



DEGER

“Her zaman
güvensizlik
göstermek, her
zaman güvenmek
kadar büyük bir
yanlışıktır.”

Goethe



08

AİLE

Şiddetsiz
Aileler

26

GEZİ

Konya'nın Ünlü
İlçesi: BEYŞEHİR

38

PSİKOLOJİ

Dinlen, Derin Bir
Nefes Al

20

RÖPORTAJ

ZAHİDE
YETİŞ





DEĞER

yaşında



Değer Dergimiz TURKCELL DERGİLİK'te

Değer dergisi, ulusal dergiler arasına girerek Turkcell Dergilik uygulamasında yerini aldı. Bütün operatörlerden dergilik uygulamasını ücretsiz yükleyerek dergimizi okuyabilir, kaydedebilir, paylaşabilirsiniz.



Hakan ERDEM

Değer Dergisi Yazı İşleri Müdürü

Merhaba Değerli Okurlar, Bütün okurlarımızın yeni yılını kutlar, sağlık, mutluluk ve huzur dolu yıllar dileriz. 2020 yılının hatalardan ve pişmanlıklardan ders çıkarılan bir yıl olmasını temenni ederiz. Ulusal dergiler arasına giren Değer dergisini daha büyük bir coşku ile yayınlarken 6. yılımıza girmenin heyecanı içerisindeyiz.

Değer dergisi artık 6 yaşında...

Eğitim, kültür ve yaşam alanında birçok farklı konuda makaleyi içeriğinde bulunduran tek dergi olan Değer dergisi 6. yılında da güncelleme ve profesyonelleşme çalışmalarına devam ediyor. Çalışmalarımızda bize güç veren Sayın Genel Müdürlerimiz başta olmak üzere, Daire Başkanımız ve Tetkik Hakimlerimize de buradan teşekkürlerimizi iletiyoruz. Ayrıca Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü personelimizin yeni yılını kutluyor, bütün personelimize görevlerinde başarılar diliyoruz. Değer dergisine makaleleriyle katkı sunan yazarlarımıza ve yazılarını gönderen personelimize çok teşekkür ediyoruz.

2014 yılında Değerler Eğitimi projesi ile birlikte yayın hayatına başlayan Değer dergisi, her sene insanlığın önemli değerlerini konu edinerek topluma ve insanlara karşı sorumluluk görevini yerine getirmektedir. Her geçen yılda içerik, tasarım, makale ve profesyonellikte kendini aşan dergimiz Turkcell Dergilik uygulamasında

da yer almakta ve Türkiye’de birçok konuyu bir arada veren eğitim, kültür ve yaşam dergisi olarak özel bir niteliğe sahip olmaktadır.

Değer dergimizin 2020 yılında yayın grafiğinden bahsederek yazımıza devam edelim. Her sene profesyonelleşme adımları atılan dergimizde bu sene de güncellemelere ve yenilemelere devam ediyoruz.

Dergimizde değerlerimizden sayfa içeriklerine, güncelliğini yitirmiş konulardan yeni konu ve bilgilere, görsel tasarımlardan yazarlara kadar birçok konuda değişim ve dönüşüm yaptık. Geçtiğimiz sene yayımlanan Meslekler sayfamızın yerine Değerli Şahsiyetler sayfası getirilirken; Edebiyat sayfasının içeriğinde de güncellemeler yaptık. Tasarım dizaynı da değişen dergimizde görsellik anlamında da farklı tarzlarda çalışmalar yapıldığı görülebilir.

Değer Çocuk 1 Yaşında...

Değer dergisinin eki olarak çıkarılan Değer Çocuk dergimiz 1 yaşında... Yayın kurulumuzun ve yazarlarımızın uzun zamandır üzerinde çalıştığı çocuk dergisinin yeni sayısında da daha zengin

içerikler çocuklarımızla buluşmaya devam ediyor.

Değer Dergisi Yayın Kurulu olarak, her geçen yılda, dergimizin ulaştığı her gönülde özel bir yer edinmesine, gelişmişliği ve bilgi hazineleriy-le insanlara örnek teşkil etmesine, ulaşabildiği her yere sevgi, saygı, güven, emek ve güzel muhabbetler götürmesine yardımcı olmaya çalışacağız. 2020’de de dergimiz aracılığıyla siz değerli okurlarımız ile aramızdaki bağı kuvvetlendirmeye çalışarak farklı ufuklara yaptığı-mız yolculukları sizlerle paylaşma gayreti içerisinde olacağız.

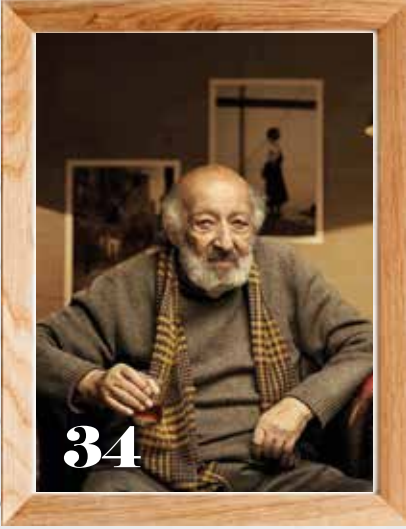
Değerli Okurlarımız,

Gelin yılın sonuna gelmişken geçmişte bıraktığımız yıl ile alakalı hepimiz düşünüp, kendimizi sorgulayalım. Nasıl bir yıl geçirdik, nerelerde yanlış yaptık, iyi olan neyi yapamadık, hedeflerimizin ne kadarını başardık? Bu soruları düşünüp, kendimizi gözden geçirdikten sonra yeni yılda kendimize iyi gelecek planlar yapalım ve hayata geçirelim. Değer dergisinin 6. yaşı tüm Değer severlere kutlu olsun...

Değer dolu yıllar...



Ayın Değeri "Güven"



Fotoğraf: Ara Güler



Kadın: Yansımalar



Kültür ve Gelenekler: Doğu Türkistan



Değerli Şahsiyetler: Dede Korkut



Spor: Binicilik

DEĞER

AYLIK KÜLTÜR VE YAŞAM DERGİSİ



CEZA VE TEVKİFEVLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ
YAYINIDIR.

OCAK 2020

Yıl: 6 • Sayı: 73

www.cte.adalet.gov.tr

SAHİBİ

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü Adına
Yılmaz ÇİFTÇİ (Genel Müdür)

YAYIN KURULU

Yılmaz ÇİFTÇİ (Yayın Kurulu Başkanı)

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürü

Hasan AKCEVİZ (Genel Müdür Yardımcısı)

Barış ÖNER (Daire Başkanı)

Dilek ŞİRİN (Tetkik Hâkimi)

Hakan ERDEM (Yazı İşleri Müdürü ve Editör)

GRAFİK TASARIM

BrainTurk Reklam Tanıtım Tasarım Ofisi

YAZARLAR

A. Gül AŞIK • Abdullah KAYA
Bahadır Ahmet ATİLA • Celal CEYLAN
Deniz ÖZYÖRÜK • Ejder TOPAL
Ferhat ÇELİKER • İsa TİYEK
İpek ALAZ • Hatice KELEŞ
Murat NAMDAR • Murtaza AYDIN
Muhsin KURT • Mehmet GÖKCE
Meltem YAMAĞOĞLU • M. Recep KOLCU
Ramazan SAĞIR • Sibel KARAGÜL
Suna ÖĞÜR • Şirin Ceren ÇAKIR
Yasin YILMAZ • Yaşar İNCİ

FOTOĞRAFLAR

Cesim ŞEKER • Hüseyin ÖZTÜRK
Hayri TURHAL • Gökhan SARI

YAYIN TÜRÜ

Yerel Süreli Yayın

BASIM TARİHİ

28/01/2020

ISSN

2687-3656

İLETİŞİM

Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü
Hacı Bayram Mah. Agah Efendi Caddesi
No:70/1 Altındağ/ ANKARA

Değer Dergisi Telefon: (0312) 507 05 67

Değer Dergisi Faks: (0312) 223 43 91

e-posta: ctedeger@gmail.com

BASKI

Ankara Açık ÇiK Matbaası

İstanbul Yolu 15. km Hava Müzesi Karşısı
Şaşmaz / Ankara

Tel: (0312) 278 76 10

Faks: (0312) 278 25 68

MATBAA-BASKI ŞEFİ

Zafer KARAKAYA



Yaşama Dair: Ne Geçmiş Ne de Gelecek



Gezi: Konya'nın Ünlü İlçesi: BEYŞEHİR



**Siz neredeseyiz
Derginiz orada!**

www.cte.adalet.gov.tr
adresinden dergimizin arşivine
ücretsiz ulaşabilir, indirebilir,
okuyabilirsiniz.

İçindekiler

Editörün Notu	01
Başyazı	05
Değer	06
Aile	08
Çocuk	10
İnsan	11
Araştırma	12
Bilim	13
Sağlık	14
Yaşam Boyu Gelişim	16
Canlılar Alemi	18
Röportaj	20
Gezi	26
Değer Fotoğraf	32
Fotoğrafçılık	34
Maneviyat	36
Psikoloji	38
Hasbihal	40
Kitap Önerileri	41
Tarihin Arka Sokağı	42
Değerli Şahsiyetler	44
Kültür ve Gelenekler	46
Sinema	48
Müzik	50
Ayın Önemi	51
Kadın	52
Yaşama Dair	54
Hayatın İçinden	55
Spor	56
Hikâye	58
Personelimizden Gelenler	60
Sizden Gelenler	62
Değer Bulmaca	63



www.cte.adalet.gov.tr

adresinden dergilerimizin arşivine ücretsiz ulaşabilir,
indirebilir, okuyabilirsiniz.



Değerli Okurlar, Değer dergisinin yayın hayatının **6. yılında "Güven"** değeri ile karşınızdayız. Güven, kelime anlamı olarak çekinme ve korkuya kapılmadan, kuşku duymadan inanma duygusudur. Güvenmek, kendini yalnız hissetmemektir. En zor zamanında dahi kendini iyi hissettirecek bir tebessüm, bir kucaklayıştır. Güvenmek; sevildiğini, sayıldığını, değer gördüğünü hissetmektir. **"Ya olduğun gibi ya da görüldüğün gibi olabilmektir."** Yalandan ve gösterişten uzaktır güvenmek. Şüphe barındırmaz. Sağlam bir dostluk ve arkadaşlık vardır birbirine güvenen insanlarda. Bu nedenle kişiler arasında güven duygusunun olması çok önemlidir.

Güven, kişinin dünyayla ve insanlarla arasında kurduğu bağıdır. İki yönlü bir duygudur. Bir yön diğer insanlara ve dünyaya olan güven, diğeri de özgüvendir. İnsan etkileşimlerinde diğerlerine güvenmek son derece önemli ve gereklidir. **Kişilerarası bir ilişkide bireyin istediği ilk ve tek şey güvendir.** Bir insanda güvene temel olan duygular, ana gereksinimlerinin geçmiş yaşantısındaki önemli kişiler tarafından karşılanış biçimlerine göre değişir. Bu gereksinimler ne kadar yeterli karşılanmışsa, bireyin güven duygusu da o kadar sağlam olacaktır.

Güven, açıklık ve dürüstlük, bir çalışma ortamında iş birliğinin ne ölçüde gerçekleşeceğini de belirler. Güven duygusu, sağlıklı bir ekip çalışmasının temelini ve gidişatını oluşturur. İş hayatında birbirimize güven duyarak ve bu güveni boşa çıkarmayarak iyi bir ekip olabilir ve başarılı çalışmalar yapabiliriz. Aksi olduğu takdirde hem kişisel ilişkilerde hem de çalışmalarımızda başarılı olmamız söz konusu olamaz.

Günlük hayatta sık sık ortaya çıkan güven sorununu yok etmek, insanların düşüncesi ve davranışları ile değişebilir. Yalandan, gizli işlerden kaçınan insanlar samimi davranışlar göstererek insanların güvenini kazanabilmektedir ve bu duyguyu hisseden insanlar daha mutlu bir hayat sürmektedir. Hep beraber mutlu bir aile olmak istiyorsak, güven kaybına uğratacak davranışlardan kaçınmalı ve güven değerine gereken önemi göstermeliyiz. Bireylerin birbirine güven ile bağlı olduğu toplumlar topyekün başarıya ulaşmakta zorluk çekmeyecektir.

Bu vesileyle yeni yılınızı en içten dileklerle kutlar; sağlıklı, mutlu, güven dolu yıllar dilerim.



Mesut YILDIZ

Trabzon E Tipi Kapalı Çık,
1. Müdür

EVRENSEL ANLAMDA GÜVEN HERKES İÇİN AYNI DUYGUDUR

Bir toplumda huzurun, barışın ve mutluluğun var olduğunun en önemli göstergelerinden birisi de o toplum içinde yaşayan bireylerin güven içinde yaşamalarıdır. İnsanların birbirleriyle, toplumla, devletle ve devletlerin birbirleriyle olan ilişkilerini geliştirilmelerinde ana etken karşılıklı güvenidir. Ve bu etken her zaman her yerde ve herkeste mutlaka bulunması gereken bir unsurdur. Doğuştan ihtiyacımız ile birlikte getirmiş olsakta zamanla zedelendiğinden tekrar kazanabilmek için elimizden geleni yaparız. İşte tam da bu noktada **güven değerinin kaybedildiğinde kazanılması zor bir değer olduğu unutulmamalıdır.**

Güven; bir şeye, bir kişiye veya kişinin kendine karşı duyduğu bel bağlama hissi, itimat etme ve inanmaktır. İnsan için ekmek, hava ve su ne kadar temel ihtiyaçsa; güven duygusu da insanın vazgeçilmez en temel ihtiyaçlarından. Kısacası güven, huzurlu ve mutlu yaşayabilmenin temel gereklerinden birisidir.

İnsan, doğumuyla birlikte **anne kucağı** ve şefkatiyle kendini en güvenilir ortamda bulur. Büyüdükçe **diğer aile bireyleriyle** kurduğu iletişimle birlikte onlara olan güven duygusu da gelişmiş olur. Böylelikle aile ortamının güven gelişimi için ilk ve en önemli ortam olduğunu fark eder. Ancak çevresi genişledikçe insan ilişkileri karmaşık bir hal alır ve güven duygusu zamanla yerini çıkar ilişkilerine bırakır.



İnsanların birbirleriyle, toplumla, devletle ve devletlerin birbirleriyle olan ilişkilerini geliştirilmelerinde ana etken karşılıklı güvendir. Ve bu etken her zaman her yerde ve herkeste mutlaka bulunması gereken bir unsurdur.

