

DEĞER

AYLIK KÜLTÜR VE YAŞAM DERGİSİ

SAYI
126
Haziran
2024



Değer **06**

Kişisel Gelişim **10**

Gezi **34**



Her İşin Başı Sağlık



Kızların Yetişmesinde Babanın Rolü



Norveç



Ceza ve Tevkifevleri
Genel Müdürlüğü Yayınıdır

f ctedegerdergisi

globe cte.adalet.gov.tr

Baba ınar gibidir,
gölgesi yeter...

BABALAR GÜNÜNÜZ

Kutlu Olsun

DEĞER

Tasarım: İlke GÜLER

SAHİBİ

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü Adına
Enis Yavuz YILDIRIM
Genel Müdür

YAYIN KURULU

Çelebi YILMAZ
Genel Müdür Yardımcısı
Yayın Kurulu Başkanı

Evren AKBEY
Daire Başkanı

Hüseyin ÖZ
Tetkik Hâkimi

Hakan ERDEM
Yazı İşleri Müdürü ve Editör

YAZARLAR

A. Gül AŞIK DÖNERGÖZ • Abdullah KAYA
Ayşe ÇOLAKOĞLU • Celal CEYLAN
Dilek DEREBAŞI • Ferhat ÇELİKER
Gamze BOLATCAN • Hatice AYDOĞDU
Hüseyin ÖZTÜRK • İsa TİYEK • İsmail EVCİN
Kamil KIRATLI • M. Recep KOLCU
Mehmet VARNALI • Melike AKCURA YULDAŞ
Muhammed Emin GEYLANI • Murat NAMDAR
Mustafa GÜNAY • Nevgül DUMAN
Nevriye TOSUN • Nurgül AÇIKGÖZ • Onur KAYA
Samet YURTTAŞ • Şirin Ceren GÖMLEKSİZ
Ümmü GÖKDEMİR • Yasin YILMAZ

KONUK YAZARLAR

Ahmet Can KORKMAZ • Hakkı ESER
Mehmet YİĞİT • Tuba UYANIK

REDAKTÖRLER

Murat Ali KIRBIYIK • Umut Tugay YÜCEL
Celal CEYLAN • Mehmet VARNALI
Ayşe ÇOLAKOĞLU

FOTOĞRAFLAR

Cesim ŞEKER • Halil İbrahim GÜNEŞ
Hayri TURHAL • İlke GÜLER

İLETİŞİM

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü
Hacı Bayram Mah. Ağah 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

Grafik Tasarım

BrainTurk Reklam Tanıtım Tasarım Ofisi

Baskı

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

Matbaa - Baskı Şefi

Zafer KARAKAYA

Yayın Türü

Yerel Süreli Yayın

Basım Tarihi

14/06/2024



Hakan ERDEM

Değer Dergisi Yazı İşleri Müdürü

Değerli Okurlar,

Yeni sayımızla karşınızdayız. Bu ayki değerimiz her zaman kıymetini bilmemiz gereken, hayatın en önemli zenginliği olan "sağlık." Sağlıklı bir yaşam sürmek modern dünyanın en çok arzulanan hedeflerinden biridir. Ancak bu hedefe ulaşmak her gün aldığımız küçük kararlarla ve benimsediğimiz yaşam tarzı ile doğrudan bağlantılıdır. Sağlık, yalnızca hastalıklardan uzak olmak değil aynı zamanda fiziksel, zihinsel ve duygusal olarak dengede kalmak anlamına da gelir.

Sağlıklı yaşamak sadece uzun bir ömür sürmek değil aynı zamanda bu süreyi kaliteli ve mutlu bir şekilde geçirmektir. Sağlıklı yaşamak, bir dizi basit ama etkili adımın birleşiminden oluşur. Uzmanların önerilerini dikkate alarak ilerleyerek hem fiziksel hem de zihinsel sağlığımızı koruyabilir ve daha kaliteli bir yaşam sürdürebiliriz. Unutmayalım ki, sağlık en büyük zenginliktir ve ona iyi bakmak kendimize yapabileceğimiz en büyük yatırımlardan biridir. Bu ayki sayımızda sağlıklı bir yaşam için en etkili stratejileri ve pratik önerileri sizinle paylaşıyoruz.

Sevgili Okurlar,

Bu sayıda sağlık konusuna dinimizin bakışını ele alan makalelere de yer verdik. Araştırma sayfamızda verem hastalığına yönelik önemli bir araştırma konusu sizleri bekliyor. Güneşin zararlı etkilerinden korunmanın yollarını anlatan sağlık sayfamızda önemli detayları ele aldık.

Öte yandan haziran ayının içerisinde önemli günlerden biri olan "Babalar Günü"ne özel makale ve şiirleri yazarlarımız sizler için hazırladı. Dünya çevre gününde iklim değişikliği ve küresel ısınma konularında önemli detayları anlatan yazımızın ilginizi çekeceğini düşünüyoruz.

Her zamanki gibi değerli yazarlarımızın derinlemesine analizleri ve özenle hazırladıkları içeriklerle dolu bir sayı hazırladık. Amacımız siz değerli okuyucularımıza bilgi dolu, ilham verici ve düşündürücü bir okuma deneyimi sunmak.

Son olarak, dergimizde yer almasını istediğiniz konular, görüşleriniz ve önerileriniz için bize ulaşmaktan çekinmeyin. Katkılarınız ve geri bildirimleriniz bizim için çok değerli.

Keyifli okumalar dileğiyle,

Sağlıkla kalın.

DEĞER İÇİNDEKİLER

HAZİRAN • Sağlıklı Yaşam

BAŞYAZI: 05

Bu ay modern dünyanın en temel unsurlarından biri olan sağlıklı yaşamı ele alacağız. Stresin günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline geldiği bu dönemde, sağlıklı bir yaşamı sürdürmek bireyler için sadece bir tercih değil zorunluluk haline dönüşmüştür.

Sağlıklı yaşam sadece bireyin kendi sağlığı için değil, toplumun genel sağlığı ve refahı için de önemlidir. Sağlıklı bir yaşam sürdürmek geleceğe yapılan en değerli yatırımların başında gelmektedir. Sağlık, bedensel ve zihinsel iyilik halinin yanı sıra sosyal sorumluluklarımızı da içermektedir. Bu sorumlulukların en anlamlılarından biri de kan bağıdır.

EDİTÖRDEN: 01

Her zamanki gibi değerli yazarlarımızın derinlemesine analizleri ve özenle hazırladıkları içeriklerle dolu bir sayı hazırladık. Amacımız siz değerli okuyucularımıza bilgi dolu, ilham verici ve düşündürücü bir okuma deneyimi sunmak. Son olarak, dergimizde yer almasını istediğiniz konular, görüşleriniz ve önerileriniz için bize ulaşmaktan çekinmeyin. Katkılarınız ve geri bildirimleriniz bizim için çok değerli. Keyifli okumalar dileğiyle,

Değer: 06

Her İşin Başı Sağlık

Kişisel Gelişim: 10

Kızların Yetişmesinde
Babanın Rolü

Aile: 12

Psikiyatride Risk Faktörleri ve
Genetik

Eğitim: 16

21. Yüzyıl Becerileriyle Örüntülü
Mobil Öğrenme

Araştırma: 18

Verem/Tüberküloz Hastalığının
Tarihi Süreci



Sağlık: 22

Güneş Yanığı Nedir?

Ayın Önemi: 24

Dünya Çevre Günü

Canlılar Alemi: 28

Birçok Deniz Canlısının
Yaşam Alanı: Mercanlar

Personelimizden Gelenler: 30

Ayna

Maneviyat: 31

Kurban ve Teslimiyet

Foto Değer: 32





Bir Fotoğraf Bir Hikâye

44 Mostar Köprüsü



48

Ayın Önemi

Oktay Sinanoğlu



56

Önemli Şahsiyetler

Eyüp Sultan

Gezi: 34

Norveç

Bir Fotoğraf Bir Hikâye: 44

Mostar Köprüsü

Personelimizden Gelenler: 46

Tarihi ve Turistik Konumuyla

Erciyes Dağı

Ayın Önemi: 48

Türk Einstein: Oktay Sinanoğlu

Şiir: 50

Baba

Bunları Biliyor Musunuz?: 51

Günümüzde Süpermarket

Besinlerinin Paketlendiği 'Koruyucu

Atmosferler' Nelerdir?

Kültür ve Gelenekler: 52

Nasreddin Hoca ve

Fıkra Anlatma Geleneği



Önemli Şahsiyetler: 56

Mihmandar-ı Nebi: Eyüp Sultan

Tarihin Arka Sokağı: 58

Enver Paşa

İletişim: 62

Sağlıklı İletişim İçin Önce Dinle

Sonra Konuş

Spor: 64

Futbol Topunun İlginç Hikâyesi

Bulmaca: 66

Siz Neredeyse Derginiz Orada!

Değer dergimiz Türk Telekom e-dergi uygulamasında.

Bütün operatörlerden dergilik uygulamasını indirerek dergimizi okuyabilir, kaydedebilir, paylaşabilirsiniz.



<https://cte.adalet.gov.tr/Home/Dergi/1>



Merhaba Değerli Okurlar,

Bu ay modern dünyanın en temel unsurlarından biri olan sağlıklı yaşamı ele alacağız. Stresin günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline geldiği bu dönemde, sağlıklı bir yaşamı sürdürmek bireyler için sadece bir tercih değil zorunluluk haline dönüşmüştür.

Sağlıklı yaşam sadece bireyin kendi sağlığı için değil, toplumun genel sağlığı ve refahı için de önemlidir. Sağlıklı bir yaşam sürdürmek geleceğe yapılan en değerli yatırımların başında gelmektedir. Sağlık, bedensel ve zihinsel iyilik halinin yanı sıra sosyal sorumluluklarımızı da içermektedir. Bu sorumlulukların en anlamlılarından biri de kan bağışdır.

“Dünya Kan Verme Günü” hastaların hayatını kurtarmak için gönüllü ve düzenli kan bağışının teşvik edilmesi amacıyla hedefleyen bir etkinliktir. Kan bağış, bir insanın hayatını kurtarmanın en basit ve en etkili yollarından biridir. Bu eylemin önemini farkında olan ceza infaz kurumu personeli de bu konuda öncü rol üstlenerek, toplumsal dayanışmaya katkıda bulunmakta ve örnek olmaktadır. Ceza infaz kurumu personeli, bu örnek davranışlarıyla görevlerinin ötesinde de büyük bir sorumluluk anlayışına sahip olduğunu göstermektedir. Bu vesileyle ceza infaz kurumu personeli ve tüm toplumu kan bağış yapmaya ve bu hayati eyleme destek vermeye davet ediyorum.

Kıymetli Okurlar,

Müslümanlar için en önemli iki bayramdan biri olan Kurban Bayramını karşılamanın heyecanını yaşıyoruz. Bu kutlu gün, paylaşmanın ve yardımlaşmanın en güzel örneklerinin sergilendiği, gönüllerimizde birlik ve beraberliğin pekiştiği anlamlı zaman dilimidir. Kurban Bayramının yaklaştığı bu günlerde Gazzede yaşanan dram sadece Müslümanların değil insanlık adına hassasiyeti olan herkesin yüreğine ve sevinçlerine gölge düşürmektedir. Bu sebeple Müslüman âlemi için de buruk bir bayramın eşliğindeyiz. İslam âleminin ve milletimizin Kurban Bayramını en içten dileklerle kutluyor, insanlık âlemine huzur ve refah getirmesini diliyorum.



Her İşin Başı Sağlık

İslam inancı insanın dünyaya gönderiliş gayesinin imtihan oluşunu her fırsatta vurgular. İmtihan **Allah'ın emri** doğrultusunda kulluktur. Kulluk görevi sağlığı korumayı da içerir. Çünkü **sağlık bize Allah'ın verdiği en değerli nimetlerden biridir. Sağlık**; hayatımızın tadı, huzurumuzun kaynağı, geleceğe dair umudumuzun anahtarıdır. Rahat, huzurlu ve mutlu bir hayat geçirmenin, Rabbimize karşı kulluk görevlerimizi en güzel şekilde yerine getirebilmemizin yegane temel yolu hiç şüphe yok ki **sağlıklı** olmaktan geçmektedir. Yüce Rabbimizin bizlerden istemiş olduğu emir ve yasakların yerine getirilmesi, sosyal hayatta bizlerden beklenen görevleri layıkıyla yapabilmenin yolu da yine **sağlıklı** olmaktan geçer.



İsmail EVCİN

Bolvadin Denetimli
Serbestlik Müdürlüğü
Din Hizmetleri Uzmanı



Maalesef çokça ihmal ettiğimiz **sağlık** ve sıhhat kıymetini kaybolunca anladığımız değerlerimizdir. 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.” buyurarak hayattaki en önemli değerlerimizden olan ve aynı zamanda **Allah’ın bize emanetlerinden olan sağlığımızı korumanın**, hayatımızı **sağlıklı** bir şekilde sürdürebilmemizin önemini ortaya koymuştur.

Peygamberimiz (sav): “Sizden kim huzuru yerinde, bedeni sağlıklı ve günlük yiyeceği de yanında olarak güne başlarsa sanki dünya nimetleri ona verilmiş gibidir.” buyurarak sağlığın ne büyük bir nimet olduğunu bizlere hatırlatmıştır. “Kuvvetli müminin zayıf müminden hayırlı olduğu” gerçeği hatırlatılırken de Müslümanın beden ve ruhen sağlığını korumasının gerekliliğini vurgulamıştır. **Sağlık** kaybedildiği zaman tekrar kazanabilmenin, önceki şekliyle tekrar elde edebilmenin en zor olduğu değerlerden

birisidir. Ayrıca sağlığın korunması 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 dini bir görev olduğu gerçeği karşımıza çıkar. **Allah Resulü (sav)’in**, “Ey Allah’ın kulları tedavi olunuz zira Allahutaala ihtiyarlıktan başka dermansız bir dert vermemiştir.” sözleri hastalıklara karşı tedbirli olmanın gerekli oluşuna işaret etmektedir. Yine başka bir hadis-i şeriflerinde ise **Allah Resulü’nün** “İman dışında hiç kimseye sağlıktan daha hayırlı bir nimetin verilmemiş” olmasına 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.

Emanet ve Nimet Olarak Sağlık

Bizler sorumluluk sahibi ve şuurlu varlıklar olarak yaratıldığımız göre Cenâb-ı Hakk’ın verdiği nimetlerden mutlaka hesaba çekileceğimizin

“Nihayet o gün nimetlerden elbette sorguya çekileceksiniz.” bilinci içerisinde hareket ederek hesabını verebileceğimiz bir hayatı yaşama gayreti içerisinde olmalıyız. **Allah’ın nehy ettiği şeyleri** yiyip içerek, sağlığımıza zarar vererek, nehy ettiği şeylerle zamanımızı boşa geçirerek, dünyada ve ahirette telâfisi mümkün olmayacak şekilde büyük sıkıntıların içerisine düşebileceğimizi asla unutmamalıyız.

Dinimiz İslâm bizlerden hastalıklar ve musibetler gelmeden sağlığın kıymetini bilmemizi ve sağlıklı bir hayat için gereken tedbirleri almamızı istemektedir. İslâm’ın gerek biyolojik ve psikolojik gerekse bireysel ve toplumsal sağlığı koruma konusunda öngördüğü tedbirlerin başında önleme ve caydırma yani **“koruyucu hekimlik”** prensibi yer almaktadır. Kuşkusuz bu konudaki en önemli prensip, İslâm’ın ilk emirlerinden biri olan temizliktir. Temizlik; kişinin maddi ve manevi kirlilerden arınması, iç ve dış dünyasının temiz olması anlamlarına gelir.

Yüce Rabbimize daha iyi ibadet edebilmek ve hesabımızı kolay verebilmek için sağlığımızı koruyalım. Hastalanmadan önce sağlığımızın kıymetini bilelim. Sigara, içki ve uyuşturucu gibi bütün zararlı alışkanlıklardan uzak duralım.



İslam'ın Koruyucu Hekimlik Yaklaşımı

Temiz olma isteği fitratımıza ait bir özelliktir. Aynı zamanda kendimize, diğer insanlara ve Rabbimize karşı saygımızı gösterdiğimiz bir olgudur. Yüce dinimiz İslam ruh, akıl, niyet, beden, elbise ve çevre temizliğine büyük önem vermiş hatta hem maddî hem de manevî temizliği başta namaz olmak üzere birçok ibadetin ön şartı saymıştır. Bu bağlamda namaz için abdest ve boy abdesti almak ibadet olmakla beraber insanın temiz kalmasının da en önemli vesilelerindedir. Bunlara ilaveten sevgili **Peygamberimiz (sav)** müminler olarak bizden düzenli olarak beden temizliği yapmamızı istemiştir ve bütün yönleriyle **sağlıklı bir toplum oluşturmayı hedeflemiştir.**

Çevre temizliği açısından sevgili Peygamberimizin; *"Evlerinizin önünü ve civarını temiz tutunuz."* ve *"Rahatsızlık veren şeyi yoldan kaldırmak, sadakadır."* buyurması ve yine *"Lânete sebep olan şu üç şeyi yapmaktan; su kaynaklarına, yol ortasına ve gölgelik yerlere abdest bozmaktan sakınınız."* buyurması bu konuya verdiği önemi göstermektedir.

Yiyecek ve içeceklerin temiz olması da **sağlık ve koruyucu hekimlik** yaklaşımları açısından önemlidir. **Allah Resûlü'nün** yiyecek ve içecek kaplarının taşınması esnasında üzerlerinin örtülmesini emretmesi, su saklama kaplarının kapalı tutulmasını istemesi özellikle temiz suların içmeye özen göstermesi, temizliğin en temel unsuru olan

suyu insanlara ulaştırmaya teşvik etmesi bu yönde aldığı bazı tedbirlerdir. Düzenli beslenme, dengeli beslenme, ölçülü bir şekilde yeme içme alışkanlığı da sağlığımızı korumanın en önemli şartlarından biridir. Bu konuya da dikkatlerimizi çekerek **Allah Resûlü:** *"Âdemoğlu, midesinden daha kötü bir kap doldurmamıştır. Halbuki birkaç lokma âdemoğlunun belini doğrultmaya yeter. Eğer mutlaka bu miktarı geçecekse midesinin üçte biri yemeğe, üçte biri içmeye ve diğer üçte biri de (boş kalarak) nefes alıp vermeye ayrılmış olsun."* buyurmuştur.

Günlük hayatımızı düzenli bir şekilde yaşamak da sağlığımızı muhafaza edebilmek için önemli hususlardandır. Bunun içindir ki **Efendimiz (sav)** yatsı namazından önce uyumayı, namazdan sonra da sohbet ederek oturmayı hoş görmüştür. Kendisi ise ilim meclisleri ve ihtiyaç duyulan çeşitli konularda müzakere için uyanık kaldığı zamanlar hariç gece uykusuna erkenden başlamış fakat bütün geceyi uykuda geçirmemiştir. Teheccüde kalkmayı da ihmal etmemeyi

“Sağlığın korunması dinimizin önem verdiği beş gayeden biridir. Hastalıklara karşı tedbir almanın ve sağlıklı yaşamaya gayret etmenin de konu ile ilgili ayet ve hadislerdeki uyarılara baktığımızda dinî bir görev olduğunu görürüz.



tavsiye etmiştir. Yüce dinimiz İslam, insanların başta akıl sağlığını daha sonra da bütün olarak hayatını tehdit eden alkol ve uyuşturucu gibi sağlığa zararlı bütün maddelerin kullanımını yasaklamış bunlarla mücadele etmek **Allah Resulü'nün** hayatı boyunca verdiği tevhid mücadelesinin önemli unsurlarından biri olmuştur.

Sonuç olarak insan, maruz kaldığı hastalıkları ve musibetleri ister ilahî imtihanın bir parçası olarak görsün, isterse beşerî ihmal ve istismarın bir yansıması olarak değerlendirsin her hâlükârda sebeplere sarılarak elimizden gelenin en iyisini yapmakla, tedbir almakla, tedavi olmakla yükümlüdür. Aynen sağlığımızı korumak gibi hastalanınca tedavi olmak da dini sorumluluklarımız arasındadır. Sevgili Peygamberimiz, “Şüphesiz Allah, derdi de dermanını da indirmiş, her derdin dermanını yaratmıştır. O halde tedavi olunuz.

Fakat haram şeylerle tedavi olmayınız.” buyurmuştur.

İslam'ın Hastalık Evresinde Yaklaşımı

İnsan gerekli tedbirleri aldıktan sonra hastalığın devam etmesi halinde artık sabredip **Allah'a dua etmelidir**. Hastalıkla imtihan edildiğini, hastalığının günahlara kefarete olacağı gerçeğini aklından çıkarmamalıdır. Bu konuda sevgili **Peygamberimiz (sav)** şöyle buyurmaktadır: “Hangi Müslüman'a hastalık isabet ederse ağacın sonbaharda yaprakları döküldüğü gibi Allah onun hata ve günahlarını döker.” başka bir hadis-i şerifte ise; “Müminin durumu gıpta ve hayranlığa değer. Çünkü her hâli kendisi için bir hayır sebebidir. Böylesi bir özellik sadece müminde vardır: Sevinecek olsa şükreder; bu onun için hayır olur. Başına bir belâ gelecek olsa sabreder; bu da onun için hayır olur.” buyurularak sıhhati

aramanın, umutsuzluğa teslim olmadan tedaviye rağbet etmenin ve sonuç olarak manen bir kazanıma sebep olacak hastalıklara sabretmenin önemi aktarılır.

O halde dünya hayatımızda yüce **Rabbimize** daha iyi ibadet edebilmek ve kıyamet günündeki hesabımızı kolay verebilmek için sağlığımızı koruyalım. Hastalanmadan önce sağlığımızın kıymetini bilelim. Sigara, içki ve uyuşturucu gibi bütün zararlı alışkanlıklardan uzak duralım. Gençlerimizin ve çocuklarımızın **sağlıklı nesiller olarak yetişmelerine gayret gösterelim**.

Bu vesileyle duamızı yineleyelim: “Yüce Rabbimiz, bütün hastalarınıza acil şifalar ihsan eylesin. Bize de sağlık, sıhhat, afiyet içerisinde huzurlu bir hayat yaşamayı nasip eylesin. Cümlemize dünyada da ahirette de iyilikler ve güzellikler ihsan eylesin.” Amin...

