

*“Denizde pusula insanın tek dürüst dostudur.”*

*Joseph Conrad – Lord Jim*

Yeryüzünde yürümeye başladığı günden itibaren insan yönünü aradı. Güneşe baktı, yıldızları izledi. Yeri geldi rüzgârı dinledi. Fakat bu işaretler geçiciydi. Bulutlar güneşi örttüğünde, gece çöktüğünde ya da deniz karardığında insan yönünü kaybedebiliyordu. İşte bu belirsiz anlar pusulanın icadına zemin hazırladı.

Türkçedeki “pusula” kelimesi, İtalyanca bussola sözcüğünden gelmektedir. Bussola; küçük kutu, muhafaza, sandık anlamlarındadır. Bu kelime de kökenini Latince “buxula”dan alır. Buxula ise şimşir

ağacından yapılmış küçük kutu demektir. Latince buxus doğrudan şimşir ağacını ifade etmektedir. Etimolojik zincir olarak bakıldığında pusula, yönü koruyan ve saklayan bir mekân akabinde ise yönü gösteren bir icattır.

## Güneyi Gösteren İğne

Pusulanın icadı konusunda tarihçiler büyük ölçüde Çin’i işaret eder. Bilinen en eski pusula biçimleri Çin’de ortaya çıkmıştır. İlk pusulalar bugünkü gibi iğneli ve kutulu değildi. Manyetik özelliği keşfedilmiş doğal mıknatıslı lodestone

“

1745 yılında İngiliz Mucit Gowin Knight, manyetik pusulanın gelişimine önemli katkı sağlamış, çeliğin uzun süre mıknatıslanmasını mümkün kılan çalışmalar yapmıştır. Böylece mıknatıs taşı yerine mıknatıslanmış çelik ibreler kullanılmaya başlanmış ve pusulalar daha dayanıklı ve güvenilir hâle gelmiştir.

taşı, düz bir yüzey üzerinde serbest bırakıldığında belirli bir yöne dönüyordu. Çinliler bu hareketi yer ile gök arasındaki uyumun işareti olarak yorumladı. MÖ 2. yüzyılda Çin'de kullanılan bu ilk manyetik araçlar feng shui için yani mekânsal denge ve uyum amacıyla geliştirilmiştir. Erken dönem pusulalar, şehir planlaması ve mezar yerlerinin belirlenmesi gibi amaçlarla kullanılmıştır. Akabinde bu manyetik araçlar denizcilikte yaygınlaşmıştır. Çince'de pusula için kullanılan kavramlardan biri kelime olarak güneyi gösteren iğne anlamına gelmektedir. Burada dikkat çekici nokta ise Batı medeniyeti kuzey yönünü esas alırken Çin kültüründe güney merkezdedir. İmparator güneyi karşısına alarak oturur, düzen, yön ve hâkimiyet buradan tanımlanır.

### İslam Medeniyetinde Yön

İslam dünyasında pusula ibadet merkezli bir anlam kazanır. Kible tayini pusulayı gündelik yaşamın önemli bir parçası hâline getirir. Arapçada pusula yön ölçer anlamına gelmektedir. Önemli İslam bilginleri, manyetizma ile coğrafya arasındaki ilişkiyi sistematik şekilde ele almıştır. 12. yüzyıldan itibaren pusula İslam dünyasında bilimsel bir araç olarak kabul görmüş ve "Nereye dönmeliyim?" sorusuna cevap vermiştir.

### Pusulunun Gelişimi

Pusulalar zaman içinde önemli değişim ve gelişimlerden geçmiştir. Bu gelişime katkı sağlayan isimlerden biri Bilim İnsanı ve Mucit Lord Kelvin (William Thomson) olmuştur. Gemicilikte kullanılan pusulalar üzerine araştırmalar yapan Kelvin, denizcilik pusulalarını geliştirerek daha hassas ve güvenilir hâle getirmiştir ve pusulanın patentini alan ilk kişi olarak kayıtlara geçmiştir. Kelvin'in geliştirdiği pusulalar İngiltere'nin yanı sıra Osmanlı Devleti'nde de ilgi görmüştür. Osmanlı'nın önemli isimlerinden

Binbaşı İsmail Rahmi, Kelvin'in pusulalarına dair talimatnameleri Osmanlı'ya çevirerek denizcilerin kullanımına sunmuştur.

1745 yılında İngiliz Mucit Gowin Knight, manyetik pusulanın gelişimine önemli katkı sağlamış, çeliğin uzun süre mıknatıslanmasını mümkün kılan çalışmalar yapmıştır. Böylece mıknatıs taşı yerine mıknatıslanmış çelik ibreler kullanılmaya başlanmış ve pusulalar daha dayanıklı ve güvenilir hâle gelmiştir. 19. yüzyılda demir ve çeliğin gemi yapımında yaygınlaşması manyetik pusulalarda sapma sorununu artırmıştır. Bu sorunun çözümü için 1837 yılında Britanya Donanması tarafından bir komisyon kurulmuş ve 1840 yılında dört ibreli bir pusula tasarlanmıştır.

1970'li yıllara gelindiğinde modern pusulanın farklı türleri geliştirilmiştir. Ulaşım ve arazi incelemelerinde kullanılan pusulalar; standart plaka, aynalı ve askerî tıp gibi çeşitlere ayrılmıştır. Ayrıca kerteriz pusulası, asma pusula, elektromanyetik pusula, dümenci pusulası, filika pusulası, sıvılı pusula, cayroskop pusulası, kadranlı pusula ve yavru pusula gibi hassas ölçümlerde kullanılırken standart ve aynalı pusulaların kullanım alanı daha geniştir. Pusula, ilk zamanlar basit bir yön bulma aracı iken zamanla denizcilik ve teknik alanlarda vazgeçilmez bir navigasyon sistemine dönüşmüştür.

### İbre Neyi Gösteriyor?

Yaygın bir yanlışlıktır. Pusula kuzeyi gösterir sanı-

lır. Oysa pusula, manyetik kuzeyi gösterir. Manyetik kuzey ile coğrafi kuzey arasında sürekli değişen bir fark vardır. O da manyetik sapmadır. Yani pusula da düzeltme ister. Bugün pusula artık ekranlarımıza taşındı. Akıllı telefonlarda pusula uygulamaları GPS ile entegre çalışmaktadır. Denizcilikte, havacılıkta, askerî navigasyon, dağcılık ve oryantiring, jeoloji ve maden mühendisliği gibi birçok alanda da aktif kullanılmaktadır. Özellikle denizcilikte pusula hâlâ vazgeçilmezdir. Elektronik sistemler arızalandığında manyetik pusula son sığınaktır. Bu nedenle modern gemilerde pusula zorunlu ekipmanlar arasında yer alır.

**Kaynak:** Kültür ve Yaşam. "Pusulunun Tarihi." <https://kulturveyasam.com/pusulunun-tarihi/> (Erişim: 12.02.2026)





**Sıddıka AKMAN**  
Müdür Yardımcısı  
Çanakkale Denetimli Serbestlik Müdürlüğü

## BİR PELUŞUN DOLDURDUĞU BOŞLUK HİSSİ

# PUNCH'IN HİKÂYESİ

*Punch'ın hikâyesi bize şunu hatırlatır: "Savunmasız bir bebeğin hayatta kalmasını sağlayan en temel ihtiyaç güvenli bağıdır. Bir canlının hayatındaki en dönüştürücü müdahale güvenli ve şefkatli bir ilişkidir."*



Son günlerde sosyal medyada milyonlarca kişi tarafından izlenen peluş oyuncakına sınıksız sarılan sevimli bir maymun yavrusu kalplerimize dokundu. Punch, Japonya'da Ichikawa Hayvanat Bahçesinde doğan bir makak yavrusudur. Minik yavru, annesi tarafından terk edildi ve bakıcılar tarafından biberonla süt içirilerek beslendi. Sonrasında Punch, hayvanat bahçesindeki diğer altmış makakla kaynaşması için aralarına bırakıldı. Anne figürünün yokluğu nedeniyle başlangıçta sosyalleşmede zorluk çekti ve kaygı belirtileri gösterdi. Diğer maymunlar tarafından kabul görmeyen Punch sosyal izolasyona maruz kaldı. Bakıcıların açıklamalarına göre bu süreçte yeterince beslenmiyor ve duygusal olarak zor günler yaşıyordu. Sosyalleşmesine ve kas gelişimine yardımcı olmak amacıyla hayvanat bahçesi yetkilileri Punch'a bir orangutan peluşu verdi. Punch, bu peluşa sarılmaya ve onu vekil anne gibi görmeye başladı. Yalnızlığını turuncu peluşuna sığınarak gideriyordu. Punch'ın peluşuna sarıldığı anlar yalnızlığın ve sevgi ihtiyacının evrensel bir simgesi hâline geldi.

Hadi gelin Punch'ın hikâyesini bilimsel bir çerçevede değerlendirelim.

### Bir Bebeğin En Çok Neye İhtiyacı Vardır?

Harry Harlow, 1958'de gerçekleştirdiği deneylerle anne-bebek bağlanmasına dair önemli bulgular ortaya koymuştur. Maymunlar üzerinde yürüttüğü deneyde, anne ile bebek arasındaki bağın yalnızca beslenmeyle açıklanamayacağını, sıcaklık ve temasın da belirleyici olduğunu göstermiştir. Harlow, doğumdan kısa süre sonra annelerinden ayrıldığı yavruları iki farklı "vekil anne" ile büyüttü. Biri tel örgüden yapılmış ve süt veren anne diğeri ise yumuşak havluyla kaplı ancak besin sağlamayan anne. Yavruların, yiyeceği tel anneden almalarına rağmen zamanlarının çoğunu havlu anneye sarılarak geçirdikleri, korktuklarında ise ona yönelip onu güvenli bir sığınak olarak kullandıkları gözlemlenmiştir. Bu deney, güçlü bir bağlanmanın yalnızca beslenmeyle açıklanamayacağını, fiziksel temas ve duygusal güvenin temel belirleyiciler olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca erken dönem

bağlanma deneyimlerinin bireyin ilerideki yaşamında sosyal ve duygusal ilişkilerini şekillendirebileceğini desteklemiştir.

"Bir bebek için fiziksel yakınlık, tensesel sıcaklık, yalnız olmadığını hissetmek ve ilişki kurma ihtiyacı beslenme içgüdüsünden daha güçlüdür."

### Bağlanma Kuramı

Bağlanma Kuramı denildiğinde akla ilk gelen isimlerden biri Bowlby'dir. Bowlby'e göre çocuklarıyla güvenli ilişki kurabilen ebeveynler çocuklarına güvende oldukları, değer gördükleri ve sevildikleri mesajını iletir. Bu güvenceyle çocuk öz güven kazanır ve psikolojik sağlamlığı desteklenir. Birine bağlanma ve bu bağı koruma ihtiyacı doğuştan getirdiğimiz bir güdüdür. İnsan yavrusu ancak bakım gördüğünde ve korunduğunda hayatta kalabilir. Bu korunma, bakım veren kişiye yakınlıkla mümkündür. Bebek bu yakınlığı sürdürürebilmek için bakım veren kişiye duygusal olarak

bağlanır. Zamanla bebek bir yandan koruma ve güven alırken diğer yandan dünyayı keşfetmeye başlar. Yalnızca korunma sağlanırsa keşif sınırlanır yalnızca keşfe bırakılırsa da korunmasız kalır.

Doğa bu dengeyi kurabilmek için bağlanma sistemini var etmiştir. Bebekle bakım veren arasında kurulan görünmez bağ, zaman ve mekânın ötesinde yaşam boyu etkisini sürdürür. Bebek güven çemberi içinde dünyayı keşfeder. Bir şeyler yolunda gitmediğinde anne koruma ve güven vermeye hazırdır. Bebek dünyayı keşfederken geri bildirim almak ister. Örneğin, “Anne nerede?” diye bakınır. Anne çok uzaktaysa ya da uzun süre yoksa huzursuz olur ve bağlanma davranışını devreye sokar. Gülümser, kollarını uzatır, emekler ya da ağlar. Anne bu çağrıya yanıt verdiğinde çocuk sakinleşir. Bebek, doğumdan itibaren annesiyle kurduğu ilişki üzerinden kendine ve dünyaya dair ilk izlenimlerini oluşturur: “İhtiyaçlarım görülüyor mu, seviliyor muyum, güvende miyim?” zamanla yaşadığı bağlanma deneyimlerine göre içsel bir çalışma modeli geliştirir ve beklentilerini buna göre şekillendirir. Bu deneyimler zihinde bir şema oluşturur. İlgili ve şefkatle karşılanan bebek kendini değerli hisseder, ihmal edilen bebek ise sevgiye layık olmadığına inanabilir ve mesafeli ilişkiler geliştirebilir. Erken dönemde oluşan bu bağlanma modeli kişinin kendilik algısının ve ilişkilerinin temelini oluşturur ve çoğu zaman fark edilmeden yaşam boyu etkisini sürdürür.

### Bağlanma Gelişmekte Olan Beyni Nasıl Etkiler?

Çocuğun duygularını fark etmesini, düzenlemesini ve başkalarının duygularını tanımasını limbik sistem yönetir. Bu süreçte önemli hormonlardan biri oksitosindir. Oksitosin, doğum sırasında emzirirken ve yakın ten temasında salgılanır. Aynı zamanda sevgi dolu temaslarda da

artar. Bu hormon stres sistemini baskılar, keşfetme ve öğrenme için uygun bir zemin hazırlar. Dopamin ise ödül duygusuyla ilişkilidir ve bağlanma deneyimi beyinde ödül olarak kaydedilir. Bağlanma travması yaşandığında ise amigdala daha hassas çalışır ve tehdit algısı artar.

### Punch'a Dönüş: Bağlanmanın İyileştirici Gücü

Punch'ı bu çerçevede değerlendirdiğimizde annesi tarafından reddedilmişti. Peluş oyuncuğa sarılıyor, yemiyor, içmiyor ve hayattan geri çekiliyordu. Bir bebek annesi tarafından reddedildiğinde bebeğin stres hormonları yükselir. Bu durum bebeğin iştahını bozar, sosyal davranışını azaltır ve yaşam enerjisini düşürür. Bağlanma yalnızca duygusal değil biyolojik bir ihtiyaçtır. Punch'tan gelen sevindirici haber bunu bir kez daha göstermiştir. Başka bir anne maymun onu sahiplendi. İlk temas gerçekleşti ve güven oluşmaya başladı. Punch oyun oynamaya ve yemek yemeye başladı, hayata geri döndü. Bu bir mucize değil bağlanma sisteminin yeniden devreye girmesidir. Güvenli temas oksitosin salgısını artırır, sinir sistemini yatıştırır ve stres hormonlarını düşürür. Canlı, kendini güvende hissettiğinde bedeni iyileşir ve dünyayı keşfetmeye başlar.

“Sevginin iyileştiremeyeceği yara yoktur.” cümlesi romantik görünebilir ancak nörobiyolojik bir temele dayanır. Güvenli bağ kurmak travmanın en güçlü düzenleyicisidir.

### Bağlanma ve Bağımlılık: Aynı Eksendeki İki Uç

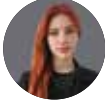
Bağımlılık; beyindeki kimyasal dengesizliklerin, ruhsal travmaların, benliğe yönelik negatif inançların, bozulmuş davranış, karakter ve kişiliğin neden olduğu dürtü kontrol bozukluğu sonucunda gelişen alkol ve uyuşturucu maddelere karşı engellenmez bir istek, arzu ve tutku

duygu hâlidir. Bağımlılık denildiğinde akla ilk olarak alkol ve uyuşturucu gelse de kişi para, yemek gibi bir nesneye, aşk gibi bir olguya ya da alışveriş, internet, kumar gibi bir davranışa, sevgili, anne gibi bir kişiye de bağımlı hâle gelebilir.

Bağımlılık; kişinin maddeye ya da davranışlara aşırı yönelmesi ve bunun yaşam işlevselliğini bozmasıdır. Bu durumun arkasında kaygı bastırma, ruhsal çatışmaları yatıştırma ya da acıyı hafifletme çabası bulunabilir. Aile ve sosyal destekten yoksun bireyler, yalnızlığı gidermek amacıyla madde kullanılan ortamlara yönelebilir. Özellikle gençlerde akran etkisi önemli bir risk faktörüdür. Bağımlılığın önemli nedenlerinden biri de travmadır. Araştırmalar, erken dönem travma öyküsü olan bireylerde bağımlılık riskinin arttığını göstermektedir. Bağlanma ve bağımlılık aynı eksenin iki ucu gibidir. Güvenli ve tutarlı bağlanma stresi azaltır ve dönüştürür travmatik bağlanma ise bireyi zarar verici arayışlara itebilir. Sahada bağımlılık çalışan bir uzman olarak şunu gözlemek mümkündür: Bağımlı bireylerin öykülerinde çoğu zaman yalnızca madde değil erken dönem ilişkisel kırılmalar benliklerinde derin yaralar da yer alır. Güvenli bir bağlanma deneyimi yaşamamış birey yoğun duygularını düzenlemek için dışsal bir araca yönelir. Bu nedenle bağımlılık tedavisinde maddeyi hayatından çıkarmak yeterli gelmez. Kişinin güvenli, tutarlı ve kapsayıcı bir ilişki deneyimi yaşaması gereklidir. Bütün bu veriler bağımlı bireyin sadece ilaç değil psikoterapötik ve psikososyal açıdan desteklenmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

#### Kaynaklar

- Şentürk E. (2025). Çocuğun Gelişim Alanları Üzerinde Anne-Çocuk Bağlanmasının Etkisinin İleri Analiz Yöntemleriyle İncelenmesi. (Yayın no: 929854). (Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi).YÖK Ulusal Tez Merkezi
- Yıldırım F.B. (2025). 2-6 Aylık Bebeklerde Anne-Bebek Bağlanması İle Annenin Bebeğini Bestemesine Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayın no: 982694). (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Okan Üniversitesi). YÖK Ulusal Tez Merkezi



Eylem YILDIRIMÇAKAR \*

Psikolog

Burdur Yüksek Güvenlikli Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# MAĞARADAN APARTMANLARA Yalnız Birey



Eski çağlarda yaşam tehlikelerle doluydu. “Ekmek aslanın ağzında derler.” ya işte bu deyim o zamanlar için sadece bir deyim olmaktan fazlasıydı. Çünkü beslenmek için avlanmak gerekirdi. Mağaralar dışarıdaki vahşi hayvanlara, soğuğa, sıcağa veya hırsızlığa karşı koruyucu değildi. Yani insanlar mağaralarında o kadar da güvende sayılmazdı değil mi? Yemekler tek tıkla mağara kapılarına kadar da gelmiyordu üstelik. İnsanların beslenmek için avlanmaları, vahşi hayvanlardan korunmaları ve bu süreçte birbirlerine destek olup birbirlerinin güvenliğini gözetmeleri gerekiyordu. İnsanların birbirine yardım etmeye ihtiyaçları vardı ve

bu ihtiyaçlar sebebiyle beraber daha çok vakit geçiriyorlardı. Ancak sonraki süreçte dünyada büyük çapta gelişmeler ve değişimler gerçekleşti. Mağaraların yerini apartmanlar almaya başladı. Artık dışarıdaki tehlikeli hayvanlardan insan gücü ve dayanışmayla korunma çabasına da gerek yoktu. Çünkü evler artık malzemesi ve konumu gereği kendiliğinden korunaklıydı ki zaten artık dışarıda tehlikeli hayvanlar da kalmamıştı. Çünkü medeni hayat vahşi yaşamdan uzak noktalara inşa edilmeye başlanmıştı. Hatta doğadaki hayvan gücüne insan zekâsı ve teknoloji galip gelmişti. Artık hayvanlar evcilleşmenin daha konforlu olacağını fark etmiş ve vahşi

“

**İnsanlarla iyi bir iletişim geliştirmek için iletişimde etkili dinlemek, incitici ifadelerden uzak durmak, açık iletişim kurmak, problemleri kişisel algılamamak ve sınırları iyi çizilemek gibi kıstaslar gereklidir.**

davranışlarının yerine daha uysal davranışlar koymaya başlamıştı. Mesela, kurtlardan türeyip evcilleşmiş köpek dostlarımız bunun bir örneğidir. Kalan vahşi türlerin yaşamı ise şehir hayatından çok uzaklardaki habitatlarla sınırlı kalmaya başlamıştı. İnsanlar artık apartmanlarda, iş yerlerinde beslenme ve güvenlik ihtiyaçlarını bir başkasının yardımı olmadan konforlu şekilde karşılamaya başladılar. Böylece bir başkasına ihtiyaç duymayan insan, yalnız yaşama eğilimini artırdı.