Güven En Güçlü Değerdir

Toplumsal güvenin en önemli öğelerinden birisi de o toplumda yaşanan suç oranının az olması, insanların huzur ve barış ortamı içerisinde yaşamalarıdır. Toplumu tehdit eden, korku salan insanların olduğu yerde barış, huzur ve en önemlisi güven olmaz. Şunu unutmamalıyız ki hiçbir şey 'güven' kadar güçlü değildir.

"Dünyanın en itibarlı kişisi kim?" diye sorulsa verilecek cevap güvenilir insandır. Güvenilir insan olmak, madde anlamda hiçbir şey ifade etmiyor gibi gözükse de, manevi anlamda kıymet biçilemeyecek kadar değerlidir. Güvenilir insanda bulunan bazı önemli özellikler sayesinde bizler onların güvenilir insanlar olduğu kanaatine varırız. Öncelikli olarak anne babamıza gösterdiğimiz saygı, diğer aile bireylerine göstermiş olduğumuz saygı ve sevgi, çevremizde bulunan yakın akraba ve komşularımıza karşı gösterdiğimiz saygı ve sevgi, içinde bulunduğumuz topluma, garip gurabaya, hastalara, yaşlılara, çocuklara, çevreye, hayvanlara ve vatanımıza, bayrağımıza göstereceğimiz saygı ve sevgi, güvenilir bir insanda bulunması gereken en kıymetli hazinedir. Bunları yapmak zor değildir. Çok fazla emek ve sermaye gerektirmeyen şeylerdir.

Günümüz şartlarında, teknolojinin de gelişmesiyle insan ilişkileri farklı bir duruma bürünmüştür. Aşırı hırs, para, mal, mülk ve makam sevdası insanların birbirleriyle olan sevgi ve saygıya dayalı ilişkilerinin zamanla azalmasına sebep olmuştur. Sevgi, saygı ve güvenden uzaklaşan bir toplumda her



zaman kaygı, kavga ve çatışmalar olacaktır.

İnsanoğlu bencil olmanın vermiş olduğu özgüvenle hep kendinin güvende olmasını öncelikli olarak seçmiştir. Yakınlık derecesinden başlayıp en yukarıya doğru çıkarak diğer kişilerin güvenliğini düşünmektedir. Bu çıkar ilişkisine dayalı bir güvendir. Asıl olan bir insanın her zaman, her yerde, hangi şart altında olursa güvenilir olmasıdır. İslam ahlak ve faziletinin gereği budur. Geleneksel Türk toplumunun, gelenek-görenek ve töresinin gereği budur. Daha doğrusu hangi dinden, ırktan, mezhepten olursak olalım insan olmanın gereği budur. Bizler bu toplumun fertleri olarak öncelikli olarak güvenilir insanlar olmamız gerekmektedir. Toplum olarak başta devletimize olan güvenimiz olmasaydı ne devlet olabilirdik ne de varlığımızın devamı gelebilirdi.

Yukarıda bahsettiğimiz hususlardan bir tanesi de devletlerin, halkına huzur ve güven ortamını sağlamasıdır. Zulüme dayalı bir devlet yönetiminde bir avuç insan kendini huzurlu ve güvende hissederken, halkın büyük bir çoğunluğu korku ve kaygıyla yaşamını sürdürmektedir. Bulduğumuz coğrafi ortama baktığımızda ülke olarak dört bir yanımızın düşmanlarla çevrili olduğunu görürüz. Türkiye Cumhuriyeti Devleti olarak tarihten gelen bir misyonumuz vardır. **Dosta güven, düşmana korku ve kaygı veren bu misyonumuz, bulunduğumuz bölgedeki, gönül coğrafyamızdaki, tüm mazlum insanların, milletlerin umudu ve koruyucusu olmuştur.** Bu da tarihten gelen, gittiği yere adalet götüren, huzur götüren, barış götüren varlığınıza gerçeğidir.

Türkler gittikleri her yerde hangi tebaadan, hangi inançtan olursa halkı huzur, barış ve güven içinde yaşatmışlardır. Ne zaman Türkler uzaklaşmış, huzur ve güven ortamı kaybolmuş, halk korku, panik ve endişe içerisinde yaşamak zorunda kalmıştır. Burada yaşayan insanlar Türkiye Cumhuriyeti Devletine olan yüksek güveni ile hâlâ bir kurtarıcı olarak Türkiye Cumhuriyeti Devletini beklemektedir.

"Dünyanın en itibarlı kişisi kim?" diye sorulsa verilecek cevap güvenilir insandır.



Suna ÖĞÜR

Turgutlu Denetim Serbestlik Müdürlüğü,
Psikolog

Aile

DEĞER



Şiddetsiz Aileler

Etrafınızda görmüş olduğunuz, sizde hızla uzaklaşma isteği uyandıran insanlar bir anda; kavgacı, huysuz, agresif olmuyorlar. Bu davranışların altında yatan sebepler açısından çocukluk yaşantılarına baktığımız zaman ya şiddet ya ihmal ya istismar ya da yanlış ebeveyn tutumları gibi birçok sonuca ulaşabiliriz. Bu insanların problem çözmedeki başarısızlıkları bir rastlantı ya da kasıtlı bir durum değil, aksine öğrenilmiş bir davranıştır.

İnsanları çok iyi tanıdığınızı düşünüyor musunuz? Peki, bazı insanları kendinize çok yakın hissederken diğerlerini neden sevmiyorsunuz ya da insanlar ile ilgili bazı sınıflandırmalar yapıyor musunuz? Örneğin; problemli ya da problemli olmayan gibi ayırmalar yaptığınız zamanlar olmuş olabilir. Gerçekten problemli insan diye bir şey var mı yoksa bizler böyle etiketler ile yaklaştığımızda kendimizi daha mı iyi hissediyoruz? Bu sorunun cevabını kimse ile paylaşmak zorunda değilsiniz, kendinize dürüst olsanız yeter sanki...

Bazı insanların neden böyle engellenmeye daha az toleranslı olduklarını yani sorunlar karşısında yapıcı çözümler bulmakta neden zorlandıklarını hiç düşündünüz mü?

Sizler ile beraber düşünmeyi seviyorum, kendi hayatımda ne kadar empati kurabildiğim gerçeği ile yüzleştiriyor beni... Günlük hayatta belki pek çoğumuzun anlayış ve sabır gösterebildiği konulara, şiddete meyilli olan bireyler sonuçları çok kötü olabilecek şekilde tepkiler verebiliyorlar. Ve tanık olduğumuz bu olaylar karşısında ayıplamayı, eleştirmeyi en doğal hakkımız görüyoruz. Otomatik pilota yaşamaya o kadar çok alışmışız ki, bu insanların nasıl bir ailede büyüdüklerini, hayat şartlarının ne olduğunu, nasıl bir eğitim alma şansları olduğunu düşünmeye zaman bile ayıramıyoruz.

Şiddet ve saldırganlık birbirinden farklı değerlendirilmeye çalışılsa da, konu ile ilgili araştırmalarda şiddet ve saldırganlığın birbirinden bağımsız iki kavram olmadığı anlaşılmaktadır. Öyle ki, engellenmenin saldırganlığı tetikleyen bir durum olduğu bilinmektedir. Aile içerisinde büyüyen bireyin aile ortamından alamadığı güven duygusu ve yanlış model olunması sonucunda sağlıklı bireyler yetişememekte ve böylece kendilerini kontrol etmeyi başaramamaktadırlar.



Şiddetin Nedenleri

- Açlık, susuzluk, sevgi, ilgi, dokunma gibi gereksinimlerin karşılanmaması,
- Ailenin içinde ve çevrede yaşanan şiddet,
- Tek ebeveynle yaşama,
- Ailenin sosyal-ekonomik durumu,
- Anne ve babanın çocuğuna olumsuz tutumlar sergilemesi,
- Eşlerin birbirlerine karşı sevgisizliği ve anlayışsızlığı...

Bu nedenlerin pek çoğu çocukların saldırgan tutumlar geliştirmelerine neden olabiliyor. Bu nedenle ile çocuklarımızı yetiştirirken fiziksel veya sözel cezayı tercih etmemeliyiz. Ailenin içerisinde fiziksel ceza, olumsuz, kırıcı söylemler varsa çocuklar bu davranışları normalleştirebilir ve şiddeti normal bir durum gibi kabul ederek kendi hayatlarına geçirmelerine neden olabilir. **Araştırmalar şiddetten en çok zarar gören tarafın çocuklar olduğunu göstermektedir.** Çocuk aile içerisinde ilk olarak duygularını tanımakta ve bir başkasının duygusuna nasıl tepki vereceğini ilk olarak aile ortamında sosyalleşerek öğrenmektedir. Bu nedenle aile içerisinde vermiş olduğunuz her tepki çocuk tarafından dolaylı olarak öğrenilmiş olur.

Şiddetin çocuk üzerindeki olumsuz etkilerini düşünürken, sadece çocuğa yönelik bir şiddetten bahsetmemek gerekir. Çocuğun gelişimi üzerindeki etkisini düşündüğümüz zaman baba modelinin güç sağlamak adına çeşitli bahaneler ile şiddet uygulaması, babanın sevgi ve güven kaynağı olarak algılanmasının önüne geçer. **Şiddet uygulayan ebeveynler, çocuk için korku ve öfke kaynağına dönüşür. Söylediğimiz her sözün, attığımız her adımın çocuklarımız üzerinde kalıcı izler bıraktığını unutmadan bu farkındalık ile hareket edebilirsek pek çok sorunun önüne geçebiliriz.** Şiddete maruz kalan çocuklarda görülebilecek bazı davranış bozukluklarından da bahsetmek istiyorum ki durumun ciddiyetini anlayalım.



Çocuklarda görülebilecek bazı davranış bozuklukları;

- Sinirlilik,
- Umutsuzluk,
- Kişilik ve davranış bozuklukları,
- Huysuzluk, hırçınlık, tedirginlik,
- Suça yönelik davranışlar,
- Saldırgan davranışlar gibi ruh sağlığını etkileyen sonuçları olabilir.



Peki, ne yapabiliriz?

Empatik bir şekilde dinleyebilir, çocukların duygularını isimlendirmesine yardımcı olabilir, problemin çözümüne yönelik olarak kabul edilen ve edilmeyen davranışları belirleyerek, anne ve babalar olarak rol model olduğunuzu unutmadan ve çocuklarımızı yukarıda yazdığım şekilde yetiştirmeye dikkat edersek eğer çok daha sağlıklı ve huzurlu bir toplum içerisinde yaşayabiliriz.

Kaynakça:

Ayan, Sezer (2007) Aile İçinde Şiddete Uğrayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri. *Anatolian Journal Of Psychiatry*, 8 : 206-214

Özmen Kaymak, Suna (2004) Aile İçinde Öfke ve Saldırganlığın Yansımaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37 (2) :27-39





Ipek ALAZ

Seydişehir T Tipi Kapalı/Açık CİK,
Psikolog

Müzik Deyip Geçmeyin!

Müzik; hepimiz için farklı anlamlar ifade eden, kimimiz için duygularımızı dışa vurma şekli, kendimizi ifade ediş biçimi, kimimiz için ise hayatımıza renk katan, bize farklı kapılar açan, seslerin duyguya bürünmüş halidir. Her ne kadar herkes için farklı anlamlar ifade etse de hepimizin hayatında önemli bir yere sahiptir müzik.

Yapılan bilimsel araştırmalar bize müzik ile anne karındanayken tanışan bebeklerin, sürekli dinlediği ezgiyi doğumdan sonra duyduğunda, onu anımsadığını göstermektedir. Ayrıca doğumdan sonra bu şarkılar dinletildiğinde, bebeklerin kalp atışlarının yavaşladığı, gerginliklerinin azaldığı, daha uyumlu oldukları gözlemlenmiştir.

Müziğin bebekler üzerindeki sakinleştirici, dinginleştirici etkisinin yanında, müzik ile ilgili yapılan etkinliklerin okul öncesi dönemlerde başlaması, bireysel olarak bakıldığında çocukların duygularını ifade etme ve özgüvenlerini geliştirme açısından önemli bir adımdır. Grup ile birlikte yapılan çalışmalar ise çocukların sosyalleşmesi, ortak paylaşımlar yapması ve ortak bir değer etrafında birleşmesini sağlayacaktır.

Müzik, tüm bunlara ek olarak çocukların gelişimleri üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Bu konu ile ilgili yapılan araştırmalar, küçük yaşlardan itibaren müzik ile iç içe olan, herhangi bir enstrüman çalmaya yönlendirilmiş bir çocuğun, müzikle tanışmamış akranlarına kıyasla sosyal, bilişsel ve ruhsal anlamda daha iyi bir gelişime sahip olacağını göstermektedir.

Gazi Üniversitesi Araştırma Hastanesi çocuk psikiyatrisi bölümünde, 2007 yılında başlatılan 6-15 yaş grubu arasında otizm tanılı çocuklar ile müzik üzerine yapılan bir araştırmayı sizlerle paylaşmak istiyorum. 10 çocuk ile yapılan bu araştırmada, çocuklara ayda 1 kez olmak üzere beşer saat müzik terapi seansları düzenlenmiştir. Ortaya konulmak istenen şey, terapi seansları ile **otizmin** şiddeti, sözel, sosyal iletişim ve hormonlar arasında nasıl bir bağlantı olduğudur. Araştırma sonuçlandığında ortaya çıkan sonuçlar müziğin olumlu etkisini gözler önüne sermiştir. Müzik seanslarına katılan çocukların otizm belirtilerinin, tekrarlayıcı davranışlarının seanslara katılmayan çocuklara kıyasla azaldığı, sözel ilişkilerinin ve sosyalleşmelerinin arttığı gözlemlenmiştir.

Bütün bu araştırmalar gösteriyor ki, müzik sadece bize mutluluk katan, neşe veren, güzel zaman geçirmemizi sağlayan sesler bütünü değildir. Bunlardan öte daha derin faydalara sahip olup, çocukların gelişim düzeylerini olumlu bir şekilde etkilediği yapılan deneysel çalışmalarla kanıtlanmıştır. Bu sebeple hamilelik döneminden itibaren annenin müzik ile ilgili olması, okul öncesi dönemlerden itibaren ise çocuğun müziğin herhangi bir dalına yönlendirilmesi, enstrüman çalmasının desteklenmesi, çocuğun gelişimi açısından faydalı olacaktır.

Küçük yaşlardan itibaren müzik ile iç içe olan çocuk bilişsel ve ruhsal anlamda daha iyi bir gelişime sahip olacaktır.