Kızların Yetişmesinde Babanın Rolü



Ümmü GÖKDEMİR

Hüseyin Turgut Personel
Eğitim Merkezi
Psikolog

Kimine göre kahraman kimine göre prens ve kimine göre de özlem ifade eder babalarımız. Kız çocukları için bir başkadır baba. Yerine hiç kimseyi koymaz annesinden bile kıskanır babasını. Çünkü özeldir, kendi iç dünyasında öyle bir yere yerleştirir ki babasını sadece kendisinin olmasını ister.

Çocuğun kendi iç dünyasında öneme sahip olan baba figürü çocuğun gelişimi için de büyük öneme sahiptir. Babalar çocuklarının duygusal gelişimini destekleyerek onlara sevgi, güven ve değer verme duygularını aşılar. Bununla beraber Oxford Üniversitesinde yapılan araştırmada 0-3 yaş arasında baba ile vakit geçiren çocukların daha zeki oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

İlk erkek figür olarak kız çocuklarının hayatında rol alan baba, çocuklarının yetişkinlik döneminde de etkilidir. İlerleyen yaşlarında hayatına yön verecek olan tutum ve yaklaşımlarını babası ile olan iletişimi etkileyecektir. Babaya olan düşkünlükleri sağlıklı bir iletişimle sonuçlanırsa diğer arkadaşlarıyla da iletişimi iyi olacaktır. Babası ile iletişimi iyi değilse kuracağı iletişimin de sağlıklı olması beklenemez. Gördüğü ilgisizlik nedeniyle güvenini kaybeder ve bunu genellemeye başlar.



“**Patron babalar, kızlarının kendi belirledikleri hayatı yaşamasını beklerken kızlarının hayatları için sürekli planlar yaparlar. Bu olumsuzluklarına rağmen kızları babalarının kendilerini çok eleştirdiğini düşünürler.**



Kişisel Gelişim

Jane Grandon da baba figürünün önemi üzerinde durmaktadır. Ona göre babalar dört başlık altında değerlendirilmektedir. Grandon bunları Prens Babalar, Patron Babalar, Dost Babalar ve Hayalet Babalar olarak adlandırmıştır. İşte o dört özellik:



Prens Babalar

Kızlarının her istediklerini yerine getirerek onlarla bol bol vakit geçirirler. Bu tür babalara prens denilmesinin sebebi kızlarına prensesler gibi davranmalarıdır. Prens babalar çocuklarının oyunlarına eşlik ederek oyuna aktif bir şekilde katılım sağlarlar. Bardağa doldurulan hayali çayı içer, bebeğin saçını beraber tarar. Yani hep vardır ve destek olmaktadır. Prens babaların bu davranışları sonucunda kendine güvenen, iletişim kurarken zorlanmayan ve ilişkileri sağlıklı olan bir kız çocuğu olur.

Patron Babalar

Tartışmaya kapalı olup kendi koydukları kurallara sorgulamadan itaat edilmesini isteyen yapıdadırlar. Kuralları belirlerken disiplini sağlamakla katı ve sert olmayı karıştırırlar. Bu kural koymaları nedeniyle otoriterdirler. Kızlarının kendi belirledikleri hayatı yaşamasını beklerken kızlarının hayatları için sürekli planlar yaparlar. Bu olumsuzluklarına rağmen kızları babalarının kendilerini çok eleştirdiğini ama yine kendilerini çok sevdiğini düşünürler.

“ Kızların babaya olan düşkünlükleri sağlıklı bir iletişimle sonuçlanırsa diğer arkadaşlarıyla da iletişimi iyi olacaktır. Babası ile iletişimi iyi değilse kuracağı iletişimde sağlıklı olması da beklenemez.



Dost Babalar

Kızlarıyla zaman geçirmekten hoşlanan, kızlarıyla geçirdikleri zamanı verimli geçiren babalardır. Kızlarının hayatı deneyimleyerek öğrenmeleri konusunda kızlarını cesaretlendirerek yanlarında olduklarını hissettirirler. Bu sayede kızları kendilerini öz güvenli hissederler ve babalarının desteği sayesinde zor durumda kalmaktan korkmazlar.

Hayalet Babalar

Ortalıkta görünmeyen, kızlarının yanında yer almayan babalardır. Bu tür babaları kendi içinde ikiye ayırabiliriz: Birincisi eve hiç uğramayacak şekilde yoğun çalışan, alkol veya uyuşturucu bağımlılığı olan kişilerdir. İkincisi ise iş dışında kızı ile beraberdir fakat aynı ortamda iki yabancı gibidirler. Aynı evin içinde olmalarına rağmen birbirleriyle vakit geçirmezler, birbirlerine vakit vakit ayırmazlar, herkes kendi halinde yaşamına devam eder. Bu baba figürü kızlarının gözünde yabancı gibidir. Kızlarını sevseler bile onlarla ilgilenmekten kaçınırlar.

Babalar, kızlarının iletişiminde anı değerlendiriyormuş gibi gözükse de aslında onların yetişkinliğinin temellerini atmaktadırlar. Bu açıdan baktığımızda çocuklarımızın öz güvenli, sağlıklı iletişim kurabilen bir yapıya sahip olmasını istiyorsak gerekli zamanı verimli bir şekilde çocuklarımızla geçirmeliyiz. Unutmayın ki siz kızlarınızın hayatında model olan ilk erkeksiniz ve her şeyin temeli sizinle atılmaktadır.



Onur KAYA

Marmara 1 No.lu L Tipi
Kapalı Ceza İnfaz Kurumu
Psikolog

Psikiyatride Risk Faktörleri ve Genetik

Çocukluk ya da ergenlik döneminde risk durumlarına maruz kalmak daha sonraki gelişim dönemlerinde aksamalara neden olabilir. Yaşamda karşılaşılabilecek **olumsuz deneyimler** ve başa gelebilecek felaketler, kişinin ruhsal olarak sağlıklı bir yaşam sürmesinde ve psikolojik sağlamlık göstermesinde risk faktörleri olarak karşımıza çıkmaktadır. *Yoksulluk, ebeveynlerdeki psikopatolojik durum veya hastalıklar, genetik bozukluk, cinsel taciz, boşanma, doğal afetler ve terör* risk faktörleri olarak sayılabilir. Literatürdeki sağlamlık ile ilgili öncü çalışmalardan biri olarak kabul edilen **Kauai** çalışmasında; **yoksulluk, düşük sosyoekonomik düzey, aile içi şiddet, annenin eğitim düzeyi, genetik bozukluklar ve ebeveynlerin patolojik belirtiler göstermesi risk faktörleri olarak değerlendirilmiştir.**



“ Akran desteği sağlık sorunları olanlar için yararlı destek, teşvik, umut ve belki de rehberlik sunabilir. Travma ya da kanser gibi pek çok sorun için kabul edilmekle birlikte ve psikolojik hastalığı olanlarda bu tür destekler sunma girişimleri uygulanabilir.

Ruhsal rahatsızlıkların etiolojisini incelediğimizde birçok sebep görmekteyiz. Genetik etmenler, ruhsal rahatsızlıkların ortaya çıkmasında rol oynayan büyük sebeplerden biridir. Ruhsal rahatsızlıkların birçoğu genetik kökenlidir. Bunlara bazı örnekler verebiliriz.

Bipolar Bozukluk ve Genetik

Bipolar bozukluğa (BB) sahip olan erişkinlerin çocuklarında, bipolar bozukluğa sahip olan çocukların ebeveynleri ve akrabalarında hastalığın görülme oranının yüksek olarak saptanması genetik etiolojinin önemine işaret eden başlangıç öğeleri olmuştur. Yapılan çalışmalarda hastalığa sahip olan bireylerin çocuklarında bipolar bozukluk görülme oranı sağlıklı çocuklara göre 7 kat yüksek bulunmuştur. Bu risk sadece bipolar bozukluk için değildir. Depresyon, davranış bozukluğu, yıkıcı davranış bozukluğu ve anksiyete bozuklukları olan bireylerin çocuklarında da sağlıklı olanlara göre bipolar bozukluk görülme oranı yüksek bulunmuştur. Bipolar bozukluğuna sahip bireyle-

rin çocuklarında hastalığın görülme oranı %5,7 olarak saptanmıştır.

Bipolar bozuklukla ilgili olarak aile, ikiz ve evlat edinilmiş çocuk çalışmalarıyla başlayan genetik araştırma serüveni teknolojik imkânların üst seviyelere ulaşması sebebiyle genom seviyesine kadar ulaşmıştır. Yapılan bütün çalışmalar bipolar bozukluğun genetik aktarımının göz ardı edilemeyecek kadar yüksek boyutlarda olduğunu ortaya koymakla beraber çalışma sonuçları birbirleriyle tutarsız bulunmaktadır.

Otizm Spektrum Bozukluğu ve Genetik

Otizm etyopatogenezi çok fazla karmaşıktır ve olguların sadece %15-25'inde etiolojik etmenler net olarak belirlenebilmektedir. Monozigot ikizlerde hastalığın

ortaya çıkma oranının dizigotlara göre %90 daha fazla olduğu gözlemlendiğinde, otizmde kalıtımın büyük rolü olduğu anlaşılmıştır. Bunun yanı sıra otizmde kalıtsallık oranının yüksek düzeylerde olması, otizmle ilişkilendirilmiş major genlerin bulunmaması, hasta kişilerde erkek/ kız oranının 4/1 olması ve kardeşler arasında hastalığın tekrarlama riskinin yaklaşık %4 olarak hesaplanması sonucu otizmin çok etmenli bir hastalık olduğu meydana çıkmıştır.

Otizm etiolojisinde yer alan genetik sebep kesin olarak tanımlandığında, hastalığın tekrarlama riskinin belirlenmesi daha kolaydır. Ancak çoğu hastada olduğu gibi kesin bir genetik neden bulunmazsa ampirik olarak %10-20 tekrarlama riskinden söz edilir.



değişmektedir. DEHB olgularının kardeşlerinde DEHB görülme riski ise %25-%35 civarındadır ve risk normal popülasyona göre yaklaşık üç kat artmıştır. Hem anne hem de babasında DEHB olan çocuklarda ise bu risk %57'lere çıkmaktadır.

Koruyucu Faktörler - Akran ve Arkadaş Desteği

Çocuk veya ergenlerin akranları arasında kabul görmesi ve akranlarından destek alması da psikolojik sağlamlığa etki eden önemli bir çevresel faktördür ve psikolojik sağlamlığa sahip olduğu belirtilen ergenlerin çoğunun kendi akranları arasında arkadaşları ve sırdaşları olduğu belirtilmiştir. Diğer bir ifadeyle, psikolojik sağlamlık gösteren ergenler arkadaş edinebilme ve arkadaşlığı sürdürübilme becerilerine sahip, gerektiğinde arkadaşlarından duygusal destek sağlayabilen ve arkadaşlıklarını yetişkinliğe kadar sürdürebilen bireylerdir.

“ **Bipolar bozuklukla ilgili olarak aile, ikiz ve evlat edinilmiş çocuk çalışmalarıyla başlayan genetik araştırma serüveni teknolojik imkânların üst seviyelere ulaşması sebebiyle genom seviyesine kadar ulaşmıştır. Yapılan bütün çalışmalar bipolar bozukluğun genetik aktarımını ortaya koymaktadır.**

Dikkat Eksikliği, Hiperaktivite Bozukluğu ve Genetik

Günümüze kadar yapılmış olan araştırmalarda, tek bir ebeveynde DEHB tanısı varsa çocuklarda DEHB olma oranı %20-%54 olarak belirlenmiştir. Buna istinaden ebeveynlerdeki hastalığın çocuklarda hastalanma riskini yaklaşık sekiz kat artırmakta ve hastalığın ailesel geçiş göstermesine yol açmaktadır. DEHB tanısı almış çocuk, ergen ve erişkinlerin ailelerinin değerlendirilmesi ile hiperaktivite-dürtüsellik belirti kümesinin dikkat eksikliği kümesinden daha düşük genetik geçiş gösterebileceği ve DEHB'nin düşük penetranslı otomozomal dominant kalıtım gösterebileceği öne sürülmüştür.

DEHB tanılı olguların yakın akrabalarında bozukluğun görülme riski %10 ile %35 arasında





bozukluğu, çatışma, kültürel farklılık, stres, kronik hastalıklarla yüzleşen bireyler ve aileler için destek grupları eksikliği, yaşlı ebeveynler, genetik bozukluklar, alışkanlıklar, intihar, komşuluk ve işle ilgili problemler gibi bazı toplum problemlerini karşılamada etkili bir strateji olarak gösterilmektedir.

Birçok ruhsal hastalığın tedavisinde akran ve arkadaş desteğinin iyileştirici etkisi saptanmıştır. Bunlara birkaç örnek verelim;

Şizofreni - Akran ve Arkadaş Desteği

Şizofreni hastası olan kişiler ilaçlarını düzgün bir şekilde kullandığında bu hastalığı baskı altına alabilmektedirler. Ancak tedavi esnasında sadece ilaçla yetinilmemektedir. Hastalığın tekrar nüksetmemesi için destekleyici bir sosyal çevreye gereksinim vardır. Araştırmalar, şizofreni hastası olan kişilere, daha az nükse ulaşmalarının daha iyi sosyal işlevselliğe sahip olmalarının ve daha yüksek yaşam kalitesine yardım eden yeni sosyal davranışlar geliştirebilmelerinin öğretilebileceğini göstermektedir.

Madde Kullanım Bozuklukları - Akran ve Arkadaş Desteği

Özellikle bu tarz rahatsızlıklarda içinde bulunulan sosyal çevrenin önemi büyük rol oynamaktadır. Yatarak tedavi alan bireyler ya da adsız alkolikler gibi gruplardan da destek alan bireyler iyileşme sürecinden sonra sosyal çevrelerine geri dönmektedir. Buldukları ortam, alkol ya da madde kullanımını özendirip kullanıyorsa bireyin hastalığının nüksetme ihtimali artmaktadır.

Kaynaklar

1. Gözen, Ö. ve Buz, S. (2020). Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. *Current Approaches in Psychiatry* 12(1):18-42
2. Kararımkar, Ö. (2018). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3 (24). s. 1-14



Akran desteği sağlık sorunları olanlar için yararlı destek, teşvik, umut ve belki de rehberlik sunabilir. Travma ya da kanser gibi pek çok sorun için kabul edilmekle birlikte ve psikolojik hastalığı olanlarda bu tür destekler sunma girişimleri uygulanabilir. Bunların yanı sıra akran programları; akademik standartların düşmesi, yalnızlık, AIDS gibi sağlık problemleri, ergen gebelik, sigara, madde kullanımı, yeme

21. Yüzyıl Becerileriyle Örüntülü Mobil Öğrenme



Şirin Ceren GÖMLEKSİZ

Eskipazar Açık
Ceza İnfaz Kurumu
Uzman Öğretmen

Gelişen ve her gelişimde olduğu gibi yeni ihtiyaçlar gerektiren eğitim için okur-yazar olmak, tüm dünyada 2000'li yıllara kadar okuduğunu anlama, dili kullanma, yazı ile ifade etme, duygu, düşünce ve isteklerini belirli alfabelerle ifade edebilme gibi becerileri ifade etmekteydi. Günümüz yüzyılında ise gelişen teknoloji ile yeni becerileri geliştirmek kaçınılmaz olmuştur. 21. yüzyılda artık sadece metin okumak, alfabeleri kullanarak metinler yazmak yeterli gelmemektedir. Teknolojiyi takip etmek, kodlama dilini kullanabilmek, her alana yayılan yapay zekâ uygulamaları için teknolojik beceriler geliştirmek de gerekmektedir.

tedir. 21. yüzyıl gelişmelerine ayak uydurmak için dijital çağ okur-yazarlığını bilmek, karşılaşılan problemlerin giderilmesinde ve hayatın kolaylaştırılmasında büyük önem arz etmektedir. 21. yüzyıl becerileri; dijital çağ okur-yazarlığı, yaratıcı düşünme, etkili iletişim, yüksek verimlilik ve manevi değerler gibi başlıkları içermektedir. Ayrıca 21. yüzyıl bireylerin ve ülkelerin başarılı ve çağa uygun olması için kitle iletişim araçlarını, mobil araçları ve mobil uygulamaları, sosyal medya hesaplarını etkin ve etik kullanabilmelerini zorunlu kılmaktadır. İletişim kurmak, işe girmek, yaşam alanlarını konforlu hale getirmek için bu becerilerin geliştirilmesi oldukça önem kazanmıştır. Günlük hayatımıza giren robotlar (*robot süpürge ve diğer robotik kodlar içeren makineler*), akıllı ev uygulamaları (*perde, ışık, ısınma, aydınlatma vb. robotik kodlarla çalışan mekanizmalar*), eğitimde kullanılan mobil öğrenme cihazları ve uygulamaları 21. yüzyıl için kaçınılmaz olmuştur.

Mobil araçlara ilişkin ülkemizde birçok bilimsel çalışma yapılmıştır. Alanyazın incelendiğinde mobil araçlarla verilen eğitim sonrası mobil araçlara karşı olumlu tutumların ve akademik başarının arttığı gözlemlenmiştir. Yapılan bir başka çalışmada öğrenenler konuyu somutlaştırdığını, derse karşı ilgili olmayı sağladığını, esnek öğrenme imkânı tanıdığını belirtmişlerdir. Diğer çalışmada öğrencilerden bir grubun merak ettikleri zamanda öğrenme gerçekleştiği için öğrenmenin kalıcı olduğunu, sosyal ağların ve mobil öğrenmenin performanslarını artırdığını, öğrenme süreçlerini yönetmede katkı sağladığını ifade etmişlerdir. Yapılan çalışmalarda mobil öğrenme araçlarının sürekli ulaşılabilir olması, uyarlanabilir olması, dikkat çekici olması, akademik destek sağlaması, kullanışlı olması, çağcıl olması gibi özelliklerinin vurgulandığı görülmektedir.



Harmanlanmış öğrenme kapsamında ele alınan unsurlar:

- Geleneksel sınıf ortamı
- Okuma parçaları (kitap vb.)
- Performans destekleyici araçlar (iş birliği yazılımları, tartışma forumları, çevrim içi sınavlar) Konferans temelli eğitim (video konferans, sesli konferans)
- Web temelli eğitim (kullanılabilecek tüm araçlarla)
- Asenkron web temelli eğitim (e-mail, tartışma forumları vb.)
- Senkron web temelli eğitim (chat odası)

Mobil Portfolyo

Yapılan araştırmalarda her bireyin farklı öğrenme özelliklerine sahip olduğu görülmektedir. Farklı özelliklere sahip öğrenenlerin aynı sınıf ortamında aynı şekilde ve hızda öğrenme gerçekleşmesi de beklenmemelidir. Bloom, aynı sınıf ortamında öğrenme gerçekleşmesinin yollarını aramış ve “**Tam Öğrenme Modeli**”ni tanımlamıştır. Tam öğrenme modeline göre herhangi bir özür durumu yoksa yeterince zaman ve imkân tanındığında sınıftaki tüm öğrencilerin derslerini öğreneceği savunulmaktadır. Tam öğrenme modeli, tüm öğrencilerin başarabilmesi için sınıf içi olduğu kadar sınıf dışı öğrenme ve öğretme etkinliklerinin planlanması gerektiğini vurgular. Öğrenenlerin ders dışı öğrenme etkinliklerini işlevsel hale getirecek yöntem portfolyo olarak görülmektedir. Öğrencinin tüm etkinliklerini gösteren portfolyoların toplanması, değerlendirilmesi ve arşivlenmesi uygulamada zorluklar çıkartmaktadır. Ancak

günümüz teknolojisinde bilgisayar ortamında oluşturulması, toplanması, değerlendirilmesi, arşivlenmesi büyük kolaylık sağlamaktadır. Mobil portfolyo ile yapılandırılmış tam öğrenme modeli literatürde yerini almıştır.

Harmanlanmış Eğitim Ortamları

Eğitim tarihi boyunca her yeni buluşun bir sonrakini desteklediği, eskiyi yok etmek yerine onu geliştirdiği görülmektedir. Nasıl matbaa ezberi sonlandırmadıysa, nasıl radyo ve televizyon, kitap ve defteri sonlandırmadıysa, teknoloji destekli eğitimler de kendinden önceki materyalleri yok etmeyecektir. Bu nedenle önerilen harmanlanmış eğitim geleneksel ve modern tüm yöntemlerin amaç, işlevsellik, güvenilirlik gibi özellikleri bir arada barındırması nedeniyle önerilmektedir. Teknoloji destekli eğitim modellerinden ayrılan en önemli özelliğinin öğrencilerin yüz yüze sosyalleşmesine olanak tanınmasıdır.

Mobil Öğrenme, mobil cihazlar kullanılarak gerçekleşen öğrenme olarak tanımlanabilir. Literatür tarandığında mobil destekli öğrenme metodu kullanıldığında öğrenenin en uygun olduğu yerde, en uygun olduğu zamanda, eğlenerek öğrenme gerçekleştirdiği gözlemlenmiştir. Kullanım kolaylığı sağlayan mobil öğrenmeler bilgisayarların, tabletlerin, diğer dijital materyallerin ötesine geçerek tüm hızıyla daha da yaygınlaşmaktadır. Ancak yukarıda da bahsedildiği üzere bu uygulama ve yöntemler kendilerinden önceki uygulamaları sonlandırmayacak, tam tersine diğer tüm uygulama ve tekniklerle birlikte kullanılarak eğitim sürecine pozitif etki sağlayacaktır.

Kaynaklar

1. Web ve Mobil Destekli Harmanlanmış Öğrenme Ortamlarının Öğrencilerin Motivasyon ve Akademik Başarılarına Etkisi, Murat Meriçelli, Yüksek Lisans Tezi
2. Mobil Destekli Öğrenme Çevresinin Yabancı Dil Öğrencilerinin Akademik Başarılarına, Mobil Öğrenme Araçlarını Kabul Düzeylerine ve Bilişsel Yüke Etkisi Doktora Tezi
3. Ozan, Ö. (2013). Bağlantıcı Mobil Öğrenme Ortamlarında Yönlendirici Destek, Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara

Verem/Tüberküloz Hastalığının Tarihi Süreci

Yaşının yaklaşık 300 bin yıl olduğu bilinen tüberküloz basili, doğada toprakta, sulara, çimlerde ve petrol atıklarında yaygın olarak bulunmaktadır. İnsanlık tarihi kadar eski olan bu hastalık hakkındaki ilk bilgiler Nil Nehri'nin kenarındaki bir kasabada yaşamış olan ve kanlı balgam çıkararak ölen genç kızıdan elde edilmiştir.