Medeniyet ve bireyselleşme bize konfor getirirken bizden hâlihazırda yaşadığımız çabasızsız sosyalleşmeyi götürdü. Artık sosyalleşmek, uğruna çaba harcamamız gereken bir şey hâline geldi. Kendi işlerini yapmak için bir başkasına ihtiyaç duymamak, kendine yetebilmek önemli meziyetlerdir ve evet bu meziyetler bizi birer birey yapar. Modern çağın medeni birer ferdi olduk ama bireyselleşmenin bir handikabı olarak yalnız kaldık. Birey olabilme hissiyle beraber kendimizi daha yeterli ve daha güçlü hissetmemiz gerekirken yalnızlık hissi çöktüğünde birey olabilmenin de bizi tek başına tatmin etmeye yetmediğini görebiliyoruz.

Shaline ve Shalinî'ye göre yalnızlık, yalıtılmışlık ya da yeterli nitelikte ilişkilere sahip olmamaya verilen duygusal bir tepkidir. Yalnızlık evrensel bir duygu olsa da doğası gereği kişisel yaşanır. Kişiler evlerinde, iş yerlerinde, kafelerde, restoranlarda ve daha birçok ortamda bu hissi yaşayabilirler. Yalnızlık kavramı sadece etrafınızdaki kişilerin sayı olarak azlığını kastetmez. Bazen de çevrenizde var olmalarına rağmen insanlardan beklediğiniz sosyal destek ve etkileşimi hissedemezsiniz. Çevrenizdekiler sizi dinlemiyor, size fikrinizi sormuyor, size saygı duymuyor ve size gerekli özeni göstermiyorsa o insanların yanında yalnız hissedersiniz. Yalnızlık hissiyle insanlar sevilmelerine, sevgiye layık olmadıklarına,

değerli olmadıklarına dair zihinsel şemalar oluştururlar. Bu sebeplerle depresyon yaşayabilir, üzüntü ve kızgınlık hissedebilirler.

Kişileri "yalnız birey" yapan bir diğer ortam da iş yerleri olabiliyor. İş yerlerinde kurulan, çıkarlara dayanan, temeli dostça duygulara dayanmayan ve sıklıkla bir diğeriyle değiştirilen arkadaşlıklar bir süre sonra kişinin çalışmaktan çok arkadaşlık oyunu sergilediği sahnelere dönebilmektedir. Her sabah böyle bir ortamda güne başlayıp tüm gününü böyle bir ortamda geçiren birey eğer bu çıkarlara dayanan arkadaşlık oyununa daha fazla dâhil olmak istemeyip kenara çekiliyorsa yalnız birey olmaktan başka çare bulamamaktadır. Ancak çalışmalar yalnızlık hissinin çalışanların iş doyumunu, verimliliklerini ve hatta sağlıklarını dahi olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir.

İnsanlarla iyi bir iletişim geliştirmek için iletişimde etkili dinlemek, incitici ifadelerden uzak durmak, açık iletişim kurmak, problemleri kişisel algılamamak ve sınırları iyi çizilebilmek gibi kıstaslar gereklidir. Kişi, hayatının her alanında bu kıstaslara uyarak doğru bir iletişim için çabalayabilir ve yalnızlığın kendinden kaynaklı etkilerini eleyebilir. Kişi yine iş yerinde de çalışma arkadaşlarına karşı bu sağlıklı iletişim yollarını denemelidir. Ancak çabasına ve doğru bir iletişim için adımlar atmasına rağmen sağlıklı yanıtlar alamıyorsa ve artık iş yerinde sağlıklı bir sosyal ilişki kuramayacağına karar vermişse iş yerinde iş ile sınırlı ve seviyeli bir ilişki kurmakla yetinmeyi denemelidir. Sosyal doyumunu ise iş dışındaki yaşamına bırakmalıdır. Kişi iş dışındaki hayatını doldurmalı ve daha anlamlı yaşamalıdır ki iş yerinin onu ruhsal olarak etkileme düzeyi azalsın.

Bu konuyu bir metaforla anlatalım:

**Pasta Grafiği Metaforu:** İlkokulda

matematik dersindeki pasta grafiği problemlerini hatırlıyor musunuz? Tıpkı o derslerdeki problemler gibi hayatınızı bir pasta grafiği gibi düşünün. Hatta bu pastayı boş bir kâğıda çizin. O pasta, dilim dilim sizin neye ne kadar önem verdiğinizi temsil ediyor olsun. İşiniz, aileniz, hobileriniz, etkinlikleriniz, arkadaşlarınız... Bu ve daha fazla başlık birer dilimi temsil ediyor olsun. Pastada iş yaşamına ayırdığınız dilimi gittikçe küçültmeye çalışın diğer değerlerinizin dilimlerini ise büyütme çalışın. Siz ailenizle kaliteli vakit geçirdikçe, hayatınızı aktivitelerle doldurabildikçe pastanız sizi tatmin etmeye başlayacaktır. Dışarıda size iyi gelen insanları bulup onlarla anlamlı ilişkiler kurabilip, kendinizi geliştirip hayatın iş sahasından ibaret olmadığını fark etmeye başladıkça yaşam doyumunuz artacaktır. Bu iyi oluş halinizi pastadaki diğer dilimleriniz büyü-yüp iş diliminiz küçüldükçe genelleylebileceksiniz. Bu sayede işinizin geçinmek ve kariyer yapmak amaçlı önemli olduğunun ancak işi işte bırakıp mesai sonrasında olumsuz duygu ve kaygı hâlini üzerinizde taşımamanız gerektiğinin farkına varmış olacaksınız. Bu farkındalıkla psikolojik dayanıklılığınız güçlenecektir.

Unutmayın sizler işinizden ibaret değilsiniz. İşinizi layıkıyla yapın, iş yerinizdeki insanları ve iş ile ilgili olumsuzlukları orada bırakın. Evimize ve sosyal hayatınıza kendiniz olarak dönün. Pastanızdaki diğer dilimleri büyütme ve iş dışındaki yaşamınızı renklendirmeye bakın.

#### Kaynaklar

1..Kayıkcı, K. ve Özyıldırım, G. (2019). İl maarif müfettişlerinin hissettikleri yalnızlık duygusu: nedenleri ve başa çıkmada kullandıkları yollar. Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi, 7(4), 1500-1524



**Dilek DEREBAŞI**  
İnfaz ve Koruma Memuru  
Karabük T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu



Bir dönem televizyon yalnızca bir kutu değil hayatın kendisiydi. 1990'lar Türk toplumunun dönüşümünü gündelik yaşamın duygusal derinlikleriyle harmanlayan yapımların çağıydı. Bugün hâlâ jenerikleri duyulduğunda içimizi burkan o diziler bir kuşağın ortak duygusuydu.

#### **Sıdika-Bir İsyankâr Genç Kadın:**



İstanbul'un kenar mahallesinde, kendi dünyasında okumaya, öğrenmeye, sorgulamaya çalışan bir genç kadın Sıdika. Ailesinin baskısı altında ama zekâsının ışığıyla direnen bu karakter, mizahın diliyle kadın olmanın güçlüklerine ayna tuttu. Toplumsal eleştiriye ince bir gülümsemeyle evin içine taşıyan bu

diziden ne zaman laf açılrsa aklıma "Çemkirme anneye!" ve "Dalga geçme annenin gündelik hayatıyla!" gibi müthiş replikler geliyor.

#### **Süper Baba-Hayatın Ta Kendisi:**



Bir babanın sevgisi, evlatlarının küçük sevinçleri ve hayatın ağır yükü... Süper Baba, 1993-1997 yılları arasında yayınlandığında milyonlarca izleyici için "aile" kavramının samimi bir temsiline dönüştü. Şevket Altuğ'un hayat verdiği baba karakteri, 90'ların ekonomik ve duygusal zorlukları içinde ayakta kalmaya çalışan insanın sembolüydü. Dizi, romantik bir hayal sunmak yerine gerçeği olduğu gibi anlatmayı seçti. Bu yüzden ki izleyenler onu çok sevdi.

#### **Bizimkiler-Bir Apartman Bir Ülke:**



Bir apartman ama o apartmanın içinde bir ülke vardı; farklı sınıflardan insanlar, bitmeyen tartışmalar, dostluklar, kıskançlıklar, dayanışmalar... Bizimkiler, Umur Bugay'ın kaleminden çıkan çok katmanlı bir toplumsal anlatıydı. Her karakter Türkiye'nin bir yanını temsil ederken apartman binası adeta ülkenin minyatür bir modeli hâline geldi. Sabri Bey, Cafer, Cemil, Katil Yavuz... Hepsi bir dönemin yaşayan belleğine dönüştü. Bu yüzden Bizimkiler bir dizi değil bir sosyolojik kayıttır.

### Ferhunde Hanımlar-Günlük Hayatın Bir Parçası:



TRT'nin klasik çizgisinden sapmadan sade ama derin bir hikâye anlattı Ferhunde Hanımlar. Günlük yayın formatında ilerleyen dizi, sıradan hayatların içinde saklı olan olağanüstülüğü yakaladı. Aile içi çatışmalar, kuşak farkları, küçük mutluluklar... Hepsi bir araya geldiğinde ortaya gündelik yaşamın içsel destanı çıktı. Ferhunde Hanımlar, kadın merkezli yapısıyla 90'ların televizyon diline zarif bir kadın bakışı kazandırdı.

### Çiçek Taksi-Taksim Rengi Buğday Sarısı:



Çiçek Taksi, İstanbul'daki bir taksi durağında çalışan şoförlerin hayat öyküleri üzerinden ilerliyordu. Samimi bir atmosfere sahip olan dizi birbirinden eğlenceli karakterleri içinde barındırıyordu. Ramazan Baba, Artist Celal, Şeker Kazım... Karakterlerin başına gelen olaylara tanıklık ederek onlarla bazen gülüyor bazen de hüzünleniyorduk.

### Kaynanalar: Türk Sit-Com Tarihinin İlk Göz Ağrısı:



Kaynanalar yalnızca 90'lara değil, 70'lerin ikinci yarısından 2000'lere

kadar ekranlarda fırtınalar estirmiş bir yapımdı. Otuz yıl sürmesi de gördüğü ilginin ve sevginin en büyük kanıtı.

Yapım, Anadolu'dan başkente göçen Kantar ailesinin büyük şehirde verdiği yaşam telaşını işliyordu. Bir yandan kendi geleneklerini korumaya bir yandan da Ankara'nın hayat tarzına uyum sağlamaya çalışan Kantar ailesi izleyicileri her bölümde gülümsetmeyi başarıyordu.

### İnce İnce Yasemince-Her Mevzuya Dokundu:



Çoğu Yasemin Yalçın tarafından canlandırılan birbirinden absürt ve komik karakterlerin başrolde olduğu skeçler izleyicileri en mutsuz günlerde bile güldürmeyi başarırdı. Kakılmış, Sürahi Hanım, Alican, Gülazer... Dizideki tiplerin her biri izleyiciler tarafından çok sevilmişti.

### Çılgın Bediş-Yok Başka İşim:



Televizyon tarihimizin ilk gençlik dizilerinden biri olan Çılgın Bediş, genç bir liseli olan Bediş'in ve onun arkadaşlarının gündelik yaşamlarını, dedesiyle olan o tatlı hikâyelerini işledi. Yapım, jenerik müziğiyle ve "heyoo heyoo" repliği ile akıllara kazındı.

### Mahallenin Muhtarları:



Temel karakteri üzerinden bir mahallenin tüm sakinlerinin gündelik yaşamlarını anlatan dizi yaşamımızın bir parçası olan aşk, arkadaşlık, dostluk, küslük, hayal kırıklığı, acı gibi tüm duyguları içinde barındırıyordu. Temel'in omzundan hiç inmeyen Çaydanlık isimli maymunu da diziyeye renk katıyordu.

### Bir Kuşağın Ortak Duygusu

90'ların dizileri bugünün aksine acele etmeden anlatırdı hikâyelerini. Her sahnede bir soluk her replikte bir insan yaşanmışlığı vardı. O yılların dizileri senaryodan da öte bir yaşam biçimiydi. Belki de bu yüzden yıllar geçse de o dünyalara dönme isteğimiz hiç azalmıyor. Çünkü 90'lar gerçekliğin ve samimiyetin çağını temsil eden bir dönemdi.

*Bir sonraki bölümde 90'larda teknoloji başlığı ile nostalji yolcuğumuza devam edeceğiz.*

*90'lara selamla, hoşça kalın...*

Kaynak: <https://www.bifikir.com/eski-turk-dizileri>



**Hamdi ÖLMEZOĞLU**  
Psikolog  
Denizli T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# HAFIZANIN YANILTICI DÜNYASI

“Hafıza-i beşer nisyan ile maluldür.” sözü Tanzimat Dönemi şairlerinden Muallim Naci tarafından söylenmiştir. Bu sözü açacak olursak; unutmak, insan belleğinin hep en büyük eksiklerinden biri olarak görülmüştür. Her ne kadar unutmak eksiklik olarak algılansa da bazen bir lütuftur. Yaşanan acı hatıraları, üzüntü verici olayları arkada bırakabilmek için unutmak eylemi gereklidir. Peki, hafızamıza ne kadar güvenebiliriz? Gerçekten belleğimiz yaşananları olduğu gibi ortaya koyabilir mi? Zihnimizin arşiv odalarında tur atarken her zaman doğru dosyayı bulabildiğimizi söylemek pek mümkün değildir. Bu yazıda belleğimizin zaman zaman hata yapabildiğini konu edineceğiz. Neticede insan beşer şaşar. İnsanoğlunun hafızasının da yanılması gayet mümkündür.

## İnsan Zihni Kayıt Cihazı Gibi Çalışmaz

Kullandığımız telefonlarla artık ses veya video kaydı almak çok kolay. Görüntüyü kaydettikten sonra istenildiği zaman açılıp izlenebilir ya da dinlenebilir. Ancak insan zihni bu şekilde çalışmıyor. Bilgiyi veya bir hatırayı hafızamızın odacıklarından geri çağırmaya çalıştığımızda o bilgi veya olay olduğu gibi önümüze konmaz, tekrardan inşa edilerek zihnimize gelir. Özetle hatırlamak eylemi bilginin yeniden oluşturulmasıyla meydana gelir.

## Çocukken Hiç Alışveriş Merkezinde Kayboldunuz mu?

Elizabeth Loftus isimli bir psikoloğun 1980’lerde yaptığı bir çalışmada, katılımcıların çocuklukta yaşamış olduğu anılar ailelerinden bilgi alınarak kendilerine anlatılır. Yani katılımcılar kendi anılarını dinlerler. Anlatılan bu anıların üç tanesi kişilerin ailesinden alınırken bir tanesi ise tamamen uydurma bir anıdır. Çalışmaya ismi de verilen bu sahte anı alışveriş merkezinde kaybolmayla alakalıdır. Belli bir süre sonra katılımcılardan kayda değer bir kısmı bütünüyle uydurma olan bu çocukluk hatı-



rasını anımsamaya başlarlar. Hatta bazı katılımcılar bu olayı süsleyerek o sırada yaşadığı korkudan, endişeden ve gördüğü güvenlik görevlisinden söz ederler. Bu deney bizlere belleğimizin doğru sorular sorarak ve olayla uyumlu ipuçlarını vererek manipüle edilebileceğini ve yanlış çağrışımlar yapmasının imkânsız olmadığını göstermektedir. Üstelik bireyler bu yanlış anımsamalar ve çağrışımlara sıkı sıkıya bağlanıp bunları yaşanmış gibi anlatabilir. Bir başka çalışmada ise katılımcılara trafik kazası videosu gösterilir. Daha sonra arabalar çarpıştığı-

da/parçalandığında hangi hızla gittikleri sorulur. Parçalandığında kelimesiyle soru yöneltildiğinde kişiler arabaların daha yüksek hızla gittiğini tahmin ederler. Bazı katılımcılar ise videoda olmayan cam kırıkları detayını eklerler. Sonuç olarak bir kelimenin değişmesi bile belleğimizi manipüle edebilir.

#### Tarihte Sahte Anılar

1938 yılında yayınlanan Orson Welles'in "Dünyaların Savaşı" isimli radyo tiyatrosunda Marslıların dünyayı işgal ettiği senaryosu işlenmiş, birçok kişi tarafından bu gerçek sanılmış ve insanlarda bu durum epey bir panik oluşturmuştur. Daha sonraki araştırmalarda o yayını dinleyen kişilerin yayını çok fazla abartarak anlattığı, olmayan sahneleri yaşanmış gibi anlattığı görülmüştür. Buna benzer ülkemizde efsaneye dönüşen olaylardan biri de "Hugo ve Tolga abi" isimli çocuklara yönelik televizyon programı ile alakalıdır. Efsaneye göre bu programa bir çocuk bağlanır, Hugo karakteri ile Tolga Abi'ye yönelik yakışsız ifadeler kullanır. Bu olay birçok kişi tarafından dillendirilse de programın sunucusu Tolga Gariboğlu böyle bir şey yaşanmadığını, bunu ispat eden kişiye ödül vereceğini açıklamıştır. Birçok kişi tarafından olayın yaşandığı söylenmekle birlikte henüz iddiaları doğrulayan bir görüntü veya kayıt ortaya çıkmamıştır.

Toplumsal hafıza bile bazen yeniden yazılabiliyorken kişilerin belleklerine ne kadar güvenilebileceği konusu soru işaretlerini de beraberinde getirmektedir. Özetle belleğin görevi, gerçeği depolamak veya olduğu gibi kayıt altına almak değil uyum sağlamaktır. Bunun için hafıza eksik olan noktaları içeriğe uygun şekilde doldurabilmektedir. Zihnimize için tutarlı olmak kimi zaman doğru olmaktan daha önemlidir. Elbette bu durum hafızamıza bütünüyle kuşkuyla yaklaşmamız

ya da hatırladıklarımızın çoğunu hatalı kabul etmemiz gerektiği anlamına gelmez. Asıl önemli olan zihnimizin zaman zaman yanılabilceğini, eksik kalan boşlukları kendiliğinden doldurabileceğini ve hatırladığımız her bilginin kesin doğruluk taşıyabileceğini fark etmektir.