Kaynakça:

Uçaner, B., & Jelen, B. (2015). Müzik Terapi Uygulamaları ve Bazı Ülkelerdeki Eğitimi Folklor/Edebiyat, 21(81), 35-46. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/255525> sitesinden erişilmiştir.

Yener, Y. A. (2011). Müziğin Çocuklar ve Yaşlılar İçin Önemi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29(29), 119-124. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/114600> sitesinden erişilmiştir.



Sibel KARAGÜL

Samsun T Tipi Kapalı ve Açık Cık,
Öğretmen

YOLCULUK

Her keder her sevinç kendimize yaptığımız yolculuğun birer durağı sadece. Bileti biz almadık belli ki. Çünkü kesilmişti çoktan, ruhumuz üflendiğinde. Biz gidiyorduk sadece.

Kimi zaman anlamsız boş adımlarla, rüzgârda savrulan yaprak misali kimi zaman da hedefe kilitlenircesine, tam da nereye varacağımızın bilincinde. Bitmeyen bir yolculuğun içindeyiz yani; her koşulda, her iklimde, her coğrafyada. Gamda, tasada, neşede, mutlulukta...

Yaşadığımız her şey, upuzun bu yolculukta koltuk arkadaşımız aynı zamanda. Hem de arada tüm bezginliklerimizden sıyrılıp şöyle başımızı yaslayıp uyuyabilelim diye hazır bir omuz gibi yanı başımızda. Yaşarken sıcaklığıyla anlaşılıyor belki ama zaman geçtikçe acılar bile öyle değerli oluyor ki.

Mutsuzluğuna sığınır mı insan? Sığıyor. Küllenen acını alevlendirmeye çalışmak mesela. Acısını özler mi insan? Özlüyor. Gün geliyor kendi hüznüyle boğulmayı yeğ tutuyor insan, oradan besleniyor çünkü. Çivi çiviye söker ya, acısını acıyla, ayıbını ayıpla, zaafını zaafıyla örtüyor insan. Belki daima belki kimi zaman. Ama sonuçta yolculuk işte.

Yoruyor bazen. Upuzun bir otobüs yolculuğunun bıkkın hareketsizliği gibi acılar çöküyor dizlerine. Pişmanlıkların, keşkelerin ince sızısı yerleşiyor tüm eklemlerine. Gerçekleşmemiş hayallerin, kaçırılmış fırsatların anlamsız ağırsı saplanıyor çatlatırcasına şakaklarına, yoruyor.

Üzüyor bazen. Ömür denen senfoninin notaları arasında kaybolmuş olmak gerçeği çarpıyor yüzüne. Muhteşem ritimleri kaçırıp ses kalabalığında harcanmanın tarifsiz hırsı büküyor belini. Görmediğin şehirler, okumadığın kitaplar, henüz keşfetmediğini bildiğin müzikler bile kahrediyor seni, üzüyor.

Daha ne kadar vaktimiz var son durağa, bilinmez. Ama neydi? Hiç ölmeyecekmiş gibi ama her an ölecekmiş gibi... Ya da belki, ne hiç ölmeyecekmiş gibi ne de her an ölebilirmiş gibi...

Nereden bakarsan bak belirsizlik yani. Ama bilinen bir şey var. O da, yeni yılla yeni bir yolculuğun başladığı. Mutluluk garantisi olmasa bile en azından huzurlu ama en önemlisi sağlıklı, güzel bir yıl diliyorum hepimize.

Yaşarken
sıcaklığıyla
anlaşılıyor
belki ama zaman
geçtikçe acılar
bile öyle değerli
oluyor ki.





Derleyen: Murat NAMDAR

Eskişehir H Tipi Kapalı Çik,
Öğretmen

Araştırma

DEĞER

Abraham Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde, fizyolojik ihtiyaçlardan sonra güvenlik ihtiyacı yer almaktadır. İnsan, yaşamını tehdit eden tehlikelerden uzak bir şekilde hayatını sürdürmek ister. Bu sebeple muhtemel tehlikeleri gözden geçirerek güvenli olup olmadığını belirler. İnsan, ben bana emanetim anlayışıyla fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamış olarak güvenli bir hayat arayışındadır. **En temel fizyolojik ihtiyaçlardan olan su, hayatın sürdürülebilmesi için olmazsa olmaz yaşam kaynağıdır.** Yaşamın kaynağı olan su, sadece insanlar için değil, tüm canlılar için de vazgeçilmez bir değerdir. **İnsan su olmadan hayatını devam ettiremeyeceği için her zaman su kaynaklarının yakınına yerleşim yeri kurarak yaşamıştır.** İnsan, suyun olmadığı ya da kısıtlı olduğu durumda bugününü ve yarınını güvende göremez.

Su, yaşamın, geçim kaynaklarının ve refahın bir kaynağı; okyanus, atmosfer ve toprak arasında sürekli akan ve sonu olmayan bir değerdir. Dünya yüzeyinin dörtte üçü sularla kaplı olmasına rağmen (yaklaşık 1,4 milyar km³) mevcut suyun %1'inden daha az bir kısmı kullanıma uygun tatlı su kaynaklarından oluşmaktadır. Yeryüzündeki tatlı su; buzullar, göller, akarsular ve yer altı suyundan oluşmaktadır. **Su yerinde durmaz; mevcut su döngüsü sayesinde su miktarı azalmaz, bir yerden başka bir yere ve bir kişiden başka bir kişiye doğru hareket eder.**

Bir insanın günlük su ihtiyacı; o insanın yaşadığı iklim şartlarına, mevsime, suyun kalitesine, suyun bolluk

derecesine, fiyatına, kişinin mensup olduğu kültür ve hayat seviyesine bir de şahsi alışkanlıklarına göre 10-500 litredir. Buna göre kişi başına ortalama günlük su ihtiyacı; nüfusu 10.000 olan yerleşim birimlerinde 80 litre, nüfusu 100.000 olan yerleşim yerlerinde 170 litre, nüfusu 1.000.000 olan şehirlerde ise 280 litredir. Verilen bu rakamlar evde kullanılan su miktarını göstermektedir. Sanayi, ziraat ve diğer alanlar da dâhil edildiğinde kişi ba-

tilmektedir. 158 milyar m³ su ise akarsuları oluşturarak denizlere ve göllere dökülmektedir. Türkiye'de su, çoğunlukla tarımsal sulamada kullanılmakta olup, toplam su kullanımının %71,3'üne tekabül etmektedir. **2016 yılında Türkiye'de kullanılan toplam suyun %18,4'ü sanayi ve %10,3'ü hane halkı tarafından tüketilmiştir.** 2016 yılında %10 olan hane halkı tüketim payının, 2023 yılında artan nüfus ile %16 seviyesine çıkması beklenmektedir.

artış gerçekleşmiş olup su kaynakları üzerindeki baskının ilerleyen yıllarda daha da artması beklenmektedir. Bu nedenle, Türkiye'nin gelecek nesillere sağlıklı ve yeterli miktarda su aktarması için su kaynaklarını koruması ve verimli kullanması gerekmektedir.

Türkiye'de bölgesel su kıtlığı sebeplerinin iki yüzü bulunmaktadır. Sebepler, arz tarafı ve talep tarafı olarak ikiye ayrılmaktadır. Arz tarafında özellikle yağış, buharlaşma, toprak erozyonu ve çölleşme gibi iklim nedenleri göze çarpmakta ve ön plana çıkmaktadır. Talep tarafındaki sebepler arasında ise; bölgesel düşük gelir seviyeleri, su yoğun sanayilerin bölgesel kümelenmesi, yetersiz sulama yöntemleri, yatırım yapılmayan su şebekeleri ve boru hatlarından kaynaklanan su kayıpları bulunmaktadır.

Su kıtlığı, esasen kamu ve özel sektörün senkronize olmuş girişimleriyle aşılabılır. Türkiye'de su kullanımında en büyük payı tarımsal sulama aldığı için bu alanda yapılacak en ufak gelişmenin tüketilen su miktarını azaltıcı yönde doğrudan etkisi olacaktır. Nüfus yoğunluğu, su kıtlığının diğer bir nedeni olarak ifade edilmektedir. Yapılması gerekenler arasında kolektif önlemler almak ve su tüketiminde tasarrufları arttırmak için farkındalık oluşturmak bulunmaktadır. **Sağlıklı ve güvenli bir yaşam için doğal zenginliklerimizi koruyabilmek dileğiyle...**

GÜNLÜK SU İHTİYACI

şına ortalama yıllık su ihtiyacı 500-2000 m³ olmaktadır. Bu potansiyelin alt kısmında kalan ülkeler su fakiri, üstü ise su zengini sayılmaktadır. **Türkiye yaklaşık 1.500 m³ potansiyele sahip bir ülke olarak su zengini olmayan ve su azlığı yaşayan bir ülke konumundadır.**

Türkiye'de toplamda yaklaşık olarak yıllık 500 milyar m³ yağış düşmektedir. Bunun 274 milyar m³'lük kısmı çeşitli şekillerde buharlaşarak atmosfere geri dönmektedir. 69 milyar m³'ü sızarak yeraltı sularını oluştururken bu suyun 28 m³'lük bölümü tekrar yerüstü sularına ka-

Türkiye'nin kullanılabilir su potansiyeli 112 milyar m³ iken, 2015 yılı nüfusu yaklaşık 78,75 milyondur. Bu veriler çerçevesinde, **Türkiye'nin Falkenmark göstergesi 2015 yılında 1.422,23 m³/kişi/yıl olarak gerçekleşmiş ve bu Türkiye'yi "Su Stresli" olan bir ülke haline getirmiştir.** 2017 yılında nüfus artışı nedeniyle kişi başına düşen su miktarı 1.385,92 m³/kişi/yıla gerilemiştir. Türkiye'de 2004 ile 2016 yılları arasında su kullanımında yaklaşık %50

Kaynakça:

Su, İklim Değişimi ve Ortak Geleceğimiz, Türkiye Su Enstitüsü, Eylül 2019.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/pesausad/issue/39154/446338>





Yasin YILMAZ

Beşikdüzü T Tipi Kapalı Çık,
Katip

CE ZE Rİ



Dronelerin hayatımıza girmesiyle birlikte farklı çalışmalar yapılmaya devam ediyor. İnsanoğlu, daha büyük hayallere dalarak bu durumu taşımacılık alanında da kullanmak istiyor. Günümüzde bilim insanlarının büyük çaba içinde uğraştığı işlerden biri olan uçan araba fikrine bütün dünya ülkeleri ilgiyle bakıyor. Bununla birlikte bizim ülkemiz de boş durmuyor ve dünya ile aynı anda bu fikir için çalışıyor. Bu prototiplerden bir tanesi olan Cezeri görücüye çıktı bile...

Genel Özellikleri

- Araç, minimum teknik bilgi ve havacılık bilgisi ile uçurulabilecek şekilde tasarlanmaktadır.
- Uçan araba, 8 adet BLDC motor ve pervane çiftinden oluşan, üstten pervaneli, tek koltuklu, döner kanatlı bir hava aracıdır.
- Araç, gücünü şarj edilebilir bataryalardan sağlamaktadır ve %100 elektrik ile çalışmaktadır.
- Araç kumanda kolu, irtifa kontrol kolu, dokunmatik komuta ekranı, iki adet fiziksel buton (Acil İn, Dur) ve iki adet anahtar (Motor Bataryası Anahtarı, Aviyonik Sistem Anahtarı) aracılığı ile kontrol edilmektedir.

Kullanım Alanları ve Faydaları

- Şehir içi ulaşımda trafik sıkışıklığı azaltılabilir.
- Trafikte geçirilen zaman en aza indirilebilir.
- Ulaşım kaynaklı hava kirliliği azaltılabilir.
- Trafik kazaları azaltılabilir.
- Daha hızlı ve etkin bir kargo taşımacılığı hizmeti sağlayabilir.
- Sağlık kurumlarının acil ihtiyaçlarına (kan, organ taşımacılığı vb.) hızlı şekilde cevap verebilir.
- Yüksek riskli savaş bölgelerine ikmal amaçlı kullanılabilir.

Baykar firması, Cezeri'yi ilk kez, Türkiye'nin en büyük teknoloji etkinliği "TEKNOFEST" İstanbul Havacılık, Uzak ve Teknoloji Festivali'nde (TEKNOFEST İstanbul) sergiledi.

Cezeri, uçan araba olan ve temelde şehir içi trafikte otomobillere alternatif olacak olan elektrikli araç konseptidir. Bunun yanı sıra askeri, sağlık ve lojistik alanda faaliyet vermesi amaçlanan Cezeri'nin ayrıca kargo dağıtım hizmetlerinde aktif rol oynayacağı aşikardır. Milli imkânlarla geliştirilen Cezeri'nin yapay zekâ ile donatılacağı konseptleri de mevcuttur.

Cezeri isminin anlamı: İslam'ın Altın Çağında çalışmaları yapan Müslüman Arabi bilim insanı ve mühendis. Sibernetiğin ilk adımlarını attığı ve ilk robotu yapıp çalıştırdığı kabul edilen Ebû'l İzz El Cezeri'nin Leonardo da Vinci'ye ilham kaynağı olduğu düşünülür. Ayrıca 60'a yakın buluşu olduğu söylenir.



Kaynakça:

www.haberturk.com, www.baykarsavunma.com

Zihinsel sağlığınıza iyi bakmanız ve ihtiyacınız olduğunu düşünüyorsanız yardım almanız son derece önemlidir. Zihinsel sağlığınıza dikkat etmek için bugün uygulayabileceğiniz bazı alışkanlıklara bir göz atalım.

Zihinsel Sağlığınıza Güçlendirecek 5 Basit Alışkanlık

Zihinsel sağlığın öneminin, onu riske atıncaya kadar farkında değiliz. Zihinsel sağlığınıza için harcadığınız zamanı merak ettiniz veya hesapladınız mı? Zihinsel sağlık seviyenizi korumak için kaçınmanız gereken 5 basit alışkanlığı sizin için listeledik. Bu basit 5 kurala uyarsanız, zihniniz daha çok güçlenecek.

Kaynakça:

www.milliyet.com.tr/pembenar



Zihinsel durumumuz fiziksel durumumuzla eşit veya ondan daha da önemlidir. Zihinsel sağlık, çıplak gözle göremeyeceğiniz bir şeydir. Sonuçta hissettiğimiz şey, çoğu zaman öznel belirtilerdir. Bu nedenle, çoğu zaman bunun için çok fazla endişelenmeyiz ve tıbbi yardım bile almayız. Bu durum bir bozukluk haline gelmesi için yeterince uzun bir süre kuluçkada kalabilir. Zihinsel sağlığınıza iyi bakmanız ve ihtiyacınız olduğunu düşünüyorsanız yardım almanız son derece önemlidir. Zihinsel sağlığınıza dikkat etmek için bugün uygulayabileceğiniz bazı alışkanlıklara bir göz atalım.