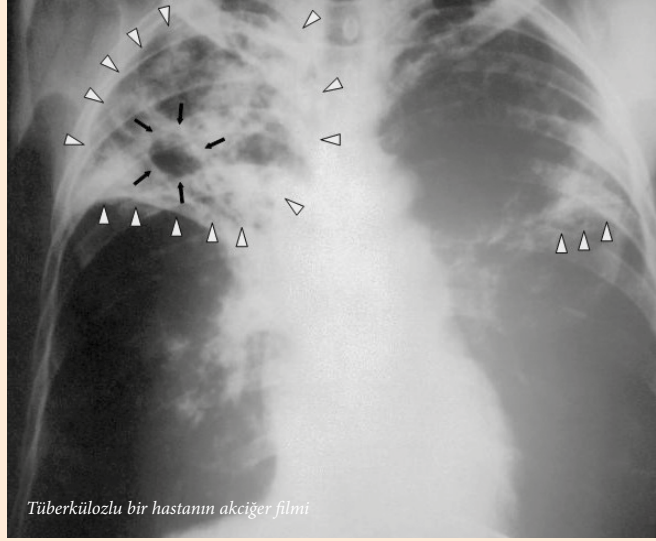


Nevriye TOSUN

Karaman M Tipi Kapalı
Ceza İnfaz Kurumu
Sağlık Memuru



Tüberküloz basili içeren bir balgam örneğinin mikroskop görüntüsü



Tüberkülozlu bir hastanın akciğer filmi

MÖ binli yıllarda yaşamış olan Rahip Nesperehan'ın mumyasında "Pott Apsesi" denilen vertebra (omurgayı oluşturan kemikler) tüberkülozu görülmüştür. Günümüzden 2500 yıl önce Bodrum'un karşısında Kos Adası'nda yaşamış olan Hippocrates'in kitabında verem hastalığının en çok 18-35 yaş arası kişilerde görüldüğü yazmaktadır.

Solunum yolu ile geçen verem hastalığı; konuşma, bağırma, öksürme ve şarkı söyleme gibi aktiviteler aracılığıyla hastadan çıkan tükürük ve balgam partiküllerinin havaya yayılması (damlacık) yoluyla bulaşmaktadır. Nitekim 50 yıldan fazladır tedavi edilebilir ve iyileşebilir bir hastalık durumunu almıştır. Antibiyotiklerin bulunması ile tüberkülozun hedefi alt sosyoekonomik gruplar olmuştur.

Orta Çağ'da yaygın bir tüberküloz çeşidi olarak lenf bezi tüberkülozu başta gelmektedir. İngiltere Kralı VI. Edward ve Fransız Kralı IX. Charles lenf bezi tüberkülozundan ölmüştür. Böylece hastalık özellikle Avrupada "Kral Hastalığı" olarak



Tüberkülin deri testi (PPD)

anılmaya başlanmıştır. Nitekim bu yaygın inanç sistemine göre kral elini hastaların üzerine dokundurunca hastalığın tamamen iyileştiğini savunmuşlardır. Öyle ki İngiltere Kralı Edward bir ay içinde 533 ve Fransa Kralı Philip Augustos ise 1500 hastaya elini sürmüştür. Bu yöntem ile İngiltere'de tedavi edildiği zannedilenler arasında II. Charles, Kraliçe Anne ve Macar Kralı Franz Josef'te yer almıştır.

Avrupa'da, "kralın elini hastaya değdirmesi" şeklinde uygulanan yöntemle tüberküloz diğer adı ile verem hastalığı çok büyük bir yayılım sağlamıştır. Böylece

18. ve 19. yüzyıllarda verem, Avrupa'yı kasıp kavuran bir ölüm celladı haline gelmiştir. Sanayi Devriminde fabrikalarda çalışan göçmenler ve gençler de bu hastalıktan hayatlarını kaybetmişlerdir.

Araştırma

Avrupalılar mikrobu taşıdıkları her yere ölüm götürmüşlerdir. Kızılderililer, Güney Afrika'da yaşayan yerliler ve Yeni Zelanda'da yaşayan Maorilerin yaşam şartlarının zorluklarının üzerine bir de tüberküloz hastalığı eklenince toplumlardaki ölüm oranında çok büyük artışlar yaşanmıştır.

18. ve 19. yüzyıllarda verem, Avrupa'yı kasıp kavuran bir ölüm celladı haline gelmiştir. Sanayi Devrimi'nde fabrikalarda çalışan göçmenler ve gençler de bu hastalıktan hayatlarını kaybetmişlerdir. Lakin sanatçılar veremden ölmenin romantik bir şey olduğunu ve zeka ile arasında güçlü bir bağ olduğunu iddia etmişlerdir. Öyle ki Alexandre Dumas gibi yazarlar dahi hastaymış gibi davranmışlardır. Ancak sanatçıların veremden ölme nedenleri dehadan değil işçiler ile aynı koşullarda hayatlarını devam ettirmek zorunda olduklarından dolaydır.

Orta Çağ'da boyunda bulunan lenf bezlerine tutunan verem basili, Sanayi Devrimi döneminde akciğere geçmiştir. Nedeni ise kötü hava, kömür tozu, pamuk



lifleri, sülfürdioksit ve kurşunun akciğerleri doldurmasıdır. Hastalığın tedavisi için Avrupa'da kurulan "Sanatoryum Hastaneleri" yoksullar açısından tuvalete gitmek için bile izin aldıkları ve günde 4 kez makattan ateşin ölçülme imkânlarının sunulduğu merkezler haline gelmiştir. Zengin kesim için oluşturulan hastaneler ise adeta tatil yerlerini

andıran nitelikte yapılmıştır. Fakat bu sanatoryumlar yine de tüberkülozun yayılımını durduramamıştır.

Tüberküloz basilinin bulunması ve tanımlanması Prusyalı Robert Koch tarafından sağlanmıştır. BCG aşısı yani verem aşısı, Albert Calmette ve Camille Guérin isimli iki Fransız'ın buluşu ile olmuştur.



“ Ülkemizde 1918 yılında “Veremle Mücadele Cemiyeti” kurulmuştur. Bunun ardından Heybeliada’da 1924 yılında yataklı sanatoryum kurulmuştur. Veremle Mücadele Cemiyeti birçok ilde şube ve dispanserler açarak büyük mücadeleler vermiştir.

Ülkemizde tüberküloz ile ilgili bilgilere Osmanlı Devleti'nden önce ulaşmak mümkün görünmemektedir. 1839 yılında Tanzimat Fermanı'nın yayınlanmasından sonra halk sağlığı sorunları ile yakından ilgilenilmeye başlanmıştır. Babası ve dedesi veremden ölen II. Abdülhamid döneminde ise tüberküloz ile ilgili çeşitli girişimler yapılmıştır. 1906 senesinde Tüberküloz Kongresi'nden dönen Besim Ömer Paşa, İstanbul ve İzmir'de verem oranlarının tespiti için çalışmalar yapmıştır. Daha sonra ülkemizde 1918 yılında "Veremle Mücadele Cemiyeti" kurulmuştur. Bunun ardından Heybeliada'da 1924 yılında yataklı sanatoryum kurulmuştur. Veremle Mücadele Cemiyeti birçok ilde şube ve dispanserler açarak büyük mücadeleler vermiştir. 2010 yılından itibaren ise tüberküloz ilaçları herhangi bir sosyal güvence aranmaksızın devlet tarafından temin edilip I., II. ve III. basamak sağlık kuruluşlarına dağıtılmaya başlanmıştır.

Yaklaşık 70 yıl kadar ki zaman içinde tüberküloz tedavisi için güçlü ve etkili antibiyotiklerin keşfedilmesi ile birlikte uygulanan karantina süreçleri doğrultusunda hastalığın tedavisi mümkün hale gelmiştir.



Avrupa'da verem hastalığının tedavisi ile ilgili uygulanan yanlış bilgiler arasında müşhil ilacı verme ya da lavman, fosforik asit, karbonik asit ve afyon gibi ilaçların kullanımı da vardır. Verem tedavisinde taze kan içmenin etkili olduğu dahi ileri sürülmüştür. 1930'lu yıllarda ise veremli hastanın akciğerini göğüs duvarından ayırıp oluşan boşluğa yağ dokusu ve pinpon büyüklüğünde plastik toplar konmaya başlanmıştır. Bunun haricinde ise ilerleyen yıllarda hastalığın tedavisinde kinin, arsenik ve civa içerikli ilaçlar kullanılmıştır. Tüberküloz tedavisine ilk yarar gösteren ilaç olan streptomisin olmuştur. Bu streptomisin isimli ilaç, Ukrayna'dan ABD'ye göç etmiş bir ailenin çocuğu olan Selman Abraham Waksman tarafından bulunmuştur.

Verem Hastalığının Belirtileri

- Ateş
- Öksürük
- Gece terlemesi
- Kilo kaybı
- Hırıltılı solunum

Verem Hastalığına Neden Olan Faktörler

- Savaşlar
- Genel kıtlık halleri

- Sağlıksız ve hızlı şekilde gerçekleşen şehirleşme
- Göçler
- Sosyo-ekonomik krizler
- Hastalığa bağışıklık gelişmiş farklı toplumların birbiri içine karışması
- Yaşlılık
- AIDS
- Şeker hastalığı başta olmak üzere kronik hastalıklar
- Bağışıklığın azalmasına neden olan ilaçların kullanımı

Verem Hastalığının Tanı Metotları

- Akciğer Grafisi
- Akciğer Tomografisi
- Balgam Tahlili
- Patalojik İncelemeler
- Verem Hastalığının Tedavi Yöntemi

Yaklaşık 70 yıl kadar ki zaman içinde tüberküloz tedavisi için güçlü ve etkili antibiyotiklerin keşfedilmesi ile birlikte uygulanan karantina süreçleri doğrultusunda hastalığın tedavisi mümkün hale gelmiştir. Bazı nedenlerden dolayı tedavinin aksaması sonucunda hastalık daha dirençli hale gelip basillerle daha da kronikleşebilmektedir. Bu durum sonucunda ise fazla ve uzun süreli antibiyotik tedavileri ile etkili sonuç elde edilmektedir.

Güneş Yanığı Nedir?



Hatice AYDOĞDU

CTE Genel Müdürlüğü
Sağlık Daire Başkanlığı
Şef

Yaz mevsiminin gelmesiyle birlikte açık havada geçirilen zaman da artmaya başlamaktadır. Bu doğrultuda güneş ışınlarına maruz kalma süreci de artış göstermektedir. Güneş ışınları; D vitamini sentezinden tutun da kemik erimesi, erken yaşlanma, kansızlık ve bağışıklık sistemi rahatsızlıklarının önlenmesine kadar birçok hastalığa yardımcı olmaktadır. Ancak bilinçsizce maruz kalınan güneş ışınları güneş yanığına sebebiyet vermektedir. Güneş ışınlarına uzun süre maruz kalındığında ultraviyole ışınları; ciltte önce kızarıklık, şişme ve ağrıya sebep olur. Bu durum birinci derece yanıktır. Belirtiler; güneşe maruz kaldıktan 2-4 saat sonra başlar, 24 saatte maksimum düzeye ulaşır.

Deride içi su dolu kabarcıklar olduğunda ise artık ikinci derece yanık gerçekleşmiş demektir. Üçüncü derece yanıklarda ise kabuklanmalar, derin tahribat meydana gelir. Güneş ışınlarına maruziyet üçüncü derece yanığa sebebiyet vermez. Güneş yanığı ile birlikte kahverengi renk değişiklikleri, foto alerji (güneş alerjisi türü) ve güneşle tetiklenebilen pek çok hastalığa neden olabilir. Uzun vadede ise deride tamiri mümkün olmayan DNA hasarına yol açan başta malign melanom olmak üzere deri kanserleri, göz ve deride erken yaşlanma bulguları kendini gösterir. Bu nedenle zararlı etkilerine maruz kalmadan güneş ışığından faydalanılmalıdır.

Güneş Yanığı Belirtileri

Güneş yanığı belirtileri; güneş ışınlarına maruz kalma süresi, tenlerin beyaz veya koyu oluşu vb. şekilde farklılık göstermekle birlikte en belirgin özelliklerini şöyle sıralayabiliriz;

“Bilinçsizce maruz kalınan güneş ışınları güneş yanığına sebebiyet vermektedir. Güneş ışınlarına uzun süre maruz kalındığında ultraviyole ışınları; ciltte önce kızarıklık, şişme ve ağrıya sebep olur. Bu durum birinci derece yanıktır.



Deride kızarıklık, hafif yanık durumunda;

- Normalden daha sıcak ve gergin bir deri
- Deride koyulaşma, minik su balonları oluşumu
- Işığa maruz kalıdıktan birkaç gün sonra pullanan ve soyulan deri gibi semptomlar görülebilir.

Şiddetli güneş yanığında ise;

- Deride ödem, sertleşme
- Üşüme
- Yüksek ateş
- Halsizlik
- Hızlı solunum ve nabız
- Susuzluk hissi
- Işığa hassasiyet, mide bulantısı ve baş ağrısı görülebilir.

Güneş Yanığından Korunma ve Tedavi

- Güneş yanıklarının en iyi tedavisi bütün rahatsızlıklarda olduğu gibi korunmaktır.

- Güneşe çıkmadan 15-30 dakika önce vücuda güneş kremi uygulanmalıdır. Özellikle giysilerin korumadığı alanlara dikkat edilmelidir.
- Güneş ışığının en yoğun olduğu saatler 11.00-15.00 arasında mümkünse dışarı çıkılmamalıdır.
- Gölgeleli şapka takılmalı ve güneş gözlüğü kullanılmalıdır.
- Kullanılan güneş kreminin faktörü esas alınmalı ve 3-4 saatte bir yenilenmelidir.
- Kıyafetlerde açık renkler tercih edilmelidir.

Güneş yanığına maruz kaldıysanız;

- Güneş yanıkları sonrasında oluşabilecek dehidrasyonu önlemek için bol su tüketmelisiniz. Su, cildin nemini korumada fayda sağlayacaktır.
- Güneşten etkilenen ve yanık oluşan ciltte enflamasyon oluştuğu için tedavide etkili yöntemlerden biri cildi soğutmak

olacaktır. Temiz bir havluyu nemlendirip maruz kalan bölgeye uygulayınız. Kesinlikle buz, diş macunu, salça sürmeyiniz.

- Günde 2 ya da 3 defa duş alınmalıdır. Yanık sebebiyle kuruyan cildin gerginliğini ortadan kaldırmak için saf zeytinyağıyla masaj yapınız. Bu uygulama deriyi rahatlatacak, acıyı dindirecektir.
- Yanıkların tedavisi süresince güneşten korunmalı, dışarı çıkmamız gerekiyorsa mutlaka uygun giysiler tercih etmelisiniz.
- Cildin iyileşirken nefes almasını sağlamak için mutlaka bol giysiler giyilmeli, yapışan tayt vb. giysiler kullanmamalısınız.
- Etkilenen bölgelerde tahrişi önlemek ve cildin kendini onarma sürecine yardım etmek için uygun nemlendiriciler kullanmalısınız.

Kaynaklar

1. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü
2. <https://sincikdh.saglik.gov.tr>
3. <https://ankarasehir.saglik.gov.tr>

Dünya Çevre Günü

Dünya Çevre Günü, İsveç'in Stockholm kentinde 1972 yılında düzenlenen Birleşmiş Milletler Çevre Konferansından bu yana her yıl 5 Haziran tarihinde çevrenin korunması konusunda dünya çapında farkındalık yaratılması ve eylemde bulunulması amacıyla kutlanmaktadır. Her yıl Birleşmiş Milletler Çevre Programı UNEP tarafından Dünya Çevre Günü'nde çevre sorunları ve geliştirmeler için farklı bir tema belirlenerek herkesin bu harekete katılması istenmektedir.

Çevre kirliliği çevrenin doğal olmayarak insan müdahalesiyle bozulmasıdır. Yapılan araştırmalar dünyadaki mevcut çevre kirliliğinin yüzde 50'sinin son 35 yılda meydana geldiğini ortaya koymuştur. Çevre kirliliğinin bu hızla artmasının sebepleri arasında gelişen teknoloji, nüfus artışı, doğal kaynakların bilinçsizce kullanılması gibi birçok nedeni sıralamak mümkündür.

Geldiğimiz noktada küresel iklim değişikliği, su sorunu, doğal alanların tahribi, yaban hayatın yaşam koşullarının bozulması, ormansızlaşma, kuraklık, deniz ve okyanus kirliliği, tehlikeli ve plastik atıklar gibi pek çok başlıkta sıralayabileceğimiz ciddi çevre sorunları ile karşı karşıyayız.



Dilek DEREBAŞI

Karabük T Tipi Ceza İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru

“Uzmanlar, bu yaz kuraklık tehdidinin etkisini daha da artırabileceği konusunda uyarılarda bulunmuştur. Yapılan ölçümler ve geçmişe dönük çalışmalar, dünyanın ortalama sıcaklığının artma eğiliminde olduğunu göstermektedir.

Ayın Önemi



Çevrenin kirlenmesi, ekosistemin dengelerini bozarak iklimsel değişikliklere de sebep olmaktadır. Uzmanlar, bu yaz kuraklık tehdidinin etkisini daha da artırabileceği konusunda uyarılarda bulunmuştur. Yapılan ölçümler ve geçmişe dönük çalışmalar, dünyanın ortalama sıcaklığının artma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Ortalama sıcaklığın artması, denizlerin yükselmesine ve çöllerin büyümesine neden olur. Bunun yanı sıra bazı bölgelerde kuraklığın artmasıyla zirai üretim de azalır. Ayrıca iklim değişiklikleri sel, fırtına gibi doğal afetlerin artmasına ve okyanusların asitlik derecesinin değişmesine de neden olmaktadır.



Ayın Önemi

İklim Değişikliği

İklim değişikliği ve küresel ısınma nedeniyle dünya tarihindeki en sıcak 10 yıl, 2010-2022 arasında yaşanırken "El Nino" etkisiyle 179 günde sıcaklık rekorunun kırıldığı 2023 yılı tüm zamanların en sıcak yılı oldu. İklim değişikliği, etkisini sadece sıcaklık artışları ile göstermemektedir.

İklim değişikliği sebebiyle oluşan küresel ısınma ile birlikte okyanuslar fazla ısının %80 kadarını çekmektedir. Ayrıca deniz seviyesinin 1880'lerden beri yaklaşık 20 cm yükseldiği bilinmektedir. Son 25 yılda ise 3 cm daha yükselerek 23 cm seviyesine ulaştığı uzmanlarca belirtilmektedir.

El Nino Etkisi

Türkiye'nin de içinde bulunduğu Akdeniz Havzası'nda ise El Nino'nun etkili olduğu yıllarda kışlar ılıman ve az yağışlı geçer. Bahar ve yaz aylarında da aşırı yağışlar sel ve taşkınlara sebep olabilir. El Nino etkileri görülmeye başladığında ortalama sıcaklıklar dünyanın geri kalanıyla birlikte Türkiye'de de yükselmektedir.

Boğaziçi Üniversitesi İklim Değişikliği ve Politikaları Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü Prof. Dr. Levent Kurnaz, El Nino etkisiyle 2023'ün tüm zamanların en sıcak yılı olduğunu, sıcaklık rekorlarının 2024 yılının yaz aylarına kadar devam edebileceğini açıkladı. Kurnaz şöyle devam etti: "En azından mart ve nisan ayına kadar bunun sürmesini bekliyoruz. El Nino'yu hızlı bir şekilde öngörmek mümkün değil. Bugünden bakıp haziran ayında ne olacağını söylemek çok kolay değil ama öngörüler El Nino'nun gittikçe şiddetleneceğini söylüyor. Bu yaşadığımız El Nino'nun şimdiye kadar gördüklerimizin en şiddetlisi olma olasılığı yüzde 50'nin üzerinde-



dir. Bu da gelecek yazın neredeyse ortasına kadar Türkiye ve Avrupa çok ciddi sıcak bir dönemden geçecek demek." sıcaklık rekoru kırılan günün, tarihte o güne ait en sıcak gün anlamına geldiğini kaydeden Kurnaz, sıcaklık rekorlarının 2024'ün Haziran ayına kadar sürebileceği hatta hazirandan sonra da devam edebileceği tahmininde bulundu.

Daha Büyük Afetler

İklim ve aşırı hava koşullarıyla bağlantılı afetler her zaman dünya sisteminin bir parçası olmuştur. Ancak dünya ısındıkça bu afetler daha sık yaşanır hale gelmiştir. Dünya çapında kitlesel yıkıma neden olan sıcak hava dalgaları, kuraklıklar veya kasırgaların vurmadığı hiçbir kıta kalmamıştır. Afetlerin yüzde 90'ı artık iklimle ilgili olarak sınıflandırılmakta ve dünya ekonomisine her yıl 520 milyar ABD dolarına mal olmaktadır. Bunun sonucunda 26 milyon insan yoksulluğa itilmektedir.

“ İklim değişikliği sebebiyle oluşan küresel ısınma ile birlikte okyanuslar fazla ısının %80 kadarını çekmekte deniz seviyesinin 1880'lerden beri yaklaşık 20 cm yükseldiği bilinmektedir. Son 25 yılda ise 3 cm daha yükselerek 23 cm seviyesine ulaştığı uzmanlarca belirtilmektedir.

Ne Yapılmalı?

Çevre sorunu, sınırları olmayan ve bütün insanlığı etkileyen bir sorundur. Bilim insanları iklim krizinin reddedilemez olduğunu söylemekte fakat aynı zamanda bu krizi durdurmak için hâlâ çok geç olmadığını da eklemektedir. İklim krizini durdurmanın yolu; "**Dünyada nasıl gıda yetiştireceğimiz, toprağı nasıl kullanacağımız veya malları nasıl taşıyacağımız**" gibi temel dönüşümlerden geçmektedir. Enerji ve su tasarrufu yapmak, ne yediğimizi ve ne satın aldığımızı gözden geçirmek, daha az satın almak gibi basit günlük kararlarımız iklim değişikliğine karşı dünyayı korumak adına yapabileceğimiz eylemlerin başında gelmektedir.