**Kullandığımız telefonlarla artık ses veya video kaydı almak çok kolaydır. Görüntüyü kaydettikten sonra istenildiği zaman açılıp izlenebilir ya da dinlenebilir. Ancak insan zihni bu şekilde çalışmıyor. Bilgiyi veya bir hatırayı hafızamızın odacıklarından geri çağırmaya çalıştığımızda o bilgi veya olay olduğu gibi önümüze konmaz tekrardan inşa edilerek zihnimize gelir.**



**23 NİSAN**

**ULUSAL EGEMENLİK VE ÇOCUK BAYRAMI**

**Kutlu Olsun**

**DEC**



GER



**Celal CEYLAN**  
İnfaz ve Koruma Memuru  
Devrek Açık Ceza İnfaz Kurumu  
Fotoğraf: Hayri TURHAL

# Nil'in Gölgesinde

## Binlerce Yıllık Medeniyet:

# Mısır

Mısır köklü tarihî mirasıyla ve efsanevi doğal güzellikleriyle size unutulmaz deneyimler yaşatacak. Antik piramitlerden Nil Nehri'nin dingin sularına, renkli çarşılarından kızıl kumlarla örtülü çöllere kadar Mısır'ın her noktası âdeta keşfedilmeyi bekleyen bir hazine gibi. Güneş'in doğuşunu Ebu Simbel'de izlemek, Kahire'nin dar sokaklarında tarihin izlerini sürmek ya da Kızıldeniz'in berrak sularında dalış yapmak burada yaşanabilecek eşsiz anlardan sadece birkaçı. Gize'deki görkemli piramitlerin önünde tarihin büyüüne kapılabilir, Asvan'da Nil'in huzur veren manzarasını izleyebilir ya da Luksor'daki antik tapınakların arasında yürüyerek geçmişe yolculuk yapabilirsiniz. Gündüzleri çölde farklı maceralara atılırken geceleri yıldızlı gökyüzünün altında Mısır'ın mistik havasını soluyabilirsiniz.

### Tarihi

Mısır, insanlık tarihinin en eski ve en etkileyici uygarlıklarından birine ev sahipliği yapan, köklü geçmişiyle dünya tarihine yön vermiş önemli bir ülkedir. Afrika ile Asya arasında bir köprü konumunda bulunan bu topraklar özellikle Nil Nehri'nin sağladığı yaşam kaynağı sayesinde çok erken dönemlerden itibaren güçlü bir medeniyet merkezi hâline gelmiştir. Bu nedenle Mısır tarihi yalnızca bir ülkenin geçmişi değil aynı zamanda insanlık uygarlığının gelişim sürecinin de önemli bir parçasıdır.

Mısır'ın tarih sahnesine çıkışı MÖ 3100 yıllarında Yukarı ve Aşağı Mısır'ın birleşmesiyle başlamıştır. Bu birleşmeyle birlikte firavunlar dönemi doğmuş ve merkezi otoriteye dayalı güçlü bir devlet yapısı kurulmuştur. Antik Mısır uygarlığı; piramitleri, tapınakları, hiyeroglif adı verilen yazı sistemi, gelişmiş mimarisi ve bilimsel birikimiyle çağının çok ötesine geçmiştir. Özellikle Gize Piramitleri, Antik Mısır'ın mühendislik ve sanat alanındaki üstünlüğünü gösteren en önemli eserler arasında yer almaktadır. Nil Nehri'nin düzenli taşkınları sayesinde tarım gelişmiş ve bu durum hem ekonomik refahı

hem de siyasi gücü artırmıştır. Ayrıca matematik, astronomi, tıp ve takvim alanlarında kaydedilen ilerlemeler Mısır'ı antik dünyanın en gelişmiş uygarlıklarından birisi hâline getirmiştir.

Tarih boyunca Mısır farklı uygarlıkların ilgisini çeken bir merkez olmuştur. Antik dönem sonlarında Asurlular, Persler ve ardından Büyük İskender Mısır'a hâkim olmuştur. MÖ 332 yılında Büyük İskender'in Mısır'ı fethetmesiyle birlikte Helenistik dönem başlamıştır. İskenderiye şehri bilim, kültür ve ticaretin önemli merkezlerinden biri hâline gelmiştir. Büyük İskender'in ölümünden sonra kurulan Ptolemaios Hanedanı döneminde Mısır, Yunan ve Mısır kültürlerinin birleştiği özel bir yapı kazanmıştır. Bu dönemin en tanınmış ismi Kleopatra'dır. Kleopatra'nın ölümünün ardından Mısır, Roma İmparatorluğu'nun egemenliği altına girmiş daha sonra da Bizans yönetiminin önemli eyaletlerinden biri olmuştur.

7. yüzyılda İslam ordularının Mısır'ı fethetmesiyle ülkede yeni bir dönem başlamıştır. Bu fetihle birlikte İslamiyet yayılmış, Arapça giderek yaygınlaşmış ve Mısır'ın kültürel kimliği büyük ölçüde değişmiştir.

Emeviler, Abbasiler, Fatımiler, Eyyubiler ve Memlûkler gibi birçok devlet Mısır'da hâkimiyet kurmuştur. Özellikle Fatımiler döneminde Kahire önemli bir yönetim ve kültür merkezi hâline gelmiş, Eyyubiler döneminde Selahaddin Eyyubi'nin liderliğiyle Mısır İslam dünyasının güçlü siyasi merkezlerinden biri olmuştur. Memlûkler döneminde ise Mısır, hem askerî hem de ticari bakımdan yeniden büyük bir güç kazanmıştır.

1517 yılında Osmanlı Devleti'nin Mısır'ı fethetmesiyle ülke Osmanlı egemenliğine girmiştir. Osmanlı döneminde Mısır özellikle tarım üretimi, ticaret yolları ve kutsal topraklara yakınlığı nedeniyle büyük önem taşımıştır. 19. yüzyılda Kavalalı Mehmet Ali Paşa'nın öncülüğünde gerçekleştirilen reformlarla Mısır'da modernleşme süreci hız kazanmıştır. Ordu, eğitim, sanayi ve tarım alanlarında yapılan yenilikler ülkenin yeni bir döneme girmesini sağlamıştır. 1869 yılında açılan Süveyş Kanalı ise Mısır'ın jeopolitik ve ekonomik önemini daha da artırmıştır. Ancak bu stratejik değer aynı zamanda Avrupalı devletlerin Mısır üzerindeki ilgisini artırmıştır.

Günümüzde Mısır; tarihî mirası, kültürel zenginliği, stratejik konu-



mu ve bölgesel etkisiyle Orta Doğu ve Afrika'nın en önemli ülkelerinden biri olmayı sürdürmektedir.

Sonuç olarak Mısır, firavunlardan modern döneme uzanan binlerce yıllık tarihi boyunca sayısız uygarlığa ev sahipliği yapmış ve dünya kültürüne, siyasetine ve medeniyetine büyük katkılarda bulunmuştur. Sahip olduğu tarihî eserler, kültürel çeşitlilik ve köklü devlet geleneği Mısır'ı yalnızca geçmişin değil günümüzün de dikkat çeken ülkelerinden biri hâline getirmektedir.

## İklimi ve Bitki Örtüsü

Mısır, sıcak ve kurak bir iklime sahiptir. Yaz ve kış olmak üzere iki mevsim hüküm sürer. Kış ayları oldukça yumuşaktır. Akdeniz kıyılarında yıllık yaklaşık 200 mm civarındaki yağışlardan başka yağış pek görülmez. Güney bölgelerde yaz günleri 43°C'ye kadar ulaşabilen sıcaklık kış aylarında 15°C civarına düşer.

Ülkeyi etkileyen kuzey rüzgârlarından başka nisan ve mayıs

aylarında ortaya çıkan "hamsin" rüzgârı kum fırtınalarına sebep olur. Mısır'ın kurak ve sıcak iklimi, ormanlık alanlarının olmasına ve bitki örtüsünün zenginleşmesine mani olmuştur. Kıyı bölgelerinde Nil kıyıları ve havzasıyla çöllerde bulunan vaha ve kuyular çevresinde bitki örtüsü yemyeşil ve verimlidir. Diğer bölgeler çoğunlukla çöldür. Çöller genellikle kurak bitki örtüsüne sahiptir.

## Tarım ve Yer Altı Kaynakları

Tarım faaliyetleri büyük ölçüde Nil Nehri çevresinde yoğunlaşmıştır. Çünkü Mısır'ın büyük bölümü çöllerle kaplıdır ve tarıma elverişli alanlar sınırlıdır. Nil Nehri'nin suladığı verimli topraklarda pamuk, buğday, pirinç, mısır, şeker kamışı, sebze ve meyve yetiştirilmektedir. Özellikle pamuk, Mısır tarımında önemli bir yere sahiptir ve uzun yıllardır ülkenin öne çıkan tarım ürünlerinden biri olmuştur.

Ticaret bakımından Mısır stratejik konumu sayesinde oldukça önemli

bir ülkedir. Afrika ile Asya arasında geçiş noktası olması ve Akdeniz ile Kızıldeniz'i birbirine bağlayan Süveyş Kanalı'na sahip bulunması ülkenin ticari değerini artırmaktadır. Mısır; petrol, doğal gaz, pamuk, tekstil ürünleri, kimyasal maddeler ve bazı tarım ürünlerini ihraç etmektedir. Buna karşılık makine, ilaç, ulaşım araçları ve çeşitli sanayi ürünlerini ithal etmektedir. Özellikle Süveyş Kanalı dünya ticaret yolları üzerindeki önemli konumu sayesinde Mısır ekonomisine büyük katkı sağlamaktadır.

Yer altı kaynakları açısından da Mısır zengin bir ülkedir. Ülkede en çok petrol ve doğal gaz çıkarılmaktadır. Bunun yanında fosfat, demir cevheri, manganez ve altın gibi madenler de bulunmaktadır. Bu kaynaklar hem ülkenin sanayisinde kullanılmakta hem de dış ticarete gelir sağlamaktadır. Bu nedenle tarım, ticaret ve yer altı kaynakları Mısır ekonomisinin gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır.



## Tarihi ve Turistik Yerleri

### Gize Piramitleri ve Büyük Sfenks



Gize Piramitleri ve çevresinde bulunan Büyük Sfenks Mısır denince akla gelen ilk yerlerden biridir. Eski Mısır kültürüyle şekillenen ve kraliyet için yapılan piramitlerin gölgesinde zaman yolculuğuna çıkmaya hazır ol! Antik dünyanın yedi harikasından biri olan Keops ile Kefren ve Mikerinos piramitlerinin önünde harika fotoğraflar çekebilir, akşamları düzenlenen ses ve ışık gösterileriyle unutulmaz anlar yaşayabilirsiniz.

Mısır'ın belirleyici sembolleri arasındaki Keops, Büyük Gize Piramidi olarak da geçiyor. İki milyondan fazla taş blokla inşa edilen Keops Piramidi 230 metre taban uzunluğunda. Büyük Piramit'in inşa edilme süreciyle ilgili birçok varsayım bulunmaktadır. Üst kısmında 36 tonluk bir taş bulunan Kefren Piramidi ise 143,5 metre yüksekliğindedir. Keops'a kıyasla daha ufak olan Kefren Piramidi'nin üstünde bir de kraliçe odası bulunuyor. Gize Piramitlerinin en küçüğü Mikerinos Piramidi de 65 metre uzunluğundadır. Mimarisiyle kendine hayran bırakan piramidin çekirdeği kireç taşından ve granitten inşa edilmiş.

Gize platosundaki Büyük Sfenks'in efsanevi ve çarpıcı mimarisi de seni oldukça etkileyecek. Kafası insan, gövdesiyse aslan biçimindeki heykel, Yunan mitolojisinde büyük bir öneme sahiptir. 73,5 metre uzunluğundaki Büyük Sfenks, doğan güneşi ve firavun için yeniden dirilişi temsil ediyor.

### Krallar Vadisi



Firavunlar Vadisi olarak da bilenen bu vadi, yeni krallığın firavunları ve dönemin ileri gelenleri için inşa edilmiş. Nil Nehri'nin batı kıyısındaki Krallar Vadisi'nde 63 mezar ve oda mevcuttur. Mısır mitolojisi ile bağdaştırılan kral mezarlarını keşfederken dönemin inançlarını ve cenaze uygulamalarını da öğrenmek mümkün. Antik Çağ'da birçok mezar zarar görmüş olsa da var olan mezarlar firavunların zenginliğini ve gücünü gösterir nitelikte.

Firavunların mezarlarının bulunduğu bölgede 4 Kasım 1922'de Tutankamon'un mezarı da keşfedilmiştir. Üstelik bu mezarın içinden ölüm maskesi, elbise mankeni ve savaş arabası gibi birçok eser çıkarılmıştır.

### Karnak Tapınağı



Mısır'da gezilecek tarihi yerler arasındaki Karnak Tapınağı'nın ince işçilikli sütunları ve heykelleri, göz kamaştıran detaylarıyla sizi resmen büyüleyecek. Mısır tanrılarının en büyüğü Amon-Ra'ya adanmış tapınak kompleksi âdeta açık hava müzesi. Binlerce firavunun kendi yapılarını eklediği devasa tapınak Mısır'ın sanatsal, mimari ve dilsel özelliklerini anlamak için harika bir keşif rotası olacak. Doğayla iç içe olan Karnak Tapınağındaki dikili taşlar sanki dönem sahnesinden

fırlamış gibi. Birçok firavundan izler taşıyan Hipostil Salonu ve bu salondaki devasa sütunlar da Mısır'ın süsleme sanatını yansıtıyor. Hipostil Salonunda her biri yaklaşık 24 metre yüksekliğinde olan 134 adet devasa sütun bulunuyor. Farklı dönemlerde inşa edilen ve eklemelerle genişletilen Karnak Tapınağı'nın avlularını gezerken kendinizi bambaşka bir dünyadaymış gibi hissedeceksiniz!

### Azize Katerine Manastırı



Yüzyıllar öncesine dayanan bir geçmişe sahip Rum Ortodoks Manastırı, Azize Katerine adına taş ustası Procopius tarafından inşa edilmiştir. Mısır'daki Sina Dağı'nın eteklerinde yer alan manastır, dünyanın en eski manastırlarından biridir. UNESCO Dünya Mirası Listesi'ndeki manastır özellikle el yazmalarıyla, ikonalarıyla ve mozaikleriyle ünlüdür. Ayrıca mozaiklerle süslü iç mekânı Bizans sanatını yansıtır nitelikte olup manastırın içinde nadir el yazması eserlerin korunduğu kadim bir kütüphane de mevcuttur.

### Montazah Sarayı



Mısır'ın İskenderiye kentindeki saray 1982 yılında Hidiv İsmail'in emriyle inşa edilmiştir. Sarayın içindeki Mortazah bahçelerinde birkaç küçük saray, bir cami ve havuz bulunuyor. Bu görkemli saray Rönesans mimarisinin etkileyici bir

örneğidir. Palmiye ağaçları, egzotik bitkiler ve çiçeklerle süslenmiş olan Montazah Bahçeleri Mısır'ın turistik yerlerinden biridir. Tarihi saray mimarisinin ince işçilikli tasarımı seni Mısır'ın geçmişine doğru bir yolculuğa çıkaracak. Montazah Sarayı kültürel dokusuyla, etkileyici deniz manzarasıyla ve geniş bahçeleriyle Mısır'ın meşhur yerleri arasındadır. Özellikle doğayla iç içe olan yapıları seviyorsan burası senin için harika bir durak.



## Şarm El-Şeyh

Kızıldeniz'de yer alan Şarm El-Şeyh, Sina Yarımadası'nın hemen ucunda konumlanıyor. Şarm El-Şeyh çöl aktiviteleriyle, berrak sularıyla ve Mısır'ın kültürünü yansıtan sokaklarıyla resmen bir tatil cenneti. Farklı etnik kökenlere ev sahipliği yapan bölgede birçok turistik nokta mevcut.

Tiran Adası, Renkli Kanyon ve Naama Körfezi gezilecek yerler arasında. Dalış ve şnorkelle yüzme olanakları bulunan Tiran Adası'nda Mısır'ın masmavi denizini deneyimleyebilirsin. Eşsiz şekilleriyle kendine hayran bırakan Renkli Kanyon'da gün batımının büyüleyici manzarasına şahit olabilirsin. Dilersen off-road araçlarla kanyonun kıyı şeridini turlaman da mümkün. Üstelik dünyanın en renkli mercan resifleri de burada. Bölgenin muhteşem mercan resifleri ve beyaz kumlu plajları sana unutulmaz bir tatil deneyimi yaşatacak.



## Hurgada

Mısır'ın küçük ve sakin balıkçı kasabası Kızıldeniz'in en önemli dalış merkezlerinden birine dönüştü. Şarm El-Şeyh'ten sonra Mısır'ın en önemli dalış noktalarından biri olan Hurgada; başlangıç seviyesinden mağara dalışına kadar sunduğu birçok seçeneği ve zengin su altı topografisiyle dünyanın en gözde dalış merkezlerinden biri olma yolunda ilerliyor.



## Sina Dağı

Farklı dinler tarafından kutsal bir mekân olarak kabul edilen Sina Dağı, Mısır'ın gezilecek yerleri arasında. Volkanik elementler içeren kristal ve granit kaya oluşumlarından meydana gelen dağ çarpıcı bir görünüme sahip. Sina Dağı'nın doruk noktasının yüksekliği 2285 metredir. Sina Dağı'na kültürel gezi programları ve bireysel geziler kapsamında dünyanın pek çok yerinden ziyaretçi geliyor. Dinî ve tarihî açıdan önem taşıyan bu dağ, Mısır'ın ünlü yerlerinden biri olarak dikkat çekiyor. Gün batımına yakın bir vakitte yürüyüşe başlayarak güneşin dağa vuran gölgesini izleyebilir ve yol boyunca harika fotoğraflar çekebilirsiniz.



## Kahire Mısır Müzesi

Özellikle Eski Mısır uygarlığının tarihine ilgi duyuyorsanız ve kadim eserleri incelemeyi seviyorsanız bu

müze tam sızlık. 1981 yılında Gize'de kurulan müze, neo-klasik mimariye sahip. Antik Mısır uygarlığına ait eserlerin sergilendiği Kahire Mısır Müzesi devasa koleksiyonuyla ünlü. Kraliyet odalarıysa Kahire Müzesi'nin ilgi çeken bölümlerinden. Firavun döneminden kalma heykeller, mezar eşyası, mumya koleksiyonları ve altın takılar gibi birçok tarihî eser mevcut. Ayrıca bu müze Mısır'ın binlerce yıllık tarihini yansıtan 150 bin parça tarihî esere de ev sahipliği yapıyor.



## İskenderiye Kütüphanesi

Antik çağlardan beri bilginin ve kültürün beşiği olan İskenderiye Kütüphanesi, Mısır'ın etkileyici simgelerinden biridir. Geçmişle modernliği harmanlayan mimarisi ve içindeki geniş arşiviyle hâlâ bilimin ve sanatın kalbinin attığı bir yer. Deniz kıyısındaki kütüphane hem eski İskenderiye'nin ruhunu yaşıyor hem çağdaş bir kültür merkezi olarak varlığını sürdürüyor.

Antik kütüphanenin mirasını yaşatma amacıyla hizmet veren İskenderiye Kütüphanesi, 2002 yılında açılmış. UNESCO ve Mısır hükümetinin iş birliğiyle kurulan bu yapı, sekiz milyon kapasiteli büyük bir okuma alanına sahip. Ayrıca bünyesinde bilim müzeleri, sergi alanları ve el yazması koleksiyonlar da barındırıyor.

### Mutfak ve Yöresel Lezzetleri

#### Koşari

Mısır mutfağının en ünlü yemeklerinden biri olan koşari ülkenin adeta simgesi hâline gelmiştir. Pirinç, makarna, mercimek ve nohudun bir araya gelmesiyle hazırlanan bu yemek, üzerine eklenen domates sosu ve kızarmış soğanla zenginleşir. Hem doyurucu hem de ekonomik olması nedeniyle Mısır halkı tarafından çok sevilir. Sokak lezzetleri arasında da özel bir yere sahiptir.

#### Ful Medames

Fasulye, sarımsak, yağ ve limon suyu ile hazırlanan ful medames, Mısır'ın en popüler yemeklerinden biridir. Medames kelime olarak "gömülü" anlamına gelir. Yemeğin pişirildiği kap, kömür veya kumun içerisine gömülür. Ardından pişirme işlemine geçilir. Hazırlanan bu yemek tahin, pastırma, domates sosu ve yumurta eşliğinde servis edilir.