1 Mutlaka fiziksel bir aktivite yapın



Oviedo Üniversitesi ve Spor ve Sağlık Rektörlüğü delegesi Profesör Miguel del Valle: “Fiziksel egzersizin zihinsel sağlık üzerindeki etkisi hala araştırılsa da, egzersiz merkezi sinir sistemi üzerinde etki ediyor, proteinlerini stabilize ediyor ve bu maddelerin dengesinin bozulmasından kaynaklanan hastalıklardan uzak durmasına etki ediyor.” diyor. Ayrıca, hareket halinde olmak sadece vücudunuz için iyi değildir, beyniniz de size teşekkür edecektir. Çünkü daha iyi dolaşım daha sağlıklı bir zihni teşvik eder. Fiziksel aktivite ayrıca stresi azaltmaya ve düşüncelerinizi duraklatmaya yardımcı olur.



2 Elektronik cihazları fazla kullanmaktan kaçının.



Günümüzde, sosyal etkileşimlerimizin çoğu internet üzerinden yaşanmaktadır. Böylece yaşam hızımız, sosyal ağlara ve benzeri şeylere erişebileceğimiz elektronik cihazlara odaklanır. Teknolojinin, özellikle de akıllı telefonların sürekli kullanımı, anın içerisinde yaşamamızı engelliyor. Ayrıca görme problemlerine, stres, uykusuzluk, depresyon ve kaygıya da yol açar.



3 Her zaman kahvaltı yapın



Birçok insan kahvaltı yapmaya alışkın değildir. Ne yazık ki, bu çok sağlıksızdır, çünkü bu öğünü atlarsak kan şekeri düşecektir. Peki, bundan sonra ne olduğunu biliyor musunuz? Organlarınız, nereden şeker alacaklarını bilmeyerek tehlike altına girer, bu nedenle beyne yetersiz besin kaynağı oluştururlar ve yavaş yavaş dejenerer olurlar. Daha sonra, gün boyunca daha düşük bir entelektüel performansa sahip olursunuz. İster inanın ister inanmayın, kan şekerindeki bu düşüşler anksiyete ve depresyon belirtilerine bile neden olabilir.



4 Sigaradan uzak durun



Washington Üniversitesinden yapılan araştırmalar, ruh hali veya bağımlılık sorunları ile mücadele eden insanların sigarayı güvenle bırakabileceğini ve dahası bu alışkanlığı bırakmanın daha zihinsel sağlık ile ilişkili olduğunu göstermiştir.



5 Yeterli uyku uyuyun



Vücudunuz doğru miktarda uyku olmadan yenilenemez. Eğer yeteri kadar uyumazsanız bu bir alışkanlık haline geldiğinde, bilişsel süreçleriniz önemli ölçüde etkilenir. Uyku eksikliği, zihninizle ilişkili diğer sorunların yanı sıra stres, depresyon, huysuzluğa ve uzun vadede felçlere yol açabilir. Zihinsel sağlığınıza korumak için ortalama en az 8 saat uyumanız gerektiğini unutmayın.

Kognitif Terapi Egzersizleri

Bu yazımızda bir önceki sayımızda öğrendiğimiz kognitif terapi egzersizlerini pekiştirme imkanı bulacağız. Ruh halimiz ve düşünce eğilimimiz yaşadığımız duruma olan bakış açımızı değiştirebilir. Örnek bir terapi öyküsüyle ruh hallerinin düşünceyi, düşüncenin de ruh haline olan yansımaları fark etmeye çalışalım.

Ruh hallerinin şiddetinin ölçülmesi terapist açısından da yararlıdır. Bu değerlendirme kişinin gelişiminin takip edilmesine olanak sağlamaktadır.

Bir Terapi Süreci Örneği:

Volkan Bey, terapiye ilk başladığında kendini kaygılı ve depresif hissetmekteydi. Ruh hallerini öğrenmesi ve ruh hali ile ilgili alıştırmaları yapmasıyla aynı zamanda sık sık öfkeli de hissettiğini keşfetti. Üç yıldır alkol kullanıyordu. Ancak yine de “kontrolden çıktığını” her düşündüğünde içme dürtüsü hissediyordu. Terapistiyle süreçte baktıklarında Volkan Bey’in



kontrolden çıktığını hissettiği zamanlarda çok sinirli olduğunu keşfetti. Sinirliken de kalp atışları hızlanıyor, elleri terliyor ve sanki kötü bir şey

olacaktı gibi hissediyordu. Volkan Bey bu duyuları kontrolden çıkmak olarak tanımlıyordu. Volkan Bey terapistine alkolün kontrolünü geri kazandıracağını düşündüğünden içme dürtüsü duyduğunu ifade etti.

Volkan Beyin ilk ödevi ruh halleri arasındaki farkları ayırt etmeyi öğrenmekti. Bu ayrımı yapmaya başlayınca da duygularını ifade etmeye “**uyuşmuş gibi hissediyorum**” demeye başladı. Kaygılı bir ruh hali içinde olduğunda “**Kontrolümü kaybediyorum**” diye düşündüğünü gördü.

Duygu ve düşünce süreci hakkındaki ayrımı keşfetmeye yönelik ödevler Volkan Bey’e iyi geldi. Kendini bu konuda geliştirme imkanı yakaladı.

Ruh halini belirleme, ruh halleri arasındaki ayrımı keşfetme ve ruh halleriyle düşünce arasındaki farkı görebilme. **Bir diğer husus da durum ile düşünce arasındaki farkı görebilme. Düşünce** kısaca aklımızdan geçenlerdir. **Durum ise** aşağıdaki sorulara cevap verilerek bulunur.

- 1 KİMLİNLE BİRLİKTEYDİM
- 2 NE YAPIYORDUM
- 3 NE ZAMAN OLDU
- 4 NEREDE BULUNUYORDUM



ÖRNEK:

DURUM:

Yalnızım, sabah 07.45’te işe gitmek için araba kullanıyorum.

DÜŞÜNCE:

Her an kalp krizi geçirebilirim. Ya kalp krizi geçirirsem ve kimse bana yardım edemezse?

RUH HALLERİ:

Korkmuş, kaygılı, güvensiz

Yukarıdaki örnekte **genellikle kaygı bozukluğu** yaşayan kişilerin düşünce tarzı görülmektedir.



Aynı durumu yaşayan kişi radyonun sesini açıp şarkıya eşlik etse, o günle ilgili olumlu bir iç konuşma yapsa daha olumlu duygular hissedebilirdi.

Yaşadığımız olayı ve duygumuzu yukarıdaki örnekteki gibi yazmak durumla ilgili ayrıntıları daha rahat görebilmemizi, duygularımızı fark edebilmemizi ve bunlar olurken neler düşündüğümüzü anlamamızı sağlayacaktır.

İyi hissetmek ve problemleri çözmek adına bu alıştırmaya önemli bir çalışmadır.

Alıştırma Formu

Şimdi siz de şiddetli bir ruh hali içinde olduğunuz, son dönemde yaşadığınız bir durumu yukarıdaki sorulardan yardım olarak tarif edin. Daha sonra bu durumun hemen sonrasında nasıl bir ruh halinde olduğunuzu yazın.

DURUM

RUH HALLERİ

DURUM

RUH HALLERİ

DURUM

RUH HALLERİ



Nasıl hissettiğimizi,
hangi duyguları
deneyimlediğimizi,
nasıl düşünme
eğiliminde
olduğumuzu
keşfedersek birçok
şey daha güzel hale
gelebilir.

Durum ve ruh halleri tespit edildikten
sonraki aşama ruh halimizin yoğunluğunu
derecelendirmektir.

ÖRNEK:

Aşağıdaki örnekte kişi ne kadar korkmuş, kaygılı
ve güvensiz hissettiğini ayrı ayrı puanlar.

DURUM:

Yalnızım, sabah 07.45'te işe gitmek için araba
kullanıyorum.

DÜŞÜNCE:

Her an kalp krizi geçirebilirim. Ya kalp krizi
geçirirsem ve kimse bana yardım edemezse?

RUH HALLERİ

Korkmuş, kaygılı, güvensiz.

A KORKMUŞ

10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

B KAYGILI

10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

C GÜVENSİZ

10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Bu örnekte olduğu gibi siz de yaşadığınız durumu, duruma ait hissinizi, aklınızdan geçen düşünceyi yazarak başlayın. Ardından hangi duygunun hangi düşünceyi ya da hangi düşüncenin hangi duyguyu beraberinde getirdiğine dikkat edin. Sonraki adımınızda duruma ait duygularınızın şiddetini yüz üzerinden puanlayarak derecelendirmek olsun.

Ruh hallerinin şiddetinin ölçülmesi terapist açısından da yararlıdır. Bu değerlendirme kişinin gelişiminin takip edilmesine olanak sağlamaktadır. Ayrıca uygulanan terapinin geçerliliği ya da kişinin kendine koyduğu hedefe ne kadar ulaşıldığını da ölçmemize hizmet etmektedir.

Öğrenilen tekniğin daha rahat uygulanabilmesi için ruh hali, düşünce ve durumların ayrıntılı şekilde tespit edilmesi gerekir. Bu konuda alıştırmayı yapmak için ekte sunulan formdan yararlanabilirsiniz. Unutmayın ki; nasıl hissettiğimizi, hangi duyguları deneyimlediğimizi, nasıl düşünme eğiliminde olduğumuzu keşfedersek birçok şey daha güzel hale gelebilir.

EK ALIŞTIRMA FORMU:

Durumları, Ruh Hallerini ve Düşünceleri Ayırt Etmek

Ruh hali, düşünce ve durum hakkındaki aşağıdaki örnekleri yapmak hem farkındalığınızın artmasına hem de bu unsurlar arasındaki ayrımı pekiştirmenize olanak sağlayacaktır. Belirtilen ifadelerin ruh hali mi, düşünce mi yoksa durum mu olduğunu bulup karşısına yazalım.

1. SINIRLI

2. EVDE

3. BUNU YAPAMAYACAĞIM

4. ÜZGÜN

5. BİR ARKADAŞLA TELEFON KONUŞMASI

6. HUZURSUZ

7. ARABAMI KULLANIYORUM

8. HEP BU ŞEKİLDE KULLANACAĞIM

9. OFİSTEYİM

10. AKLIMI KAYBEDİYORUM

Cevaplar: 1.Ruh Hali, 2.Durum, 3.Düşünce, 4.Ruh Hali, 5.Düşünce, 6.Ruh Hali, 7.Durum, 8.Düşünce, 9.Durum, 10.Düşünce



Ramazan SAĞIR
Devrek Açık Çık,
Öğretmen

Dünyanın En Zeki Ve Kurnaz Hayvanı

TILKI

Bizde daha çok "kurnazlık" üzerine zihinlerde yer edinen tilki, esasında asaleti kendinden önde yürüyen canlılardandır. Günümüzde en fazla merak edilen vahşi hayvan türlerinden biri de tilkidir. Başta kurnazlığı olmak üzere birçok özelliklerinin bulunduğu tilkilerin tüm özellikleri hakkında makalemiz üzerinden detaylı olarak bilgiler vermek için gayret edeceğim.



Geçmişten günümüze kadar hayvanlar aleminde özellikle de kurnazlığı ile bilinen tilkiler, gerçek anlamda da oldukça kurnaz bir hayvandır. Çevik vücut yapılarıyla hızlı hareket eder, çok iyi koku alır ve güçlü işitme duyusuna sahiptirler. Avlarını ele geçirme süreçlerinde de genellikle bu niteliğinden yardım alarak avlarını kolayca yakalayabilmektedirler.

Hemen her iklim koşullarına kolayca ayak uydurabilen bu küçük vahşi hayvan türü, dünyanın birçok bölgesinde yaşamlarını sürdürmektedir. Hayvanlar aleminde yalnız yaşamlarını sürdürmeleri ile de bilinen tilkiler ayrıca türleri arasında sosyal ilişkinin neredeyse yok denecek kadar az olduğu bir türdür.

Tilkiler tek eşlidir. Ömürleri boyunca bir eşleri olur. Aynı zamanda eşleri olmayan diğer dişi tilkiler yavruların bakımı için anne tilkiye yardımcı olur.

Çevik vücut yapılarıyla hızlı hareket eder, çok iyi koku alır ve güçlü işitme duyusuna sahiptirler. Bu özellikleriyle iyi birer avcı olduklarını söylemek mümkün.

Tilkilerin başlıca özellikleri ise şunlardır;

- Tanınan en vahşi hayvanlardan biridir.
- Köpekçiller familyasındandır.
- Dünya üzerinde en fazla Avrupa, Asya ve Afrika kıtasında yaşamlarını sürdürmektedirler.
- Etçilerdir.
- Kulakları oldukça dik ve sivridir.
- Kuyrukları uzundur.
- Yaşam süreleri 15 yıl ile 20 yıl arasında değişmektedir.
- Burun yapıları sivri biçimdedir.
- Koku duyuları oldukça gelişmiştir. Dolayısıyla yerin metrelerce altındaki küçük kemirgenlerin hareketlerini kolayca duyabilmektedirler.
- Boyları 90 cm ile 1 metre arasında değişmektedir.
- Kuyruk uzunlukları 50 cm civarındadır.
- Kilogram olarak pek ağır değildir. Kiloları 5 ile 6 kg civarındadır.
- Yaşamlarını kendi kazdıkları toprak altındaki inlerinde geçirmektedirler. İnlerinin uzunluğu ise 20 metreye kadar ulaşabilmektedir.
- Fareler, kuşlar, tavşanlar ve sürüngenler başlıca besinleridir. Etçil olmalarına rağmen sebze ve meyveleri de tüketebilmektedirler.
- Daha çok gece saatlerinde avlanmaktadır. Bazı durumlarda gündüzleri de avlandıkları söz konusu olabilmektedir.
- Tilkilerin en belirgin niteliklerinden biri de tıpkı ayılar gibi bala karşı sevgi duymasıdır. Dolayısıyla tilkiler de tıpkı ayılarda olduğu gibi bal yemeyi sevmektedir.
- Oldukça kurnaz olduğundan dolayı tüm avlarına genellikle arkalarından yaklaşıp saldırmaktadır. Kümes hayvanlarını ise genellikle boğarak öldürmektedir. Kuşları dahi çoğu zaman zorlanmadan yakalayabilmektedir.
- Oldukça hızlı koşmaktadır. Dolayısıyla tilkilerin insanlar tarafından ele geçirilmesi oldukça zordur. Yapılan araştırmaya göre, tilkinin saatte 65 km hıza varabilen bir hızla koşabildiği gözlemlenmiştir.
- Yalnızlığı oldukça severler. Yaşamlarının tamamını yalnız geçirirler. Yalnızca üreme zamanlarında bir araya gelirler.
- Gebelik süreleri ise 60 gün olup, gebelikten genellikle 5 yavru dünyaya getirmektedirler. Yavruları dünyaya geldikten 2 hafta sonrasında gözlerini hayata açabilmektedir.
- Yavruları ayakları üstünde durduktan sonra yuvayı terk etmektedirler.