Daha organik ürünlere yönelmek, atıksız bir hayatı hedeflemek ve geri dönüşüme önem vermek de büyük fark yaratmaktadır. Yeni teknolojiler ve doğaya dayalı çözümler, hepimizin daha temiz ve daha dayanıklı bir dünyaya kavuşmasını sağlayabilir. Teknoloji iklim krizini daha da büyütürken yeni ve verimli teknolojiler net emisyonları azaltmamıza ve daha temiz bir dünya yaratmamıza yardımcı olabilir. Günümüz emisyonlarının yüzde 70'inden fazlası için hâlihazırda mevcut teknolojik çözümler mevcuttur.

Artan dünya nüfusu ve beraberinde gelen tüketim artışı, iklim krizini tetikleyen unsurlardandır. Karbon salınımını azaltmaya, arabanızı evde bırakarak başlayabilirsiniz. Yani mümkün olduğunda gideceğiniz yerlere yürüyerek veya bisiklete gidebilirsiniz. Mesafe fazlaysa da toplu taşımayı tercih edebilirsiniz.

Hükümetler, işletmeler, sivil toplum örgütleri ve okullar birlikte çalışırsa insanlar ile dünyamız arasındaki uyumun yeniden sağlandığı yeşil bir gelecek yaratabiliriz.

Hükümetler ile kurum ve kuruluşlar, Dünya Çevre Günü kapsamında bilinçlendirme çalışmaları yapsalar bile hareketin sonuç vermesi için bireysel olarak hepimizin adım atması gerekmektedir.

“ Yeni teknolojiler hepimizin daha temiz ve daha dayanıklı bir dünyaya kavuşmasını sağlayabilir. Teknoloji iklim krizini daha da büyütürken yeni ve verimli teknolojiler net emisyonları azaltmamıza ve daha temiz bir dünya yaratmamıza yardımcı olabilir.



Birçok Deniz Canlısının Yaşam Alanı:

Mercanlar



Murat NAMDAR

Maltepe 1 No.lu L Tipi
Kapalı Ceza İnfaz Kurumu
Öğretmen

Mercanları tanımayan biri, onları gördüğünde ya büyük bir kaya ya da bir su altı bitkisi zanner. Ancak mercanlar ne bir kaya parçası ne de bitki olup gerçekte birer hayvandır. Mercanlar kalsiyum karbonat kabuklarına gömülü küçük hayvanların kolonileridir. Genel olarak 30° kuzey ve 30° güney enlemleri arasında kalan sıcak denizlerde yaşar. Ancak yumuşak mercanlar çok küçük koloniler halinde soğuk ve derin sularda da yaşayabilir. Örneğin, ülkemizin kıyılarında bulunan yumuşak mercanlardan dal biçimindeki kırmızı mercan Ege Denizi'nin kuzeyinde; ağaç biçimindeki beyaz mercansa Marmara Denizi'nin derinliklerinde yaşamaktadır. Fakat iklim uygun olmadığı için ülkemizin kıyılarında mercan resifleri bulunmaz.

Mercanların her bireyine “polip” denir. Milyonlarca polipin bir araya gelmesiyle mercan kolonileri oluşur. Koloniler ağaç, dal, çiçek, beyin, geyik boynuzu, filkulağı, mantar, tüp, ip, kaya gibi çok çeşitli biçimlerde olabilir. Mercan katılıklıta taş gibidir, denizin dibinde ise adeta bitki gibi biter. Denizin diplerinde rengârenk çiçek bahçelerini andırırlar. Mercanların güzel görünmesinin nedenlerinden biri de renkleridir. Mercanların vücut yapıları, görünüşte çok karmaşık olmasına rağmen aslında çok basittir. Silindirik biçimindeki vücutlarının uç kısımlarında dokunaçlar bulunur.

Vücutlarının alt kısımlarındaysa buldukları zemine yapışmalarını sağlayan organlar vardır. Ağızları, vücutlarının üst kısmındadır ve bir gırtlakla doğrudan mideye bağlanır. Mercanlar, birbirinden bağımsız bireylermiş gibi görünseler de tek bir sindirim sistemleri vardır. Bu nedenle kolonilerin tüm bireyleri birbirine bağımlıdır. Dokunaçlarını isteğe bağlı olarak hareket ettirebilirler. Özellikle avlanacakları zaman sürekli hareket halinde olurlar. Ayrıca herhangi bir tehlike anında da dokunaçlarını hızla iskeletin içine çekebilirler.

Mercanlar, besinlerini çeşitli yollardan elde eder. Hayvansal tek hücrelilerle beslenen mercanlar, genellikle avlarını "nematosis" olarak adlandırılan yakıcı hücreleri

ya da yapışkan bir madde salgılama özellikleri sayesinde yakalar. Bazı mercan türleri de besinlerini birlikte yaşadıkları deniz yosunları sayesinde elde eder. Mercanlar deniz yosunlarına güvenli bir yaşama ortamı, deniz yosunları da mercanlara sürekli besin sağlar. Karşılıklı yarar sağlanan bu ortak yaşam, besin olarak yoksul ancak berrak, temiz ve bol ışık alan okyanus sularında mercanların binlerce yıldır yaşamasını sağlamaktadır. Mercanlar genel olarak gece beslendiği için dokunaçları gündüz kapalı, gece ise açıktır. Gece beslenmelerinin nedeni hayvansal tek hücrelilerin geceleri su yüzeyine doğru göç etmesidir. Bu hareketlenme besinleri yakalamalarını kolaylaştırır. Mercan resifleri denizlerin sığ yerlerinde,

binlerce yıl boyunca sert mercanların birikmesiyle oluşur. Resifler, kilometrelerce uzunlukta olabilir ve genellikle çok yavaş (yılıda yaklaşık 1-2 cm) büyürler. Mercan resifleri, okyanusların sağlığında kritik bir rol oynayan gezegendeki en çeşitli ve önemli ekosistemler arasındadır. Okyanus tabanının %0,1'inden daha azını kaplamalarına rağmen mercan resifi ekosistemleri bilinen deniz türlerinin en az %25'i için habitat sağlamaktadır. Mercan resifleri, kıyı ekosistemlerinde birçok deniz canlısının yaşam alanıdır. Bu nedenle kıyı ekosistemleri için büyük öneme sahiptirler. Turizm ve balıkçılık açısından daha büyük bir potansiyele sahip olan mercan resifleri, korunmaya değer bir doğal varlıktır.



AYNA



Tuba UYANIK

Manisa T Tipi Kapalı Ceza
İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru

“Kişi ne yaparsa kendine yapar.” atasözü yıllar önce atalarımız tarafından söylenmiş ve nesilden nesile aktararak günümüze kadar gelen bir nevi ders verici nitelikte bir öğüttür. Yaşanmış olayların, deneyimlerin, öngörü ile söylenen sözlerin yüzyıllar öncesinden bizlere kadar aktarılması bizler için kılavuz niteliğindedir. Bu yol gösterici kılavuzları iyi analiz etmek, hayatımızda uygulamak bizler için olumlu sonuçlar doğurur. Herhangi bir davranışımızda, söylemişimizde, yaptığımız her hareketimizin sonuçlarını kendi hayatımıza çektiğini bilmeliyiz.

Olumlu ya da olumsuz yaptığımız her fiil, yaşadığımız müddetçe önümüze serilir. Konuştuğumuz her cümle günler sonra karşımıza çıkar. Birine yaptığımız iyilik ya da kötülük gün gelir bizi bulur. Hayatın akışı sırasında karşılaştığımız her probleme bakıldığında bu problemin geçmişimizde davranış ya da söylemlerimizden ibaret olduğu görülür. **Hz. Mevlana'nın** dediği gibi; “Kötülük yaptığın zaman kork çünkü o bir tohumdur. Allah yeşertir, karşına çıkartır.” o bakımdan iyi niyet beslemek, olumlu ve hayırlı konuşmak, güzel işler yapmak bizim yararımıza olur. Hayat bize ayna görevinde bulunur. Atalarımızın da bu konu hakkında “Ne ekersen onu biçersin.” demesi de bu tezi destekler. Kişinin herhangi bir olguya güzel bakması, onu güzel görmesi ve güzel düşünmesi kişinin hayatını olumlu yönde etkiler. Ruhsal yönden de daha az stres altında bulunan kişi hayatını, vereceği kararları, söyleyeceği sözleri, yapacağı hamleleri daha verimli olarak kullanır. Bu durum kişinin mutlu ve huzurlu olmasını sağlayıp kişiye fiziksel yönden de fayda sağlar. Hatta **Hz. Ali'nin** “İyi niyet gönle ferahlık, bedene esenliktir.” sözü tam yerinde bir tabir olur.

Teorik Fizikçi ve Bilim İnsanı **Albert Einstein**; “İnsanoğlu ağzından çıkan cümlelerin, beyninde çıkan düşüncelerin bütün evrene dolaşıp tekrar onlara geri döndüğünü bilse çok daha dikkatli olurdu.” der. Söylediğimiz her söz, yaptığımız her davranış evrene yankılanır ve sonra bize geri döner.



“İyi niyet beslemek ve güzel işler yapmak bizim yararımıza olur. Hayat bize ayna görevinde bulunur. Atalarımızın “Ne ekersen onu biçersin.” demesi de bu tezi destekler. Kişinin herhangi bir olguya güzel bakması, onu güzel görmesi kişinin hayatını olumlu yönde etkiler.

Peki, nasıl davranmalıyız?

Günlük yaşamımızın her anında, vereceğimiz kararlarda, alacağımız tedbirlerde, birine karşı davranışlarımızda, söyleyeceğimiz her sözde daha **olumlu** olmalı ve yaptığımız her eylemin bize geri döndüğünü unutmamalı ve ona göre hareket etmeliyiz. Herkes ektiğini biçer. İyilik eken iyilik bulur, kötülük eken kötülük. Bizler iyilik eken tarafta olalım ki hayatın aynasına her baktığımızda şükredebilelim.

Kurban ve Teslimiyet



Hakkı ESER

Eskipazar Açık Ceza İnfaz Kurumu
Vaiz

Kurban ibadeti Hz. Âdem'in çocuklarıyla başlamıştır. Âdem (as), oğlu Kabil ile oğlu Habil'in arasında oluşan problemin çözümü için Allahutaala ikisinin de kurban sunmalarını önerdi. Kabil, kurban olarak bir demet buğday getirirken Habil, sürüsünün en güzel ve semiz olan koçunu getirerek Allah için kurban etti.

Kabil'in tabiatı katıydı. Habil ise takva sahibi biriydi. Habil'in sunduğu kurbanı kabul olmuş, Kabil'in sunduğu kurbanı ise reddedilmişti.

Allah onların bu bu kıssasını Kuran-ı Kerim'de şöyle zikretmektedir: *"Onlara Âdem'in iki oğlunun haberini gerçek olarak anlat; Hani birer kurban takdim etmişlerdi de birisinden kabul edilmiş diğerinden ise kabul edilmemişti."* Tarihte ilk kurban hadisesinin başlangıcı da böyle olmuştur.

Sözlük anlamı, *"Teslim olmak, Allah'a yakınlık kurmak için vesile"* anlamına gelen kurban, dini terim olarak *"Vakti, şartı, usulü önceden belirli olan bir hayvanı ibadet amacı güderek kesmek."* olarak ifade edilmektedir. İslam, teslim olmak demektir. Yani Kur'an ve sünnetin gösterdiği yoldan çıkmadan doğru yolda, samimi ve içtenlikle yürümek, Allah ve Resülü'nun isteklerini Allah rızası için yapmaktır.

Kurban ibadeti, Müslümanların hayatlarını yaşarken Allah için yaşamalarını ve buna niyet etmelerini gösteren bir işaret olması dolayısı ile önem arz etmektedir. Kurban bize Hz. İbrahim'in imanını ve itaatini, Hz. İsmail'in sabır ve teslimiyetini, Hz. Hacer'in rızasını ve sadakatini hatırlatan bir ibadettir.

Kurban temelde et ve kan değildir, takva ve teslimiyettir. Rabbimiz *"Kurban etleri ve kanları değil, sadece takvalarımız Allah'ın katına ulaşır."* diyerek kurban ibadetinde Allah'ın emirlerine uyup yasaklarından kaçınmamız gerektiğini bize bildirir.

Allah'a kurban sunmak gerçekten derin manevi ve yüce anlamlar barındırmaktadır. Müminler kurban ibadetini yerine getirerek Rablerine şükranlarını sunmanın ruh huzurunu yaşamaktadır.

“Sözlük anlamı, “Teslim olmak, Allah'a yakınlık kurmak için vesile” anlamına gelen kurban, dini terim olarak “Vakti, şartı, usulü önceden belirli olan bir hayvanı ibadet amacı güderek kesmek.” olarak ifade edilmektedir.

Kurban; fitrat gereği insanın kalbinde bulunan nefsi hislerin, dünya malı sevgisinin, mal ve eşya sevgisinin kesilip atılması yolunda bir adımdır. Bizden asıl istenen iş, nefsin ilkel sıfatlarını temizlemektir.

Kurban, kurbiyettir. Kulun rabbine yaklaşma çabasıdır. Takvaya ulaşma arzusudur. İlahi rahmete nail olma gayretidir. Kurban, sadakattir. Allah'ın razı olması için amelde bulunmak, O'nu her şeyden üstün tutmaktır. Kurban teslimiyettir. Allah yolunda malın ve canın seve seve feda edilebilmesidir.

Kurban şükürdür. Rabbimizin verdiği sayısız nimetlerin kıymetini bilmektir. Nefsin kötü duygulara meyletmesini önlemek, heves ve hırsla kapılmamak, elindekilerle yetinmenin özgürlüğünü tatmaktır. Allah ile yakınlaşmaktır.

Yüce Rabbimizin *"De ki: Şüphesiz benim namazım, kurbanım, hayatım ve ölümüm, âlemlerin Rabbi olan Allah içindir."* buyruğuna yürekten bağlılığın ifadesidir.

Sevgili Peygamberimiz (sav) şöyle buyurur: *"Âdemoğlu kurban günlerinde, Allah için kurban kesmekten daha güzel bir amel işleyemez."*

Kurban ibadeti aynı zamanda birlik, beraberlik, hal ve hatır sorma, yardımlaşma, dayanışma gibi duyguları geliştirir. Kurban bayramlarını bayram yapan yediklerimizden, tükettiklerimizden ziyade heybelerimizde biriktirdiğimiz güzel duygulardır. Paylaşıp ikram ettiklerimiz, ikram aldıklarımızdır.

Kurban ibadetlerinizin kabul olmasını diliyorum, bayramınızı en kalbi duygularıyla kutluyorum.

Kaynaklar

1. Maide 5/27 2. Hacc 22/37 3. Enam 6/62 4. Tirmizi



Tasarım:
İlke GÜLER

Kurumsal İletişim
Daire Başkanlığı
Memur



Tüm İslam Aleminin **KURBAN BAYRAMI**

Mübarek Olsun





NORVEÇ

Norveç Avrupa'da kişi başına düşen gelirin en yüksek olduğu ülkelerden biridir. Ülkenin en temel geçim kaynakları balıkçılık, petrol ve turizmdir. Üç tarafı sularla çevrili ve fiyort bakımından çok zengin olan Norveç, balık ihracatında dünyanın önde gelen ülkelerindedir. Ülkenin başkenti ve en büyük şehri olan Oslo, İskandinavya'nın da dördüncü büyük şehri konumundadır.



Celal CEYLAN

Devrek Açık Ceza İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru

Kaynaklar

- <https://www.diyanedrammen.com/norvec-tarihi>
- <https://www.insamer.com/tr/ulke-profilii-norvec>
- <https://blog.biletbayi.com/norvec-gezilecek-yerler.html>
- <https://vizem.net/norvec/yasam/kultur/mutfak>



Ülke Tarihi

VIII. ve XI. yüzyıl arasında Norveç'te Vikingler olarak bilinen bir kavim hüküm sürmüştür. Savaşçı bir ulus olarak tanınan Vikingler batıda Britanya, İzlanda, Grönland ve hatta Kuzey Amerika'ya kadar ulaşarak sömürgeler kurdular. XI. yüzyılda Hristiyan misyonerler Norveç'te Hristiyanlığı yaymaya başladılar. Norveç Kralı I. Haakon Hristiyanlığı kabul etti. 1030 yılında Danimarkalılar Norveç'i ele geçirdiler. Norveç, Danimarka Kralı Knudun kurduğu Kuzey Denizi İmparatorluğu'nun bir parçası haline geldi.

1363 yılında Norveç Kralı VI. Haakon Danimarka Kralı IV. Valdemar'ın kızı I. Margrete ile evlenerek iki ülkeyi bir bayrak altında birleştirdi. Margrete'nin yönetimi altında 1397 yılında İsveç, Norveç, Danimarka ve sömürgeleri (Faore Adaları, İzlanda, Grönland ve Finlandiya) birleşerek "Kalmar Birliği" adı altında büyük bir İskandinav İmparatorluğu'nu oluşturdular.

1521 yılında İsveç, Kalmar Birliği'nden ayrıldı. Bu arada İskandinav ülkeleri Martin Luther tarafından Almanya'da başlatılan Protestan reformu ile sarsıldı. Danimarka ve Norveç 1821 yılına kadar Danimarka-Norveç adı altında birlikte hareket etmeye devam ettiler. XIX. yüzyılın başlarında Norveç, Napolyon savaşlarıyla temelinden sarsıldı. Fransa savaşı kaybedince Danimarka 1814 yılında imzaladığı Kiel Antlaşması uyarınca savaşı kazanan tarafın üyesi olan İsveç'e Norveç'i bırakmak zorunda kaldı. Norveçliler İsveç yönetiminden memnun kalmadılar. Ayaklanmalar baş gösterdi ve sonunda 1905 tarihinde İsveç, Norveç'in bağımsızlığını tanıdı.

Norveç I. Dünya Savaşı'nda tarafsız kaldı. II. Dünya Sava-

şında da tarafsız kalma niyetinde olmasına rağmen 9 Nisan 1940 tarihinde Nazi Almanyası tarafından işgal edildi. 8 Mayıs 1945 tarihinde Almanyanın teslim olmasına kadar Norveç işgal altında kaldı. 1949 yılında Norveç NATO'ya üye oldu. 1960'ların sonlarında Norveç sularında keşfedilen petrol ve doğal gaz Norveç'e büyük bir refah kazandı. 1972 ve 1994'te yapılan referandumlarda Norveç halkı Avrupa Birliğine üyeliği reddetti. Norveç, Avrupa Birliği ile olan ilişkilerini üyesi bulunduğu EFTA kurumu aracılığı ile sürdürmektedir. Günümüzde Norveç, Birleşmiş Milletler raporlarına göre yaşam standartları bakımından dünyanın en ileri ve en pahalı ülkelerinden biridir.

İklimi ve Bitki Örtüsü

Norveç iklimi, deniz etkisi ve deniz kıyılarındaki ılıman ova sıcaklıkları ile şekillenmektedir. Norveç'in iç kısımları daha soğuktur ancak deniz etkisi ile sıcaklıklar, kuzey enlemlerindeki Alaska gibi bölgelerden ve diğer ülkelerden daha ılıman seyretilmektedir.

Deniz etkisi, Norveç'te yüksek miktarda yağmur ve kar yağışına neden olmaktadır. Batı Norveç nispeten serin yazlara, ılıman kışlara ve yaklaşık 2.250 mm yıllık ortalama yağış oranına sahiptir. Dağlarla çevrilen Doğu Norveç ılık yazları, soğuk kışları ve yıllık ortalama yağışın 760 mm az olduğu bir iklimle şekillenmektedir.



Buskerud'da bulunan Viking Çağı miğferi



Bergen Müzesi'nde bulunan 7 Viking Çağı kılıcı



1900'lerde Norveç'te bir Sami ailesi.



Norveç'te yaklaşık 2.000 bitki türü vardır. Doğu Norveç'te deniz seviyesinden 850 metre ve Trondheim bölgesinde 700 metre yüksekliğe kadar geniş buzul vadilerinde kalın ladin ve çam ormanları görülmektedir. Norveç'in en dik yamaçlarında bile huş ağacı, dişbudak, üvez ve titrek kavak ağaçları yetişmektedir.

Ekonomik Durumu

Norveç dışı açık ekonomisi, güvenli ve istikrarlı yapısı, zengin doğal kaynakları, nitelikli iş gücü ile güçlü bir ekonomiye sahiptir. Refah seviyesinin oldukça yüksek olduğu ülke, 80.000 doları aşan kişi başı ortalama yıllık gelire bu alanda ilk beş ülke arasında yer almaktadır. İşsizlik, yoksulluk ve enflasyon oranlarının düşük seyrettiği Norveç'te nüfusun giderek yaşlanması



Norveç doğal kaynaklar bakımından da zengin bir ülkedir. 6,3 milyar varillik kanıtlanmış petrol rezervi ile bu alanda 20. sırada yer alan Norveç, 1,5 milyon varillik günlük üretimle 15. sırada, 1,3 milyar varillik günlük ihracatla da 10. sırada yer almaktadır. Petrol sektörü istihdamın %9'unu, millî gelirin %12'sini ve ihracat gelirlerinin yaklaşık üçte birini karşılamaktadır.

Ülke doğal gaz bakımından da zengindir. 1,7 trilyon metreküplük rezervi ile en fazla rezerve sahip 20. ülke olan Norveç, ihracatta da Rusya ve Katar'ın ardından dünya üçüncüsüdür. Ülkenin petrol rezervlerinin 50, doğal gaz rezervlerininse yaklaşık 100 sene boyunca ekonomiyi beslemeye devam edeceği tahmin edilmektedir. Bu iki hidrokarbon aynı zamanda 40 yıldır ekonominin ve zenginleşmenin de temel kaynağıdır. Norveç'in doğal kaynakları petrol ve doğal gazla sınırlı değildir. Balık ve deniz ürünleri bakımından da oldukça zengin olan Norveç, Çin'in ardından dünyanın ikinci büyük deniz ürünleri ihracatçısıdır. Ülke kereste, orman ürünleri ve mineraller açısından da zengindir.



Oslo'daki Viking Gemi Müzesi'nde (Vikingskipshuset) bulunan Oseberg Gemisi. 1904'te ortaya çıkarılan bu tekne, 815 ile 820 yılları arasında inşa edilmiş ve 834 yılında ölen yüksek rütbeli bir kadın için mezar teknesi olarak kullanılmıştır. 22 metre uzunluğundaki tekne meşe ağacından yapılmıştır. Müzede çok iyi korunmuş üç Viking gemisinin yanı sıra Oslo Fiyordu yakınlarındaki üç mezar höyüğünde keşfedilen nesnelere de sergilenmektedir.

uzun vadeli risklerin en önemlilerinden biridir. Ekonomi son 10 yıldır ortalama %2 gibi küçük ama düzenli bir seviyede büyümeye devam etmektedir.