#### Molokhia

Molokhia, Mısır mutfağının en geleneksel yemeklerinden biridir. İnce doğranmış molokhia yapraklarının sarımsak, kişniş ve et ya da tavuk suyuyla pişirilmesiyle hazırlanır. Kendine özgü kıvamı ve aromasıyla dikkat çeker. Genellikle pilav ve et yemekleriyle birlikte servis edilir. Mısırlılar için hem ev sıcaklığını hem de geleneksel mutfak kültürünü yansıtan özel bir yemektir.

#### Fattah

Fattah özellikle bayramlarda, düğünlerde ve özel günlerde yapılan gösterişli bir yemektir. Kat kat hazırlanan bu yemekte pirinç, kızarmış ekmek parçaları, et ve sarımsaklı domates sosu bir araya gelir. Lezzeti kadar sunumuyla da dikkat çeken fattah, Mısır sofralarının en güzel yemeklerinden biri olarak kabul edilir.

#### Hawawshi

Hawawshi, baharatlı kıymanın ekmek arasına yerleştirilip fırında pişirilmesiyle hazırlanan ve çok sevilen bir Mısır yemeğidir. Dışı çıtır içi ise sulu ve lezzetlidir. Hem sokak lezzeti hem de ev yemeği olarak tüketilir. Pratik oluşu ve doyurucu yapısıyla oldukça popülerdir.

#### Basbousa

Basbousa, Mısır mutfağının en sevilen tatlılarından biridir. İrmikle hazırlanan bu tatlı, şerbetle bulduğunda yumuşak ve yoğun bir lezzet kazanır. Üzeri genellikle badem ya da Hindistan cevizi ile süslenir. Özellikle çay saatlerinde ve özel davetlerde sıkça ikram edilir.



Basbousa



Ful Medames



Koşari



Fattah



Molokhia



Hawawshi

#### Kaynaklar

1. <https://www.cografya.gen.tr/siyasi/devletler/misir.html>
2. <https://islamansiklopedisi.org.tr/misir>
3. <https://www.lezzet.com.tr/lezzetten-haberler/misir-mutfagi-yemekleri>
4. <https://www.etstur.com/lets-go/misirda-gezilecek-yerler>



Kamil KIRATLI

Öğretmen

Bilecik M Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu



# ŞEYH EDEBALI

ve sonra önemli bir simge olarak karşımıza çıkan, 2026 yılı vefatının 700. yılı olması sebebiyle UNESCO tarafından anma programlarına dâhil edilen Şeyh Edebali'yi anlatmaya ve anlamaya çalışacağız.

## Şeyh Edebali Kimdir?

Şeyh Edebali 1208 yılında Türkmenistan'ın Merv şehrinde dünyaya gelmiştir. Osman Gazi'nin kayın-pederidir. Şeyh Edebali çocukluk yıllarını Horasan'da geçirmiştir. Çocukluk yıllarının ardından ise eğitimi tamamlamak için Şam'a gitmiştir. Burada kendisinin bilge bir kişilik olmasına vesile olacak kişilerden eğitim almış ve fikir dünyasını geliştirmiştir. Şeyh Edebali Selçuklu döneminin önemli âlimleri arasında gösterilmektedir. Osmanlı Devleti kurulduktan sonra irşat ve eğitim faaliyetlerine devam etmiştir. Mevlana Celalettin Rumi ile aynı dönemlerde yaşadığı bilinmektedir. Aynı dönemde yaşadığı bilgiler ile düşünce alışverişlerinde bulunmuş, onların eserlerinden faydalanmıştır. Şeyh Edebali aslen Karamanlıdır.

Şeyh Edebali, Şam'da İslam hukuku, tefsir ve hadis alanlarında uzmanlaşmıştır. Eğitimi Şam'da tamamladıktan sonra Eskişehir civarına yerleşmiştir. Daha sonrasında Bilecik ilinin Osmanlı Devleti tarafından fethedilmesinin ardından ilin geliştirilmesi ve fethedilen bölgelerde düşüncelerin anlatılması için zaviyesini Bilecik'e taşımıştır.

İlme ve adalete verdiği önem insanlarımız tarafından bilinmektedir. Osmanlı Devleti'nin kurulmasında ve temellerinin atılmasında önemli katkıları bulunmaktadır. Araştırmalara göre Bilecik ilinde bir zaviyesi olduğu bilinmektedir. Zaviyeler, geçmiş zamanlarda kültürümüz içinde yer alan tasavvufi düşüncelerin anlatılmasında ve yaygınlaşmasında önemli yer tutmaktaydı. Şeyh

Toplum olarak kültürümüzün şekillenmesinde önemli şahsiyetlerin etkisi çok büyüktür. Tarihimizin farklı yerlerinde farklı şekillerde karşımıza çıkan bilge şahsiyetler, davranışları, sözleri ve yol göstericilikleri ile bizlere örnek olmuşlar ve ortak kültürümüzün oluşmasına da katkı sağlamışlardır.

Toplum olarak bilgiye ve düşünceye önem veren bir geleneğe sahibiz. Geçmişten günümüze öne çıkan isimlere baktığımızda devlet yönetiminde yol gösterme noktasında liderler bu önemli şahsiyetlerin tecrübelerinden faydalanmıştır. Bu kişiler toplumun bilgi sahibi olmasında ve kalkınmasında yapmış oldukları çalışmalar ile ön plana çıkmışlardır. Türk medeniyetinin kurulma aşamasında, kültürümüz içinde yetişen ve araştırarak kendilerini geliştiren düşünürlerimizin önemi yadsınamaz. Toplumun anlatmak isteyip de anlatamadıklarına ve ihtiyaçlarına tercüman olma niteliği göstermişlerdir. Bu yazımızda Osmanlı Devleti'nden önce



**Şeyh Edebali'nin bilge kişiliğinin özünde yer alan adalet ve hoşgörü Osmanlı Devleti'nin de üzerinde yükseldiği unsurlardan olan 2 temel ayağı oluşturmuştur. Şeyh Edebali, hoşgörüsü ve güncelliğini yitirmeyen öğretileri ile Osmanlı Devleti'nin uzun yıllar geniş coğrafyalarda hüküm sürmesinin kapılarını aralamıştır.**

Edebali birçok bilge şahsiyetten ders almış bilgisini ve eğitimini geliştirmiş daha sonrasında da aynı şekilde kendisi de bilgilerinden faydalanabilmeleri için talebelerine eğitimler vermiştir. Şeyh Edebali ve onun gibi kültürümüz ve tarihimiz için önemli şahsiyetler bilgilerini anlatarak ve merak ettiklerini cevaplayarak hem Osmanlı Devleti'ne hem de İslamiyet'e karşı insanların düşüncelerinin değişiminde olumlu yönde rol oynamıştır. Şeyh Edebali hoşgörü ve bilgisi ile insanların kalplerinde büyük bir yer tutmuştur. Şeyh Edebali'nin aynı zamanda Osmanlı Devleti kurulmadan önce de faaliyetlerini sürdüren "Ahilik Teşkilatı" ile ilgili çalışmaları yer almaktadır. Bazı kaynaklarda Ahilik Teşkilatının reisi olduğu tabiri geçmektedir.

### Şeyh Edebali ve Osman Gazi

Osman Gazi ve Şeyh Edebali'nin Söğüt'te tanıştığı bilinmektedir. Osman Gazi'nin rüyasını yorumlayan ve anlamlandıran kişi Şeyh Edebali'dir. Rühayı yorumlayan Şeyh Edebali, Osmanlı Devleti'nin kurulacağı müjdesini vermiştir. Osman Gazi'nin Edebali'nin zaviyesinde misafir olarak kaldığı gece gördüğü rüya şu şekilde anlatılır:

"Şeyh Edebali'nin koynundan bir ay çıkıp Osman Gazi'nin koynuna girdi. Göğsünden bir ağaç bitti. Öylesine büyük bir ağaç oldu ki dalları gökleri, kökleri tüm dünyayı sardı. Gölgesi bütün yeryüzünü tuttu. İnsanlar o ağacın gölgesinde toplandılar. Ulu dağlara ve dağların eteğinden çıkan çöskün sulara hep o ağaç gölge etti."

Osmanlı Devleti'nin kurucusu ve ilk hükümdarı olan Osman Gazi, Şeyh Edebali'nin kızıyla evlenmiştir. Bu şekilde Anadolu'da yerleşmeye başlayan ve hoşgörüsü ile insanları ulu çınarın altında toplayan Osmanlı Devleti, Ahilik Teşkilatı ile de güçlü bağlar kurmuştur. Şeyh Edebali Osmanlı

Devleti'nin kuruluşunda önemli faaliyetler gerçekleştirmiş, Osman Gazi'ye danışmanlık yapmıştır ve devlet yönetimi konusunda bir nevi yol gösterici rolü üstlenmiştir. Şeyh Edebali, Osmanlı Devleti'nin kuruluş dönemlerinde manevi lider olarak yerini almıştır. Literatürde yer alan bir araştırmaya göre Osmanlı Devleti'nin maddi kurucusu olarak Osman Gazi gösterilirken manevi kurucusunun ise Şeyh Edebali olduğu yazılmıştır. Onun tecrübeleri ve yol göstericiliği Osman Gazi'ye ilham kaynağı olmuş ve alacağı kararlarda etkisini göstermiştir.

Şeyh Edebali'nin bilge kişiliğinin özünde yer alan adalet ve hoşgörü Osmanlı Devleti'nin de üzerinde yükseldiği unsurlardan olan 2 temel ayağı oluşturmuştur. Şeyh Edebali, hoşgörüsü ve güncelliğini yitirmeyen öğretileri ile Osmanlı Devleti'nin uzun yıllar geniş coğrafyalarda hüküm sürmesinin kapılarını aralamıştır. Şeyh Edebali ve ondan sonra gelen birçok bilge kişilik Osmanlı Devleti'nin diğer medeniyetlerden farkını davranışları, düşünceleri ve çalışmaları ile ortaya koymuştur. Hoşgörü geleneği fethedilen topraklardaki farklı millet ve farklı dinlerden insanların Osmanlı Devleti'ni ve onun kültürünü tanımasına olanak sağlamıştır.

### "İnsanı yaşat ki devlet yaşasın"

Osmanlı Devleti fetihler, gazalar ve cihatlar ile yeni topraklar elde ederken orada yaşayan insanların inançlarına ve yaşam tarzlarına karşı da hoşgörüyü elden bırakmamıştır. Şeyh Edebali'nin fikirleri Türk İslam Medeniyetinin mayasını oluşturmuştur. Fetih sonrasında orada yer alan insanların ihtiyaçları ve sorunları devlet içinde yer alan bilge şahsiyetler tarafından dinlenmiş, çözümlenmesi için devlet yöneticilerine iletilmiştir. Kimsenin inancına karışılmamıştır. Şeyh Edebali gibi tasavvufi bilge kişilikler hem İslamiyet'i anlatmış hem de Osmanlı Devleti'nin hoşgörü-

sünü oralarda yer alan insanlara anlatmak için gayret sarf etmiştir. Osmanlı Devleti ve tarihimiz için önemli bir isim olan Dursun Fakih, Şeyh Edebali'nin damadıdır. Şeyh Edebali bulunduğu yerlerde birçok öğrenci yetiştirmiş ve kültürümüz ve toplumumuz faydasına birçok faaliyet gerçekleştirmiştir. Şeyh Edebali'nin yaşamı 1328 yılında 120 yaşında son bulmuştur. Daha sonrasında ise dergâhının yanına defnedilmiştir. Şeyh Edebali'nin düşünceleri ve eserleri günümüze kadar ulaşmıştır.

### Şeyh Edebali ve Bilecik İli

Tarihimizde Osmanlı Devleti ve Türkiye Cumhuriyeti için önemli yer tutan Bilecik ili için Şeyh Edebali'nin önemi oldukça fazladır. Günümüzde insanların ziyaret ettikleri Şeyh Edebali Türbesi bu ilimizde yer almaktadır. Şeyh Edebali, Bilecik ile özdeşleşmiş bir isim olarak karşımıza çıkmaktadır. Bilecik ili Osmanlı İmparatorluğu'nun kurulduğu ve Osman Gazi'nin sık sık bulunduğu bir yer olmasından dolayı önemlidir. Şeyh Edebali ise Bilecik ilinin fethedilmesinin ardından burada eğitim ve irşat faaliyetlerine başlamıştır. Şeyh Edebali'nin Bilecik ilinde yer alan türbesi Orhangazi Camisi'nin üst tarafında bulunan tepelik alanda yer almaktadır. Yapılış tarihi net olarak bilinmemektedir. Araştırmaların bazılarında Orhan Gazi döneminde inşa edildiği geçmektedir. Bilecik ilinde yer alan Şeyh Edebali Türbesi'nde 6 büyük 4 küçük sanduka bulunmaktadır. Sanduka odalarının haricinde iki oda daha yer almaktadır. Bilecik ilinde Şeyh Edebali Türbesi'nin yanında Bala Hatun Türbesi de yer almaktadır. Bilecik ilini ziyarete gelen insanların ve turistlerin ilk uğradığı yerler arasında kültürel bir mirasımız olarak burası yer almaktadır.

#### Kaynaklar

1. <http://www.bilecik.gov.tr/osmanli-devletin-manevi-kurucusu>
2. <https://www.mesuthayat.com/kmyv-1-2-5-seyh-edebalinin-kultur-ve-medeniyetimize-sagladigi-katkilari-aciklar>
3. <https://bilecik.ktb.gov.tr/TR-69070/edebiyat.html>



**A. Gül AŞIK DÖNERGÖZ**  
Psikolog  
Kayseri Denetimli Serbestlik Müdürlüğü

**HAYATIN  
İÇİNDEN**

# YALNIZ DEĞİLSİN!

*Hiç üzgünken bir dostunuzun omzuna başınızı yasladınız mı? Yalnızlık; şiirlere, şarkılara konu olacak kadar güzel görünse de gerçek hayatta dayanılması zor yüklerden biridir. Kelimelerin yetmediği, bir şeylerin konuşulmadığı o anda insanın ruhuna en iyi gelen şey bir başkasının bizim için orada oluşudur. Bazen küçücük bir cümle bir insanın omzundaki yükü hafifletmeye yeter. “Senin için yapabileceğim bir şey var mı?” sorusu kişinin yalnız olmadığını, yanında olduğumuzu, birlikte sorunların üstesinden geleceğimizi hissetmesini sağlar.*

## Sosyal Destek Nedir?

Sosyal destek; bireyin aile, arkadaş, komşu, sosyal çevre, kurumlar ve topluluklar aracılığıyla edindiği her türlü yardım, dayanışma ve paylaşım ilişkisidir. Sosyal destek, bireylerin stresle başa çıkabilme becerisini artıran ve psikolojik iyi hâlini güçlendiren en önemli çevresel kaynaklardan biridir. Sarason, 1983 yılında sosyal desteği “Bizi önemsediklerini, değer verdiklerini ve sevdiğini bildiğimiz, güvenebileceğimiz insanların varlığı veya mevcudiyeti.” olarak tanımlamıştır.

Kültürümüzde de sosyal desteğin büyük bir yeri vardır. Topluluk dayanışması, komşuluk bağları, aile ve akrabalar ile birlik olmak güçlü bir sosyal destek geleneği oluşturmuştur. “Komşu komşunun külüne muhtaçtır.”, “Bir elin nesi var iki elin sesi var.” gibi atasözleri sosyal desteğin toplumsal hafızamızda ne kadar yerleşik olduğunu göstermektedir. Kültürümüzde düğünlerde ve cenazelerde birlik ve beraberlik vardır. Düğünden önce hazırlıklara yardım edilir, mutluluk paylaşılır. Cenazede kişinin acısı paylaşılır, yanında durulur. Yalnız yaşayan ya da hasta olan komşumuza çorba

pişirip götürmek, evindeki eksiklerini gidermek, sohbet ederek yalnız olmadığını hissettirmek sosyal desteğin kültürümüzdeki örneklerindedir.

Sosyal desteğin insan yaşamının sürdürülmesi ve gelişimi için hayati önem taşıdığı düşünülmektedir. Sosyal destek ağının olmaması kişilerde strese neden olurken sosyal desteğin sağlanması ise kişiyi strese karşı koruyan kalkan görevi görmektedir.

Kanserle ilgili yapılan çalışmalarda da sosyal destek kavramının önemi büyüktür. Kanser hastalarında sosyal destek, kişilerin korku ve endişeleri ile baş etmelerine yardımcı olabilecek önemli bir kaynaktır. Sosyal destek, kanserin gelişmesinde etkili olan stresli yaşamsal olayları ile baş edilmesinde önemlidir. Kanser gibi bir hastalığı olan kişilerde çevrelerinden alınan sosyal destek yaşamsal önem taşımaktadır. Kanser hastalarının hangi desteği kimden aldığının daha yararlı olduğunu gösteren çalışmalara göre aileden ve arkadaşlardan alınan duygusal sosyal desteğin hastalar tarafından daha yararlı olduğu bulunmuştur.



Duygusal destek, bireyi katlanılması zor durumlarda cesaretlendirerek direnme gücünün artmasına, araçsal destek, ihtiyaç duyduğu pratik ve somut yardımları almasına, bilgi desteği ise aynı durumla diğer hastaların nasıl başa çıktığını öğrenerek hastalık ve hastalığın seyri ile ilgili kontrol algısının artmasına yardımcı olmaktadır.

Yaşam kalitesinin iyileştirilmesinde ve hastalığa uyum sürecinde de sosyal desteğin önemi oldukça büyüktür. Son olarak sosyal destek bireyin yaşamda karşılaştığı zorluklar karşısında ayakta durabilmesini sağlayan görünmez bir güçtür. Son zamanlarda hızlı bir şekilde yalnızlaştığımız yaşam koşullarında sosyal destek sadece bir ihtiyaç değil aynı zamanda yol gösteren bir pusuladır.

Bir insana iyi gelebilmek ona verilecek en güzel hediyedir. Yazıma Albert Schweitzer’in insan ruhuna dokunan şu sözleriyle son vermek istiyorum:

“Bazen kendi ışığımız söner ve başka bir kişinin kıvılcımıyla yeniden alevlenir. Her birimizin, içimizdeki ateşi yakanlara derin bir minnetle bakması için sebebimiz var.”

**Kaynak:** Şahin, D. (1999). Sosyal destek ve sağlık. U. H. Okyayuz (Ed.), Sağlık psikolojisi içinde (ss. 79-106). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları



Gülsen GÜN  
Öğretmen

Kavak Çocuk ve Gençlik Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# ESKİ TÜRK TOPLUMUNDA KADIN



Tarihin her döneminde olduğu gibi günümüzde de toplumun düzeni ve devamlılığı önemli bir yere sahiptir. Bunu sağlamak amacıyla hak ve sorumluluklar, millî veya uluslararası hukuk kuralları ile belirlenmektedir. Türk tarihinin ilk devletlerinde ise toplumun düzen ve devamlılığı atalardan kalan töreler ile sağlanırdı. Türk töresi, Türk kültürünün oluşumunda önemli rol oynayan faktörlerden birisidir. Türk töresi hakkındaki temel kaynakları günümüze kadar ulaşan yazıtlar oluşturmaktadır. Göktürk Yazıtları günümüze kadar ulaşan en önemli yazıt olmakla birlikte Türk mitolojisi, kurganlar(mezarlar), Türk destanları da tarihimiz hakkında kıymetli bilgiler içerir. Bunun yanı sıra Çin yıllıkları ve seyyahların eserleri de Türk töresi hakkında bilgilere yer vermektedir. Göktürk Yazıtları'nda Bilge Kağan hüküm-

darlık tahtına oturunca "Türk milleti yok olmasın diye millet olsun diye babam İlteriş Kağan'ı annem İlbilge Hatun'u göğün tepesinde tutup yukarı kaldırmıştır." ifadesine yer verir. Bu ifade kadının siyasi gücüne vurgu yapması bakımından önemlidir. Öte yandan Çin kaynakları da özellikle yönetici sınıfına mensup kadınlar hakkında bilgilere yer verir. 585 ve 726 yıllarında Çin elçilerinin kabulünde Göktürk hatunlarının hazır bulunmaları, kendilerine ait kabul meclislerinin oluşu, devlet meclislerine katılmaları, kadının devlet idaresinde söz sahibi olduğunu ve devletin geleceğine yön verdiklerinin göstergesidir. Kadınlar, devlet yönetimindeki konumunun yanı sıra sosyal kimlik olarak da karşımıza çıkar. Eski Türk toplumlarında aile en önemli sosyal bağ ve birlik olduğundan ailenin esasını oluşturan kadının toplumsal

yaşamda da yansımaları görülmektedir. Örneğin, kadın çadırın (yurdun) ocağı yani evin temeliyle bir tutulurdu. Bu nedenle kadın, eşinin sol tarafında otururdu. Türk aile yapısındaki kadın, tüm aile fertlerinin sorumluluğunu elinde tutan kişiydi. Çadırı kurar, çocuklarını yetiştirirdi. Ayrıca küçük yaştan itibaren binicilik ve okçulukla yetiştirilen kadınlar savaş zamanında ok atar, at biner, kılıç kullanır ve düşmanla kahramanca çarpışırdı.