Zekası ve Kurnazlığı Sayesinde Birçok Dizi, Film ve Hikayelere Konu Edinmişlerdir.

Tilkilerin en belirgin niteliği olan zekası ve kurnazlığı, onların bu nitelikleri sayesinde geçmişten günümüze dek birçok dizi, film ve hikayelere konu edinmiştir. Çevik vücut yapılarıyla hızlı hareket eder, çok iyi koku alır ve güçlü işitme duyusuna sahiptirler. Bu özellikleriyle iyi birer avcı olduklarını söylemek mümkün. Hem etçil hem de otçul durlar ayrıca çekirge ve böcekler de tilkiler için iyi birer besin kaynağıdır. Beslenmek için çok fazla alternatiflere sahip tilkiler çok aç kalmadıkları sürece insana saldırmazlar.



Tilkiler tek eşlidir. Ömürleri boyunca bir eşleri olur. Aynı zamanda eşleri olmayan diğer dişi tilkiler yavruların bakımı için anne tilkiye yardımcı olur. Kızıl tilki en yaygın tilki türüdür. Kuzey Afrika, Orta Amerika ve Asya bozkırlarında görülür. Ayrıca Avustralya'da istilacı bir tür olarak kabul edilir. Tilkiler avlanmak için Dünyanın manyetik alanından faydalanır. Antartika dışında her kıtada tilkiye rastlayabilirsiniz. Dünyanın en küçük tilkisi fennec tilkisidir. Ortalama kütlesi 1.36 kilogramdır. Sahra çölünde yaşar. Sıcaktan korunmak için günün büyük bir bölümünde uyur.

Duyuları da oldukça gelişmiş olan tilkilerin hayvanlar aleminin en kurnaz hayvanı olduğunu belirterek makalemizi burada tamamlamaktayız. Makalemizde tilkilerin özellikleri nelerdir? sorusu hakkında sizlere bilgiler sunduk. Umarım bu anlamda faydalı olabildiğinizdir. Hayvanları sevelim, doğayı ve ekolojik dengeyi koruyalım. Yeni sayıya görüşmek üzere...

Kaynakça:

<https://www.tekbasinadaolur.com>, <https://www.bilgiustam.com>, <https://www.wikipedia.org>



Hakan ERDEM

Değer Dergisi Yazı İşleri Müdürü

"Değer, insanların
iç huzurunu sağlayan,
moral kaynağı olan
bir dergi"

ZAHİDE YETİŞ

Dergimizin ocak sayısında Show Tv stüdyolarında Zahide Yetiş'in konuğu olduk. Dergimize yakın ilgi gösteren Yetiş: "Değer dergisinde insanların iç huzurunun, dengesinin sağlanması için çok güzel bilgiler var. Çok güzel bir hizmet yapıyorsunuz, gerçekten harika bir çalışma. Bu derginin hükümlü-tutuklulara ulaşması, moral kaynağı olması, dış dünyaya açılan bir kapı olması bence yapabileceğiniz en güzel çalışma o yüzden buraya kadar gelen sizi, dergi yetkililerini ve Adalet Bakanlığını yürekten tebrik ediyorum. Bu anlamda üzerimize düşen bir şey olursa yapmaya hazırız." dedi. Değer dolu röportaj sizlerle...

Fotoğraflar:

Cesim ŞEKER, Hayri TURHAL, Gizem ATAK

Zahide Yetiş kimdir, kendinizden bahseder misiniz?

İyi niyetli, iyi yürekli, iyi olmaya çalışan, hayatı seven, oğluyla, kocasıyla evinde, işinde ailesiyle birlikte olan; bol bol dua eden, dualarının kabul olduğunu görüp çok mutlu olan ve hep şükreden birisiyim.

Aslen nerelisiniz?

O biraz karışık, Kütahyalıyım. Daha doğrusu baba tarafından Şaphaneliyim. Tabii baba Şaphaneli olunca gerçek memlekette orası oluyor. Ama aslen İzmirliyim. İzmir’de büyüdüm, Viyana’da doğdum. Bir taraftan göçmenlik var annemden gelen. Çok seviyorum memleketimi, yurdumu. Çok sordular bana: “Çocuğunuzu Amerika’da mı doğuracaksınız?” diye ama ben asla dedim. Memleketimde doğurdum. Şimdi 17 aylık oldu. Sadece Paris’te evlendim, o da eşimin oraya ilgisinin olmasındandı.

Nasıl bir ailede yetiştiniz? Çocukluğunuzda arzu ettiğiniz mesleği mi yapıyorsunuz?

Aslında zor bir ailede yetiştim. Anne baba ayırdı ve benim zamanımda anne baba ayrılığı yoktu. Sınıfta bir ben vardım ama farklılıkların olumlu sonuçlar doğurabileceğini öğrendim. Aynı zamanda zorlukla büyüyünce insan, zorluklarla baş edince otomatik olarak kendinizi alıştırıyorsunuz ve insanlara gözünüzün yaşının akmadığını gösteriyorsunuz. Dolayısıyla daha da güçleniyorsunuz.

Bu arada annem de babam da iyi insanlardı. Asla onların kavgalarına, kötü bir sözlerine şahitlik etmedim ve benim babaannem gibi çok güçlü bir koruyucum vardı, iyi ki vardı. O baktı, büyüttü beni ve ben büyüklerin büyüttüğü çocukların yani anne baba ve dede eli değmiş çocukların ne bileyim daha güçlü olduklarını düşünüyorum ve inanıyorum. İlk zorluğum hayatımda buydu ama her zorlukla mücadele etmeyi de küçükken öğrendim. Babaannem çok güçlü bir kadındı, anneannem de çok akıllı bir kadındı ve her ikisi de beni müthiş bir sevgiyle, ilgiyle büyüttü. Babam ile aramızda çok büyük bir hasret vardı. Babam hep Avusturya’daydı. Uzun bir süre hasret kaldım ama dediğim gibi hayatımda yaşadığım her kötülüğe, zorluğa karşı koymayı o zaman öğrendim.

Zorluklarla baş edince otomatik olarak kendinizi alıştırıyorsunuz Dolayısıyla daha da güçleniyorsunuz. Her zorlukla mücadele etmeyi de küçükken öğrendim. Babaannem ve anneannem beni müthiş bir sevgiyle, ilgiyle büyüttü.



Hayal ettiğiniz yerde misiniz?

Aslında hayalim farklıydı. Ben araba tamircisi olmak istiyordum; çünkü mekanığı çok seviyordum. Bir de babamın Amerikan arabası vardı ve onunla devamlı uğraşırdı. Bizim hayatımızda arabayı tamir etmek için hep sanayide geçirdi. Sanayide büyüdüm. Bayılırdım bir sıkıntı olduğunda buji değiştirmesinden, lastik değiştirmesinden, elimin geldiği, dilimin döndüğü kadarıyla motorundan, yağ değişimine her şeyi bilmek, öğrenmek isterdim ve gerçekten araba tamircisi olmak istiyordum. Hala da vardır içimde ama hayat sizi, sizin hayal ettiğinizin dışına da getirip götürebiliyor. Asıl önemli olan yeteneğiniz ölçüsünde yapabildiğiniz işi yapabilmenizdir. Çünkü bu müthiş bir mutluluk veriyor. Bunun para ile ilgisi yok. Sevdiğiniz bir işi yapabiliyorsanız, bir şekilde para kazanabiliyorsunuz. Ama bunun yanı sıra doğru işle özdeşleşirseniz eğer farkında olmadan yeteneğiniz de ortaya çıkıyor.

Sanayide büyüdüm. Dilimin döndüğü kadarıyla motorundan, yağ değişimine her şeyi bilmek, öğrenmek isterdim ve gerçekten araba tamircisi olmak istiyordum.



Mutlu oluyorsunuz, mutlu oldukça daha çok çalışıyorsunuz, daha çok çalıştıkça daha iyi yerlere geliyorsunuz. Tabii iyi insanlarla tanışmak önemli, torpilden bahsetmiyorum asla, sizi doğru yönlendirecek, kalbi temiz insanlarla tanışmak. Ben bu konuda çok şanslıyım ve şükürler olsun ki hayat beni istediğim yere getirdi. Ama bu istediğim yer hiç bitmiyor. En büyük isteğim anne olabilmektir, anne olamamıştım hatta olmayacağını düşündüğüm bir sırada Allah anneliği de nasip etti. Annelik bana ün verdi, şöhret verdi, tanınırlık verdi, iş verdi.



mesleğime yardım ediyordum. Fakat o sıralarda beni görseydiniz asla televizyoncu olacak demezdiniz. Sınıfın en tombiği en tembeli en yaramazı bendim. Ama şükürler olsun hayat başka başka yerlere getirdi.

Sonra lisedeyken kolejde okudum. Lisenin en büyük avantajı çok fazla faaldim çok fazla sosyal aktivitelere katıldım. Güzel konuşma yarışmaları ve farklı aktivitelere katıldım. Böyle olunca hem özgüveniniz yerine geliyor, hem de kendinizi geliştiriyorsunuz. Lisedeki bilgilerim aklımda değil ama bu yaptığım şeyler müthiş bir özgüven oluşturdu. Sahneye ilk defa ilkokulda çıktım. O yüzden çocuklarınızı ne yaparsanız yapın sosyalleştirin, özgüvenli olsunlar ve gücü hissetsinler, bunu bilsinler. Konuşmaktan utanan, çekinen, sıkılgan bir tip olabilirsiniz, bunu yenmek için ayna karşısında çalışın, konuşun, kendi kendinize, yalnızken sonra gücünüzü keşfedin, özdeşleştirip yaşamınıza katın, her yerde her şekilde.

Televizyon sektörüne girişiniz nasıl oldu?

Ona da babam vesile oldu. İlkokula giderken babam evde kamera ile beni bekliyordu. O zamanlar profesyonel kamera yoktu ama onda elektronik merakı vardı, benim bu anlamda çok daha rahat etmemi sağladı. İlk kamera karşısına geçişim babamın kamerasıydı, çok rahat konuştum, çok güzel anlattım. Babam aslında farkında olmadan benim

Çocuklarınızı ne yaparsanız yapın sosyalleştirin, özgüvenli olsunlar ve gücü hissetsinler, bunu bilsinler. Gücünüzü keşfedin, özdeşleştirip yaşamınıza katın, her yerde her şekilde.

İlk yayınızı hatırlıyor musunuz, ilk programınızda neler hissettiniz?

Ben radyo ile başladım. Radyoya da bir arkadaşım beni çağırdı. Onun işe girişi için ben gitmiştim, bir baktım beni işe almışlar. "İster misiniz, düşünür müsünüz?" dediler. Ben de bayıla bayıla dedim. O zamanlar lisedeydik. Tabii şimdi ki gibi değildi. Bütün mixlerin başında akşama kadar biz duruyorduk. Sabah 7'de haberlerle başlıyordum, 1'de sevgi hattını yapıp bırakıyordum. Bütün yayını ve bütün elektronik kısmını biz götürüyorduk. O zaman benim için çok keyifliydi, o zamanlar yayıma ilk önce haberleri okuyarak başladım. Sabah olduğu için 7 haberleri ile başladım. Şöyle bir şeye inanıyorum. Neyi düşünüyorsanız neyi yaşıyorsanız yüreğinizde, içinizde ne varsa onu konuşursunuz bu gerçektir ve bu insanların hayatına geçer. Ben bunu hep yaptım. İyi hissediyorsam iyi yaparım zaten onu insanlarda gördü. Mesela; şu anda röportajı yaparken bana hepiniz o kadar dikkatle bakıyorsunuz ki çok hızlı konuşmama, bir sürü şey anlatmama rağmen kimse kopmadı.

Gündüz kuşağı programını sunuyorsunuz, başarınızın sırrını neye bağlıyorsunuz?

Bu bir sır değil aslında. Herkes hayatında mutlaka bir şeyi başarmıştır. Sadece o başarıyı küçük görüp onu atlamıştır. Mutlaka bir şeyleri başarıyoruz, en büyük başarımız nedir, size söyleyeyim mi? Yürümek çok büyük bir başarı biliyor musunuz? Bak buradaki herkes bunu başarmış, başardığımız bir şeyler var eğer bu başarıyı siz görüp, hayatınızda yakalayıp, onun üzerine giderseniz bir şeyi çok iyi yapıyor olmanız gerekir. Biri çok iyi konuşur, biri çok iyi yemek yapar, biri çok iyi gözlemler, biri çok iyi düşünür. Yani mutlaka iyi yaptığınız bir şey var.

Aslında sizin vesilenizle biz ceza infaz kurumlarına gitmek isteriz yani gitmek isterim. Kader mahkûmu denilen bir olgu vardır. Gerçekten pek çok insanın başına gelebilir. Çekiniriz olur, borcunuz olur ödeyemezsiniz, yanlış anlaşırsınız, derdinizi anlatamazsınız, uzak yerler değil trafik kazası geçirebilirsiniz. Bunlar hepimizin başına gelebilecek şeyler. Eskiden kader mahkûmlarının mektupları okunurdu. O mektuplar yine gelse de okusam ben.

Hayat bizi sürüklüyor, bir taslak oluşturuyoruz ve bir sürü bize mail geliyor yani ihbar hattımız çok iyi çalışıyor. Ekibimiz devamlı onun başında, günde en az 500 telefona cevap veriliyor, muhtemel 2000-3000 telefon geliyor her gün. Ulaşmaya çalışıyoruz ama hepsine dönemesek de geri dönüş yapmaya çalışıyoruz. Bir sürü şey çıkıyor mesela; size bir şey söyleyeyim buraya gelmeden önce pazara gittim. Çok severim pazara gitmeyi, ben gerçek insanları pazarda bulabiliyorum. Size asla yalakalık yapmıyorlar, neyse onu söylüyorlar, “kızım seni çok seviyorum” deyip sarılan teyzeden ama bak bunu böyle yaptınız diyen nineme kadar hepsi orada ve ben insanlarla konuşmayı, geri dönüş almayı çok seviyorum.