Hizmet sektörleri ülke ekonomisi açısından hayati önem taşımaktadır. İstihdamın dörtte üçünü, millî gelirin %60'tan fazlasını karşılayan hizmet sektöründe telekomünikasyon, deniz taşımacılığı, finans ve bankacılık gibi sahalar öne çıkmaktadır.

Ülke ekonomisinin ve son yarım yüzyıldaki zenginleşmenin dayanağı olan sanayi sektöründe ise petrol ve doğal gaz başı çekmektedir. Norveç'te ayrıca maden, kereste, gıda işleme, gemi yapımı, kâğıt, metal ve kimya sanayi de gelişmiştir.



Oslo



Türkiye ile İlişkiler

Türkiye ile Norveç arasındaki diplomatik ilişkiler ilk olarak 1926 yılında tesis edilmiştir. O tarihten bu yana ikili ilişkiler karşılıklı barış ve dostluk yaklaşımı çerçevesinde sürdürülmektedir. İki ülke NATO üyelikleri sebebiyle askerî açıdan da müttefik pozisyonundadır. Türkiye ile Norveç büyükelçilikleri karşılıklı olarak faaliyettedir. Ayrıca Norveç'in İstanbul, Antalya, İzmir, Alanya ve İskenderun'da birer fahri konsoloslugu bulunmakta-

dır. İki ülke arasında devlet başkanlığı seviyesindeki tek ziyareti Kasım 2013'te Norveç Kralı V. Harald gerçekleştirmiştir. Ülkeler arası resmi temaslar bugüne kadar daha çok bakanlıklar seviyesinde sürdürülmüştür.

Türkiye ile Norveç arasındaki ticari ilişkiler 2000'li yıllarda ivme kazanmış ve karşılıklı dış ticaret hacmi 2008 yılında ilk kez 1 milyar dolar seviyesine ulaşmıştır. 2013 yılında 1,7 milyar dolarla en yüksek seviyeye ulaşan dış ticaret hacmi son olarak 2018 yılında 513 milyon doları Türkiye'den Norveç'e ihracat, 765 milyon doları ithalat olmak üzere toplamda 1,27 milyar dolar olarak gerçekleşmiştir. Türkiye'den Norveç'e ihraç edilen başlıca ürünler; yolcu ve balıkçı gemileri, otomobil, motorlu taşıtlar ve tekstil ürünleridir. Norveç'ten ithal edilen başlıca ürünlerse; petrol ürünleri, balık, ferro alyajlar, polimerler, gazete kâğıdı ve balık yağıdır. Norveç'te 20.000'i aşkın Türk'ün bulunması ikili ilişkiler açısından önem teşkil etmektedir. Son yıllarda turizm ilişkileri de canlanmakta ve özellikle Norveç'ten ülkemize gelen turist sayısında artış gözlenmektedir.



Tarihi ve Turistik Yerleri

Preikestolen

Norveç'in en ünlü kaya oluşumu Preikestolen, ülkenin en gözde turistik noktasıdır. Norveç'te en güzel fotoğrafların çekildiği Preikestolen bundan tam 10 bin yıl önce buz kütlelerinin genişlemesi ve kırılması sonucu ortaya çıkan harika bir doğa oluşumdur. Ryfylke'de yer

alan uçurum kayası dünyanın en muhteşem gözlem noktalarından biridir.

604 metre yüksekliğinde bu doğa harikasına yürüyüş de sizlere ayrı bir keyif verecek, zirvede ulaşacağınız harika manzaraya doğru attığınız her adım daha da çok heyecanlanmanızı sağlayacaktır. Harika manzaranın keyfini doya

doya çıkarabilmek adına zirveye gün batımında çıkmanızı tavsiye ederiz.

Lofoten Adaları

Vesteralen Adalarının güney kısmını oluşturan Lofoten Adaları, yükselen sivri tepeleri, dingin gölleri, adacıkları ve birbirinden şirin evlerin oluşturduğu küçük balıkçı kasabalarıyla Norveç'in



cennetten bir köşesidir. 28 bin nüfuslu adaların ekonomisi de balıkçılık üzerine kuruludur. Bölgede yetişen sınırlı ürünler ise böğürtlen ve patatestir. Diğer yandan kutup dairesinin kuzeyinde yer alan adaların sonu Atlas Okyanusu'na bağlanan 1425 kilometrekarelik bir alan üzerinde konumlandığı bilgisini de verelim. En ilgi çekici noktası ise kara, deniz ve göller öyle bir uyum sağlamıştır ki göl ile denizi ayırt etmek oldukça zordur.

Geiranger

Norveç'in batı bölgelerine ilerledikçe akla pek çok turistik nokta gelmektedir. Bunlardan en önemlisi Geiranger köyüdür. Küçük ve sevimli bu turistik köy, 2005 yılında UNESCO tarafından da Dünya Mirasları Listesi'ne alınmıştır.



Preikestolen



Lofoten Adaları

Dünyaca ünlü dergiler tarafından en iyi seyahat mekânı seçilen Geiranger'de görmemiz gereken yerlerin başında 7 Kız Kardeşler Şelalesi, Gerianger Kilisesi gibi hayran kalacağımız noktalar gelmektedir.

Vigeland Heykel Parkı

Dünyanın en büyük heykel parkı olan Vigeland Heykel Parkı, görenleri kendine hayran bırakan

etkileyici heykel çalışmaları ile herkes tarafından merak edilen bir gezi noktasıdır. Ayrıca heykellerin hepsi tek bir sanatçı tarafından yapılmıştır. Norveçli ünlü Heykeltıraş Gustov Vigeland'in birbirinden ilginç heykelleri ile bezeli parkta harika saatler geçirebilirsiniz.

Bryggen Evleri

Norveç'in Bergen şehrinin hemen

girişinde yer alan yan yana dizili aynı tipteki ticari binalar, şehrin simgesi haline gelmiş önemli yapılarıdır. Bryggen Evleri olarak bilinen bu yapılar günümüzde mağaza, restoran ve bar tarzı mekânlar olarak hizmet vermektedir. İkonik bir şekilde Bergen denince akla gelen Bryggen Evleri, 1979 yılından beri UNESCO tarafından Dünya Kültür Mirası kabul edilmekte ve turistik

Gezi

açıdan da oldukça büyük bir önem arz etmektedir.

Frogner Parkı

Norveç'in en büyük gül koleksiyonuna sahip, yeşile ve tertemiz havaya doyacağınız harika bir gezi noktası. 150 farklı türe ait 14 bin bitkinin yer aldığı parkın bir köşesinde de Frogner Stadyumu ve açık havuz yer alıyor. Ülkeyi yaz aylarında ziyaret ederseniz park içerisindeki kafe, restoran ve çocuk oyun alanlarını da ziyaret edebilirsiniz. Buralara kadar gelmişken Frogner Parkı'nın hemen yanında yer alan Oslo Şehir Müzesi'ni de ziyaret edebilirsiniz.

Viking Gemi Müzesi

Oslo'nun Bygdoy Yarımadası'n-

da yer alan Viking Gemi Müzesi, Viking döneminden pek çok tarihi eseri görebileceğiniz ve Norveç'in denizcilik yaşamına dair tüm bilgileri edinebileceğiniz bir bilgi havuzudur adeta.

Şehre gelen turistlerin mutlak ziyaret noktasında görebileceğiniz dikkat çekici eserlerden bazıları ise şöyledir; Oseberg gemisi, Gokstad gemisi, Tune gemisi ve envai çeşit Viking Dönemi'nden kalma kızak, yatak ve at arabaları. Dünyanın en büyük gemi gömüsünden çıkartılan Oseberg ise müzenin başyapıtı konumundadır.

Akershus Kalesi

1290 yılında başkent Oslo'yu korumak için yaptırılan Akershus

Kalesi, ihtişamlı bir Orta Çağ kalesiydi. Kral Haakon V tarafından yaptırılan kalenin uzun yıllar şehri koruma görevini başarıyla yerine getirdiği de alınan bilgiler arasındadır. Bu kale 17. yüzyılda yenilenmiş ve Rönesans mimarisinden etkilenen bir yapı haline gelmiştir. Uzun yıllar boyunca askeri amaçlarla kullanılmasının ardından günümüzde de askeri bölgede yer alan kalenin ziyaretlere açık olduğunu da belirtelim.

Norveç Fiyortları

Norveç denince akla elbette ki kendinizi cennette hissedeceğiniz fiyortlar gelir. Şırıl şırıl akan şelaleler, yeşilin hemen her tonunu göreceğiniz ormanlar ve muhteşem göllerle kaplı doğa harikası fiyortla-



Vigeland Heykel Parkı



Bryggen Evleri





rı görebilmek için Oslo'dan kendinize bir tur satın alabilirsiniz.

Royal Sarayı

Oslo'nun merkezinde Karl Johans kapısında yer alan görkemli Royal Sarayı, 1814 yılından beri Norveç'in kalbinin attığı yer olarak bilinir. Bellevue'de yer alan saray, 1849 yılında Kral I. Oscar tarafından resmi olarak Kraliyet Sarayı olarak kullanılmaya başlanmıştır. Devlete ait olan saray, devlet başkanının emrinde olan kral ve kraliçenin ikamet ettiği Oslo'nun simgesi haline gelmiş önemli bir yapıdır. Ofislerin ve uluslararası zümre toplantılarının yapıldığı saray yaz ayları boyunca ziyaretlere açılmakta ve halk tarafından da sık sık ziyaret edilmektedir.

Norveç Halk Müzesi

Dünyanın en eski açık hava müzelerinden biri olan Norveç Halk Müzesi, 1200 yılından kalma tarihi bir kilisedir. Günümüzde geleneksel el sanatları eşyaları, halk kılıkları, Sami kültürü, silahlar, oyuncaklar ve ilaç tarihi gibi pek çok konuda sergi bulunduran müzeye ziyaretler de oldukça fazladır.

Fram Müzesi

Fram Müzesi, piramide benzer görüntüsü ve muhteşem sergileri ile heyecan uyandıran müzelerden biridir. Müzenin içini boylu boyunca kaplayan Fram Gemisi ise en dikkat çekici eseridir. Mürettebatın, köpek balıklarının ve okyanus yaşantısının canlandırıldığı müzeyi keyifle do-

laşabilirsiniz. İçeride bir de 100 yıl öncesinin kutup seferlerini yaşatan ve okyanusun tüm tehlikeleriyle sizi baş başa bırakan bir kutup simülasyonu yer almaktadır.

Flam Köyü

Norveç'in en derin ve en uzun fiyordun en ucunda yer alan Flam köyü, dünyanın en güzel köylerinden biridir. Köyün kumsalında önünüze serili olan manzara ve arkanızı kaplayan muhteşem yemyeşil dağlar, harika manzara fotoğraflarının çekildiği dünyaca ünlü dergilere kapak olan görüntüler içeriyor.

Oslo Opera Binası

Oslo'nun simgesi haline gelmiş yapılardan biri olan Oslo Opera



Norveç Fiyortları



Akershus Kalesi



Royal Sarayı



Fram Müzesi



Flam Köyü



Oslo Opera Binası



Rondane Ulusal Parkı

Binası, muhteşem mimarisi ve harika etkinlikleriyle Norveç'in en önemli sanat merkezi olarak kabul edilir. 2008'de Dünya Mimarlık Festivali Ödülü'ne layık görülen opera binası, 38 bin 500 metre kare alan üzerine kurulu 1.100 odalı dev bir sanat evidir.

Rondane Ulusal Parkı

Norveç'in en eski milli parkı Rondane Milli Parkı, 1962 yılında kurulan ülkenin önemli turistik noktalarından biridir. Huzurlu atmosferi ve dinlendirici yeşil

alanları ile sevilen parkın bir önemli özelliği ise vahşi Ren geyiği sürüsünün yaşam alanı olmasıdır. Park, ziyaretçiler tarafından hem yürüyüş hem de bir kamp alanı olarak kullanılırken lisanslı olan avcılara av izni de verilmektedir. Kış mevsiminde de ziyarete açık olan ve pek çok sanatçıya ilham kaynağı olan Rondane'yi ziyaret edebilirsiniz.

Norveç Tarih Müzesi

Yalnızca Norveç'in tarihini değil Kızılderililer, Mısırlılar ve Samiler

gibi pek çok insan ırkının tarihi hakkında da sizi bir zaman yolculuğuna çıkartan Norveç Tarih Müzesi, ülkenin en çok ziyaret edilen müzelerinden biridir. Dinosaur iskeletlerinin de sergilendiği müze oldukça dikkat çeken koleksiyonları ile görenleri kendine hayran bırakmaktadır. İkinci katta yer alan Eskimo kıyafetleri ise renkli fotoğraflar çekilmeniz için sizlere sunuluyor. Pek çok dönemi bir arada ziyaretçilerine sunan Tarih Müzesi ülkede başlıca görülmesi gereken yerlerden biridir.



Mutfak Kültürü ve Lezzetleri

Farikal

Farikal, lahana ve koyun eti kullanılarak yapılan Norveç'in ulusal yemeğidir. Farikal, suya lahana ve koyun etinin etinin eklenerek birkaç saat ocakta pişirilmesi ile yapılmaktadır. Sonbahar ve kış mevsimlerinde daha çok tüketilen farikal yemeğinin içine tat vermesi için tuz ve karabiber eklenmektedir. Norveç'in ulusal yemeği olan farikal, hafta sonu yemeğinde ve aile toplantılarında tüketilmektedir.

Lapskaus

Lapskaus, 1800'lü yıllardan beri Norveç'te yapılan bir yemektir. Yılın her ayında yenilen lapskaus içerisinde sığır eti, havuç, patates ve pırasa bulunmaktadır. Lapskaus yapmak için bütün malzemeler bir güvece eklenmekte ve yumuşayana kadar ocakta pişirilmektedir. Lapskaus özellikle akşam yemeklerinde tüketilen bir yemektir.

Kjottkaker

Kjottkaker, Norveç usulü köftedir. Genellikle akşam yemeklerinde yenilen kjottkaker yapmak için kıymanın içerisine zencefil, biber,

Hindistan cevizi eklenmektedir. Yılın her mevsiminde yenilen kjottkaker sıklıkla patates, kahverengi sos ve lahana yahnisi ile birlikte servis edilmektedir.

Smalahove

Smalahove, koyun başı kullanılarak yapılan bir Norveç yemeğidir. Norveç'in Voss bölgesinden çıkmış olan smalahove yemeği, patates püresi ile birlikte servis edilmektedir. Smalahove, koyun başının kısık ateşte yavaş yavaş pişirilmesi ile yapılmaktadır. Geleneksel bir Norveç yemeği olan smalahove Noel'de veya Noel'den önceki son pazar gününde yenmektedir. Smalahovenin Noel'den önceki son pazar yenmesinin nedeni koyunun diğer kısımlarının Noel yemeği için ayrılmasıdır.

Rommegrot

Rommegrot; ekşi krema, un, süt ve tuz ile yapılan bir Norveç yemeğidir. Ekşi kremalı lapa olarak tarif edilebilecek rommegrot genellikle yaz aylarında yenmektedir. Rommegrot tarifi Norveç'in farklı bölgelerine göre değişmektedir. Bazı Norveçli aileler rommegrot tarifini aile sırrı olarak saklamaktadır. Rommegrot, şeker ve tarçın ile bir-

likte servis edilmektedir. Yemeğin yanında tütsülenmiş et veya haşlanmış alabalık servis edilmektedir.

Somon Balığı

Norveç somon balığı; fırınlama, ızgara ve kızartma yöntemleri ile pişirilmektedir. Norveç somon balığının en yaygın pişirme tekniklerinden biri fırınlamadır. Norveç somon balığı, folyoya sarılarak 12-15 dakika arasında fırında pişirilmektedir. Bir diğer Norveç somon balığı pişirme tekniği kızartmadır. Norveç somon balığı, döküm bir tavada tereyağı, zeytinyağı gibi yağ çeşitleri ile birlikte orta ateşte pişirilmektedir. Somon balığı pişirmenin yollarından biri de ızgaradır. Somon balığının önceden ısıtılmış ızgarada önce derisi sonra ise et kısmı pişirilmektedir. Norveç mutfağında somon dışında ton balığı, morina, ringa gibi balık türleri de sıklıkla tüketilmektedir.

Fattigman

İskandinav ülkelerinin sevilen tatlılarından biri olan fattigman; yumurta, tereyağı, kakule, koşer tuzu, kanole yağı ve krema ile hazırlanır. Bir kurabiye çeşidi olan fattigman pudra şekeri ile birlikte servis edilir.



Kjottkaker



Fattigman

MOSTAR KÖPRÜSÜ



Hayri TURHAL

Marmara Kadın Kapalı
Ceza İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru

Barışın ve Hoşgörünün Sembolü Mostar Köprüsü

Mimar Sinan'ın öğrencisi Mimar Hayrettin tarafından 1566 yılında yapımı tamamlanan Boşnakça adı ile "Stari Most" yaklaşık 5 asırdır farklı kültürleri farklı inanışları birleştirmeye devam ediyor.

Kanuni Sultan Süleyman döneminde bölgede yaşayan halkın Neretva Nehri'nden geçerken yaşadıkları zorlukları bildirmesi sonucu köprü inşa edilmeye başlanılmış yapımında 456 adet kalıp taş kullanılarak 24 metre yükseklikte 30 metre uzunluğunda ve 4 metre genişliğinde köprü'nün yapımı tamamlanmıştır. Köprüye yapılan 99 basamak Allah'ın 99 ismini simgelemektedir. Osmanlı

Bir Fotoğraf Bir Hikâye



Cesaret Atlayışı

Eğer Mostar'ı yaz mevsiminde ziyaret ederseniz köprünün tepesinden Neretva Nehri'ne atlayan genç erkekleri mutlaka görürsünüz eski zamanlarda bu gelenek, evlenmeden önce nişanlılarına kendini ispatlamak amacıyla ve aynı zamanda evlenmek isteyen bekâr erkeklerin cesaretlerini kanıtlaması maksadı ile yapılmıştır. Bu gelenek sadece Müslüman ve Boşnakların geleneği değil aynı zamanda bölgede yaşanan diğer etnik gurupların da geleneği olmuştur.

Devletinin Balkanlara bıraktığı en önemli eserlerden biri olup aynı zamanda şehre adını vermiştir.

Bosna Hersek'te yaşanan iç savaşta ilk olarak Sırlar tarafından 1992 yılında köprü büyük hasara uğratılmış 9 Kasım'da 1993'te ise yine Hırvatlar köprüye büyük zarar vermiştir. Aynı yıl kasım ayının sonunda ise 427 yıldır ayakta duran köprü aldığı hasarlara dayanamayıp yıkılmıştır. Savaşın sona ermesinin ardından 1997 yılında Türkiye'nin ön ayak olması ile köprünün yapımı gündeme gelmiş orijinal taşlar nehirden çıkarılarak 23 Temmuz 2004'te köprü yeniden açılmıştır. Ayrıca simgesel olarak yıkılış tarihi kabul edilen 9 Kasım'da Neretva Nehri'ne Bosna'nın simgesi zambak atılmaktadır.



Personelimizden Gelenler

Tarihi ve Turistik Konumuyla

ERCİYES DAĞI

Erciyes Dağı; bulutları delen zirvesi, tepesinden eksik olmayan karı ve insana güzel duygular sunan azameti ile Kayseri'nin sembolüdür. İç Anadolu Bölgesi'nin 1'inci, Türkiye'nin 5'inci büyük dağı ünvanına sahip olan Erciyes Dağı, hem kış turizmi hem dağ tırmanışı hem de yayla turizmi bakımından yılın her döneminde önemini korumakta ve ziyaretçi akınına uğramaktadır.



Ahmet Can KORKMAZ

Nevşehir E Tipi Kapalı
Ceza İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru



Personelimizden Gelenler

Kayseri denilince ilk akla gelen doğa harikası, her mevsim bembeyaz zirvesiyle bulutlara uzanan Erciyes Dağıdır. 30 milyon yıl önceki patlamalar neticesinde Kapadokya'nın oluşmasını sağlayan Erciyes Dağı (3.917 m) sönmüş bir volkandır. Erimeyen kar nedeniyle olsa gerek Hititler ona Beyaz Dağ anlamına gelen bir isim takmışlardır. Harkasos toz karı, zorlu tırmanış rotaları, zengin florası, faunası ve yayları ile kayak meraklıların, sporcuların, doğa âşıklarının ve macera tutkunlarının her mevsim akınına uğrayan Erciyes Dağı sunduğu konforlu konaklama imkânları sayesinde de güzel bir kış tatili vaat etmektedir.

Türkiye'de dağcılık ve buzul tırmanışları için profesyonel sporcular tarafından en çok tercih edilen dağlardan Erciyes, yüksek kar kalitesine sahip dünyada sayılı yerlerden biri olma özelliği ile de kayak merkezi olarak ön plana çıkmaktadır. Kayseri'nin simgesi olan Erciyes Dağı, Türkiye'nin son yıllarda önem kazanan kış sporları merkezinden birisidir. Erciyes Dağı'nda kış sporları yanında dağcılık ve yürüyüş turizmi imkânları bulunmaktadır. Ayrıca yaz aktivitesini artıran trekking turları düzenlenmektedir. Kayseri-Niğde arasında olan göller bölgesinden Kapuzbaşı Şelalelerine kadar trekking parkuru yürüyüş severlerin en güzel rotalarından birisidir.



Türk Einstein: Oktay Sinanoğlu

“Türk Einstein” olarak bilinen Prof. Dr. Oktay Sinanoğlu, 28 yaşında dünyanın en genç tam profesörü ünvanını aldı. Hayatı boyunca kendini bilime adayan ve bilime çok önemli katkılarda bulunan Sinanoğlu aynı zamanda moleküler biyoloji, kimya, matematik ve Türkçe alanlarındaki çalışmalarıyla da tanınmaktadır. Bilimsel çalışmalarının yanı sıra Türkçe ve milli kültürün korunması için hayatı boyunca çaba gösterdi.