Kısaca kadın, binlerce yıl öncesinde Türk töresinde kıymetli bir yere sahip olmuş ve her anlamda saygı görererek yaşamıştır. Toplumsal yapının her katmanında önemli bir konumu temsil eden kadın, toplumun şekillenmesinde önemli bir rol oynamıştır.

**Kaynak:** Eski Türk Toplumunda Kadın, Bilge Gizem Küçüker, Yeditepe Yayınevi, 2023



**Bünyamin ÖRNEK**  
İnfaz ve Koruma Memuru  
Kavak S Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

ÖZGÜRLÜK HEYKELİNİN İLK ADRESİ

# OSMANLI DEVLETİ MİYDİ?

Amerika söz konusu olduğunda akla gelen ilk simgesel yapılardan biri New York Limanı'ndaki Liberty Adası üzerinde yükselen Özgürlük Heykeli'dir. 1880'lerde tamamlanan ve zamanla yalnızca kentin değil bütün Amerika'nın kimliğini temsil eden bu anıtın bir dönem Osmanlı hâkimiyetindeki Mısır için tasarlanmış olduğuna dair anlatılar bulunur.

Murat Bardakçı'nın aktardığı bilgilere göre heykelin yapım masrafının bir bölümünü Sultan Abdülaziz karşılamış ancak Mısır halkının göstereceği tepki hesabı katılarak heykel teslim alınmamıştır. Günümüzde New York'un en bilinen yapılarından biri olan bu dev anıtın geçmişi yaklaşık 140 yıl önceye uzanır. Manhattan'ın karşısındaki küçük adada konumlanan, kadesiyle birlikte 93 metreyi aşan Özgürlük Heykeli, Amerika Birleşik Devletleri'nin simgesine dönüşmüştür. Bu devasa heykelin ilk tasarımının New York için değil o dönem Osmanlı İmparatorluğu'na bağlı Mısır'da yükselmesi amacıyla hazırlandığı çok az kişinin bildiği bir ayrıntıdır.

19. yüzyılda Mısır, Napolyon'un işgalinin ardından Kavalalı Mehmet Ali

Paşa'nın soyundan gelen ve "Hidiv" ünvanını taşıyan valiler tarafından yönetiliyordu. Bu yöneticiler hukuken

Osmanlı'ya bağlıydı ancak iç yönetimde neredeyse tam bir serbestiye sahipti. Sadece dış ülkelerle yapılan anlaşmalar ve mali yükümlülükler konusunda padişahın onaylamaları gerekiyordu. İstanbul da bu taleplerin büyük kısmını onaylama eğilimindeydi. Osmanlı Araştırmacısı Klaus Kreiser'in 1997'de yayımlanan "Public Monuments in Turkey and Egypt, 1840-1916" başlıklı çalışmasında, Heykeltıraş Frédéric Auguste Bartholdi'nin

“

Tasarlanan heykelin bir elinde hukuken üstünlüğünü simgeleyen bir kitap diğer elinde ise "özgürlüğün dünyaya yayılan ışığını" temsil eden bir meşale buluncaktı. Sipariş, daha önce Süveyş için hazırlayıp depoda bekletmek zorunda kaldığı eserle tanınan Bartholdi'ye verildi.

Mısır Hidivi İsmail Paşa'ya sunduğu bir projeden bahsedilir. Bartholdi, Süveyş Kanalı'nın Akdeniz'e açıldığı noktaya dikilmek üzere büyük bir anıt tasarımını İsmail Paşa'ya teklif etmişti. Hidiv Said Paşa'nın Fransız Mühendis Ferdinand de Lesseps'e 1854'te hazırlattığı ve Akdeniz ile Kızıldeniz'i birleştirecek Süveyş Kanalı projesi onay için Sultan Abdülaziz'e gönderilmişti. Projenin gerçekleşmesi ve kanalın açılmasını Fransa güçlü bir şekilde destekliyordu. İngiltere ise böyle bir girişimin Akdeniz'deki üstünlüğünü ve özellikle Hindistan yolundaki hâkimiyetini zayıflatacağından kaygı duyuyor bu nedenle Sultan Abdülaziz'e projeyi reddetmesi için yoğun baskı uyguluyordu. Osmanlı yönetimi ise o yıllarda iki devlet arasında dikkatli bir denge siyaseti yürütmeye çalışıyor ve her iki tarafı da oyalayarak hareket alanını geniş tutmayı hedefliyordu. Murat Bardakçı'nın aktardığı bilgilere göre Said Paşa, İstanbul'dan gelecek onayı beklemeden 30 Kasım 1854'te Lesseps'e projeyi yürütecek şirketi kurma yetkisini verdi. Fransız sermayesiyle oluşturulan bu şirketin hisseleri kısa sürede tükenince İngiltere'nin tepkisi daha da sertleşti. Bunun sonucunda Sultan Abdülaziz, projeyi tam on iki yıl boyunca onaylamaktan kaçındı. Said Paşa'nın 1863'te hayatını kaybetmesinin ardından göreve gelen İsmail Paşa başlangıçta Fransa'ya değil İngiltere'ye yakın siyaset izliyordu. Bu nedenle Süveyş Kanalı projesine ilk etapta fazla ilgi göstermedi. Ancak ilerleyen yıllarda kanalın Mısır'ın geleceği için ne kadar kritik bir önem taşıdığını fark edince projeyi etkin bir biçimde desteklemeye başladı.

Kazıların bitmesine az bir süre kala bu kez Fransa, Sultan Abdülaziz'e İngiliz baskısını aşan bir yoğunlukta baskı yapmaya koyuldu. Sonunda Sultan Abdülaziz, 19 Mart 1866 tarihli fermanıyla Süveyş Kanalı'na resmî izin verdi. Said ve İsmail Paşaların Lesseps ile yaptığı

anlaşmaları onayladı ve Mısır'ın kanal için aldığı dış borçları devlet güvencesine aldı. Ayrıca kanal şirketinin hisselerine yüksek bir miktar sermaye yatırarak projeye doğrudan destek sundu. Said Paşa ile Ferdinand de Lesseps arasında 1854'te imzalanan anlaşmada dikkat çeken bir başka hüküm bulunuyordu: Kanalın Akdeniz'e açıldığı noktaya dev bir anıt dikilecekti. Firavun döneminin kıyafetleriyle betimlenen kadın figürü,



elinde "Asya'nın ışığının Mısır'dan doğduğunu" simgeleyen bir meşale taşıyacaktı. Sultan Abdülaziz'in yaptığı ödemeler içinde bu anıtın masraflarına ayrılan pay da yer alıyordu. Paşa ve Lesseps, bu büyük eseri dönemin tanınmış Fransız Heykeltıraşı Frédéric Auguste Bartholdi'ye sipariş ettiler. Bartholdi'ye ciddi bir avans verilerek çalışmalar başlatıldı. Heykel, montajı kolaylaştırmak için bölümlere ayrılarak üretildi ve birkaç yıl içinde tamamlandı. Marsilya'dan Mısır'a taşınması için dahi hazırlıklar yapılmıştı ve yalnızca nakliye süreci kalmıştı. Ne var ki Said Paşa'nın ölümünden sonra yönetime gelen İsmail Paşa, Müslüman bir ülkede bu kadar büyük bir heykelin dikilmesinin tepkilere yol açacağını düşünerek Lesseps'e heykelin Mısır'a getirilme-yeceğinin emrini verdi. Lesseps'in tüm çabalarına rağmen İsmail Paşa geri adım atmadı. Böylece Süveyş Kanalı, 1869 Kasım'ında dünyanın

dört bir yanından gelen davetlilerin katıldığı görkemli törenle anıtsız bir şekilde açıldı.

Bartholdi'nin tamamladığı heykel Mısır'a götürülemeyince Paris'te bir depoya kaldırıldı ve yıllarca burada bekledi. Aynı dönemde Atlantik'in öte yakasında Fransa ile Amerika Birleşik Devletleri arasında giderek güçlenen bir yakınlaşma yaşanıyor- du. Paris'te faaliyet gösteren Fransız-Amerikan Dostluk Derneği'nin Başkanı Edouard Rene Lefebvre de Laboulaye, Fransız hükümetini Amerikalılara iki ülke arasındaki bağları hatırlatacak görkemli bir armağan gönderilmesi konusunda ikna etti. Sonunda bu armağanın büyük boyutlu bir anıt heykel olması yönünde karar alındı.

Tasarlanan heykelin bir elinde hukukun üstünlüğünü simgeleyen bir kitap diğer elinde ise "özgürlüğün dünyaya yayılan ışığını" temsil eden bir meşale bulunacaktı. Sipariş, daha önce Süveyş için hazırlayıp depoda bekletmek zorunda kaldığı eserle tanınan Bartholdi'ye verildi. Heykel büyük ölçüde hazır. İlave olarak yapılması gereken yalnızca yüz, kollar ve ellerde bazı değişiklikler gerçekleştirmekti. Bartholdi, 1884 yılının Haziran ayı başlarında yenilenmiş çalışmasını Fransız yetkililere teslim etti. Ardından Süveyş Kanalı'nın mühendisi ve heykel fikrinin ilk ilham kaynaklarından biri olan Ferdinand de Lesseps ile birlikte New York'a gitti. İkili, 25 Ekim 1886'da düzenlenen büyük tören sırasında anıtın açılışını bizzat gerçekleştirdi. Törende kalabalık bir izleyici kitlesi bulunuyordu. O gün yükselen meşale yalnızca New York Limanı'nı değil; insanlığın özgürlük, umut ve adalet arayışını da aydınlatan kalıcı bir sembole dönüştü.

#### Kaynaklar

1. Bardakçı, Murat. "New York'taki Özgürlük Heykeli'nin Parasını Sultan Abdülaziz Ödemmişti." Hürriyet Gazetesi, erişim bağlantısı: [hurriyet.com.tr/yazarlar/murat-bardakci/new-york-taki-ozgurluk-heykeli-nin-parasini-sultan-abdul-ziz-odemisti](http://hurriyet.com.tr/yazarlar/murat-bardakci/new-york-taki-ozgurluk-heykeli-nin-parasini-sultan-abdul-ziz-odemisti)
2. Khan, Yasmin Sabina. Enlightening the World: The Creation of the Statue of Liberty. Cornell University Press, 2010, ss. 51-54. ISBN 978-0-8014-4851-5
3. Kreiser, Klaus. "Public Monuments in Turkey and Egypt, 1840-1916." 1997



**Abdullah KAYA**  
Uzman Öğretmen  
Nazilli E Tipi Kapalı ve Açık Ceza İnfaz Kurumu



## OSMANLI'NIN YER ALTI SAVAŞÇILARI LAĞIMCI OCAĞI

Geçmişle gelecek bir köprüdür bugünden yarına uzanan. Tarih ise bu köprünün temel taşıdır bir toplumun bağlarını sıkı sıkıya tutup yaşatan. Tarihimizin arka sokaklarında unutulmuş onca kahraman ve kahramanlık öyküleri vardır ki bugünüme ışık tutan. Bu parlak sokaklarda kısa bir yolculuğa ne dersiniz?

### 1669 Kandiye-Girit

Dünya savaş tarihinin en uzun kuşatmalarından biri olan Kandiye Kuşatması 21 yıldan fazla bir zamandır sürmekteydi. Osmanlı merkezine olan uzaklığı, deniz yoluyla kuşatma malzemelerinin tedariki

kinde yaşanan zorluklar ve Girit'in batıdan sürekli asker ve malzeme takviyesi alması bu kuşatmayı içinden çıkılmaz bir hâle getirmişti. Herkes kuşatmanın başarısızlıkla neticeleneceğine inanmaktaydı. Oysa son söz söylenmemişti. Son sözü kahraman yer altı savaşçıları olan "lağımıcılar" söyleyecekti.

Yer altında adeta kanallardan bir şehir kurdular. Yerin altında uyudular, yerin altında yaşadılar. Düşman baskınlarında kahramanca şehit oldular ama yılmadılar. Kahramanca tüneller kazdılar. Düşman kalesinin surlarına yer altından sızdılar. Hazırladıkları bombalarla surlarda gedikler açtılar. Bazen kazdıkları

tüneller mezarları oldu. Günlerce toprak altında kaldıkları zamanlar oldu. Oksijenin yeterli olmadığı, hareket etmenin bile çok zor olduğu dar tünellerde durmadan ileri geri gittiler. Kimi an çok sert kayalara denk geldiler. O kayayı kırmak ve ilerlemek için insanüstü mücadele ettiler. Kimi zaman yumuşak toprak dokusuna denk geldiler kimi zaman kazdıkları tüneller sularla doldu ve boğulma tehlikesi geçirdiler. Bazen de toprakta göçükler meydana geldi. Kahramanca her şarta her duruma meydan okudular. Yer altında büyük bir savaş verdiler ve zaferi getiren 21 yıllık kuşatmayı kazandıran yer altı savaşçıları kahraman lağımıcı ocağı oldu.

**Peki kimdir lağımıcılar?**

Büyük şehir ve kale kuşatmalarında Osmanlı tarihi öncesi Türk Devletleri madencilerden faydalanmaktaydı. Osmanlı tarihinde bu ocağın tam kuruluş tarihi belli olmamakla birlikte kuruluş tarihinin Çelebi Mehmet dönemine kadar uzandığı bilinmektedir. İsmi yer altı tüneli manasına gelen lağımıcıdır. Osmanlı tarihine ilk büyük katkıları İstanbul fethinde olmuştur. Büyük Osmanlı Sultanı Fatih Sultan Mehmet Han kuşatma için Balkanlardan madenciler getirtmiştir. Bu madencilerin İstanbul'un fethindeki üstün gayretleri takdir edilerek Fatih döneminde lağımıcı ocağı tam olarak faaliyete geçmiştir.

“

**Girit'in fethi sonrası lağımıcı ocağına gerekli destek verilmemiştir. Bu durumu gören III. Selim, Osmanlı tarihinde Nizam-ı Cedid adıyla anılan yenilik hareketlerinde lağımıcı ocağına gerekli önemi vererek onları humbaracı ocağı ile birleştirmiştir. Talim dışında matematik ve mühendislik bilgisi dersleri ocak askerlerine tek tek gösterilmiştir.**

Lağımıcı ocağı askerleri sayı olarak yeterli durumda değildi. Lağımıcı ocağı askeri olmak için ölümü göze almak da yeterli olmuyordu. İyi bir matematik ve mühendislik bilgisi de gerekliydi. Yer altındaki savaş sadece cesaretle kazanılmıyordu. Yer altında matematik ve mühendislik bilgisi konuşuyordu. Yanlış yeri kazma tüneli çökerteceği gibi yer altı suyunun nereden geçtiğini hesaplayamama tünelin tamamen sular altında kalmasına neden olabilirdi. Kahraman yer altı savaşçıları barış zamanlarında bu bilgileri komutanlarından çok iyi öğrenmekte ve talimlerde denemekteydi. Ayrıca savaş olmadığı zamanlarda istihkâm bölüklerine destek oluyorlardı.

Yer altı savaşçıları, başlayan seferlerde ordu ile harekete geçerek kuşatma ve savaşlarda büyük yararlıklar göstermişlerdir. Kanuni döneminde yapılan bütün seferlere hemen hemen katılmışlardır. Yapılan savaşlarda orduya destek olmalarının yanında Zigetvar gibi tarihi bir kuşatmada azimle mücadele etmişlerdir. Tarihler 1596 yılını gösterdiğinde Osmanlı Devleti, Eğri Kalesi'ni kuşatmış ve çetin bir kuşatma başlamıştır. Avusturyalılar kalelerini büyük bir gayretle savunmaktaydılar. Yine son sözü yer altı savaşçıları söyleyecekti. Kahraman lağımıcı ocağı neferleri kahramanlıklarıyla ilmi bilgilerini yer altında konuşturmuş, Avusturyalıların yer altı sızma girişimlerini sonlandırdıkları gibi ani ve baskın hücumcularla kale surlarının açılmasını sağlayarak Osmanlı ordusunun Eğri Kalesi'ni fethetmesini sağlamıştır. Savaşta ve barışta üzerine düşen her görevi başarıyla yerine getiren lağımıcı ocağının savaş sanatını ortaya koydukları en büyük kuşatma Girit kuşatmasıydı. 21 yıldır alınamayan Girit aslında Osmanlı kamuoyunda kanayan bir yaraya dönüşmüştü. Ne zaman kuşatma hızlandırılrsa Batıların ayak oyunları ile bazı karışıklıklar çıkmakta ve Girit Ada-

sı'nın Avrupalı devletler tarafından eksikleri anında tamamlanmaktaydı. Dile kolay 21 yıllık bir mücadele 21 yıllık hasret yer altı savaşçıları'nın insanüstü gayretiyle başarı ile kazanılacaktı.

Girit'in fethi sonrası lağımıcı ocağına gerekli destek verilmemiştir. Bu durumu gören III. Selim, Osmanlı tarihinde Nizam-ı Cedid adıyla anılan yenilik hareketlerinde lağımıcı ocağına gerekli önemi vererek onları humbaracı ocağı ile birleştirmiştir. Talim dışında matematik ve mühendislik bilgisi dersleri ocak askerlerine tek tek gösterilmiştir. Tarihi başarılar ile dolu olan yer altı savaşçılarına gerekli önem verilerek Anadolu'da ve Rumeli'de olan lağımıcı ocağı askerleri İstanbul'a getirildi. Gerekli sayımlar yapıldı. Gerekli yenilikler yapılarak humbaracılarla beraber Tophaney-i Amire Müşirliğine bağlandılar. Burada modern tarzda eğitim alan lağımıcı ocağı askerleri zamanla yerini modern istihkâm bölüklerine bırakmışlardır. Yer altı savaşçıları ismen son bulsa da varlıkları her daim ordu içinde devam etmiştir. İmparatorluğun vedası olan I. Dünya Savaşı'nda son büyük görevlerini başarı ile yerine getirmişlerdir. Kahramanlıkları, gözü karalıkları, kale kuşatmalarında inşa ettikleri efsanevi tünelleri ile toprağın altından aniden çıkarak düşman surlarını büyük bir azimle yıkmaları ile kahraman yer altı savaşçıları tarihimizdeki altın yerini almıştır.

Tarihimizin arka sokaklarında kalmış bugün belki de birçoğumuzun unuttuğu büyük kahramanlar ve olaylar vardır. Asıl olan tarihimize, bu kahramanlarımıza bakıp yarınımızı şekillendirmektir. Unutulmamalıdır ki hiçbir şey geçmişten bağımsız değildir ve gerçek zafer unutanların değil hatırlayanlarındır.