Geçenlerde yine pazarda fotoğraf çektirmeye geldiler. Dedim ki, “kim çekecek fotoğrafı” “bilmem kim çekecek” dedi teyze. “Niye böyle durduk o zaman” dedim. “Bilmiyorum ki,” dedi. Yani bir sürü şey yaşıyoruz vesselam. Kendi orada bir şeyler satıyor, kocası orada kağıt topluyor, gelini bir kreşte temizlik görevlisi, oğlunun maalesef ayağı kesilmek zorundaymış. Bir anda fotoğraftan çıktık. Öyle hikaye bir anda gelirmiş ya doktorun ayağına, gerçekten orada öyle bir şey oldu. Kadına ben özellikle video çektim. Hangi hastanelere gittim, niye oğlunun ayağı kesilecek? diye konuştuk. Aradan 1,5 ay geçti, telefonu karıştırırken teyzenin videosu geldi. Hemen bizim ekibe yönlendirdim. Hanımefendiyi buraya getirdik, oğlunun tetkiklerini tekrar yaptırarak, oğlunun ayağı kesilmekten kurtuldu.

Reyting hikâye, asıl reyting dışarda bizi gören, bize sarılan, çatapat geçip bir şey söyleyen insanlar. Bir fanus içinde yaşamıyorum, hayatı yaşıyorum, öyle ünlü olmakmış hiç umurumda değil. Nasıl olsa bir yere geldim, bu Allah'ın bir lütfü, iyi kullanmak lazım, değerlendirmek lazım.

Sizin diğer kadın kuşağı programlarından farkınız nedir?

Herkes farklı bir şey yapıyor, bizim dünyamızda sağlık var, biz programda dedikodu yapmıyoruz, kimsenin arkasından konuşmuyoruz, bu magazinsel bir şey değil, bizler gerçekten hayatın tam ortasındayız. Herkesin evine, mutfağına, sağlığına hizmet eden bir program yapıyoruz. Farkını bilmem ama ben her program bitiminde çok mutlu oluyorum. Çünkü güzel bir şey yapmanın keyfini yaşıyoruz bütün ekiple. Bu sadece benim için geçerli değil, ekip işidir. Biz aramızda kötü kalpli birisini barındırmayız. Buraya gelen herkes bizim misafirimizdir ve gerçekten iyilik yapmayı, onun daha çok mutlu olduğu kimseyle çalışmayı tercih ediyorum, bütün ekiple gerçekten böyledir.

Hayat felsefenizden bahseder misiniz?

Allah bana istediğim işi yapmamı sağladı, çevreme gerçekten iyi insanlar koydu, kötü insanlardan da uzak durma gücü verdi. En büyük korkularımdan biri, Allah paraya muhtaç etmesin, parasız da bırakmasın derim. Ama bunun için Allah iyilik etme fırsatı verdi. Ne bilim kalp kırmamaya çalışıyorum. Farkında olmadan da yaptığım bir şey olursa hemen gidip, kalbini kazanmaya çalışırım. Benim sınıadığım şey evlat oldu herhalde ama hiçbir şeyin garantisi yok, babam hep bunu söyler. Hâlâ iç sesimdir babam, aynı zamanda her şey değişebilir hayatta, bugün göklerde yarın yerlerde olabilirsiniz. Her şey değişken o yüzden hiçbir şey benim demeyeceksin, olduğun yeri hiçbir zaman tam benimsemeyeceksin, bana göre sadece şükredeceksin. Hayatın ve her anın tadını çıkaracaksın. Benim saatim 06.57'ye kuruludur. 7 benim uğurlu sayımdır. Bu arada 07.07 doğumlu olduğum için alarmımda hep şöyle yazar: "Uyan her anına şükret, yeni bir gün başlıyor, her anın tadını çıkar." Bu mesajı kendim yazdım, kendim gaza geliyorum bir taraftan...

Büyüklerin yaptığı dualar çok önemlidir. Kötü insanlardan uzak durun, hayatınızda sadece istediğiniz kişilerle iletişim kurabilmek, istediğiniz işi yapabilmek büyük bir lüktür.

Daha önce röportaj yaptığımız Prof. Dr. Mustafa Karataş hocayla çalışmak nasıl?

Çok güzel, bir kere şunu söyleyeyim, Mustafa hocaya her şeyi sorabilirsiniz. Hocamı birebir gözlemleme şansım oluyor, ben asla yalan söylediğini görmedim. Hiçbir zaman ciddiye-tinden ve aynı zamanda iyi niyetinden taviz verdiğini görmedim. O yüzden benim de hem bir hoca hem eğitmen hem de bir ağabey gibi gördüğüm ve son derece takdir ettiğim, söylediğine de çok inandığım son derece efendi birisidir.

Bu arada benim babaannem cami hocasıydı. Benim çocukluğum bir yandan cami bir yandan sanayide geçti ve onun da mesleğim çok katkısı vardır. Hanımlara sohbetler yapardı, yukarıya bir yere çıkardı, ben de oraya çıkardım o halimle sanki o değil de ben konuşuyormuşum gibi düşünürdüm, havaya girerdim. Sonradan bu gerçek oldu ve ben babaannemin duası ile burada olduğumu düşünüyorum. O zaman televizyoncu olsun diye bir vizyonu yoktu tabii aklına bile gelmezdi, muhtemelen hayırlı bir yere gitsin diyordu. Ama ben bu duayı duydum. "Allah'ım" diyor "torunumun eli sıcak sudan soğuk suya değmesin, gelin olup da oralarda kötü iş yaptırmasınlar, üzmesinler, çok yormasınlar, oturtup süsleyip, püsleyip seyretsinler." diyordu. Benim annemi, babaannem çok severdi, hala çok sever ve babaannem gelinini oturtup süsleyip, püsleyip seyrederdi, o kadar severdi gelinini. Bana da aynı şeyi diledi yani dediği oldu mu, oldu. Televizyonda süsleyip, püsleyip, seyreliyorlar şimdi beni. O yüzden büyüklerin yaptığı dualar çok önemlidir. Kötü insanlardan uzak durun, hayatınızda sadece istediğiniz kişilerle iletişim kurabilmek, istediğiniz işi yapabilmek büyük bir lüktür.



Röportaj

Sizin ekranlarda beğendiğiniz kadın sunucu var mı?

Ekranı olan ve program yapma şansı bulan herkesin iyi bir sunucu olduğunu düşünmüyorum. Önemli olan "ne iyi kızdı." denmesidir. İşte bu nedenle bunu dedirtecek kişi yıllar yıllar sonra ekranda görünmese bile "bir Zahide Yetiş vardı, ne iyi bir kızdı." denilmesi bence en güzel şey. Çok sevdiğim dostlarım var, biri Müge Anlı. Mügeyle biz yıllardır dostuz. Biri de Zuhâl Topal. Biz böyle ekranın üç yüzü çok iyi arkadaşız. Ben ATV'ye ilk başladığımda Müge Anlı bana çok destek oldu, ablalık yaptı. Onun o ilgisi ve sevgisi beni çok mutlu etti, çok rahatlattı, hiç bitmedi dostluğumuz. Zuhâl ile de bizim eşlerimiz tanışıyor İzmir'den. Böyle üçlü bir arkadaş olduk. Demek ki bu sektörde de dostluk, arkadaşlık olabiliyormuş.



Adalet Bakanlığı Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü Değer dergisiyiz. Dergimiz hükümlü tutukluları toplama kazandırma amacıyla eğitici, geliştirici makaleler hazırlıyor. Dergimizle ilgili neler söylemek istersiniz?

Ben derginizi siz gelmeden önce inceledim. Bir kere çok kıymetli bilgiler bulunuyor. İnsanların iç huzurunun, dengesinin sağlanması için çok güzel bilgiler var. Çok güzel bir hizmet yapıyorsunuz, bu gerçekten harika bir dergi. İnsanlar hata yapabilirler. Hayatının tamamını tek bir hata ile bağlamamak gerekiyor. Yalnızlık çok ciddi bir sıkıntı ve aslında onlar yalnız olmadıklarını da görüyorlar ama gelecek asla morallerini bozmasınlar, herkesin başına gelebilir.

Bu derginin onlara ulaşması ve moral kaynağı olması, dış dünyaya açılan bir kapı olması bence yapabileceğiniz çok güzel bir çalışma o yüzden buraya kadar gelen sizi, dergi yetkililerini ve Adalet Bakanlığını yürekten tebrik ediyorum. Bu anlamda üzerimize düşen bir şey olursa yapmaya hazırız, bu insanların gözüne bakmak, uzaktan değil, yakınında olmak, yardımcı olmak isterim.

Sizin hayatınızda önemli olan değerler nelerdir?

Dürüstlük ve doğruluktur. İnsanların küçük görülmesi, onlarla dalga geçilmesi, aşağılanması çok kötü bir durumdur. Küçükken bunlar benim başıma geldiği için özellikle duyarlı olduğum şeylerdir. Tombik ve şişman olduğum için sınıfın en tembeli olduğum yıllardı o zamanlar. Bir hayli dalga geçilen bir çocuktum ben. O yüzden ben insana insan gibi davranmak ve insana değer katmak için bir şeyler yapmaya çalışıyorum. Ben bu açıdan Değer dergisini çok beğendim. Adı da muazzam ve insana değer katabilmek en önemli vasıf, bunu yapıyorsunuz ne güzel. Bizim de katkımız olursa ne mutlu bize...

Dergimiz okurlarına neler söylemek istersiniz?

Hayat bir gün o da bugün yani şu an. Hükümlü olan kardeşlerime söylüyorum, kendinizi kötü hissediyor olabilirsiniz ama bu geçecek siz bundan öncekine değil, bundan öncekinden ders alıp, bundan sonraki hayatınızı düşünün. O hayat sizin önünüzden daha kısa sürede geçecek. Bakın arkadaşlarınıza, çok uzun yıllar dediğiniz yılları orada geçirmiş insanlar da var. Ama bir şekilde topluma kaynaşmak için, tekrar ben buradayım demek

için çıktığınız zaman lütfen buradaki kazanımlarınızı negatif olarak almayın, siz bir aynasınız, siz bunları yansıtmazsanız insanlar da yansıtmayacaktır.

Devlette bu anlamda destek veriyor, özellikle iş bulma konusunda, bunları lütfen iyi değerlendirin. Hiçbirimiz kötü insanlar değiliz, ben insanların içindeki kötülüğün büyük olmadığını, bunun çevre baskı sonucu ortaya çıktığını düşünüyorum. Hayat bundan sonra da sizin için iyi olacaktır. Kötü, negatif asla aklınıza bir şey getirmeyin, kötü olandan uzak durun, hayat devam ediyor bunu asla unutmayın.

Burada çalışan kardeşlerimiz var. İnfaz ve koruma memurlarımız var. Bu işleri birinin yapması lazım ve iyi ki siz yapıyorsunuz, eğer oradaysanız ve bu insanlara değer katıyorsanız, negatif algılamıyorsanız bu insanların hayatının dönüşümü size bağlı. Görevinizin ne kadar önemli olduğunu unutmayın ve bu yüzden siz de işinizde dikkat edin. Çünkü mutsuz olunan bir ortamda görev yapmak zorundasınız, bu kolay değil ama sizin koca gönlünüzle bu işi en güzel şekilde yapabileceğinize yürekten inanıyorum ve hepinize tek tek teşekkür ediyor, değerli personelinizi sevgiyle kucaklıyorum.





Kaynakça:

<https://www.gezi-yorum.net/konya-beysehir/>
<http://www.seyahat/beysehir-golu-milli-parki/>
<http://www.beysehir-golu-nun-nisan-renkleri-14383763>
<https://www.kulturportali.gov.tr/>

Fotoğraflar Beyşehir Belediyesi arşivinden temin edilmiştir.

KONYA'NIN ÜNLÜ İLÇESİ

BEYŞEHİR

Konya, Türkiye'nin sadece yüzölçümü olarak en büyük değil, geniş coğrafyasının farklı özellikleriyle de en ilgi çekici illerinden biridir.

Merkezde birbirinden güzel Selçuklu yapılarının yanı sıra Mevlana Celaleddin Rumi Türbe ve çevresi, Beyşehir'de tevazünün zarafetini cisimleştiren, Anadolu'nun en güzel Selçuklu Camii olan Eşrefoğlu Camii, göl kıyısında Kubad'Abad Sarayı, Ereğli yakınlarında Hititlerin görkemli eserlerinden olan İvriz Kaya Anıtı, her biri başlı başına görmeye değer yerlerden ilk akla gelenleridir.

Konya şehrimize daha önceki sayımızda yer vermiştik. Bu sayımızda ise Konya'nın hem tarihi hem de doğal güzellikleriyle ön plana çıkan ilçesi Beyşehir'i ele alacağız.

Beyşehir; göl ve bir kısım Hitit dönemi anıtlarıyla öne çıkan bir yerdir. Bir yandan tarih bir yandan da doğal güzellikleriyle göz dolduran Beyşehir'e birlikte göz atalım.

13. yüzyılın ilk yarısında, **Selçuklu Sultanı Alaeddin Keykubad** devrinde, muhtemelen 1240'tan biraz önce çoğunluğunu Üçoklar'ın oluşturduğu Türkmenler tarafından yeniden kurulmuştur. Eşrefoğullarının hâkim olduğu dönemden itibaren Viranşehir'in adı Süleymanşehir olmuştur.

Beyliğin merkezi olmasından dolayı geçen zamanla beraber "**Beyin Şehri**" olarak anılır. Bundan dolayı da Beyşehir adını alır. Beyşehir adının bir de efsanevi hikâyesi vardır. Buna göre; Troğitis'de bulunan **Seyyid Harun Veli** şimdi kendi adıyla anılan camiyi yaptırmaktadır. **Eşrefoğlu Mehmet Bey** de ona malzeme yardımında bulunur. Sonrasında gelişen olaylar onları dost yapar. Eşrefoğlu, Troğitis'e Seydişehir adını verirken Seyyid Harun Veli de Süleymanşehir'e Beyşehir adını vermiştir. Görüldüğü gibi Beyşehir'in akıp giden zaman içinde aldığı adları incelerken tarihinin kilometre taşları da hemen belirmektedir.