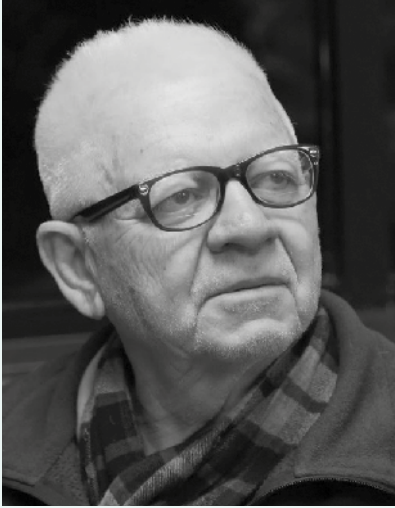
Samet YURTTAŞ

Edirne F Tipi Yüksek
Güvenlikli Kapalı Ceza
İnfaz Kurumu
Öğretmen

“Kültürün gitmişse her şeyin gitmiş demektir. Türkiye’de kaç kişi bunu söylüyor. 15 tane kitap yazdık. Gönlü yüzdüren dildir. Toplumun diline de kültür deriz. Bunun tarifini de biz yaptık. Kültür toplumun gönlüdür.”



Sinanoğlu, babası Nüzhet Haşim Bey’in Türkiye Başkonsolosluğundaki görevi nedeniyle 1935 yılında İtalya’nın Bari kentinde doğmuştur. Daha sonra İkinci Dünya Savaşı’nın başlaması nedeniyle 1939 yılında ailesiyle birlikte Türkiye’ye döndü. TED Koleji olarak bilinen Ankara Yenişehir Lisesinde burslu olarak eğitimini sürdüren Sinanoğlu buradan 1953 yılında birincilikle mezun oldu. Bunun üzerine TED tarafından Amerika’ya burslu Kimya Mühendisliği eğitimi için gönderildi. ABD’de 1956 yılında Kaliforniya Üniversitesi (Berkeley) Kimya Mühendisliğini de birincilikle bitiren Sinanoğlu, 1957’de Massachusetts Teknoloji Enstitüsünü sekiz ayda bitirerek yüksek kimya mühendisi oldu ve “Alfred Sloan” ödülünü aldı. 1959 yılında ise Kaliforniya Üniversitesi’nde kuramsal kimya doktorasını tamamlayan Sinanoğlu, 1960’ta Yale Üniversitesi’nde öğretim üyesi olarak göreve başladı.



Türkiye Cumhuriyeti Profesörü Ünvanını Aldı

Harvard ve Yale Üniversitelerinde 1961'de genç yaşta derslere giren Sinanoğlu, yeni buluşlarını bu dersler ve yayınlarıyla dünyaya tanıttı. Türkiye'de kuramsal kimyanın gelişmesine öncülük etti. 1973'te Almanya'nın en önemli ödülllerinden biri olan "Aleksander Von Humboldt Bilim Ödülünü" kazanan ilk kişi olarak tarihe geçti. 1975'te ise Japonya'nın Uluslararası Seçkin Bilim Ödülü'nü kazandı ve aynı yıl özel kanunla kendisine "Türkiye Cumhuriyeti Profesörü" ünvanı verildi. Nobel Kimya Ödülü'ne iki kez aday gösterilen Sinanoğlu, canlılara biyolojik kimliğini veren DNA'ların şifresini çözerek bilinmeyen türden canlılar yaratmanın teorisini kurdu. ABD, Almanya, Fransa, İsveç, Japonya, Hindistan, Rusya, Meksika ve daha pek çok ülkeye bilimsel araştırmalar ve projeler için giden Sinanoğlu, üst düzeyde bilimsel ve devlet nişanları aldı, devlet başkanlarının şeref konuğu oldu. Orta Doğu Teknik Üniversitesi mütevelli heyeti 1962'de yalnızca Oktay Sinanoğlu'na mahsus olmak üzere "Danışman Profesör" ünvanını verdi. Amerika Bilim ve Sanat Akademisi'nin ilk üyesi olan Sinanoğlu, ilk TÜBİTAK Bilim ödülü, ilk Sedat Simavi ödülü, 1995'te Türkiye İlim ve Edebiyat Eseri Sahipleri Meslek Birliği (İLESAM) Üstün Hizmet ödülü ile Yılın Fikir Adamı, Yılın Bilim Adamı ödülleri kazandı. Sinanoğlu, Yıldız Teknik Üniversitesi öğrencilerinin oylarıyla 2005'te "Yılın Yıldızları En Beğenilen Bilim Adamı Ödülü"ne layık görüldü.

Türkçe Giderse Türkiye Gider

Oktay Sinanoğlu, Türkçe eğitime Türk dilinin korunmasına ve Türk kültürünün korunmasına oldukça önem verdi ve bu konuda konferanslar, söyleşiler düzenledi. Konuşmalarını ve söyleşilerini "Türkçe giderse Türkiye gider" düşüncesi etrafında şekillendiren Sinanoğlu bir konuşmasında: "Bir millet her nesilde yeniden doğar. Bir milleti yaşatan kendi gelenekleridir. Binlerce yıllık tarihinden süzülerek gelen kültürüdür." diyerek milli kültürün inşası ve korunmasında Türkçenin önemine dikkat çekti. Sinanoğlu, hayatını anlattığı bir röportajında, İngilizler ve Amerikalıların tek gayesinin dünyayı sömürgeleştirmek olduğunu savunarak "Aslında benim en büyük buluşum, İngiliz ve Amerikan numaralarıyla Türkçeyi yok etmek üzere yola çıktıklarını anlamam. Modern dünyada bir ülkeyi sömürge haline getirmek için savaşla, toplu uğraşmayacak, dilinden başlayacaksınız." ifadelerini kullandı. Bir başka konuşmasında ise Türkçe ve kültüre ilişkin, "Kültürün gitmişse her şeyin gitmiş demektir. Türkiye'de kaç kişi bunu söylüyor. 15 tane kitap yazdık. Gönlü yüzdüren dildir. Toplumun diline de kültür deriz. Bunun tarifini de biz yaptık. Kültür toplumun gönlüdür. Herkesin de gönlü vardır. Bizim Türkçe de dünyanın en eski dillerindedir. Matematik gibi yapısı vardır." değerlendirmesinde bulundu.

Sinanoğlu; milli ve yerli olmayı, Türkiye'de sahte çağdaş ve aydın sınıfın yetiştirildiğini, bu sözde aydınların kendi kültüründen ve halkından kopuk yaşadıklarını her fırsatta dile getirdi. 19 Nisan 2015'te ABD'nin Miami kentinde hayatını kaybeden Oktay Sinanoğlu'nun naaşı Türkiye'ye getirilerek Karacaahmet Mezarlığı'na defnedildi.

Kaynak: Anadolu Ajansı



Mustafa GÜNAY

Kayseri 2 No.lu T Tipi
Kapalı Ceza İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru

Güneş gurûb etti afaka vardı
Baktıkça gözlerim doluyor baba
Ruhumu sensizlik korkusu sardı
Canım bedenime sığmıyor baba

Sabahın seheri kalksam otursam
Elimi açsam da dua yetirsem
Fırından sıcak bir ekmek getirsem
Getirdiğin gibi kokmuyor baba

Evimiz saraydı sendin sahibi
En güvenli yerdi dizinin dibi
Hanemiz sen yokken dört duvar gibi
Bıraktığın gibi durmuyor baba

Kör kuyu misali ışısız kaldım
Özlem deryasına nefessiz daldım
Bir an zannettim ki rüyaya daldım
Gözlerime uyku girmiyor baba

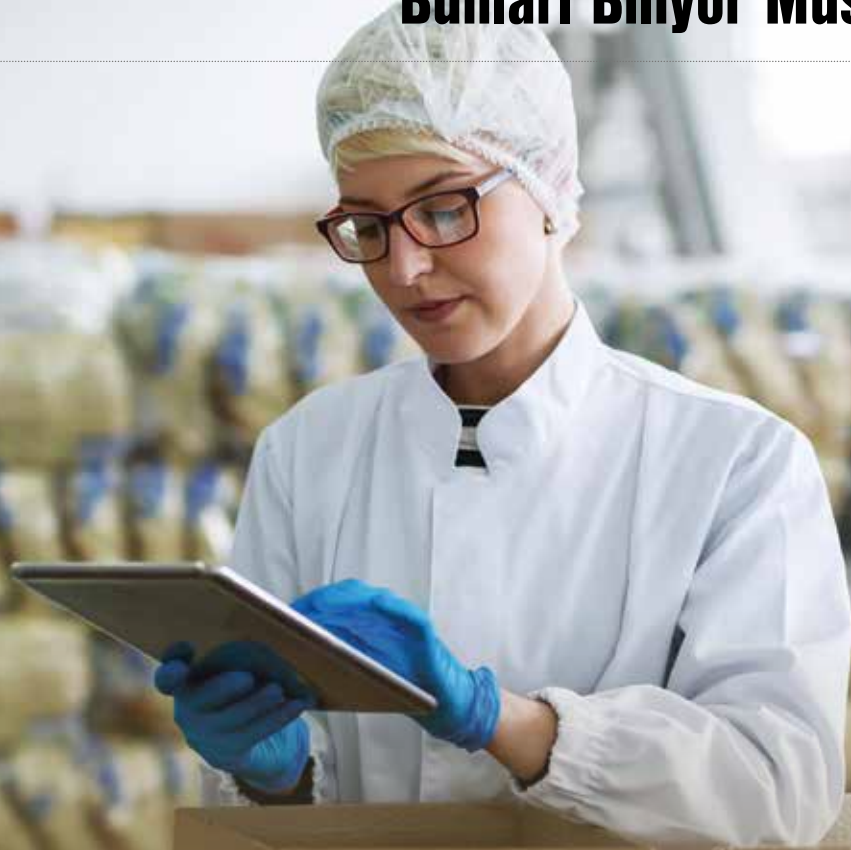
Zorlukla ayakta dururum şimdi
Eceli alnından vururum şimdi
Bıraktığın miras huzurum şimdi
Sözlerin aklımdan çıkmıyor baba

Viran oldu kalbim; yıkılmış talan
Bir kibrit çöpünde ben oldum yanan
Sigaramın külü ardından kalan
Can yanar dumanı tütmüyor baba

Adımlar attığın yollarda izin
Duruyor, silinmez acı ve hazin
Bilmem bana mıydı yalnız garezin
Okşadığın yüzüm gülmüyor baba

Yazarım, çizerim ne faydası var?
Hepsine rest çekip, Allah'a yalvar
Hep babalar gider, çocuklar ağlar
Sensizken olmuyor, olmuyor baba

Bunları Biliyor Musunuz?



Günümüzde Süpermarket Besinlerinin Paketlendiği ‘Koruyucu Atmosferler’ Nelerdir?

Tüketiciler nasıl bozuk besinleri beğenmiyorsa büyük marketlerin müdürleri de alıcının gözüne kusursuz görünmeyen ürünleri almaktan kaçındığımızın farkında olarak kusursuz görünmeyen ürünleri alıcıya ulaştırmak istemez. Koruyucu maddelere karşı verilen tepki besin teknoloji uzmanlarını, ürünlerin daha uzun süre taze görünmelerini sağlamanın daha sofistike yollarını bulmaya yöneltti. Bu yollardan biri de koruyucu atmosferlerdir. Bunun temeli besinin bozulmasından sorumlu biyokimyaya dayanır. Örneğin, olgunlaşma sırasında bırakılan etilen gazı, brokoli gibi sebzelerin renklerini kaybetmelerinin nedenidir. Sebzelerin renginin kahverengiye dönmesinin sebebi ise belirli enzimlerin sonucudur. Etin uzun süre hava ile temas etmesi etin rengini hoş görünmeyen bir kahverengiye dönüştürür. Çünkü ete parlak kırmızı rengi veren oksimiyoglobine metmyoglobine dönüşür.

Modifiye Atmosfer Paketleme (MAP) sırasında ürün, sorun yaratan biyokimyasal etkileşimleri yavaşlatan özel gazlarla mühürlenir. Karbondioksit zengini bir MAP bakteriyel bozulmayı yavaşlatır, sebzelerin raf ömrünü beş kat uzatır ve etin görüntüsünü en az kırk sekiz saat boyunca korumasını sağlar. Nitrojen bazlı MAP’lar sebzelerdeki enzime dayalı kahverengileşmeyi yavaşlatır. 60/40 oranında karbondioksit ve nitrojen karışımı ise uskumru gibi yağlı balıkları muhafaza etmek için kullanılır. Ürünün sarılı olduğu şeffaf film de bozulmayı yavaşlatacak şekilde düzenlenir. ‘Etilen-boşaltma’ filmleri, yeşil sebzelerde renk bozulmasına yol açan gazları toplamak için kullanılır.



Ayşe ÇOLAKOĞLU

Erciş Açık Ceza İnfaz Kurumu
İnfaz ve Koruma Memuru

Nasreddin Hoca ve Fıkra Anlatma Geleneği



Derleyen: Kamil KIRATLI

Bilecik M Tipi Kapalı
Ceza İnfaz Kurumu
Öğretmen

“Günün birinde Nasreddin Hoca pazara gitmek için eşeğine biner ve yola koyulur. Bir süre gittikten sonra eşek huysuzlanır ve ardından hopyayı zıplamaya başlar. Derken Nasreddin Hoca da eşekten düşüverir. Düşer düşmesine de çevresine toplanan çocuklar toplu hâlde bağırmaya başlarlar:

“Nasreddin Hoca eşekten düştü, Nasreddin Hoca eşekten düştü.”

Hoca, şöyle bir sağına soluna baktıktan sonra büyüklerden kimsele-
rin olmadığını görünce eşe dosta rezil olmamak için;

“Çocuklar, eşekten düşmedim. Ben zaten eşekten inecektim.” deyiverir.

Fıkralar genellikle günlük yaşamdan beslenerek oluşturulan, dinleyen kişileri belli bir konu ile ilgili hem eğlendirip hem de düşündürmeyi amaçlayan kısa mizah içerikli eserlerdir. Fıkra türü bir halk edebiyatı ürünü olarak ortaya çıkmıştır. Türk fıkra geleneğine bakıldığında fıkranın kahramanlarının belirli ve belirsiz olmak üzere 2'ye ayrıldığı gözlemlenir. Fıkraların bir kişiye ait olduğunu söylemek doğru tespit olmayacaktır. Genellikle o toplumun yaşan-

tısını ve mirasını anlattığı için tüm topluma ait olduğunu söylemek daha doğru olacaktır.

Toplumumuzda fıkranın sözlü olarak nesilden nesile aktarımı olduğu gibi yazılı şekilde de aktarımı sağlanmaktadır. İnsanlarımız arasında meydana gelen olaylar üzerine anlatılan fıkralar, kültürel mirasımızın yıllar boyunca yaşamasına vesile olan eserlerden biri olmaktadır.

Fıkralar için yaşanmış hayat hikâyelerimizin mizah katılarak anlatılması diyebiliriz. İnsanlar olarak hepimiz biricik ve özeli. Hayatlarımız, sorunlarımız, seçimlerimiz birbirinden tamamen farklıdır. Fıkra geleneği ise farklılıklarımızdan

beslenerek bizleri, bizim hikâyelerimiz üzerinden mizahi bir anlatımla hem güldürüp hem düşündürmektedir.

Fıkraların eğlenceli olması kadar düşündürücü olması çocuk eğitimlerinde velilerin veya öğretmenlerin kullanımına da olanak sağlamaktadır. Düşündürücü tarafı bireylerin yeni fikirler oluşturmaya ve hayal gücünün gelişimine olanak sağlamaktadır. Bilginin insan üzerinde kalıcı bir etki yaratması bireyin düşünerek kendi öğrenmelerinin sorumluluğunu almasına bağlıdır. Bu sebeple çocukların eğitimlerinde fıkra kullanımı faydalı ve etkili sonuçlar ortaya çıkarmaktadır.



“ Fıkranın sözlü olarak nesilden nesile aktarımı olduğu gibi yazılı şekilde de aktarımı sağlanmaktadır. İnsanlarımız arasında meydana gelen olaylar üzerine anlatılan fıkralar, kültürel mirasımızın yıllar boyunca yaşamasına vesile olan eserlerden biri olmaktadır. ”

“ Fıkralar içinde tek bir Nasreddin Hoca tipi yerine o toplumun kendine özgü özelliklerinin yüklendiği birçok Nasreddin Hoca tiplemesi vardır. Nasreddin Hoca tek bir karakter olarak karşımıza çıkmamaktadır. Hepimizin bir Nasreddin Hocası vardır demek daha doğru ve kapsayıcı olacaktır.

Eski zamanlardan günümüze kadar baktığımızda fıkra geleneğinin de anlatıldığı o günün şartlarına göre yenilendiği görülmektedir. Fıkraların konuları ise günümüz sorunlarını, olaylarını içine alan mizahi anlatımlara dönüşmektedir.

Türk fıkra geleneği içinde kendi kültürel öğelerimizin yanı sıra İran, Arap ve Osmanlı Devleti ile birlikte Anadolu kültürünün de etkileri görülmektedir. Ülkemizde fıkra türünün Karadeniz fıkraları, Çukurova fıkraları, Ege fıkraları ve Trakya fıkraları gibi yöresel olarak ayrıldığı gözlemlenmiştir. Her yörenin insanının şivesi, hayat tarzı, olaylara bakış açısı üzerinden fıkra geleneğinin zengin bir hale geldiği aşikardır.

Toplumumuzda hemen hemen her olay ile ilgili bir fıkra bulunmaktadır. Bir dost meclisinde sohbet arasında “Dur sana bununla ilgili bir fıkra anlatayım.” cümlesi ile

karşılaşmayan yoktur. Dilden dile anlatılarak yaşayan fıkra geleneği içinde bazı fıkralar yazıya geçirilerek gelmiş bazıları ise eklemeler yapılarak anlatılmaya devam etmiştir.

Geleneksel fıkra anlayışına nazaran günümüz fıkralarının yaşanılan olayları mizah ile anlatıp aktarmak yerine sadece güldürmeye odaklandığı gözlemlenmiştir. Yapılan bir araştırmaya göre geleneksel fıkraların güldürmeyi, günümüz fıkralarının ise düşündürme ve eğitmeyi daha çok ön plana çıkardığı saptanmıştır. Peki, bunun sebebi ne olabilir? İnsanların eskiden daha mı çok gülmeye ihtiyacı vardı?

Türk mizahı denilince aklımıza ilk gelen isimlerden biri olan Nasreddin Hoca ve onun eşsiz fıkralarına bakalım.

Nasreddin Hoca, her dönemde her yaşta insanın hayatının bir yerinde ismini ve fıkralarını duyduğu bilge bir kişiliktir. Nasreddin Hoca fıkralarına toplum olarak sahip çıktığı için yıllardır unutulmadan dilden

dile aktarılmaktadır. Nasreddin Hoca'yı toplumu iyi tanıyan bir filozof olarak tanımlamak yanlış olmayacaktır.

Toplumu iyi analiz edip onun eksiklikleriyle veya özellikleriyle bir şeyler anlatıp güldürmenin büyük bir meziyet gerektirdiği göz ardı edilemez bir gerçektir. Teknolojinin bu kadar yaygınlaşmadığı zamanlarda dost meclislerinde gerçekleşen sohbetlerin vazgeçilmez unsuru Nasreddin Hoca fıkralarıdır. Nasreddin Hoca fıkralarının toplumu tarafından çok sevilir olmasının sebeplerinden biri günlük konuşma dilinde oluşturulan eserler olmasından kaynaklanmaktadır. Anlatıldığında her yaşta insanın anlamakta zorluk yaşamayacağı, bazı fıkralarında sadece “Hoca burada ne anlatmaya çalışmış acaba?” diye sorgulayanların anlayabileceği dilde oluşturulmuştur. Nasreddin Hoca bilge kişiliğinin yeteneklerini kullanarak hikâyeleri ile insanlara eleştirel düşünmeyi, sorgulamayı bunların yanında kardeşliği, yardımlaşmayı ve sağduyuyu kazandırmaya çalışmıştır.





“ Toplumun iyi analiz edip onun eksiklikleriyle bir şeyler anlatıp güldürmenin büyük bir meziyet gerektirdiği göz ardı edilemez bir gerçektir. Teknolojinin bu kadar yaygınlaşmadığı zamanlarda dost meclislerinde gerçekleşen sohbetlerin vazgeçilmez unsuru Nasreddin Hoca fıkralarıdır.

Nasreddin Hoca, fıkralarında toplumun yapısını, toplum içinde yaşanan otorite savaşlarını ve eskimiş kültürel unsurları eleştirerek fıkralarında dile getirmektedir. Bazen fıkraları ile o dönemin insanların söylemek isteyip de söyleyemediklerine tercüman olmuştur. Toplumda insanların tasvip etmeyeceği hırsızlık, yalan söyleme, haram denilebilecek davranışlar, yolsuzluk vb. konular Nasreddin Hoca'nın fıkralarında güldürücü şekilde yerini bulmaktadır. İğneleyici söz söyleme sanatıyla da oluşturduğu fıkralarının bir uzmanın elinden çıktığı söylenebilir. Sadece ülkemizde değil dünya üzerinde geniş bir coğrafyada Nasreddin Hoca fıkraları anlatılmaktadır. Kültürümüz için Nasreddin Hoca ve fıkralarının önemini ve korunması gereken bir kültürel miras olduğunun farkına varmalıyız. Bazı illerimizde (Konya-Akşehir), (Eskişehir-Sivrihisar) her yıl faaliyetler

organize edilerek Nasreddin Hoca etkinlikleri düzenlenmektedir. Bir araştırmada “*Nasreddin Hoca halkın ortak yaratıcılığını, zekâsını, aklını ve sağduyusunu temsil eden bir fıkrâ tipidir.*” cümlesi yer almaktadır.

Nasreddin Hoca Fıkraları Kültürlerarası Etkileşimin ve İletişimin Bir Örneğidir

Fıkralar içinde tek bir Nasreddin Hoca tipi yerine o toplumun kendine özgü özelliklerinin yüklendiği birçok Nasreddin Hoca tiplmesi vardır. Nasreddin Hoca tek bir karakter olarak karşımıza çıkmamaktadır. Hepimizin bir Nasreddin Hocası vardır demek daha doğru ve kapsayıcı olacaktır. Nasreddin Hoca fıkralarında hazır cevaplılık, saflık, gariplik, sağduyu unsurları birbirine sıkı sıkıya bağlıdır.

Şimdi de Nasreddin Hoca'nın eşsiz eserlerinden birkaç fıkrayı okuyalım.



Ayaklarını Dörde Çıkarabilirim

Nasreddin Hoca'dan hoşlanmayan, onu sevmeyen komşularından birisi günlerden bir gün onu yolda durdurur ve bilmiş bilmiş konuşmaya başlar.