**Kaynak:** Türkiye Diyanet Vakfı Ansiklopedisi



**İsmail EVCİN**  
Din Hizmetleri Uzmanı  
Bolvadin Denetimli Serbestlik Müdürlüğü

# BİR NEFES SIHHAT

Bize bahşedilen sayısız nimeti ıskaladığımızı düşündünüz mü hiç? Kur'an-ı Kerim'de Rabbimiz Allah bize bu hâlimizi hatırlatır: "Allah'ın nimetlerini saymaya kalksanız sayamazsınız." (Nahl 16/18) kimine göre paradır nimet kimine göre maldır nimet kimine göre evlattır nimet kimine göre koltuk ve makamdır nimet kimine göre sıhhattır nimet... Biz bir nimetin değerine üstünlüğü cihetiyle mukayeseden aciz olduğumuz için yine referans noktamız olarak Kur'an ve sünnete bakarak tasnife yelteneceğiz. Sevgili Peygamberimiz bir hadis-i şerifinde "İki nimet vardır ki insanların

çoğu bu nimetleri kullanmakta aldanmıştır: Bunlar sıhhat ve boş vakittir." (Buhârî, Rikâk 1) buyurmaktadır.

Bize bahşedilen hayatın anlamı yahut amacı insanların zihinlerini kurcalar. "Neden bu hayata gönderildik?"; "Bizi yaratanın bizden isteği nedir?" sorularımızı bu minvalde çoğaltmak mümkündür. Amacı tespit mahiyetinde değindiğimiz bu sorulara vahyin lisanı ile cevap yine yaratıcımız tarafından verilir: "Ben cinleri ve insanları sırf bana kulluk etsinler diye yarattım." (Zâriyât 51/56) Rahat, huzurlu ve mutlu bir hayat insanın sağlığıyla doğrudan alakalı bir durumdur. Vücut bütünlüğü, ruhsal ve bedensel sıhhat, insanın hayatı sağlıklı sürdürülebilmesi için elzemedir. Yine Yüce Rab-bimizin bizlerden istemiş olduğu emir ve yasakların yerine getirilme-

si, sosyal hayatta bizlerden beklenen görevleri layığıyla yapabilmenin yolu çokça ihmal ettiğimiz sağlık ve sıhatten geçmektedir. Sağlık, Rab-bimiz tarafından bize bahşedilen kıymetli nimetlerin başında gelir desek yanlış olmaz herhalde. Çünkü sağlık hayatımızın tadı, huzurumuzun kaynağı, geleceğimizin ve mutluluğun kıymetli anahtarıdır. Onun içindir ki Sevgili Peygamberimiz (sav.); "Beş şey gelmeden önce beş şeyin kıymetini bilin: Ölüm gelmeden önce hayatın, hastalık gelmeden önce sağlığın, meşguliyet gelmeden önce boş zamanın, ihtiyarlık gelmeden önce gençliğin,

fakirlik gelmeden önce zenginliğin.” (Buhârî, Rikâk 3) buyurarak hayattaki en önemli değerlerimizden olan ve aynı zamanda Allah'ın bize emanetlerinden olan sağlığını korumanın hayatımızı sağlıklı bir şekilde sürdürebilmemizin önemini ortaya koymuştur.

Peygamberimiz yine: “Sizden kim huzuru yerinde, bedeni sağlıklı ve günlük yiyeceği de yanında olarak güne başlarsa sanki dünya nimetleri ona verilmiş gibidir.” (Tirmizi, Zühd, 34) buyurarak sağlığın ne büyük bir nimet olduğunu bizlere hatırlatmıştır.

Sağlık kaybedildiği zaman tekrar kazanılması, önceki şekliyle tekrar elde edilmesi en zor değerlerden birisidir. Ayrıca sağlığın korunması yüce dinimiz İslam'ın, korunmasına ehemmiyet verdiği beş gayeden biridir. Bir bakıma hastalıklara karşı tedbir almanın ve sağlıklı yaşamaya gayret etmenin de konu ile ilgili ayet ve hadislerdeki uyarılara baktığımızda dinî bir görev olduğu gerçeği karşımıza çıkar. Allah Resulü'nün “Ey Allah'ın kulları tedavi olunuz zira Allah-u Teala ihtiyarlıktan başka dermansız bir dert vermemiştir.” (Ebu Davut, Tıp,11) sözleri hastalıklara karşı tedbirli olmanın gerekli oluşuna işaret etmektedir. Ayrıca hastalığın sadece sabredilerek beklenilecek bir durum olmadığı meşru yollardan tedavi olunmasına dair emrin varid olduğu hatırlatılmaktadır.

Allah Resulü'nün iman dışında hiç kimseye sağlıktan daha hayırlı bir nimetin verilmemiş olmasına hadisleriyle dikkatlerimizi çekmesi de sağlığın imandan sonra gelen en büyük nimet olduğunu ve mutlaka korunması gerektiğini, sağlığımızı tehdit eden her şeyden uzak durarak tedbir almamız gerektiğini bizlere hatırlatır. Yukarıda değindiğimiz gibi Allah indinde müslümanın değerini aktaran bir başka hadis-i şerifte ise “Kuvvetli mü'min, Allah'a zayıf müminden daha sevimlidir.”

(Müslim, Kader 34) buyurarak müminlerin manevî yönden olduğu kadar bedenî halleriyle de muhkem olmaları teşvik edilmiştir.

Sağlıklı ve huzurlu bir toplum oluşturmayı hedefleyen İslam, getirdiği birtakım yasaklarla insan sağlığını korumayı amaçlamıştır. Fert ve toplum sağlığı açısından zararlı olan uyuşturucu, alkol ve zina gibi şeyleri haram kılmış ve bunlardan uzak durmamızı emretmiştir.

Müslüman olarak; bahsedilen sağlık nimetini koruyup bedenimizin bizim üzerimizdeki hakkını ödememiz için maddî ve manevî temizliğe dikkat etmeli, yeme-içme konusunda aşırılığa kaçılmasının çeşitli hastalıklara sebep olduğunu bilerek dengeli beslenmeli, hastalıklara düşmemize sebep olan alkollü içecekler, sigara, uyuşturucu, zina, vb. yasaklardan uzak durmalı, yaşadığımız evlerimizin, çalıştığımız iş yerlerinin, insanların gelip geçtiği çarşı-pazar ve sokaklarımızın temiz ve bakımlı olmasına özen göstermeliyiz. Medenî toplumların terakki alameti sayılan temizliğin; sosyal alanlarda tüm fertlerin ortak mülkiyeti olan tüm kamu kurum ve kuruluşlarında da ihtimamla sürdürülmesine özen gösterilmesi gereklidir.

Temizlik fitrî bir ihtiyaçtır. İnsan yaratılışı gereği beden ve ruhen temiz olana meyyaldır. Ancak bağımlılıklar ve çevresel etkilerle hassasiyetini kaybeden insan için 'makbul yeni' iştiğal ettiği necis işler ve muhit olarak öne çıkabilmektedir. Sağlıktan bahsederken ruh sağlığımızı zorlayıcı etkileri tetikleyen gayri ahlakî ortamlardan ve o ortamların müdavimlerinden, olumsuz tesirlerinden sakınmak adına olabildiğince uzak durmak gereklidir.

Sağlığın sadece bedensel kuvvet ve afiyet olarak anlaşılması eksik bir kavrayıştır. İnsan ruhen ve beden ve hayatını idame ettiren bir varlıktır.

Bedenin gereksinimleri sağlıklı beslenme, temiz hava ve fiziksel aktivite ile minimum sağlanabilmektedir. Ruhsal açıdan sağlık ise hayatın getirdiklerini nasıl anlayıp kabul ettiğimizle alakalı bir kavrayışla şekillenmeye başlar. İnsan kulluk gayesiyle yaratıldığını unutarak sadece dünyevî hazlar ve ihtiyaçlara odaklandığında pusulasını kaybetmiş olacaktır. Dünya hayatına dair nimetlere şükür kuşanarak, o nimetlerin sahibine teşekkürüne yönelmelidir. Nimeti veren o nimetin sarfına dair sorguyu ve hesabı da ihmal etmemiştir. Akıl sahiplerine düşen emanet olan nimeti iki cihan saadetine dönüştürmenin çarelerini aramasıdır. Kur'an ve sünnet ışığında hayatın keşmekeşine kapılmadan sahili selamete ulaşmaya, ömrünü hayırlı işlerle donatmaya gayret etmelidir insan.

Bizler sıhhatin kıymetini belki elimizden kayıp gitmeden bilemeyebiliriz. Ama 46 yıl imparatorluk hükümdarı olarak 3 kitada hüküm süren Kanunî Sultan Süleyman'ın veciz ifadesiyle konuyu bağlamak istiyorum:

“Halk içinde muteber bir nesne yok devlet gibi,

Olmaya devlet cihanda bir nefes sıhhat gibi...”

Sıhhat, bilenler için büyük devlettir. Bu vesileyle hastanelerde şifa arayan, sağlıklı günlerinin hayaliyle buruk şekilde tedavileri devam eden tüm hastalarımıza acil şifalar dilerim. Allah; kalbimize, ruhumuza, bedenimize sıhhat afiyetler versin.



**Tuğçe KARABULUT**  
Sağlık Memuru  
Erzincan L Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# Milli Egemenliğin Çocuklara Emaneti 23 Nisan



“Türkiye Büyük Millet Meclisi-nin açılışı sadece bir meclis açılışı değildi. Bu, yeni bir ülkenin doğuşu anıydı. Mustafa Kemal Paşa ve arkadaşları, gelecekteki Türkiye’nin resmini çiziyorlardı. Atatürk’ün yıllar sonra 23 Nisan’ı çocuklara armağan etmesi de bu sebeptir. Çünkü Cumhuriyeti meclis kuruyordu ama onları büyütüp yükseltecek olan çocuklardı.” Prof. Dr. İlber Ortaylı, bu sözleriyle 23 Nisan’ı sadece bir takvim yaprağı olmaktan çıkarıp aslında bir milletin varoluşu olarak önümüze koymaktadır.

23 Nisan 1920 günü Ankara’daki o mütevazı bina sadece bir binadan ibaret değildi. O gün, o çatının altında yüzyılların yorgunluğuyla yoğrulmuş bir milletin küllerinden

doğma iradesi ve “milli egemenlik” ruhu vardı. Mustafa Kemal Atatürk ve arkadaşları, o gün sadece bir yönetim biçimi seçmiyorlardı. Onlar, modern ve çağdaş bir Türkiye’nin ilk adımını atıp geleceği de titizlikle şekillendiriyorlardı. Ancak bu büyük resmin içini dolduracak, ona can suyu verecek asıl güç ise henüz yetişmemişti.

Sokaklarda bayraklarla koşarken, sınıfları süslerken birbirimizin gözlerine bakıp, “Bayramın kutlu olsun kardeşim!” dedik hep bir ağızdan. Şermin Yaşar’ın o meşhur kitabında dediği gibi “İyi ki çocuğuz ve bir çocuk bayramımız var. Bütün dünyada sadece bize bayram. Oh ne âlâ memleket!” diye ekledik gururla. Düşünsenize, bütün dünyada

“

Dünya tarihinde çocuklara bayram armağan eden başka bir liderin olmayışı, Atatürk’ün dehasının en insani tezahürüdür. Atatürk biliyordu ki bir devlet kâğıt üzerinde kurulabilir bir meclis yasalarla yaşatılabilir fakat bir cumhuriyet ancak vicdanlarda ve çocuk gülüşlerinde kök salarsa payidar kalabilir.

sadece bize ait olan bir bayram bu. İnsana çocuk olduğu için kendini dünyanın en şanslı kişisi hissettiren o muzip ve sevgi dolu nidada gizli her şey: “Oh ne âlâ memleket!”

Dünya tarihinde çocuklara bayram armağan eden başka bir liderin olmayışı, Atatürk'ün dehasının en insani tezahürüdür. Atatürk biliyordu ki bir devlet kâğıt üzerinde kurulabilir bir meclis yasalarla yaşatılabilir fakat bir cumhuriyet ancak vicdanlarda ve çocuk gülüşlerinde kök salarsa payidar kalabilir. İlber Ortaylı'nın vurguladığı gibi meclis kurucu iradedir fakat bu iradenin mirasçısı o günün yetim kalmış vatan çocukları ve bugünün yarınları kucaklayacak gençleridir. Meclisin açıldığı günü çocuk bayramı ile taçlandırmak “Biz bu meclisi sizin için açtık, bu vatani sizin için kurtardık şimdi onu neşeyle, bilimle ve sevgiyle göklere çıkarmak olan sizin hür fikirlerinizdir.” demektir. Yukarıda da belirttiğimiz gibi bu vatana can suyunu verecek neslin henüz yetişmemiş olması, 23 Nisan'ın çocuklara armağan edilmesinin önemini bir kez daha vurgulamaktadır. Nitekim bu neslin sahip çıkacağı emanet bağımsızlığımızın sarsılmaz kalesidir. Bu milleti ileriye taşıyacak hazine ise ileride o emaneti devralan çocukların sönmez azmi olacaktır.

Bugün 23 Nisan'ı kutlarken sadece geçmişin kahramanlık destanlarını anmıyoruz aynı zamanda o çocuksu heyecanla bir söz veriyoruz. Her çocuk, meclisin temsil ettiği bağımsızlık ruhunun birer kalesidir. “Oh ne âlâ memleket!” diyebildiğimiz bu huzur dolu bayramın kıymetini bilerek sanatta, bilimde ve teknolojiye dünyayla yarışan bir nesil yetiştiği sürece 1920'deki o ilk meclisin ışığı hiç sönmeyecektir.

Atatürk'ün çizdiği resim bugün bizim fırça darbelerimizle, çocukların içindeki neşeyle ve hepimizin azmiyle tamamlanmaktadır.

#### Kaynaklar

- 1.Ortaylı, İ. (2026). Çocuklar Soruyor, İlber Hoca Cevaplıyor: Gazi Mustafa Kemal Atatürk. İstanbul: Kronik Kitap
- 2.Yaşar, Ş. (2020). Oh Ne Âlâ Memleket. İstanbul: Doğan Çocuk

“

“Türkiye Büyük Millet Meclisi'nin açılışı sadece bir meclis açılışı değildi. Bu, yeni bir ülkenin doğuş anıydı. Mustafa Kemal Paşa ve arkadaşları, gelecekteki Türkiye'nin resmini çiziyorlardı. Atatürk'ün yıllar sonra 23 Nisan'ı çocuklara armağan etmesi de bu sebeptedir.





Enes Batuhan TANRIVERDİ  
Memur  
CTE Genel Müdürlüğü Kurumsal İletişim Daire Başkanlığı

# Sehrin Jirüültüsünden Uzak Bir Nefes KIZILCAHAMAM

Ankara'nın kuzeyinde, çam ormanlarının arasına saklanmış bir vaha gibidir Kızılcahamam. Şehre yakın ama şehirden uzak. Termal suları, serin havası ve insanın içine işleyen dinginliğiyle yıllardır hem dinlenmek isteyenlerin hem de doğayla baş başa kalmak isteyenlerin adresi olmuştur.

Burada zaman sanki biraz daha yavaş akar. Sokaklarda acele eden insanlara pek rastlanmaz. Ormanda yürürken rüzgârın çam dalları arasında dolaşan sesi duyulur, yer yer akan suyun şırıltısı insanın içini serinletir.

Kızılcahamam yalnızca bir ilçe değildir. Ankara'nın nefes aldığı, yorgunluğunu bıraktığı bir duraktır. Özellikle Soğuksu Milli Parkı

bu coğrafyanın kalbi gibidir. Çam ağaçlarının gölgesinde ilerlerken doğanın dinginliğiyle geçmişin izleri birbirine karışır. İşte bu doğanın tam ortasında sıradan bir ağaçtan çok daha fazlası olan bir yer vardır: Atatürk Çamı.

**Bir Çam Ağacının Tarihle Buluştuğu Gün**

**16 Temmuz 1934**

Türkiye Cumhuriyeti'nin kurucusu Mustafa Kemal Atatürk, İstanbul'a yapacağı yolculuk öncesinde Ankara'dan ayrılırken Kızılcahamam'a uğrar. O yıllarda Kızılcahamam yalnızca doğal güzelliğiyle değil özellikle şifalı termal sularıyla da bilinen bir yerdir. Atatürk'ün sağlık konularına verdiği önem ve termal kaynaklara olan ilgisi biliniyordu.



**Bugün Soğuksu Milli Parkı içinde bulunan Atatürk Çamı, ziyaretçilerin uğradığı sembolik duraklardan biridir. Ancak buraya gelenler yalnızca bir ağacı görmeye gelmez. Aslında ziyaret edilen şey bir hatıra bir hikâye ve bir zaman dilimidir.**

Anadolu'nun pek çok yerinde olduğu gibi burada da doğal kaynakların incelenmesini, korunmasını ve değerlendirilmesini istiyordu. Bu nedenle yolculuk sırasında Kızılcahamam'da kısa bir mola verilmesine karar verilir. Soğuksu'nun serin

yürür, bölgenin doğasını ve suyunu inceler. Yanındaki heyetle birlikte Kızılcahamam'ın kaynağından çıkan suyu tattığında Atatürk'ün bu suyun değerini vurgulayan bir ifade kullandığı rivayet edilir. Suyun berekliliğini ve lezzetini beğendiği,

olduğu bu doğa içinde geçirilen o gece Kızılcahamam tarihinin en özel anlarından biri olarak hafızalara kazınır. Atatürk'ün konakladığı çadırın kurulduğu noktanın yanındaki çam ağacı ise zamanla sembolik bir anlam kazanır. O ağaç artık yalnızca bir doğa parçası değildir. Cumhuriyet tarihinin küçük ama anlamlı tanıklarından biridir. Bu nedenle bugün o ağaç "Atatürk Çamı" olarak anılır.

#### Bir Ağaçtan Fazlası

Bugün Soğuksu Milli Parkı içinde bulunan Atatürk Çamı, ziyaretçilerin uğradığı sembolik duraklardan biridir. Ancak buraya gelenler yalnızca bir ağacı görmeye gelmez. Aslında ziyaret edilen şey bir hatıra bir hikâye ve bir zaman dilimidir.

Kızılcahamam'ın serin rüzgârı bugün hâlâ o günü hatırlatır. Bir liderin dinlenmek için durduğu yeri, doğanın ortasında huzur bulduğu o anı... Ve Atatürk Çamı'nın önünde durduğumuzda sadece doğaya bakmayız. Aynı zamanda geçmişe de bakarız.



çam ormanlarının bulunduğu alanda Atatürk için mütevazı bir çadır kurulur. Cumhuriyetin kurucusu o gün Anadolu'nun ortasında, çam ağaçlarının gölgesinde konaklamayı tercih eder.

Atatürk gün boyunca çevreyi gezer, ormanın içindeki patikalarda

"Bu su altın gibidir." dediği anlatılır. Bu söz zamanla yörede yaşayanların dilinde bir hatıra dönüşür ve kaynaktan çıkan su "Altınsu" olarak anılmaya başlar.

Gece olduğunda Atatürk, çam ağaçlarının arasında kurulan çadırında dinlenir. Sessizliğin hâkim





**Nevriye Sinem TOSUN**  
Sağlık Memuru  
Karaman M Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# Aromaterapi

Kokunun Şifa Yolculuğu ve Modern  
Tedavi Yaklaşımlarındaki Yeri

İnsanlık tarihi boyunca koku yalnızca estetik bir duyuşsal deneyim olarak değil aynı zamanda bedensel ve ruhsal iyileşmenin önemli bir unsuru olarak kabul edilmiştir. İnsan zihni çoğu zaman gördüğünden çok kokladığını hatırlar. Bir çiçeğin kokusu yıllar öncesine ait bir anıyı yeniden canlandırabilir, bir bitkinin keskin aroması zihinsel yorgunluğu hafifletebilir. Bu nedenle bitkilerin özlerinden elde edilen kokulu yağların sağlık amacıyla kullanılması bugün "aromaterapi" olarak adlandırılan tamamlayıcı tedavi yönteminin temelini oluşturur. Modern bilimsel araştırmalar, kokuların limbik sistem üzerinden duygular, hafıza ve stres mekanizmaları üzerinde doğrudan etkili olduğunu ortaya koyarken tarihsel kayıtlar bu uygulamanın binlerce

yıllık bir geçmişe sahip olduğunu göstermektedir. Böylece aromaterapi hem kadim tıp geleneklerinin yaşayan bir mirası hem de çağdaş sağlık yaklaşımlarının destekleyici bir unsuru olarak değerlendirilmektedir.