Tarihi

Beyşehir'de, MÖ 2000-1200 yılları arasında Hititler, Efluntunpınar ve Fasıllar bölgelerinde eserler bırakmışlardır. Bu yıllarda bölge Asur Devletinin zaman zaman istilasına maruz kalır. MÖ 1200 yıllarında Frigler, bölgeye hâkim olurlar. Bunu takiben Pisinya adında bağımsız bir devlet kurularak, bölgeye Psidya adı verilir. 7'nci yüzyılda Lidyalılar, 546 yılında Persler, 333 yılında Büyük İskender ve takiben Romalılar bölgede egemen olurlar.

1071 yılında, Malazgirt Zaferinden sonra Selçuklu Türkleri, Beyşehir'de egemen olurlar. Anadolu Selçukluları devrinde Beyşehir büyük önem kazanır. Sultan Alaeddin Keykubat, Kubad-ı Abad şehrini buraya kurarak, ikinci başkent yapar. Anadolu'yu 1243 yılında Moğolların istila etmesi üzerine, Eşrefoğlu Seyfettin Süleyman Bey, Süleymaniye (Beyşehir) şehrini kurar ve buradan bağımsızlığını ilan ederek Eşrefoğlu Beyliğini meydana getirir.

Eşrefoğlu Beyliği 1326 yılında, Moğollar tarafından yıkılır. Daha sonraki dönemde bölgede, Karamanoğulları ve Osmanlıların egemenliği görülür. 1476 yılında, Fatih Sultan Mehmet tarafından bölge Osmanlı egemenliğine alınır.

Konumu: Topraklarının dörtte birini Beyşehir gölü kaplıyor. Deniz yüzeyinde 1124 metre ve Konya Ovasından 100 metre yüksektedir. Dört bir yanı dağlarla çevrili, çukur bir alandır. Bu yayla çukurluğunun ortasında **Beyşehir Gölü** ve güneybatısında ise küçük **Beyşehir Ovası** bulunmaktadır. İlçe ve çevresi, özellikle göl nedeniyle uzun yıllardan beri yoğun ve önemli bir yerleşim bölgesi olmuştur.



Ulaşım

Konya-Beyşehir arası uzaklık 93 kilometredir. Beyşehir'de trafik oldukça yoğundur. Çünkü önemli bir kavşak merkezidir. Doğusundan geçen Konya-Isparta-İzmir karayolu ile batıya, Konya-Antalya karayolu ile güneye açılan bir kapı gibidir.

Turizm

Beyşehir ve çevresi, tarih ve tabiatı ile bir turizm cenneti sayılabilir. Doğal yönden bir Milli Park, arkeolojik yönünden de bir açık hava müzesi hüviyeti taşır. Bunun içindir ki, tarih ve tabiat iç içe yaşıyor. İlçede, 1 öğretmenevi ve 5 otel bulunuyor. Öğretmenevi, konumu itibarıyla muhteşem bir yerde bulunuyor.



Beyşehir'de Gezilecek Yerler

Taş Köprü: Taş köprü, aynı zamanda baraj görevi de yapıyor. **Tarihi Anadolu-Bağdat Demiryolu** kurulması sırasında yapılmış. Kuzey güney yönünde uzanmış olup, 15 tane gözü vardır. Göze hoş gelen bir yapı olup, oldukça dayanıklıdır. Yeni köprü'nün 1997 yılında açılması üzerine taş köprü taşıt trafiğine kapatılmıştır. Regülatörden, Çarşamba çayına dökülen sular, 216 kilometre civarında bir mesafe alarak Konya ovasına ulaşır. Kanal vasıtasıyla gölden ortalama 500 milyon metreküp su alınmakta olup, bu suyla arazi sulanmaktadır.

Eflatunpınar Hitit Anıtı: Beyşehir'in kuzeyinde, 5 kilometre uzaklıkta, Sadıkhacı Köyü sınırları içerisinde. Hititlerin önemli kutsal şehirlerinden birinin, günümüze

kadar gelebilen önemli dinsel bir anıttır. Anıtı, **W. J. Hamilton**, 1849 yılında keşfetmiştir. Anıt, bir su kaynağının kenarında, dikdörtgen taşlar üzerinde kabartmalardan oluşmaktadır. Anıtın ilk planı bilinmemektedir.

Bu anıt açık hava anıtlarından daha küçüktür. Ereğli'deki meşhur **İvriz Kabartmasını andırır**. Ne var ki geçen zaman içinde çevrede o medeniyetten pek az iz kalmış. Kuzeyde, yüzünü pınara doğru çevirmiş, muhteşem bir abide var. 7 metre eninde ve 4 metre yüksekliğindeki abide, 14 muazzam taştan yapılmış. Anıt biçimine bakıldığında, **Hitit Kralı IV. Tudhaliya** dönemine tarihlenmektedir. MÖ 13'üncü yüzyılın son çeyreğine rastgelen bu dönemde anıtın bulunduğu bölgede, Kral IV. Tudhaliya'nın kuzeni Kuruntu hüküm sürmekteydi. Doğal bir kayaya oyulmamış, her parçanın üzerinde figür bulunan blok taşların örülmesiyle oluşmuştur. Önünde su toplama havuzu bulunmaktadır.

Kuzeye doğru dönük yapılan eserin batı yanında, yerden bir kaynak suyu fışkırıyor ve önü kesilen su, küçük gölü oluşturuyor. Gölün üzerinde 14 lahit boyuna ulaşan bir cephe yükseliyor. Blok taşların üzerindeki figürler; üstte güneş kursu, ortada tanrıça ve tanrı kabul edilen figürlerin arasında, yanlarında ve en alttaki figürler, ellerini yukarıya kaldırıp, tanrı ve tanrıçaları selamlıyorlar. Bu işlenen temada bereket sembolü sayılan toprak, su ve güneşin ön plana çıktığı görülüyor. Bir süre burada yaşadığına inanılan ünlü Eflatun'dan dolayı bu adı aldığı sanılıyor. Aslında Eflatun ile anıt arasında bir ilgi olması pek mümkün değil. Adı verilirken renginden esinlenmiş olması ihtimali daha güçlüdür.

1996 yılında Konya Müze Müdürlüğüne, anıt çevresinde temizlik ve kazı çalışmaları başlatılmıştır. Çalışmalarda anıtın dikdörtgen planlı bir havuzun parçası olduğu anlaşılmıştır. 1998 yılı çalışmalarında anıtın alt kısmında, 5 adet daha tanrı kabartması bulunmuştur.





Beşik Kayası (Hitit tanrı heykelleri): Beyşehir'e 18 kilometre uzaklıktaki, Fasıllar köyündedir. 7 metre uzunluğunda, yekpare kayaya oyulmuştur. Bir örneği Ankara Anadolu Medeniyetleri Müzesinde sergilenmektedir.

Kubad-Abad Sarayı: Kubad, adaleti yerine getiren, Abad da şenlenen yer anlamına gelir. Beyşehir gölünün güneybatısındadır. Sultan Alaeddin Keykubad tarafından, 1226-1236 yılları arasında yaptırılmıştır. Basit bir saray olmaktan öte, sürekli ikamet için yapılmış Selçuklu yapılar topluluğudur. Türk saray külliyesinin en eski örneğidir. Ayrıca günümüzde planı bilinen tek Selçuklu saray külliyesidir.

Sultan ve emirleri için yapılan saray ve kökler, çeşitli renk ve desendeki çinilerle süslenmiştir. Yapılan kazılarda sarayın temelleri ve bölümleri, sarayda kullanılan yapı malzemesi, renkli camlar, kürkler, alçı dekorasyon, cam, sikke, seramik ve çiniler bulunmuştur.

Sarayın çinileri sır altı ve lüster tekniğiyle yapılmıştır. Ayrıca çeşitli formlarda çini mozaiklerde bulunmuştur. Bulunan çiniler figürlü, geometrik ve bitkisel bezemelidir.

Ayrıca, Baba İshak isyanı sırasında da II. Keyhüsrev'in burada olduğu söylenir. Bu harika yapının mimarı Sadettin Köpek'in, Sultan II. Keyhüsrev'in emriyle Kubadabad'da öldürülmüş olması çarpıcı bir gerçektir.



Pınargözü Mağarası: Pınargözü, Türkiye'nin en derin ve en büyük mağaralarından biri olarak kabul ediliyor. Gölün batı yakasında, Yenişarbademli'nin 11 kilometre batısında, Gölyaka orman yolu üzerindedir. Dünyanın girişi en zor mağaralarından sayılmaktadır. Ağustos ayında, içinde 166 kilometre hızla rüzgâr esmekte, ısı 5 derece olmaktadır. Mağaraya ilk kez 1965 yılında, Türk Mağaracılar Derneği Başkanı Jeolog Dr. Timuçin Aygen girmiştir. Ancak rüzgâr, çağlayan, menderes ve kuyuların engellemesi yüzünden yalnızca 12 çağlayan aşılarak 3 kilometre ilerleyebilmiştir. Mağaranın denizden yüksekliği 1550 metredir.



Beyşehir Gölü: Beyşehir Gölü, Konya ve Isparta il sınırındadır. Göller yöresinde, Sultan Dağları ile Anamas Dağları arasında uzanan göl, Konya'ya 94, Isparta'ya ise 105 kilometre mesafede. Tektonik kökenli yani yerkabuğunun hareketleriyle meydana gelen çanaklarda su birikmesiyle oluşmuş. Beyşehir Gölü'nde yükseltileri 20-50 metre arasında değişen 33 ada yer alıyor. Bunların bazıları Mana Adası, Hacı Akif Adası, İğdeli Ada, Çeçen Adası, Aygır Adası, Kız Kalesi Adası. Mana, gölün en büyük ve üzerinde köy bulunan tek adası burada cami ve okul da bulunuyor. Göl kıyısındaki teknelerle, güneşli bahar günlerinden itibaren göl seyri ve ada turu yapmak isteyenler için muhteşem bir yerdir.

Kuzeybatıdan güneydoğuya uzanır. Gölün sığ suları bazı kışlar donmaktadır. Öyle ki, gölün üzerinden at arabaları ile geçilebilecek derecede donduğu olmaktadır. Bazı yıllarda göl suları iyice çekilir. Güneyi ile bir kesim doğu kıyıları bataklık ve sazlıktır.

Gölün bulunduğu Milli Park alanı içerisinde; su sporları, dağ sporları ve av sporları yapma imkânı da vardır. Su ürünleri açısından ekonomik değeri yüksektir. Ama yeterince yararlanılamıyor. Gölde bolca tatlı su balığı bulunuyor. Bunlar; sazan, akbalık, kızkırmızı, gökçe, çamurca, kaya ve yılan balıklarıdır. Tatlı su balıkçılığının yapıldığı Beyşehir Gölü Milli Parkı'nda soğuk hava sebebiyle avcılarının büyük bölümü faaliyetlerine ara verirken, bazı balıkçılar ise günbatımı saatlerinde tekneleriyle göl sularına açılarak ekmek mücadelesi vermeye devam ediyor. Akşam saatlerinde serilen ağlar ise ertesi gün, gün içerisinde kontrol edilerek varsa takılan balıklar toplanıyor. Hava sıcaklıklarının gece eksi 9 dereceleri gördüğü Beyşehir Gölü kıyı kesimlerinde, dondurucu soğuk hava nedeniyle yer yer buzlanma olması dikkat çekiyor.

Beyşehir Gölü, balıkçılık dışında kuş türleriyle de dikkat çeken bir göldür. Beyşehir Gölü'nün çevresindeki 88 bin 750 hektarlık alan, 1993'te milli park ilan edildi. Göl aynı zamanda sit alanı olarak kabul ediliyor. Önemli bir sulak alan olan Beyşehir'de birçok kuş türü barınıyor. 130'a yakın tür bulunduğu söyleniyor. Kuş türlerinden en önemlileri; meke, bahri, batağan, yeşilbaş ördek, karabaş martı, gümüş martı, saz delicesi, pelikan, angıt, gri balıkçıl, büyük ve küçük akbalıktır.

Balıkçı tekneleri ve gökyüzünde kanat çırpın kuşlarla birlikte günbatımı görenleri kendisine hayran bırakıyor.



Günbatımının en güzel izlendiği noktalardan birisi olan Sevgi Adasına gelen gençler de güneşin batışını banklara oturarak izliyor. Beyşehir Belediyesinin mini ada üzerinde oluşturduğu "Beyşehir" yazısı da günbatımı anlarında fotoğraf tutkunlarının öz çekim yapmak için ilgi gösterdiği alanlar arasında yer alıyor. Beyşehir Gölü'nü içine alan milli parkın ormanlarını ise ağırlıklı olarak ardıç, karaçam, köknar, sedir ve meşe türleri oluşturuyor. Ağaçlar yer yer göl kenarına kadar uzanıyor ve Beyşehir Gölü'nün güzelliğine güzellik katıyor. Milli park alanında, yetkililerin kontrolünde ve göstereceği yerlerde, kısa süreli olmak kaydıyla çadırla ve karavanla kamp da yapılabilir.

Gölün; 2 plajı, 22 adası ve çok sayıda kayalığı bulunuyor. Sığ sulara derinlik ancak 100 metre sonra insan boyunu aşıyor. Elverişli kumsallar güneydoğu, doğu ve kuzeydeki kumsallardır. Üstünler, Karadiken, Bademli kıyıları ile Budak, Kireli ve Tolca kıyıları en iyi plaj yerleridir. Kıyılarda henüz çevre ve kıyı kirlenmesi görülmemektedir. Ayrıca önemli bir kuş üreme, barınma, beslenme ve konaklama merkezi durumundadır. Bu yönü ile turizm açısından önem taşır.







Hüseyin ÖZTÜRK
Trabzon E Tipi Kapalı Çık,
İnfaz ve Koruma Memuru



Fotoğrafçılığa Adanmış Hayatlar

1

Bir önceki sayımızda fotoğrafçılık ile ilgili konulara giriş yapmıştık. Bu ay ise bu sanata gönül vermiş ustaların kim oldukları ve neleri başardıklarından bahsetmek istiyorum. Bu süre zarfında bir ay fotoğrafçılık ile ilgili bilgiler bir ay ise fotoğrafçılık sanatına gönül vermiş, hayatını adanmış sanatçılardan bahsetmeye çalışacağım.

Bu ayki sayımızda 17 Ekim 2018 tarihinde aramızdan ayrılan usta sanatçı **Ara Güler**'in hayatını size aktaracağım. Ara Güler, 16 Ağustos 1928'de İstanbul'da doğdu. Lisedeyken film stüdyolarında sinemacılığın her dalında çalışırken Muhsin Ertuğrul'un tiyatro kurslarına devam etti; çünkü yönetmen veya oyun yazarı olmak istiyordu.