"Hoca Efendi, senin için 'Evliya oldu, erdi.' diyorlar. Doğrusu inanmadım eğer kerametın varsa benim dört ayaklı eşeğimi iki ayaklı yap da inanayım." der.

-Adamın sözlerine sinirlenen Nasreddin Hoca;

"Be adam, ben eşeğin ayaklarını dörtten ikiye indirebilir miyim, bilmem. Fakat sen biraz daha konuşursan senin ayaklarını dörde çıkarabilirim." deyiverir.

Ben de Birisini Tıraş Ediyorlar Sanmıştım

Nasreddin Hoca, tıraş olmak için berber koltuğuna oturduğunda ustanın olmadığını anlar, fakat iş

işten de geçmiştir. Çünkü berber çırağı çoktan Hoca'yı tıraş etmeye başlamıştır bile. Berber çırağının hareketleri, aletleri kullanmadaki beceriksizliği artınca Hoca'nın da keyfi kaçar.

Tam bu sırada komşu dükkândan garip garip sesler gelmez mi? Sanki orada bir öküz böğürüyor. Hoca, berberi biraz oyalamak için;

"Bu ses nedir?" deyince berber çırağı;

"Önemli bir şey değil, komşumuz nalbanttır herhâlde öküze nal çakıyor." der.

-Bu sözleri işiten Hoca rahatlar;

"Oh! Çok şükür, ben de birisini tıraş ediyorlar sanmıştım." der.

Ya Tutarsa

Nasreddin Hoca azığını heybesine koyup yola çıkmış. Öğlen vakti Akşehir Gölü kenarında bir ağacın altında oturmuş. Ekmeğini, zeytini ve bir çanak yoğurdunu gölgede keyifle yemiş. Yoğurt çanağını gölde

çalkalarken birisi görüp sormuş:

"Ne yapıyorsun Hoca?"

"Göle maya çalıyorum." demiş Hoca.

-Adam üstelemiş:

"İlâhi Hoca, göl maya tutar mı hiç?"

"Ben de biliyorum tutmayacağımı ama ya tutarsa!"

İpe Un Sermişler

Komşusu Hoca'dan urganını istemiş.

-Hoca içeriye girip çıkmış:

"İp boş değil." demiş, "Kadınlar üstüne un sermişler."

-Komşusu:

"Bu nasıl iş efendi?" demiş, "Hiç ipe un serilir mi?"

"Serilir." demiş. Hoca, "Vermeye gönlün olmayınca ipe un da serilir."

Kaynaklar

1. <https://www.aksehir.bel.tr/fikralar.pdf>
2. <https://www.turkedebiyati.org/nasrettin-hoca-fikralari>
3. <https://yakegm.ktb.gov.tr>
4. <https://www.millifolklor.com/Pdf>
5. https://turkoloji.cu.edu.tr/HALKBILIM/erman_ar-tun_cukurova_nasrettin_hoca_fikra.pdf

Mihmandar-ı Nebi:

Eyüp Sultan



Mehmet YİĞİT

Akçadağ T Tipi Kapalı Ceza İnfaz Kurumu
İdare Memuru

Mihmandar sözlükte “değerli konukları kabul eden, ağırlayan kimse” anlamına gelir. Hicretten sonra Peygamber Efendimizi (sav) evinde ağırlama şerefine ulaşmış **Eyüp Sultan Hazretleri** (ra) “*Mihmandar-ı Nebi*” olarak anılmıştır. Ömrü cihad meydanlarında geçen Ebû Eyyüb, Kostantiniyye'nin İstanbul olma yolunda Müslümanların ilk İstanbul kuşatmasında hastalanarak vefat etmiştir. Mübarek cesetleri ile dahi bir hedef gösteren “*Cesedi-mi, ayağımızın bastığı son noktaya*”

gömün!” buyuran, İstanbul'un Eyüp semtindeki türbesinde ebedî misafirimiz olan bu kutlu sahabeyi daha yakından tanıyalım.

Eyüp Sultan olarak da bilinen **Hâlid Bin Zeyd Ebû Eyyüb el-Ensâri**, Hazrec kabilesinin Neccâr oğulları kolundandır. 622'de Nübüvvetin 13. yılında yapılan İkinci Akabe Biatı'nda bulunmuştur. Ensardan İslamiyet'i ilk kabul edenler arasında yer almış ve hicretten iki yıl önce Mekke'ye gelerek **Peygamber Efendimiz** (sav) ile görüşmüş ve İslam'ı kabul etmiştir. Müslümanların sayısının artmasından rahatsızlık duyan Mekkeli müşrikler onlar üzerinde ambargo ve baskılarını artırıp Müslümanları Mekke'den Medine'ye göç etmek zorunda bırakmışlardır. Bu baskı sonucu olarak başlayan hicrette **Peygamber Efendimiz Hz. Ebubekir ile birlikte** 622 yılının

Eylül ayı sonlarında Mekke'den Medine'ye hicret etmiştir. Medine'ye gelen Peygamberimizi bütün Medineliler misafir etmek istediler. Bu durumu gören **Hz. Peygamber:** “*Devemi kendi hâline bırakınız, o beni nereye götürürse ben o hanenin misafirimim.*” diyerek Kusva adındaki devesini serbest bıraktı. Deve ağır ağır ilerleyerek Hz. Ebû Eyyüb el-Ensâri'nin hanesi önünde çöktü. Bunun üzerine **Hz. Peygamber** bu eve misafir oldu.

Peygamberler Sultânı'nı evlerinde yedi ay müddetle ağırlama bah-tiyarlığına nâil olan **Ebû Eyyüb el-Ensâri (ra)**, başlangıçta Allâh Resûlü'nün, evinin üst katında kalması için ne kadar ısrar ettiyse de **Efendimiz:** “*Yâ Ebâ Eyyûb! Evin alt katında bulunmamız bizim için daha münâsîp ve elverişlidir.*” buyurarak alt katta kaldılar.

Aziz misafirleri Allâh Resûlü'ne eşsiz bir hürmet ve muhabbetle hizmet eden Eyüp Sultan ve ailesi, yattıkları yerin **Peygamber efendimizin hizasına gelmesinden** bile imtina ettikleri için duvar kenarlarına sığınarak uyuyorlardı.

“**Eyüp Sultan vahiy kâtiplerinden olması sebebiyle Peygamber zamanında Kur'an-ı Kerim ayetlerinin bir araya getirilmesine hizmet etti. Ashap arasında ilmiyle de tanındığı için kendisine sorulan dini konularda pek çok fetva verdi.**”



Bir gün testileri kırıldı ve içindeki bütün su zemine döküldü. Suyun mübarek misafirlerinin üzerine damlayıp da O'nu rahatsız etmesinden endişelenen **Eyüp Sultan Hazretleri**, hemen tek örtüleri olan kadife yorganı aldı ve telâş içinde yerleri kuruladı. Sabah olunca da **Hz. Peygamber'e** üst kata çıkmaları hususunda ısrarla ricada bulundu.

Resûlullâh Efendimiz: “*Alt kat daha elverişlidir!*” buyurdu ise de **Eyüp Sultan:** “*Siz alt katta buldukça biz üst kata çıkamayız!*” dedi. Bunun üzerine yerlerini değiştirdiler.

Eyüp Sultan Hazretlerinin Allah Resûlü'ne olan hürmet ve ihtimâmı Peygamber efendimizin misafirlik döneminden sonra da devam etmiştir. Sağlıklı olan herkesin Allah yolunda savaşa katılması gerektiğine inanan Ebû Eyyüb el-Ensârî, “*Kendi elinizle kendinizi tehlikeye atmayınız.*” mealindeki ayette sözü edilen tehlikeyi savaşa gitmeyip işiyle gücüyle meşgul olmak şeklinde açıklardı. Bu sebeple ihtiyarlık döneminde bile her yıl bir savaşa bulunmaya gayret etti. Resul-i Ekrem'in tüm gazvelerine iştirak etmişti. **Peygamber efendimizle birlikte Bedir, Uhud, Hendek, Hayber, Mekke'nin fethi ve Huneyn** başta olmak üzere bütün gazvelere katıldı. Savaşlarda ona zarar gelmemesi için yanından ayrılmaz hatta bazı geceler çadırı etrafında nöbet tutardı. Vahiy kâtiplerinden olması sebebiyle Peygamber zamanında Kur'an-ı Kerim ayetlerinin bir araya getirilmesine hizmet etti. Ashap arasında ilmiyle de tanındığı için kendisine sorulan dini konularda pek çok fetva verdi. Ebû Eyyüb, Hz. Ebû Bekir devrindeki savaşlarla Hz. Ömer devrinde yapılan **Suriye, Filistin ve Mısır seferlerine** katıldı. 648 yılında gerçekleşen **Kıbrıs seferinde de** bulundu. Peygamberimizin vefatının ardından ilerlemiş yaşına rağmen her yıl bir savaşa bulunmaya gayret etti. **Kostantiniye şehrinin İstanbul olma yolun-**



daki Müslümanların ilk kuşatması, Eyyüb el Ensari'nin katıldığı seferlerin sonuncusu olmuştur. **Hz. Peygamber'in:** “*İstanbul elbette fetih olunacaktır; onu fetheden kumandan ne güzel kumandan, onu fetheden asker ne güzel askerdir!*” müjdesine nail olabilmek için seksen küsur yaşında iken iki sefer **İstanbul kuşatmasına katılmış** ve sonradan gerçekleşecek fethin ilk neferlerinden olarak ruhunu bu yolda teslim etmiştir. Vefat etmeden az evvel kendinden sonra fethi gelecek İslâm askerlerine mübarek cesetleri ile dahi bir hedef gösterebilmek için etrafındakilere: “*Cesedimi, ayağınızın bastığı son noktaya gömün!*” buyurmuştur.

Ebû Eyyüb, kuşatma devam ederken hastalanarak Hicri 49 (669) yılında vefat etti. Vasiyeti üzerine bir askeri birlik tarafından surlara yakın bir yere götürülerek oraya defnedildi. Ebû Eyyüb'un kabrinin sonraları bir bina içine alındığı, kıtlık zamanında kabirini ziyarete gelen Hristiyanların onun hürmetine yağmur istediği ve asırlar boyunca bu kabrin itina ile korunduğu söylenmekte bazı seyyahların verdiği bilgiler de bu rivayetleri doğrulamaktadır. Kabrin yeri korunmuş olmakla beraber İstanbul'un fethi sırasında sur dışında çok sayıda Manastır, Kilise, Ayazma gibi kutsal sayılan eser ve mezar bulunduğu için kabrin yeri kesin olarak bilinmemekteydi. Bir başka

ihtimal de 1204 yılında Latinlerin İstanbul'u istilâsı esnasında şehir üç gün boyunca yağmalandığı ve Hristiyanlarca kutsal sayılan yerler yıkıldığı için Ebû Eyyüb'un kabrinin de tahrip edilmiş olmasıdır. Fâtih Sultan Mehmed'in İstanbul'u fethinden sonra kabrin yerinin Akşemseddin tarafından keşif yoluyla (kalb gözü ile) belirlendiğine dair Osmanlı tarih kaynaklarında geniş şekilde bilgi yer almaktadır.

Değerli Okurlar, Değer dergisinin Aralık 2022 sayısında kendilerinden bahsettiğimiz **Hala Sultan Hazretleri** nasıl ki Akdeniz'e nur olup o coğrafyayı aydınlatmış ise Eyyüb el Ensari Hazretleri de İstanbul'a mühür olup Anadolu coğrafyasını aydınlatmıştır. Bu kutlu sahabeler mana olarak bir mühürdür. Hala Sultan Hazretleri'nin Kıbrıs adasına kattığı mananın aynısını Eyyüb el-Ensari Hazretleri de İstanbul'a katmıştır. Mübarek kabirleri, **İstanbul Eyüp Sultan Cami** adıyla bilinen ünlü caminin kuzey tarafında ve iç avlunun hemen önündedir. Resulullah'ı (sav) evinde ağırlama şerefine ulaşan, mübarek kabri ile hedef gösterip İstanbul fethinin kapılarını bizlere açan, ebedî misafirimiz bu kutlu emaneti ziyaret edebilenlerden olabilmek ümidiyle.

Kaynaklar

1. Müslim, Eşribe, 171; İbn-i Hişâm, II, 116
2. Ahmed, IV, 335; Hâkim, IV
3. Bkz. İbn-i Sa'd, III, 484-485
4. <https://islamansiklopedisi.org.tr/ebu-eyyub-el-ensari>

Tarihin Arka Sokağı

*“Tarih şahittir ki
Türk askerinden şanlı, Türk askerinden fedakâr hiçbir asker yoktur.”*

Enver Paşa

Enver Paşa



Abdullah KAYA

Nazilli E Tipi Kapalı ve
Açık Ceza İnfaz Kurumu
Öğretmen

Tarih boyunca bazı önemli şahsiyetler vardır. Üzeri gri bulutlar ile kaplıdır. Tarihe mal olan kararları, kimi an aydınlık kimi an da karanlık olarak gözükür. Türk tarihinde bir döneme damga vuran Başkumandan Vekili Enver Paşa işte böyle bir şahsiyettir.

Enver Paşa tarihi kaynaklara göre 1881 ya da 1882 yılında dünyaya gelmiştir. Aslen **Manastırlı** bir aileye mensuptur. Askerliğe küçük yaşlardaki merakı onun Mekteb-i Harbiye'ye

kaydolmasını sağlamıştır. Başarılı bir öğrencilik hayatı sürdüren Enver Paşa, okulu ikincilikle bitirerek yüzbaşı rütbesi ile göreve başlamıştır.

Enver Paşa askerlik mesleğine başlar başlamaz keskin zekâsı, gözü karalığı ve teşkilatçı yapısı ile diğer subaylardan hemen ayırt edilmiş ve dikkatleri üzerine çekmişti. İlk görev yeri memleketi olan Balkan toprakları idi. Enver Paşa verilen görevleri başarıyla yerine getiriyor ve kısa sürede rütbesi yükseliyordu.

1905 yılında **Kolağası** rütbesine terfi eden Paşa, Bulgar, Rum ve Arnavut çeteleri ile Balkan topraklarında amansız bir mücadeleye girişerek önemli başarılar elde etmişti. Gözü karalığı ile nam salan Enver Paşa bu üstün hizmetlerinden dolayı **Osmanlı nişanı ve altın liyakat madalyası** ile ödüllendirildi. Kısa sürede rütbesi de artırılarak çok genç yaşta **binbaşılığa** terfi ettirildi. Enver Paşa'nın bu mücadeleler sırasında fikri yapısı da oluşmaya başlamış ve hayatı boyunca arzuladığı Osmanlı Devleti'nin **Turan İmparatorluğu'na** dönüşmesi için yapacağı mücadelelerin temeli bu topraklarda atılmaya başlamıştı. Siyasi fikirleri daha da olgunlaşan Enver Paşa, **Osmanlı Hürriyet Cemiyeti'ne** 12. üye olarak katıldı. Merkezi Avrupa'da olan **Osmanlı İttihat ve Terakki Cemiyeti'nin Osmanlı Hürriyet Cemiyeti** ile birleşmesinden sonra faaliyetlerini artıran Enver Paşa dikkatleri üzerine çekmişti. İstanbul'a çağrılan Enver Paşa verilen emire karşı gelecek meşrutiyetin ilanı için Padişah II. Abdülhamid aleyhine faaliyet-

“ **Enver Paşa askerlik mesleğine başlar başlamaz keskin zekâsı, gözü karalığı ve teşkilatçı yapısı ile diğer subaylardan hemen ayırt edilmiş ve dikkatleri üzerine çekmişti. İlk görev yeri memleketi olan Balkan toprakları idi.**



Enver Paşa, Babası Hacı Ahmet Paşa ve kardeşi Nuri Paşa (Killigil)



Harp Akademisi 2. sınıf öğrencisi Enver Bey, arkadaşlarıyla birlikte süvari stajı sırasında (1901)

lere başladı. Balkanlarda oluşan buhran ve devletin ekonomik ve siyasi sıkıntıları meşrutiyete giden yolun daha da hızlanmasını sağlamış ve **1908 yılında II. Meşrutiyet ilan edilmişti.**

Enver Paşa, II. Meşrutiyetin ilan edilmesinde büyük rol oynayan şahsiyetlerden biriydi. Meşrutiyetin ilanından sonra askeri ateşe olarak Almanya'ya gönderilen Enver Paşa burada Alman ordusunun teşkilat yapısına ve Almanya'nın sosyal durumuna hayranlık duymaya başlamıştı.

Almanya görevi sonrası İttihat ve Terakki Cemiyeti'nde önemli görevler üslenen Enver Paşa'nın yıldızı parlamaya devam etmişti.

Bu esnada sömürgecilik faaliyetinde geciken ve birliğini geç tamamlayan **İtalya, Osmanlı'nın Afrika topraklarındaki son toprağı olan Trablusgarp'ı işgal etmişti.** Balkanlarda bitmeyen karışıklıklar, devletin ekonomik sıkıntıları İtalya'nın bu bölgeyi işgali için kendilerine kolaylık sağlamaktaydı. Enver Paşa'ya göre ise vatan toprağı karşı bir harekette bulunulmadan işgalcilerle asla bırakılmazdı. **Osmanlı Genel Kurmayı ile görüşen Enver Paşa, kara bağlantımız olmayan Trablusgarp için mücadele taraftarı idi.** Gönüllü subaylardan oluşan Osmanlı askerleri gizlice Trablusgarp'a giderek direnişin ateşini yakmışlardı. **Eşref Kuşçubaşı, Osmanlı**

Tarihin Arka Sokağı

subaylarının gizlice Trablusgarp'a girmesini sağlamış ve Enver Paşa önderliğinde tarihe geçecek olan meşhur **Trablusgarp direnişi başlamıştı**. Yerel halkı örgütleyen Enver Paşa bir yıl boyunca kahramanca savaşmış ve İtalyanların sahil boyuna hapsolmesinde önemli görevler ifa etmişti. Ancak bu başarılı mücadele Balkan Devletlerinin Osmanlıya savaş açması nedeni ile yarım kalmış, başlayan Balkan Savaşı sebebiyle Enver Paşa ve gönüllü Osmanlı subayları Balkanlara geçmek zorunda kalmıştır.

Balkan Savaş'ından sonra İstanbul'da faaliyetlerine hız veren Enver Paşa siyasi basamakları hızlı bir şekilde tırmanmaya başlamıştır. **Mahmut Şevket Paşa suikastı** sonrası İttihat ve Terakki Cemiyeti ülke idaresinde fiilen söz sahibi olmuş ve askeri kanadın başına Enver Paşa geçmiştir. II. Balkan Savaşı esnasında Edirne'nin geri alınması Enver Paşa'nın halkın nazarında itibarını artırmış ve artık tek başına birçok konuda karar alma yetkisine ulaşmıştı.

“**Osmanlı Genel Kurmayı ile görüşen Enver Paşa, kara bağlantımız olmayan Trablusgarp için mücadele taraftarı idi. Gönüllü subaylardan oluşan Osmanlı askerleri gizlice Trablusgarp'a giderek direnişin ateşini yakmışlardı.**



Harbiye Nazırı olan Enver Paşa Balkan Savaşları sonrasında yıpranan Osmanlı ordusunun, dinamizmini artırmak ve yenilmesini sağlamak amacıyla birçok hayati kararlara imza atmıştır. Yaşlı paşaların emekliye ayrılmasını sağlayarak genç subayların önemli görevlere yükselmesini sağlamıştır. Kurtuluş Savaşı'nı yürüten subaylar bu dönemde Osmanlı ordusunda önemli görevlere getirilmiş ve Cumhuriyeti kuran kadro bu yıllarda fiilen aktif rol üstlenmiştir.

I. Dünya Savaşı'nın başlaması üzerine Osmanlı Devleti Avrupalı Devletler ile ittifak anlaşması yapmak istemiş ama Avrupalıların gizli amacı Osmanlı topraklarını işgal etmek olduğu için Batılı güçler bu anlaşmaya yanaşma-

mıştır. Başlayan bu dünya savaşı bir ateş topuna dönmüş ve Osmanlı Devleti'ni de yakacak hale gelmişti. Enver Paşa Almanya ile ittifak anlaşması için bastırmış ve nihayetinde bunu başararak Almanya safında Osmanlı Devleti'nin savaşa girmesini sağlamıştı.

Dünya milletleri ilk defa bu kadar büyük bir coğrafyada ortak hisler yaşamış ve bu savaşta milyonlarca insan hayatını kaybetmişti. **Osmanlı Devleti'nin savaşa girmesi ile Enver Paşa'nın içinde hep hayalini kurduğu Turan İmparatorluğu'nun yolu da açılmıştı**. Genelkurmay karargâhında Alman ve Türk subaylarla toplantı yapan Enver Paşa haritaları açtırmış ve ilk genişleme alanı olarak Kafkasları göstermişti. Enver Paşa'ya göre

“Başlayan dünya savaşı bir ateş topuna dönmüş ve Osmanlı Devleti’ni de yakacak hale gelmişti. Enver Paşa Almanya ile ittifak anlaşması için bastırılmış ve nihayetinde bunu başararak Almanya safında Osmanlı Devleti’nin savaşa girmesini sağlamıştı.

Osmanlı ordusu Doğu Cephesi’nde Rusları yenilgiye uğrattı. Azerbaycan ve Kafkaslara oradan da Orta Asya içlerine giderek büyük Turan İmparatorluğu’nu kuracaktı. Harekâtı bizzat yönetmek için Sivas’a gelen Enver Paşa kara kış şartlarında savaşmak istemeyen ve baharı beklemeyi tavsiye eden Hasan İzzet Paşa’yı görevden alarak harekâtı yönetmeye başladı. Aralık 1914 yılında başlayan harekât sonrasında sadece Ruslarla değil doğa ile de savaşan Osmanlı ordusu yenilgiye uğramış ve çok büyük kayıplar vermiştir.

Doğu Cephesi’nde bu yenilgi sonrası İstanbul’a dönen **Enver Paşa basına yasak getirmiş ve yaşanan Sarıkamış dramı yıllar sonra öğrenilmiştir.** Enver Paşa’nın önderliğinde İttihat ve Terakki liderleri I. Dünya Savaşı’nın yenilgiyle neticelenmesi sonrası yurt dışına kaçmıştır. Enver Paşa’nın inanılmaz hırsı hâlâ devam etmekteydi. Anado-

lu’da başlayan mili mücadeleye destek için Rusya topraklarında faaliyet yürüten Enver Paşa bizzat Mustafa Kemal Atatürk’e uzun bir mektup yazarak hakkındaki şikâyetlere cevap vermiş ve Anadolu’da başlayan mücadeleye el koyacağını belirten düşüncelerin yanlış olduğunu anlatmaya çalışmıştır.