## Aromaterapinin Tarihsel Kökenleri

Aromaterapinin kökeni, antik medeniyetlerin bitkisel yağları şifa amacıyla kullanmaya başladığı dönemlere kadar uzanmaktadır. Eski Mısır'da rahipler ve hekimler, bitkilerden elde edilen yağları hem dini ritüellerde hem de yaraların tedavisinde kullanmıştır. Özellikle mür, lavanta ve sedir yağı gibi aromatik maddeler antiseptik özellikleri nedeniyle tercih edilmiştir.

Mumyalama işlemlerinde kullanılan bu yağlar aynı zamanda kokunun korunma ve iyileştirme gücüne duyulan inancın da bir göstergesi olmuştur. Antik Çin ve Hint tıp geleneklerinde bitki özleri, bedendeki enerji dengesini düzenlemeye yönelik uygulamaların ayrılmaz bir parçası olarak değerlendirilmiş ve aromatik yağlar masaj, buhar banyosu ve bitkisel karışımlar içinde kullanılmıştır.

Antik Yunan hekimleri, kokulu bitkilerin sağlık üzerindeki etkilerini gözlemleyerek bu uygulamaları daha sistematik bir biçime dönüştürmüştür. Hipokrat'ın hastalıkların önlenmesi ve tedavisi için aromatik banyoları ve bitkisel yağların kullanımını önermesi kokunun tıp alanındaki önemine işaret etmektedir.

tedir. Roma döneminde hamam kültürünün gelişmesiyle birlikte aromatik yağlar günlük yaşamın bir parçası hâline gelmiş ve bu yağlar hem cilt bakımı hem de kas gevşetici özellikleri nedeniyle yaygın biçimde kullanılmıştır. Orta Çağ İslam tıbbında damıtma tekniklerinin geliştirilmesi ise aromaterapinin tarihsel gelişiminde önemli bir dönüm noktası olmuştur. Bitkisel yağların daha saf ve yoğun biçimde elde edilmesi aromatik maddelerin tıbbi kullanımını genişletmiş ve kokuların şifa amacıyla kullanılmasına yeni bir boyut kazandırmıştır. Bu gelişmeler aromaterapinin yalnızca geleneksel bir uygulama değil teknik ilerlemelerle sürekli gelişen bir tedavi yöntemi olduğunu göstermektedir.

#### Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp İçindeki Yeri

Modern tıbbın bilimsel temeller üzerine kurumsallaşmasıyla birlikte aromaterapi uzun süre ana tedavi yöntemlerinin dışında kalmış olsa da 20. yüzyılın başlarında kimyager René-Maurice Gattefossé'nin uçucu yağların iyileştirici etkilerini sistematik biçimde incelemesi dikkat çekmiştir. Gattefossé'nin bir laboratuvar kazası sonrası lavanta yağının yanık tedavisinde iyileştirici etkisini gözlemlemesi aromaterapi kavramının modern anlamda kullanılmasına öncülük etmiş ve bitkisel yağların farmakolojik özelliklerinin araştırılmasını teşvik etmiştir. Bu süreçten sonra aromaterapi özellikle Avrupa'da cilt hastalıklarının destekleyici tedavisi, psikolojik rahatlama ve stres yönetimi alanlarında giderek yaygınlaşmıştır.

Günümüzde aromaterapi "alternatif tıp" yerine daha çok "tamamlayıcı tıp" kapsamında değerlendirilmektedir. Bunun temel nedeni aromaterapinin modern tıbbi tedavilerin yerine geçmekten ziyade onları destekleyici bir yöntem olarak uygulanmasıdır. Uçucu yağların koklanması, masaj yoluyla uy-

gulanması veya belirli oranlarda seyreltildikten sonra cilt üzerinde kullanılması gibi yöntemler stres yönetimi, uyku bozuklukları, hafif ağrılar ve kaygı durumlarının azaltılmasında yardımcı olabilmektedir. Nörofizyolojik araştırmalar özellikle lavanta, papatya ve bergamot gibi yağların sinir sistemi üzerinde yatıştırıcı etkiler oluşturabildiğini ve bu etkilerin ölçülebilir fizyolojik değişimlerle ilişkilendirilebildiğini göstermektedir.

#### Aromaterapinin Günümüzde Kullanım Alanları

Aromaterapi günümüzde hastaneler, rehabilitasyon merkezleri, psikolojik danışmanlık klinikleri ve wellness merkezlerinde tamamlayıcı bir yöntem olarak kullanılmaktadır. Özellikle ameliyat öncesi kaygı yaşayan hastalara uygulanan hafif aromaterapi seanslarının kalp atış hızını ve stres hormonlarını azaltabildiği gözlemlenmiştir. Uyku bozukluğu yaşayan bireylerde lavanta yağı kullanımı uykuya dalma süresinin kısılmasına ve uyku kalitesinin artmasına katkı sağlayabilmektedir. Bunun yanında spor yaralanmaları ve kas ağrılarında uygulanan aromaterapi masajları kas gevşemesini destekleyerek iyileşme sürecine yardımcı olabilmektedir. Doğum süreçlerinde kullanılan bazı uçucu yağların gevşe-

“

**Aromaterapinin kökeni, antik medeniyetlerin bitkisel yağları şifa amacıyla kullanmaya başladığı dönemlere kadar uzanmaktadır. Eski Mısır'da rahipler ve hekimler, bitkilerden elde edilen yağları hem dini ritüellerde hem de yaraların tedavisinde kullanmıştır.**



me ve rahatlama hissi oluşturduğu bu sayede annenin stres düzeyinin azaldığı ve doğum deneyiminin daha konforlu hâle gelebildiği de çeşitli klinik gözlemlerle ifade edilmektedir. Aromaterapi özellikle yoğun stres altında çalışan bireylerin günlük yaşamlarında da destekleyici bir yöntem olarak yer bulmakta çalışma ortamında kullanılan hafif bitkisel aromaların zihinsel yorgunluğu azaltabildiği ve dikkat süresini artırdığı belirtilmektedir.

“

**Antik Yunan hekimleri kokulu bitkilerin sağlık üzerindeki etkilerini gözlemleyerek bu uygulamaları daha sistematik bir biçime dönüştürmüştür.**

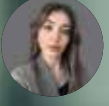
### **Kokunun Hafıza ve Duygularla Kurduğu Bağ**

Aromaterapinin etkisini en çarpıcı biçimde ortaya koyan unsurlardan biri de koku ile hafıza arasındaki güçlü ilişkidir. Alzheimer hastaları üzerinde yapılan bazı uygulamalarda bireyin geçmişte sıkça karşılaştığı kokuların hafıza süreçlerini kısa süreli de olsa canlandırabildiği gözlemlenmiştir. Uzun süredir konuşmakta zorlanan bir hastanın çocukluk yıllarında annesinin kullandığı lavanta kokusunu hissettiğinde geçmiş anılarını anlatmaya başlaması, kokuların duygusal hafıza üzerindeki etkisini gösteren anlamlı örneklerden biridir. Bu tür deneyimler kokunun yalnızca duyuşsal bir uyarı değil bireyin kimlik ve hatıra dünyasına açılan güçlü bir kapı olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde yoğun sınav hazırlığı döneminde olan bir öğrencinin çalışma ortamında kullandığı nane yağı sayesinde zihinsel canlılığını koruyabildiğini ifade etmesi aromaterapinin günlük yaşam kalitesini destekleyici yönünü ortaya koymaktadır.

Aromaterapi, bitkisel özlerin iyileştirici özelliklerinden yararlanarak insan sağlığını desteklemeyi amaçlayan ve kökleri antik medeniyetlere kadar uzanan önemli bir tamamlayıcı tedavi yöntemidir. Eski Mısır'dan Antik Yunan'a, İslam tıbbından modern klinik uygulamalara kadar uzanan tarihsel süreç kokuların sağlık üzerindeki etkisinin insanlık tarafından uzun süredir fark edildiğini ortaya koymaktadır. Günümüzde bilimsel araştırmalarla desteklenen aromaterapi uygulamaları, stres yönetimi, uyku düzeni, psikolojik rahatlama ve rehabilitasyon süreçlerinde giderek daha fazla yer bulmaktadır. İnsanlık, şifayı kimi zaman bitkilerin özünde kimi zaman melodilerin ritminde kimi zaman da kokuların hafızayı harekete geçiren görünmez gücünde aramıştır. Bu arayış aromaterapinin geçmişten bugüne uzanan yolculuğunun yalnızca tıbbi bir uygulama değil insanın doğayla kurduğu derin ilişkinin duyuşsal bir ifadesi olduğunu göstermektedir.

#### **Kaynaklar**

- 1.Kurt, Nevin, Çankaya Tatlı, İrem. "Aromaterapi Uygulamaları ve Uçucu Yağlar", Lokman Hekim Dergisi, 2021; 11 (2): 230-241
- 2.Baydar, Hasan. Tıbbi ve Aromatik Bitkiler Bilimi ve Teknolojisi, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara
- 3.Aygör, Hamide, Çayır, Aliye. "Hemşirelik Öğrencilerinin Tıbbi ve Aromatik Bitkileri Kullanma Durumu ve Görüşleri", Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, Yıl 2020, Cilt: 23 Sayı: 3, 378-382, 30.09.2020



Nurgül AÇIKGÖZ

Psikolog

İnegöl Denetimli Serbestlik Müdürlüğü

PSIKOLOJİ

# GÖZLEMLENMEK DAVRANIŞI DEĞİŞTİRİR Mİ?



İnsan davranışı birçok faktörden etkilenir. Bunlardan biri de bireyin gözlemlendiğini bilmesidir. Bazen fark etmeden sadece birinin bizi izlediğini düşündüğümüzde bile daha dikkatli davranmaya başlarız. Sosyal bilimlerde “Hawthorne Etkisi” olarak bilinen bu durum insanların izlendiğini fark ettiklerinde davranışlarını değiştirmeleri anlamına gelir.

İnsan davranışı yalnızca kişinin iç dünyasıyla değil bulunduğu ortam ve çevredeki insanlarla yakından ilişkilidir. Bazen sadece birinin bizi izlediğini düşünmek bile davranışlarımızı değiştirebilir. Örneğin, bir kişi yalnızken farklı başkalarının yanında ise daha farklı davranabilir. Hawthorne etkisi, bireyin gözlemlendiklerini fark ettiklerinde davranışlarını değiştirmeleri anlamına gelir. İnsanlar gözlemlendiklerini düşündüklerinde genellikle daha düzenli daha dikkatli ve daha çalışkan davranabilirler. Bu değişim çoğu zaman geçici de olsa bireyin davranışlarını anlamak açısından önemli ipuçları sunar. Bu kavram ABD’de bulunan Hawthorne Works

adlı fabrikada yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır. Araştırmacılar, başlangıçta çalışma ortamındaki fiziksel koşulların çalışanların verimliliğini nasıl etkilediğini incelemek istemişlerdir. Ancak deneyler sırasında ilginç bir durum fark edilmiştir. Çalışanların performansı sadece ortam koşulları değiştiğinde değil araştırmacıları onları gözlemlediğinde de artmaktadır. Bunun nedeni çalışanların kendilerine dikkat edildiğini fark etmeleridir. Böylece insanların gözlemlendiklerini bildiklerinde davranışlarını değiştirdikleri anlaşılmıştır.

Hawthorne etkisi sadece iş hayatında değil günlük yaşamda da görülebilir. Örneğin;

- Bir öğrenci, öğretmeni sınıfta olduğunda daha dikkatli davranabilir.
- Bir çalışan, yönetici yanında daha dikkatli çalışabilir.
- Bir kişi başkalarının yanında daha saygılı ve kontrollü davranabilir.

Bu durumlar insanın sosyal bir varlık olmasının doğal bir sonucudur.

## Bireysel Farkındalık Açısından Önemi

Hawthorne etkisi bize önemli bir gerçeği hatırlatır. Bireyler çevrelerinden gelen ilgi ve dikkate göre davranışlarını değiştirebilirler. Bu nedenle kişinin kendini tanıması ve davranışlarının hangi durumlarda değiştiğini fark etmesi önemlidir. İnsan bazen sadece gözlemlendiğini hissettiğinde daha iyi davranabildiğini fark edebilir. Bu durum aslında kişinin içinde var olan olumlu davranış potansiyelini de gösterir. Bireyin çevresinin kişi üstündeki gücünü anlamamıza yardımcı olur. Aynı zamanda insanların uygun ortam ve destek gördüklerinde daha olumlu davranışlar sergileyebileceğini de ortaya koymaktadır. Bu etki bize başka bir şey daha gösterir. İnsan sadece başkaları izlediğinde değil bazen kendini gözlemlediğinde de değişebilir. Bir kişi gün içinde davranışlarını düşünmeye başladığında şunları fark edebilir:

- Hangi durumlarda öfkeleniyorum?
- Hangi anlarda sabırlı davranabiliyorum?
- Hangi düşünceler beni yanlış kararlar almaya götürüyor?

İnsan davranışları değişmez değildir. Bazen küçük bir farkındalık bile büyük değişimlerin başlangıcı olabilir. Belki de en önemli soru şudur:

Eğer başkaları bizi izlediğinde daha iyi davranabiliyorsak kendimizi izlemeyi öğrendiğimizde hayatımız nasıl değişir?



Baycan ALTINGÜN  
İnfaz ve Koruma Başmемuru  
Nazilli E Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# TRAFİKTE YENİ DÖNEM

Çok uzun süredir ülkemizin gündeminde olan trafik kanunundaki düzenlemeler 12 Şubat 2026 tarihinde Türkiye Büyük Millet Meclisi Genel Kurulunda kabul edilerek resmileşti. Ardından Cumhurbaşkanımızın imzası ile 27 Şubat tarihli Resmî Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe girdi. Yapılan bu değişiklik ile karayollarında trafik güvenliğini artırarak oluşabilecek yaralanmalı ve ölümlü kazaların önüne geçilmesi hedeflenmektedir.

Trafiğin güvenli olması toplumun güvende olması demektir.

Bu sebeple 2918 sayılı Karayolları Trafik Kanunu’nda 24 farklı maddede ekleme ve değişiklikler yapıldı. Bu değişiklikler ile trafik kurallarının suistimal edilmesinin önlenmesi amacıyla trafik mevzuatının günümüz şartlarına uygun güncellenmesi sağlandı. Bu kanun ile ülke tarihindeki en ağır maddi cezalar yürürlüğe girdi. Ayrıca birçok alanda yenilikler getirildi (hız sınırları değişikliği, takip ve saldırı amaçlı eylemler vb.). Yeni düzenlemeyi sadece “yüksek para cezaları” olarak algılamak eksik bir yaklaşım olacaktır. Bu kanun aslında toplumda bir “güvenli sürüş kültürünü” inşa etmeyi hedefleyen sert bir hatırlatıcıdır.

## Bu yenilikleri şöyle açıklayabiliriz:

- Artık otoyollarda sürekli gördüğümüz otoyollarda özel olarak hizmet veren otoyol zabıtaları İçişleri Bakanının onayı ile sorumluluk sahası sınırlı kalmak kaydı ile genel zabıta olarak görev yapabilecekler. Çünkü kanuna göre özel durumlar dışında “trafik zabıtasına genel zabıta görevi verilemez, araç gereç ve özel teçhizatı trafik hizmetleri dışında kullanılamaz.” ibaresi vardır. Buna istisna geldi.
- Yasal süre içinde tescil belgesini almayan, plaka çıkartmayan araçların kullanımının tespiti hâlinde 46.000 TL idari para cezası uygulanacaktır. Yönetmelikte belirtilen nitelik ve ölçülere göre plaka takmamanın cezası 4.000 TL idari para cezasıdır ve

eksiklik giderilene kadar araç trafikten men edilir. Var olan plakaları kapatan, okunmasını engelleyen, farklı okunmasını sağlayacak şekilde müdahalede bulunan kişilere ise 140.000 TL ve 30 gün araç trafikten men, aynı suçu 1 yıl içinde 2 kez yapana 280.000 TL idari para cezası ve 60 gün araç trafikten men cezası verilecektir.

- Tescil edilen araca plaka çıkartmadan kullanan sürücüyü 46.000 TL idari para cezası verilecek. Ehliyet ve araç 30 gün boyunca kullanımdan men edilecek. Son 1 yıl içinde 2. kez ve fazlası hâlinde ise 140.000

“

**Eskiden mevcut karayolu azami hız sınırının üstüne + %10 tolerans verilirken şimdi denetimler çok farklı bir boyut kazanmış ve kademelendirilmiş oldu. Ayrıca denetimlerdeki hız toleransı yerleşim yeri içi ve yerleşim yeri dışı diye ayrıldı.**

TL para cezası verilecek. 60 gün ehliyet ve araç trafikten men edilecek.

- Sahte plaka kullanımına 140.000 TL para cezası verilecek ve ehliyet ile araç 30 gün men edilecek. Son 1 yıl içinde tekrarında cezalar 2 kat artarak 280.000 TL ve 60'ar gün olacak. Ayrıca TCK'nin resmî belgede sahtecilik suçundan işlem yapılacaktır.

- Geçici trafik tescil belgesi ve geçici plakayı usulsüz kullanan sürücülere ilk seferde 46.000 TL para cezası verilecek ve araç 30 gün trafikten men edilecek. 1 yıl içinde tekrarı olduğunda her seferinde ceza 3 kattan fazla artarak 140.000 TL olacak ve araç 60 gün men edilecek.

- Yapılan değişikliklerde en çok dikkat çeken maddelerden bir tanesi ise hız sınırlarının denetimi ile ilgili madde oldu. Eskiden mevcut karayolu azami hız sınırının üstüne + %10 tolerans verilirken şimdi denetimler çok farklı bir boyut kazanmış ve kademelendirilmiş oldu. Ayrıca denetimlerdeki hız toleransı yerleşim yeri içi ve yerleşim yeri dışı diye ayrıldı.

#### a. Yerleşim Yeri İçinde

Hız sınırını 6-10 km/s aşanlara 2.000 Türk lirası, 11-15 km/s aşanlara 4.000 Türk lirası, 16-20 km/s aşanlara 6.000 Türk lirası, 21-25 km/s aşanlara 8.000 Türk lirası, 26-35 km/s aşanlara 12.000 Türk lirası, 36-45 km/s aşanlara 15.000 Türk lirası, 46-55 km/s aşanlara 20.000 Türk lirası ve ehliyete 30 gün el konulması, 56-65 km/s aşanlara 25.000 Türk lirası ve ehliyete 60 gün el konulması, 66 km/s ve daha fazla aşanlara 30.000 Türk lirası ve ehliyete 90 gün el konulması cezaları uygulanacak.

#### b. Yerleşim Yeri Dışında

11-15 km/s aşanlara 2.000 Türk lirası, 16-20 km/s aşanlara 4.000 Türk lirası, 21-25 km/s aşanlara 6.000 Türk lirası, 26-30 km/s aşanlara 8.000 Türk lirası, 31-40 km/s aşanlara 12.000 Türk lirası, 41-50 km/s aşanlara 15.000 Türk lirası, 51-60 km/s aşanlara 20.000 Türk lirası ve ehliyete 30 gün el konulması, 61-70 km/s aşanlara 25.000 Türk lirası ve ehliyete 60 gün el konulması, 71 km/s ve daha fazla aşanlara

30.000 Türk lirası ve ehliyete 90 gün el konulması cezaları uygulanacaktır. Ayrıca sürücü ehliyetini geri alabilmek için mevcut para cezasının tamamını ödemek zorundadır. Son 1 yıl içinde 5 kez ehliyeti alınan sürücünün ehliyetini tekrardan alabilmesi için psikoteknik değerlendirmeden ve psikiyatri uzmanının muayenesinden geçirilerek sürücü belgesi almasına mâni hâli olmadığının anlaşılması şartı getirilmiştir. Ayrıca radar-hız tespit cihazlarının yerlerini gösteren cihazları araçta bulundurmanın cezası 185.000 TL idari para cezası olmuştur.

Meclis tarafından kabul edilen yasa değişikliğinin bir kısmını birlikte inceledik. Mevcut yasa değişikliği 2 farklı açıdan toplum güvenliğini ve huzurunu artırmaya çalışmaktadır. İlk olarak cezalardaki maddi oranların yüksekliği, araç ve ehliyete el koyulması doğrudan sürücüyü etkileyerek sürücünün daha dikkatli olmasını sağlamayı amaçlamaktadır. Kurallara uymadığında maddi külfet dışında araç kullanım hakkının kısıtlanması kişiye öz eleştiri ve kendini geliştirme imkânı vermektedir.



**Ferhat ÇELİKER**  
Uzman Öğretmen  
Van Bezetimli Serbestlik Müdürlüğü

# HOLİGAN HASTALIĞI IRKÇILIK

UEFA Şampiyonlar Ligi son 16 play-off turunda oynanan Benfica-Real Madrid maçında Brezilyalı futbolcu Vinicius Junior'ın, Benfica forması giyen Gianluca Prestiani'nin kendisine ırkçılık yaptığını, Fransız Hakem François Letexier'e söylemesiyle oyunun 10 dakika durduğunu birçoğumuz televizyondan izlemiştir. Vinicius Junior'a yapılan bu ırkçı tutum dünya spor tarihinde ne iltir ne de son olacaktır.

İrkçilik, nefret ve güvensizlik uyandırır ve kurbanlarını anlamaya yönelik her türlü girişimden kaçınır. İrkçilik özellikle 18. yüzyılda Kuzey Amerika'da köleliğin ve Batı Avrupalıların sömürgeleştirme ve imparatorluk kurma faaliyetlerinin merkezinde yer alıyordu. İrk fikri, Avrupa kökenli insanlarla ataları istemsizce köleleştirilmiş ve Amerika'ya nakil edilmiş Afrika kökenli insanlar arasındaki farkları büyütme için icat edilmiştir. 19. yüzyıla gelindiğinde ırkçılık olgunlaşmış ve dünyaya yayılmıştır. Yine bu yüz-

yılda birçok ülkede liderler kendi toplumlarının etnik bileşenlerini genellikle dini veya dil gruplarını ırksal terimlerle sınıflandırarak "yüksek" ve "alt" ırkları tanımlamışlardır. Düşük statülü ırklar olarak görülenler özellikle sömürgeleştirilmiş bölgelerde, emeği için sömürülmüş ve onlara yönelik ayrımcılık dünyanın birçok bölgesinde yaygın bir model hâline gelmiştir.

20. yüzyılda ırkçılığın neden olduğu toplumsal karışıklıklar ve istikrarsızlığın önüne geçebilmek için uluslararası yasalar çıkarılmıştır. İrkçilik karşıtı yasalar sadece uluslararası düzeyde kalmamış devletler de bu uluslararası yasalara paralel yasalar çıkarmışlardır. Bu yasalar ırkçılığı tamamen bitirememiştir. Özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde ırksal azınlıkların haklarını korumaya yönelik anayasal ve yasal önlemlere rağmen birçok Amerikalının özel inançları ve uygulamaları ırkçılığı devam ettirmiş ve daha düşük statüye sahip bazı gruplar genellikle günah keçisi olarak görülmüştür.



**2018 Mayıs ayında Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ile Londra'da buluşarak fotoğraf çektiren ve formasını hediye eden 29 yaşındaki Mesut Özil'e linç kampanyasına varan ırkçı saldırılar ve eleştiriler yapılmış ardından Mesut Özil Almanya Milli Takımını bıraktığını açıklamıştır.**

Özellikle geçmişinde siyahi köle alışverişi yapan ve onları kullanan ülkelerde ırkçı tutumların varlığını sürdürdüğünü söylemek mümkündür. Bu ırkçı tutumların sergilendiği alanlardan biri de spordur. Avrupa futbol müsabakalarında takım kadrolarında yer alan siyahi oyuncuların konsantrasyonunu ve moralini bozmak üzere taraftarların ırkçı tezahüratları öne çıkmaktadır. İrkçı tezahüratlarda maymun sesi yaparak sahaya muz atmak günümüzde en çok yapılan ırkçı saldırılardandır. İspanya'da Barcelona ile Villarreal arasında oynanan maçta Barcelonalı Futbolcu Daniel Alves'e tribünlerden muz atılmıştır. Futbolcu muzun yerden alıp yiyerek taraftarlara "soğukkanlı" bir cevap vermiştir. İtalya 1. Ligi ekiplerinden Milan'ın Ganalı Futbolcusu Kevin-Prince Boateng, 2013 yılında Pro Patria ile yaptığı hazırlık karşılaşmasında topu ırkçı tezahüratın yapıldığı tribüne atarak sahayı terk etmiştir. Aynı sezon San Siro'da Roma'yı ağırlayan Milan'ın siyahi futbolcuları Mario Balotelli ve Kevin-Prince Boateng, Roma taraftarlarının ırkçı tezahüratlarına maruz kalmıştır. Brezilyalı Futbolcu Neymar'a, İskoçya ile Brezilya arasındaki hazırlık maçında kullandığı penaltı atışını gole çevirdikten sonra muz fırlatılmıştır. Bir başka muz fırlatma olayı da Fenerbahçe'nin eski futbolcusu Roberto Carlos'a Anji Mahaçkala forması giydiği dönemde Zenit maçında yapılmıştır. Rusya Futbol Federasyonu Zenit'e 10 bin dolar para cezası verirken muz fırlatan taraftarın ömür boyu stada girmesini yasaklamıştır.

2018 Mayıs ayında Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ile Londra'da buluşarak fotoğraf çektiren ve formasını hediye eden 29 yaşındaki Mesut Özil'e linç kampanyasına varan ırkçı saldırılar ve eleştiriler yapılmış ardından

Mesut Özil Almanya Milli Takımını bıraktığını açıklamıştır. 2018 Dünya Kupası devam ederken İsveç'in Almanya'ya 2-1 yenildiği maçta ikinci golün geldiği serbest vuruşa neden olan 34 yaşındaki İsveç Milli Takımının formasını giyen Türk asıllı yıldız Jimmy Durmaz maç sonrası sosyal medya hesabından adeta linç edilip ırkçı söylemlerle karşı karşıya kalmış ve ölüm tehditleri almıştır. Bu yaşanan olay ırkçılığın sadece siyahi sporculara yönelik olmadığını da göstermektedir. Sporun hiçbir dalında ırkçılığın yaşanmadığı ve dostluğun ön planda olduğu rekabetlerin yaşandığı bir gelecek hayaliyle...

**Kaynaklar**  
1.TRT SPOR  
2.Anadolu Ajansı

“

**20. yüzyılda ırkçılığın neden olduğu toplumsal karışıklıklar ve istikrarsızlığın önüne geçebilmek için uluslararası yasalar çıkarılmıştır. İrkçılık karşıtı yasalar sadece uluslararası düzeyde kalmamış devletler de bu uluslararası yasalara paralel yasalar çıkarmışlardır. Bu yasalar ırkçılığı tamamen bitirememiştir.**





**Ersin KAYA**  
İnfaz ve Koruma Memuru  
Ereğli (Konya) T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

# ÇÖLÜN MUCİZE MÜHENDİSİ: “NAMİB BÖCEĞİ”

Gözlerinizi kapatın ve uçsuz bucaksız kızıl kum tepelerinin gökyüzüyle birleştiği sonsuz gibi görünen bir çöl hayal edin. Namib Çölü dünyanın en yaşlı en kurak ve belki de en acımasız coğrafyalarından biri. Burada hayatta kalmak kelimenin tam anlamıyla ilahi bir lütufla mümkün olabilir. Kumların üzerinde kavurucu bir rüzgâr eserken çoğu canlı yerin derinliklerine sığınmışken küçük bir kahraman rüzgâra karşı gövdesini su toplama pozisyonuna getirir. Bu kahraman Namib Çölü böceğinden başkası değildir. Onu sadece bir “böcek” diye geçiştirmek devasa bir teknoloji üssüne “küçük bir atölye” demek kadar haksızlık olur.

## Kumlar Alev Alırken O Kendi Vahasında

Namib böceği, yeryüzündeki en aşırı koşulların hüküm sürdüğü bu kızıl deryayı kendine mesken tutmuştur. Gündüz sıcaklığın 60 dereceyi zorladığı geceleri ise insanın kemiklerini sızlatan bir soğuğun çöktüğü bu topraklarda yaşamak bir varoluş mücadelesi demektir. Ancak bu minik dostumuzun üzerinde hiçbir laboratuvar-



da tesadüfen bir araya gelemeyecek kadar hassas bir donanım vardır. Sırtındaki o pütürlü zırh sıradan bir kabuk değil havadaki nemi bir mıknaş gibi çeken, suyu nakış gibi işleyen bir sanat eseridir.

## Rüzgârın Getirdiği Hayat Sıvısı

Peki, yağmurun uğramadığı bu topraklarda bir canlı nasıl su bulur? İşte burada hayranlık uyandırıcı o sahne başlar. Sabahın erken saatlerinde okyanustan gelen yoğun sis çölün üzerine çöktüğünde bizimki kum tepesinin en yüksek noktasına tırmanır. Arka ayaklarını havaya diker, başını aşağı eğer ve rüzgâra karşı o karakteristik duruşu ile konumlanır. Sırtındaki minik tepeler suyu tutar (hidrofilik) aradaki vadiler ise suyu iter (hidrofobik). Sis zırhına çarptıkça minik damlacıklar oluşur. Bu damlalar birleşir ve yer çekiminin de yardımıyla böceğin ağzına doğru süzülür. Çölün ortasında gökten düşmeyen suyu

“

Namib böceği için hayat kum taneleri arasında verilen zamana karşı bir yarıştır. Üzerindeki o simsiyah zırhı sadece bir koruma kalkanı sanmayın. O aslında güneşin kavurucu oklarını geri püskürten, vücut ısınısını milimetrik hesaplarla dengede tutan bir mühendislik harikasıdır. Tehlike anında bir sihirbaz edasıyla kendini kumun serin derinliklerine bırakıverir.

rüzgârdan “sağmak” bu ne müthiş bir lütuf öyle değil mi?

### Kıtlıkta Her Şey Besindir

Namib böceği genelde kendi yolunda kendi halinde bir gezgindir. Öyle karıncalar gibi devasa kolonileri, karmaşık hiyerarşileri yoktur. Onun derdi daha çok günü kurtarmak ve neslini devam ettirmektir. Beslenme konusunda pek seçici olduğu söylenemez. Çölün rüzgârla oradan oraya savurduğu bitki kalıntılarını bazen de ölü böcek parçaları onun ana menüsüdür. Üreme vakti geldiğinde ise kumların güvenli derinliklerine yumurtalarını bırakır. Yeni nesil daha gözünü açmadan bu zorlu mühendislik okulunun bir öğrencisi olarak hayata başlar. Onlar doğuştan hayatta kalma ve suyun nasıl elde edileceği konusunda birer uzmandırlar.

### Zırhın Ardındaki Sabır ve Kısa Bir Ömür

Namib böceği için hayat kum taneleri arasında verilen zamana karşı bir yarıştır. Üzerindeki o simsiyah zırhı sadece bir koruma kalka-

nı sanmayın. O aslında güneşin kavurucu oklarını geri püskürten, vücut ısısını milimetrik hesaplarla dengede tutan bir mühendislik harikasıdır. Tehlike anında bir sihirbaz edasıyla kendini kumun serin derinliklerine bırakıverir. Sanki çöl onu bir anda yutmuş gibi... Peki, bu kadar muazzam bir donanıma sahip olan bu küçük dostumuzun bu dünyadaki nöbeti ne kadar sürüyor dersiniz? Sadece birkaç yıl. Evet, yanlış duymadınız. Sabahın ilk ışıklarında verilen zahmetli su toplama operasyonları kusursuz bir zırh ve sabırla örülmüş bir hayat. Aslında bir kum saatinin akışı kadar kısa. Ancak bu kısa ömre sığdırdığı o hayatta kalma sanatı bize şunu fısıldıyor: Mükemmellik, uzun yaşamakta değil yaşanan her anı en ince ayrıntısına kadar planlanmış bir sanat eseri gibi sergilemektedir.

### İnsanlığın Minik Bir Böcekten Aldığı Büyük Ders

İnsanoğlu binlerce yıldır “susuzluk” ile imtihan ediliyor. Ancak Namib böceğinin sırtındaki o mikroskobik mimariyi keşfettiğimizden beri

susuzluğa bir çare bulmuş olabiliriz. Bugün bilim insanları, bu böceğin sırt yapısını taklit ederek “sis toplama ağları” ve susuz bölgeler için su üreten paneller geliştiriyor. Düşünün Afrika’nın en kurak köylerindeki bir çocuk, temiz suyunu bu böceğin sırtındaki o muazzam tasarımdan ilham alınarak yapılan cihazlarla içiyor. Küçük bir canlının sırtına nakşedilmiş bu bilgi bugün modern teknolojinin en büyük ilham kaynaklarından biri hâline gelmiş durumda.

İşte insanoğlu bazen bir kuşun aerodinamik yapısına bakıp saatte 300 kilometre hıza ulaşan Shinkansen hızlı trenlerini tasarlıyor bazen bir larvanın dayanıklılığından esinlenip tıpta devrim yaratan ameliyat yapıştırmalarını üretiyor bazen de Namib Çölü’ndeki o minik böceğin sırtındaki mikroskobik tepeleri taklit ederek dünyanın en kurak coğrafyalarında havadan su sağlayan sis toplama kulelerini inşa ederek geliyor. Gelişmek için her şey doğada var sadece nereye bakmamız gerektiğini bilmeliyiz.

#### Kaynaklar

1. TÜBİTAK Bilim ve Teknik: Aralık 2019 625. Sayı, sayfa 82. Doğa-Fauna-Namib Böceği
2. Dergipark.org- Ulustarararasi Gıda, Tarım ve Hayvan Bilimleri Dergisi (IJFAA) 2023, 3(2), 59-74
3. Science.org- Makale: Bu çöl böceği, insanların havadan su elde etmesine yardımcı olabilir mi?





Nisa BARAÇ

Psikolog

Elazığ 2 No.lu Yüksek Güvenlikli Kapalı Ceza İnfaz Kurumu

YAŞAM

# YAZIN GELİŞİYLE YENİDEN UMUTLANMAK

## Mevsim Değişiminin Psikolojik Gücü ve Hayata Tutunmanın Sırrı

Hava yavaş yavaş ısınıyor, güneşin yüzü daha sık görünüyor, çiçekler tomurcuklanıyor. Tam bu günlerde çoğumuz fark etmeden omuzlarımızdaki yük hafifliyor, içimizde bir kıpırtı başlıyor: “Bu yaz her şey farklı olacak.” Bu duygu tesadüf değil bilimsel olarak kanıtlanmış bir psikolojik dönüşüm. İnsan beyni mevsimlerle birlikte umut mekanizmasını yeniden kuruyor ve bize en önemli dersi veriyor: Hayatın her zaman tutunacak bir yanı var.

Kışın azalan gün ışığı, beyindeki serotonin (mutluluk hormonu) üretimini düşürüyor. Bu durum özellikle mevsimsel duygudurum bozukluğu yaşayanlarda depresyon, umutsuzluk ve enerji kaybına yol açıyor. Ancak baharın sonu ve yazın başlangıcıyla birlikte güneş ışığı artıyor. Araştırmalar gösteriyor ki:

•Günlük 30 dakika bile daha fazla güneş ışığı, serotonin seviyesini %20-30 oranında yükseltebiliyor (Harvard Tıp Fakültesi çalışmaları).

•Melatonin hormonu (uyku hormonu) azalırken dopamin ve endorfin salgısı artıyor. Bu, beynin “ödül sistemi”ni harekete geçiriyor ve geleceğe dair olumlu beklentileri tetikliyor.

İnsanlar yaz döneminde %40 daha fazla “gelecek planı” yapıyor, yeni hobiler ediniyor ve ilişkilerini onarmak istiyor. Yaz, bereket ve hayatta kalma ihtimalinin yüksek olduğu dönemdir. Beynimiz bunu otomatik olarak “umut zamanı” olarak kodluyor.

### Umut Psikolojide Nasıl Bir Güçtür?

Pozitif psikolojinin kurucusu Martin Seligman, umudu “Geleceğe yönelik hedef odaklı motivasyon.” olarak tanımlar. Umutlu insanlar üç temel düşünceye sahiptir:

- “Bu zorluk geçici.”
- “Ben bunu aşabilecek kapasiteye sahibim.”
- “Hayatın içinde her zaman iyi bir şey vardır.”

Yaz mevsimi bu üç düşünceyi doğal yoldan destekliyor. Uzun günler, açık hava, renkli çiçekler ve tatil hayalleri beynin “felaket senaryosu” merkezini (amigdala) sakinleştirirken “umut merkezi”ni (prefrontal korteks) güçlendiriyor.

Yaz döneminde şu 4 basit adımla umudunuzu kalıcı kılabilirsiniz:

**1. Işık Terapisi:** Her sabah 15-20 dakika dışarı çıkın. Telefonu bırakın ve gökyüzüne bakın. Serotoninin doğal ilacı budur.

**2. Umut Günlüğü:** Her akşam umut günlüğüne 3 şey yazın: “Bu yaz yapmak istediğim bir şey”, “Hayatımda şu an minnettar olduğum bir şey”, “Kendime verdiğim küçük bir söz.”

**3. Doğa Teması:** Bir parkta 10 dakika yürümek bile kortizol (stres hormonu) seviyesini %15 düşürür. Bahar çiçeklerini fark edin.

**4. Anlam Bağlantısı:** Birine “Bu yaz birlikte şunu yapalım.” diye mesaj atın. Umut bulaşıcıdır.

Yaz sadece bir mevsim değil bir psikolojik yenilenmedir. Bu ay mevsim yaza dönerken içimizde yükselen umut sadece hava değişimi değildir. Bu, hayatın bize verdiği en büyük mesajdır: “Ne kadar karanlık olursa olsun her zaman yaz gelir. Ve o yaz senin içinde saklıdır.”

Bu yaz içinizdeki umut çiçeklerine kulak verin ve ona tutunun.

*“Milletin bađrından  
temiz bir nesil yetişiyor;  
bu eseri ona bırakacağım  
ve gözüm arkada  
kalmayacak.”*

*–Mustafa Kemal Atatürk–*



# DEGER

Ankara'nın Ulus semtinde yer alan ve Türkiye Büyük Millet Meclisinin ilk binası olan tarihi yapıda bulunan önemli bir müzedir. 1920 yılında açılan bu bina, Kurtuluş Savaşı'nın yönetildiği ve Türkiye Cumhuriyeti'nin temellerinin atıldığı yer olarak büyük bir tarihî öneme sahiptir. Günümüzde müze olarak hizmet veren binada; döneme ait meclis salonu, milletvekili odaları, tarihi belgeler, fotoğraflar ve savaş dönemine ait çeşitli eşyalar sergilenmektedir. Ziyaretçilere hem Kurtuluş Savaşı sürecini hem de Türkiye'nin kuruluş aşamasını yakından tanıma fırsatı sunan müze, Millî Mücadele'nin simgelerinden biridir.

## Kurtuluş Savaşı Müzesi I. TBMM İlk Meclis

DEGER



9 772687 365604