Enver Paşa içinde hep var olan Turan İmparatorluğu için mücadeleye devam etmiş ve Rusya topraklarında silahlı mücadeleye girişmiştir. Tarihler 4 Ağustos 1922 yılını gösterdiğinde Orta Asya’da Pamir Dağları eteklerinde Rus kuvvetleri ile ölümüne bir çatışmaya girildi. Mermileri bitince atına atlayan Enver Paşa



Rus makineli silahla vurularak hayatını kaybetti. Tarih bir cilvesi olmalı ki o çok istediği topraklarda Hakk’a yürüdü. 40 yıllık bir hayata büyük tarihi olayları sığdıran Enver Paşa günahı ve sevabı ile tarihimizdeki yerini almış oldu.



"Hürriyet Kahramanı Enver Paşa"

Enver Paşa, Türk izciliğine özellikle önem vermiş, keşif ocakları açıp baş izci seçilmiştir. Enver Paşa'nın içinde bulunduğu İttihat ve Terakki hükûmeti döneminde Türk izciliğinde gelişmeler kaydedilmiştir.

Enver Paşa, İkinci Meşrutiyet sonrası dönemde kadınların, Osmanlı'nın toplumsal ve ekonomik yaşantısına uyum sağlaması ve katılması amacıyla "Osmanlı Kadınları Çalıştırma Cemiyetini" kurmuştur. Bu cemiyet sayesinde kadınlar, gönüllü olarak savaşa katılmaya başlamış, Türk feminizmi gelişme kaydetmiş, kadın taburları kurulmuştur.

Sağlıklı İletişim İçin Önce Dinle Sonra Konuş

“Konuşmak bir ihtiyaç ise dinlemek bir sanattır.” der Johann Wolfgang Von Goethe. Sizce biz bu sanatı hakkıyla icra edebiliyor muyuz? Edebiliyorsak ne mutlu bize lakin edemiyorsak sebepleri ne olabilir? Bir çaresi var mıdır? Bütün cevaplar ve daha fazlasıyla bu yazımızda.

Evvela tanımla başlayalım. Nedir dinlemek?

Murat Özbay'a göre dinleme iletiyi gönderen bireyin iletildiği mesajları doğru bir şekilde algılama etkinliğidir. Özbay, dinlemede mesajın doğru algılanmasına vurgu yaparken Ungan, dinlemeyi *“Karşı tarafı edilgen bir yapıda izleme değil, iletişimin tam olarak gerçekleşmesi için iletiyi tam olarak alma ve yorumlama çabası.”* olarak tanımlamaktadır.



Gamze BOLATCAN

CTE Genel Müdürlüğü
Kurumsal İletişim Daire
Başkanlığı
Memur



Peki, sözde kolay davranışta zorlu bu eylemi gerçekleştirirken neden zorlanıyoruz? Bu konuda yapılmış araştırmalardan bazı ana başlıklar şöyle:

- Duygu ve düşüncelerdin kopamamak
- Sabırsız davranmak
- Hemen sonuca gitme isteği
- Araya girmek
- Dinlenen konuyla ilgili akılda bir şeylerin olması (*Böyle bir durumda kişi iç sesini dinliyor karşısındakini değil.*)
- Soru sormayı bilmeme, soru sormaktan kaçınmak, utanmak
- Algıda seçicilik (*İşimize geleni dinleme*)
- Karşıdaki kişiyle olan ilişkinin kalitesi (*Sevmeme, hoşlanma veya hoşlanmama*)

“ İletişim kurmadan önce ben iyi bir dinleyiciyim. Kaliteli bir iletişime sahibim. İletişim kurduğum kişinin ve kendimin ihtiyaçlarının farkındayım. Bu iletişim ikimize de yarar sağlıyor ve minnettarım gibi pek çok telkin mevcut.

- Ağır iş yükü veya veri yükü (*Zihnin gelen aşırı veri yükünü kaldıramaması*)
- Kendi söyleyeceklerini düşünmek
- Akıl okumaya çalışmak
- Ön yargılar
- Haksızlık durumunu kabul etmemek
- Tartışmacı iletişim yapısına sahip olmak
- Konu çok kişiselleşmeye başlayınca rahatsız olmak ve başka duygu ve durumlara yönelmek
- Çatışmadan kaçınmak için onaylıyor ve dinliyor gibi davranmak
- Dinliyormuş gibi yapıp iç konuşma yapmak
- Bastırılmış ve uzun zamandır dile getirilmeye uygun ortam olmamış düşüncelerin varlığı
- İlgie olan ihtiyaç
- Kaygılı olmak ve bunu konuşarak bilinçsizce yansıtmak
- Başkalarının da anlatmaya ihtiyacı olabileceğini unutmak
- Uzun süren yalnızlık ve anlaşılmadığını hissetme duygusu
- Çaresizlik veya öfke hissetmek

Daha pek çok madde sayılabilir sevgili okurlar. Bu maddelerin bazıları veya burada yer verilmeyen maddeler sizde ya da iletişimde olduğunuz kişilerde olabilir, farkında olunmadan içselleştirilebilir. Bu konuda bazı kaynaklar bu sorunu aşmanın kolay olduğunu önce far-



kındalık geliştirip durumu tespit etmeyi akabinde pozitif telkinlere yer verilmesi gerektiğini söylüyorlar. Mesela iletişim kurmadan önce ben iyi bir dinleyiciyim. Kaliteli bir iletişime sahibim. İletişim kurduğum kişinin ve kendimin ihtiyaçlarının farkındayım. Bu iletişim ikimize de yarar sağlıyor ve minnettarım gibi pek çok telkin mevcut. Bu sözleri karşınızdaki kişiye ve içinde bulunduğunuz duruma göre güncellemek mevcut.

Velhasıl kelim değerli okurlar, bazen anlatılanlar size afaki gelebilir fakat yorucu olan yeni yollar ve farklı bakış açıları bazen daha da kolaylaştırır yaşamımızı. Anlatmak bizden deneyimlemek sizden olsun. Önce kendinizle sonra sevdiklerinizle ve sevenlerinizle ömür boyu sağlıklı ve kaliteli ilişki içinde olmanız dileklerimle. Gelecek sayılarda görüşmek dileğiyle.

Kaynaklar

1. Maden, S. (2013). Niçin Dinlemiyoruz? Dinlememe Probleminin Sosyokültürel Analizi. Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi, 2(1), 49-83
2. Özbay, M. (2001). Türkçe Öğretiminde Dinleme Becerisini Geliştirme Yolları. Türk Dili Dergisi, 589, 9-15
3. Ungan, S. (2007). İlköğretimde Türkçe Öğretimi (Ed. A. Kırkkılıç ve H. Akyol). Ankara: Pegem Yayınları

Futbol Topunun İlginç Hikâyesi



Ferhat ÇELİKER

Van T Tipi Kapalı
Ceza İnfaz Kurumu
Öğretmen

Modern futbolun ortaya çıkmasında *Sheffield FC* kulübünün katkısı çok büyüktür. 1863 yılında futbol kurallarının ortaya konulmasıyla futbol oyunu artık kuralları yazılı olan bir spor oyunu haline gelmiştir. Küresel bir nesnenin peşinde koşma, tekmeleme oyunu MÖ 300'e kadar uzanan eski bir çabadır. Bu küresel nesne, futbol oyununun kurallarının yazıldığı **1863 tarihinde bile standardı olmayan bir spor aracıdır**. Bilimin ve teknolojinin gelişmesi futbol araç gereçlerinin de gelişmesine olumlu etki ederek insanların futbola olan ilgisini, tutkusunu artırmış futbolun uzun ve şanlı bir tarihe sahip olmasını sağlamıştır.

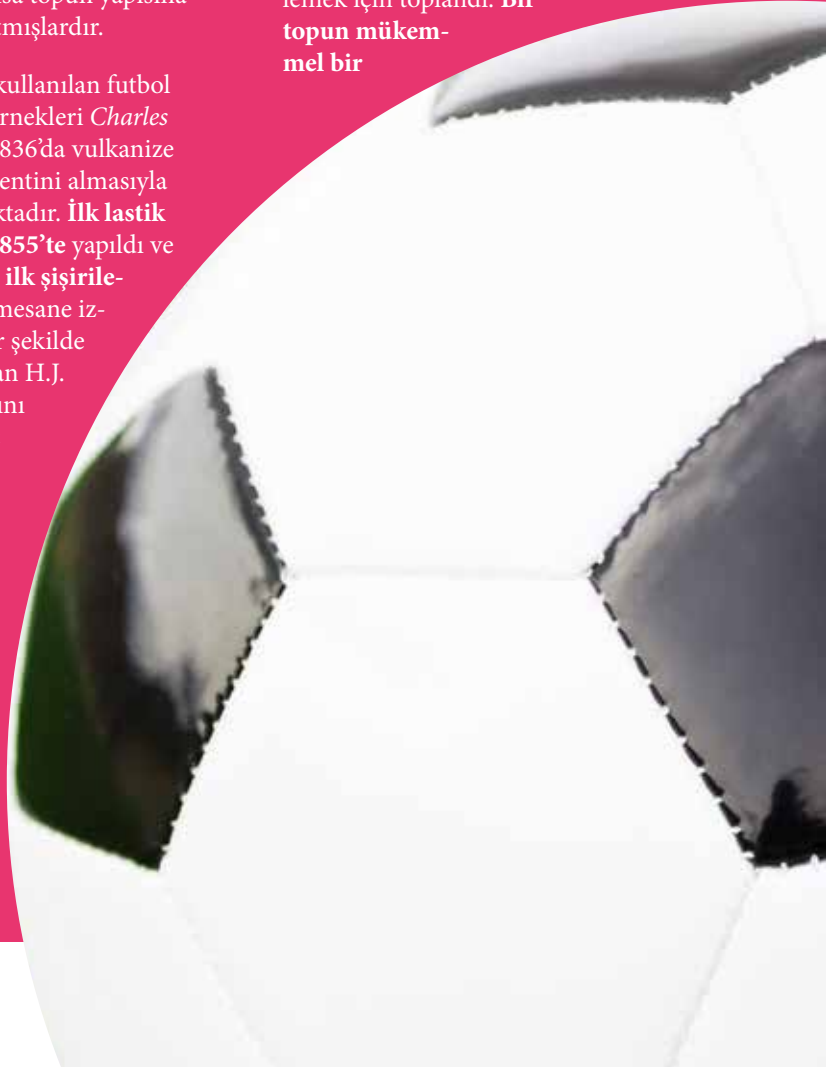
Futbol oyununa benzer bir oyunu Han ve Ts'in hanedanları döneminde Çinliler "*tsu chu*" olarak bilinen bir oyunla oynadılar. Bu, hayvan derilerinden yapılan topun iki direk arasında oynanmasını içeriyordu. Türk, Mısır, Roma ve Yunan medeniyetlerinin de Çinlilerin oyununa benzer bir oyunun oynandığına dair kanıtlar bulunmaktadır.

Orta Çağ Avrupa'sında domuz mesaneleri hava ile şişirilir ve bu ürkütücü balon bir dizi tekme ve yumrukla havada tutularak **ilkel futbol topları** olarak kullanılırdı. Futbol oyunu tarihinde insanlar bu oyunun topunu; hayvan mesanesi, bez parçaları, hayvan derisi gibi malzemeleri kullanmışlar ve topu daha uzun süre yuvarlak tutmak amacıyla havayla şişirilmiş hayvan mesanesini örtmek için deri kullanılması suretiyle azda olsa topun yapısına bir yenilik katmışlardır.

Günümüzde kullanılan futbol topunun ilk örnekleri *Charles Goodyear'ın* 1836'da vulkanize kauçuğun patentini almasıyla ortaya çıkmaktadır. **İlk lastik futbol topu 1855'te** yapıldı ve bunu **1862'de ilk şişirilebilir** kauçuk mesane izledi. Trajik bir şekilde buluşla tanınan H.J. Lindon, karısını nispeten genç yaşta akciğer hastalığından kaybetti. O zamanlar mucit, yıllar boyunca binlerce domuz mesanesini top yapmış olmasının karısına kötü bir lanet olarak

döndüğüne ve karısının erken ölümünün nedeni olduğuna inanıyordu. Keder ve suçluluk duygusuyla beslenen Lindon sonunda insan yapımı kauçuk mesane geliştirdi.

İngiltere Futbol Federasyonu, futbol topunun şekli ve boyutlarıyla ilgili kuralları uygulayan ilk yönetim organıydı ve bu düzenlemeler bugün FIFA'da yürürlükte kalmaya devam ediyor. 1863'te FA, oyunun resmi yasalarını yeniden düzenlemek için toplandı. **Bir topun mükemmel bir**



şekilde küresel olması ve çevresinin 68,6 ve 71,1 cm (27 ile 28 inç) arasında olmasına ağırlığının ise 396 ve 454 gr (14 ile 16 ons) olması gerektiğine karar verdiler. Topun bu ölçüleri ilginç bir şekilde hala yürürlüktedir, değişen sadece malzemeler ve yapım yöntemleri olarak göze çarpmaktadır.

1888'de İngiliz Futbol Ligi'nin kurulmasının ardından Glasgow'lu Mitre ve Thomlinson's futbol toplarının seri üretimine başladı. Güçlendirilmiş deri ve kullanılan dikiş kalitesi, topoların şeklini daha önce hiç olmadığı gibi korumasını sağladı. Farklı deri türlerine sahip topoların üretilmesi, futbol topolarını daha küresel hale getirmesini sağlayarak hem oyuncular hem de taraftarlar için oyunu iyileştirdi.

20. yüzyılın başlarında sahalarda oynanan futbol topolarının büyük çoğunluğunda lastik mesaneler kullanılmıştır. Bu dönemde topolar genellikle kahverengi deriden yapılmıştı ve altı panel halinde düzenlenmiş on sekiz farklı bölümden oluşuyordu. Tüm bu iyileştirmelere rağmen halen büyük bir sıkıntı vardı. Kullanılan dikiş ve derinin su tutması topoların ağırlığını artırmış futbol topolarının oyuncu sağlığında tehlikeli bir duruma gelmesine neden olmuştu. Yağmurlu günlerde topoların ağırlaşması oyunun kalitesini ve seyir zevkini çok ciddi bir şekilde düşürmüştür.



1930'da FIFA Dünya Kupası Finali'nde kullanılan ilk futbol topu (deri bağcıklı)

1940'lı yıllarda iç lastik ile dış deri kılıf arasında bezlerden yapılmış bir karkas eklenmiştir. Bu nem geçirmezlik katmanı topoların daha güçlü hale gelmesini ve sudan etkilenmemesini sağladı. 1950'lerde ve 1960'ların başında su emilimini azaltmak için futbol topolarına boyalar ve diğer gözeneksiz malzemeler eklendi. Bu süre zarfında beyaz ve turuncu topolar tanıtıldı ve gece maçlarında ve karla kaplı sahalarda seyirciler tarafından daha görünür hale getirildi. Tam su geçirmezlik sunan ilk sentetik futbol topoları 1960'lara kadar kullanılmadı. 1980'lerde "Buckminster" topoları dolaşıma girdi. Birkaç altıgen panelden yapılan bu topolar, o güne kadar ki en doğru küresel şekli sundu ve havada gerçek ve doğru bir tepki verdi.

Futbol topolarının gelişimi yıldan yıla devam eden bir gelişim süreci içindedir. Futbol topoları, gelişimini Avrupa ve Amerika kıtasında sürdürse de dünya üzerindeki tüm futbol topolarının %70'inden fazlası Pakistan'ın Sialkot şehrinde üretilmektedir. Bu şehrin top üreticisi olması 1800'lü yılların sonunda İngiliz sömürgesi durumunda olan Pakistan'da bir grup İngiliz iş insanının girişimi ile atölyede başlamıştır. Gün geçtikçe atölye sayıları çoğalmış ve günümüzde devasa bir boyuta dönüşmüştür.

1940'lı yıllarda iç lastik ile dış deri kılıf arasında bezlerden yapılmış bir karkas eklenmiştir. Bu nem geçirmezlik katmanı topoların daha güçlü hale gelmesini ve sudan etkilenmemesini sağladı. 1950'lerde ve 1960'ların başında su emilimini azaltmak için futbol topolarına boyalar ve diğer gözeneksiz malzemeler eklendi. Bu süre zarfında beyaz ve turuncu topolar tanıtıldı ve gece maçlarında ve karla kaplı sahalarda seyirciler tarafından daha görünür hale getirildi. Tam su geçirmezlik sunan ilk sentetik futbol topoları 1960'lara kadar kullanılmadı. 1980'lerde "Buckminster" topoları dolaşıma girdi. Birkaç altıgen panelden yapılan bu topolar, o güne kadar ki en doğru küresel şekli sundu ve havada gerçek ve doğru bir tepki verdi.

Futbol topolarının gelişimi yıldan yıla devam eden bir gelişim süreci içindedir. Futbol topoları, gelişimini Avrupa ve Amerika kıtasında sürdürse de dünya üzerindeki tüm futbol topolarının %70'inden fazlası Pakistan'ın Sialkot şehrinde üretilmektedir. Bu şehrin top üreticisi olması 1800'lü yılların sonunda İngiliz sömürgesi durumunda olan Pakistan'da bir grup İngiliz iş insanının girişimi ile atölyede başlamıştır. Gün geçtikçe atölye sayıları çoğalmış ve günümüzde devasa bir boyuta dönüşmüştür.

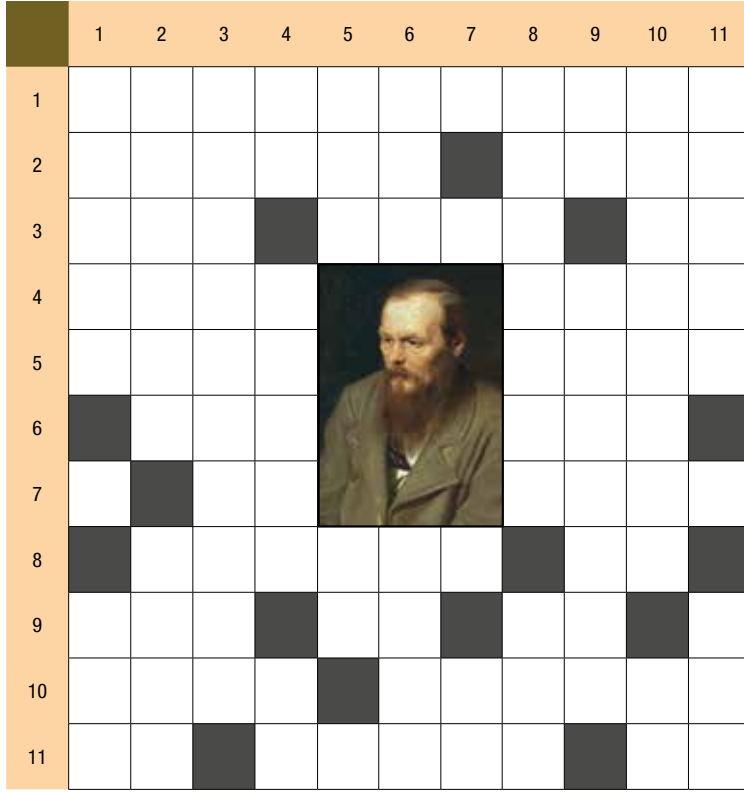


Mehmet VARNALI

CTE Genel Müdürlüğü
İyileştirme ve Topluma
Kazandırma Daire Başkanlığı
Uzman Öğretmen

Bulmaca

kare bulmaca



SOLDAN SAĞA

1. Ünlü bir Rus yazar
2. Başkalarına imrenen - Ürün, bırak
3. Eski dilde ekmek - Biçim yönünden yumurtaya benzeyen, söbe - Eski dilde su
4. Yurt, vatan - Yaşam koşulları iyileşmiş, mahmur
5. Allah'a eş koşmak - ABD'de bir eyalet
6. Balık ağı - Eski bir medeniyet
7. Bir harfin okunuşu - Bir soru sözü - Bir kadın giysisi
8. Soy - Bir nota
9. Bir mevsim - Örümceğin yaptığı - Bir seslenme ünlemi
10. Güç, kudret - Siyah kareli desenleri olan kumaş
11. Kuzu sesi - Mesaj - Eylem, meşgale

YUKARIDAN AŞAĞI

1. Gidişin karşılığı - Bir harf - Atın ağızına vurulan aparat
2. Yüzeyi ışığa duyarlı bir maddeyle kaplı olan bir kâğıt üzerine yapılan kopya - Yeryuvarı, Dünya
3. Uyumlu, eşgüdümlü
4. Tunus'un plaka kodu - Bir erkek ismi - İlgî eki
5. Motorlu binek aracının kısaltması - Bir nota
6. Bir dişli çarkta ya da bir vidada iki diş arasında kalan çukur bölüm - Yabani bir ağaç ve meyvesine verilen ad
7. Bir binek hayvanı
8. Çocukları ve haklarını koruma - Tembih sözü
9. Nazi subayı - Pil, güç kaynağı
10. Erzincan'ın bir ilçesi - Lityumun simgesi
11. Bir eylemi başarabilme gücü - Bir mevsim

sarmal bulmaca



1. Kızgınlık, saldırganlık tepkisi
2. Başlangıçta, en önde
3. Geometrik bir cisim
4. Rönesans dönemi İtalyan ressam ve mimar
5. Ünlü bir Mısır kraliçesi
6. Ünlü bir matematikçi
7. Çevrebilimsel
8. Geometrik bir cisim
9. Geometrik bir cisim
10. Avrupa'da bir ülke
11. Boğaz iltihabı
12. "Kanık" soyadlı şairimiz
13. Ünlü bir Babil kralı
14. Namaz çağrısı
15. Antalya'da yer alan bir antik kent
- 16- Geometrik bir şekil
17. Alanı dar yüksek yapı
18. Ünlü bir İtalyan mimar
19. Rönesans dönemi ünlü astronom ve fizikçi
20. Kanatlı hayvanların genel adı

14 HAZİRAN
DÜNYA

Gönüllü Kan Bağışçıları GÜNÜ



DEĞER

Tasarım: Halil İbrahim GÜNEŞ

DEĞER

www.cte.adalet.gov.tr