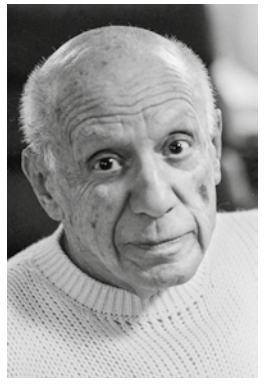
1950'de Yeni İstanbul Gazetesi'nde gazeteciliğe başlarken aynı zamanda İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi'ne devam etti. 1958'de *Time*, *Life*, *Paris-Match* ve *Der Stern* dergilerinin yakın doğu foto-muhabirliği görevlerini üstlendi. 1954'te *Hayat* Dergisi'nde fotoğraf bölüm şefi olarak çalışmaya başladı.

1953'te Henri Cartier Bresson ile tanışarak Paris **Magnum** Ajansına katıldı ve İngiltere'de yayımlanan "Photography Annual Antalojisi" onu **dünyanın en iyi 7 fotoğrafçı-sından biri** olarak tanımladı. Aynı yıl **ASMP**'ye (Amerikan Dergi Fotoğrafçıları Derneği) tek Türk üye olarak kabul edildi.

Dünyaca Ünlü Fotoğrafçı

1962'de Almanya'da çok az fotoğrafçıya verilen "**Master of Leica**" ünvanını kazandı. İsviçre'de çıkan **Camera** dergisinde kendisine özel bir sayı ayırdı. 1964'te Mariana Noris'in ABD'de basılan "**Young Turkey**" adlı yapıtında fotoğrafları kullanıldı. 1967'de **Japonya**'da çıkan "**Photography of the World**" antolojisiinde Richard Avedon ile birlikte bir dizi fotoğrafı yayınlandı. 1967'de **Kanada**'da açılan "**İnsan-ların Dünyasına Bakışlar**" sergisinde, 1968'de New York **Modern Sanatlar Galerisi**'nde düzenlenen "**Renkli Fotoğrafın On Ustası**" adlı sergide; aynı yıl **Almanya**'da, Köln'de **Fotokina Fuarı**'nda yapıtları sergilendi. 1970'te "**Türkei**" adında fotoğraf albümü Almanya'da yayımlandı. Sanat ve sanat tarihi konularındaki fotoğrafları **ABD**'de **Time**, **Life**, **Horizon** ve **Nesweek** kitap bölümlerince ve **İsviçre**'de **Skira Yayınevi** tarafından kullanıldı. 1971'de **Lord Kinross**'un "**Hagia-Sophia**" (Ayasofya) kitabının fotoğraflarını çekti.

Yine **Skira yayınevinde** Picasso'nun 90. yaş günü için yayımlanan "**Picasso Metamorphose et unite**" adlı kitap için Picasso'nun foto-röportajını yaptı. 1972'de **Paris Ulusal Kitaplıkta** sergisi açıldı. 1975'de **ABD**'ne davet edildi ve birçok ünlü Amerikalının fotoğraflarını çektikten sonra



"**Yaratıcı Amerikalılar**" adlı sergisini dünyanın birçok kentinde sergiledi. Yine aynı yıl Yavuz zırhlısının sökülmesini konu alan "**Kahramanın Sonu**" adlı bir belgesel film çekti. 1979'da **Türkiye Gazeteciler Cemiyeti**'nin "Foto Muhabirliği" dalındaki birincilik ödülünü aldı.

1980'de fotoğraflarının bir kısmı **Karacan Yayıncılığın** bastığı "**Fotoğraflar**" adlı kitabında basıldı. 1986'da **Hürriyet Vakfı**'nca basılan Prof. Abdullah Kuran'ın yazdığı "**Mimar Sinan**" kitabını fotoğrafladı. Aynı kitap 1987'de "**Institute of Turkish Studies**" tarafından İngilizce olarak yayınlandı. 1989'da "Ara Güler'in Sinemacıları" kitabı basıldı.

1991'de **Dışişleri Bakanlığı** için Halikarnas Balıkcısı'nın (Cevat Şakir Kabaağaçlı) "**The Sixth Continent**" adlı

kitabını fotoğrafladı. Bu arada bütün dünyayı gezerrek foto röportajlar yaptı ve bunları Magnum Ajansı ile dünyaya duyurdu. **İsmet İnönü, Winston Churchill, Indira Gandhi, John Berger, Bertrand Russel, Bill Brandt, Alfred Hitchcock, Ansel Adams, Imogen Cunningham, Salvador Dali, Picasso** gibi birçok ünlü kişi ile röportajlar yaptı ve fotoğraflarını çekti. En ünlüsü fotoğrafçılara poz vermeyen Picasso röportajı. Yıllarca üstünde çalıştığı Mimar Sinan yapıtlarının fotoğrafları 1992'de Fransa'da, ABD ve İngiltere'de "**Sinan, Architect of Soliman the Magnificent**" adlı kitabı yayımlandı. Aynı yıl "**Living in Turkey**" adlı kitabı İngiltere, ABD ve Singapur'da "**Turkish Style**" başlığıyla, Fransa'da "**Demeures Ottomanes de Turquie**" adıyla yayımlandı. 1994'te

"**Eski İstanbul Anıları**", 1995'te "**Bir Devir Böyle Geçti**", "**Yitirilmiş Renkler ve Yüzlerinde Yeryüzü**" fotoğraf kitapları yayımlandı. Ara Güler'in fotoğrafları Paris Ulusal Kitaplıkta, ABD'de Rochester Georg Eastman Müzesi'nde Nebraska Üniversitesi Sheldon Koleksiyonu'nda bulunuyor. Köln Museum Ludwig'de Das Imaginare Photo Museum'da fotoğrafları sergileniyor.

Usta sanatçı böyle başarılarla imza atmış birisiydi, ayrıca birçok devlet liderinin fotoğrafını da çekmiştir. Hayata gözlerini yummadan önce ise Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan'ın fotoğraflarını çekmek istediği ve bu isteğinin kabul edilmesi ile Cumhurbaşkanı Erdoğan'ın Kısıklı'daki konutunda güzel kareler yakalamıştır.

Kaynakça:
www.araguler.com.tr/tr/aboutaraguler.html



Dostluk ve Güven Üzerine

Sevgili dostlar, her zaman olduğu gibi bugün de sizleri rabbimin selamı ile selamlamak istiyorum. Bugünkü yazımız dostluk ve güven üzerine olacak inşallah. İnsanın sıkıntılı zamanlarında derdini paylaşabileceği, içini açık sıkıntılarını anlatabileceği, koşulsuz, önyargısız bir şekilde hesapsızca kendisini dinleyecek, gerektiğinde canını, malını emanet edebilecek kadar güvенеbileceği dosta ihtiyacı vardır. Dostluk bu yaşamda sahip olacağımız en kıymetli, paha biçilmez manevi varlıktır.



Dost dediğin sırdaştır, arkadaş-
tır, sorgusuz sualsiz, şartsız
seni sevendir. Kendisini ve
sahip olduğu imkânları gerektiğinde se-
nin uğrunda feda edendir. Dostlarımız
sırtımızı yaslayabileceğimiz sığınağı-
mızdır. Güvendiğimiz, değer verdiğimiz
insanlar sayesinde, yaşayacağımız
sıkıntıları daha kolay aşar, karşılaştı-
ğımız güzel hadiselerin sevincini daha
yoğun yaşarız. **Dostlarımızla sevinci-
mizi, mutluluğumuzu olduğu kadar,
üzüntümüzü ve tüm sıkıntılarımızı
da paylaşıyoruz.** Hayatımıza değer katan
insanlarla **"mutluluklarımız paylaştık-**

**ça çoğalır ve üzüntülerimiz paylaştık-
ça azalır."** Eğer bu hayatta gerçekten
güvenebileceğin bir dostun varsa çok
şey kazanmışsın, yok eğer çevren-
de seni anlayan, hesapsız yardımına
koşan, sırtını yaslayıp güvenebileceğin
bir dostun yoksa çoktan kaybetmişsin
demektir.

**Günümüzde maalesef dostluklar
yapmacık olmaya başladı.** İletişim
gözden göze, gönülden gönüle olur
sözü dostlukların temelini oluşturmaz
oldu. Arkadaşlıklar sanal ortama taşın-
dı, eskiden en mahrem diye bildiğimiz

hallerimiz sanal ortamda teşhir edilip
ulu orta paylaşılır oldu. Dolayısıyla
kurulan dostluklarda kısa ömürlü ol-
maya başladı. Hatta gençler arasındaki
tanışmalar sosyal medya aracılığıyla,
evlilikler, sosyal medya aracılığı ile
boşanmalar bile birbirlerini yüz yüze
görmeden sanal ortamda gerçekleşiyor.
İnternet ağına bağlı olarak kurulan
dostluklar ise çok basit sudan sebepler,
incir çekirdeğini bile doldurmayan me-
seleler yüzünden çabucak son buluyor.
Çok iyi dostum, varlık sebebim denilen
insanlar çok geçmeden birbirinden nef-
ret eden düşmanlar haline gelebiliyor.

**"Arkadaşlıklar
sanal ortama taşındı,
eskiden en mahrem
diye bildiğimiz
hallerimiz
sanal ortamda
teşhir edilip ulu
orta paylaşılır oldu.
Dolayısıyla kurulan
dostluklarda kısa
ömürlü olmaya
başladı."**





Sevgili dostlar; Allah (cc) dostluğa o kadar çok önem vermiştir ki, âlemlere rahmet olarak gönderdiği efendimize habibim, yarattığı insanların içinde en büyük imtihanlara tabi tuttuğu **İbrahim** (as) “**dostum**” (halilim) demiştir. İnananları birbirlerinin velisi tayin etmiş ve dostun dosta olan görevini kerim kitabımızda şöyle bildirmiştir: “Mümin erkeklerle mümin kadınlar da birbirlerinin velileridir. Onlar iyiliği emreder, kötülükten alıkoyarlar, namazı dosdoğru kılarlar, zekâtı verirler, Allah ve Rasûlüne itaat ederler...” (Tevbe, 71)

Rasûlullah (sav)’de insanların birbirlerini sevmelerini imanın şartı saymıştır. “Allah’a yemin ederim ki; sizler iman etmedikçe cennete giremezsiniz. Birbirinizi sevmedikçe de gerçek iman etmiş olamazsınız. Yaptığınızda birbirinizi seveceğiniz bir şey öğreteyim mi? Aranıza selamı yayınız.” (Müslim)

İmam-ı Gazali’ye göre İnsanlar kendileriyle münasebet kurma yönünden üç kısma ayrılır:

Gıda Gibi Olanlar
Her zaman gereklidir.

İlaç Gibi Olanlar
Ancak gerektiğinde ihtiyaç duyulur.

Hastalık (Dert) Gibi Olanlar
Bunlara ihtiyaç duyulmasa da, gelip musallat olurlar.

Dostluk, insan kalbinde menfaatten çok uzak bir yere yerleşir, dost bildiğin insan ne zaman ihtiyacın olsa hep çevrendedir. Sen aradığında değil, aramadan da yanına gelen, sen istemesen de ellerinden tutan ve sen beklemesen de seni sancılı günlerinden çekip kurtarandır.

Dost dediğin, kırılısanız bile senin yanında olmaktan hiç vazgeçmeyen. Aranız ne durumda olursa olsun kendisinden çok seni düşünendir. Dost dediğin seni dinler ve anlamaya çalışır. Asla sana kendini yalnız hissettirmez ve hata yaptığın zaman koca bir hayatı kendini suçlayarak yaşamana izin vermeyen insandır.

Gerçek Dostluk nedir?

Sen ağlarken seni güldürmeyi bilen, sen mutluyken mutluluğu katlayan ve acı çekerken de acını çekip alan ve sana huzur veren insandır. Hâsılı dost dediğin aslında üzüntünün de sevincini de paylaşan değil, seninle yaşayan insandır.

Sahip olduğumuz dostlarımız aynamızdır aynı zamanda. Onun içindir ki: “Bana dostunu söyle sana kim olduğunu söyleyeyim.” demiş atalarımız. Yine dostlarımız sayesinde kötü alışkanlıklarımızdan kurtulur, dost sandıklarımız sayesinde ise insan olunca sığmayan, hatta insanlığımızdan çıkaran kötü alışkanlıklar edinilebilir. Ne güzel demiş **Mevlana**: “Kimle gezdiğiniz, kimle arkadaşlık ettiğinize dikkat edin. Çünkü bülbül güle, karga çöplüğe götürür.” Gerçek dostlar “özden uzaklaşsalar bile gönülden uzaklaşmazlar.” Mevlana’nın diliyle “Dostluk, illa yan yana diz dize olmak değildir, can cana kalp kalbe olmaktadır.” **Hz. Ali’ye** göre; “Her şeyin hayırlısı yeni olanıdır, dostun hayırlısı ise eski olanıdır.”

Yapılan her ihanet yanıltır ve yaralar insanı ancak güvendiğimiz, sırrımızı paylaştığımız, dost bildiğimiz birinden gelirse daha çok etkiler daha derinden yaralar.

Yağmur gibi, yağar başıma taşlar

İlle dostun bir tek fiskesi yâreler beni

Şu ellerin taşı hiç bana değmez

İlle dostun bir tek gülü yareler beni (Pir Sultan Abdal)



Dostluğun hakikati, imtihan edilmeden anlaşılmaz. Gerçek dostlar, tıpkı yıldızlar gibi karanlık çökünce ortaya çıkarlar. Zor zamanda dostunun yanında olan, onun elinden tutan ve derdini paylaşan kimseler, gerçek dostlardır. Bu bakımdan imtihan edilmemiş dostluklara fazla bel bağlamamak gerekir.

Hz. Mevlana müritleriyle giderken, sarmaş dolaş olmuş bir grup köpek görürler. Müritlerinden biri şöyle der: “Şunlara bakın, ne güzel kardeşlik örneği gösteriyorlar. Keşke insanlar da bunlardan ibret alsalar!”

Mevlana tebessüm ederek şöyle karşılık verir: “Aralarına bir kemik atıver de o zaman gör kardeşliklerini...”

Sen benim öyle büyük bir dostumsun ki, seni hayatıma aldığım günden beri hayat artık çok daha kolay. Çünkü senin gibi tüm dertlerimi alan, sevinçlerimi çoğaltan mükemmel bir dostum var. Seninle birlikteyken her derdimin çaresi var sanki. Sen bu dünyada eşine zor rastlanan bir dost ve kalbi yüce bir insansın deyip sığınabileceğimiz gerçek dostlarla olmanız dileğiyle. Selam ve dua ile...



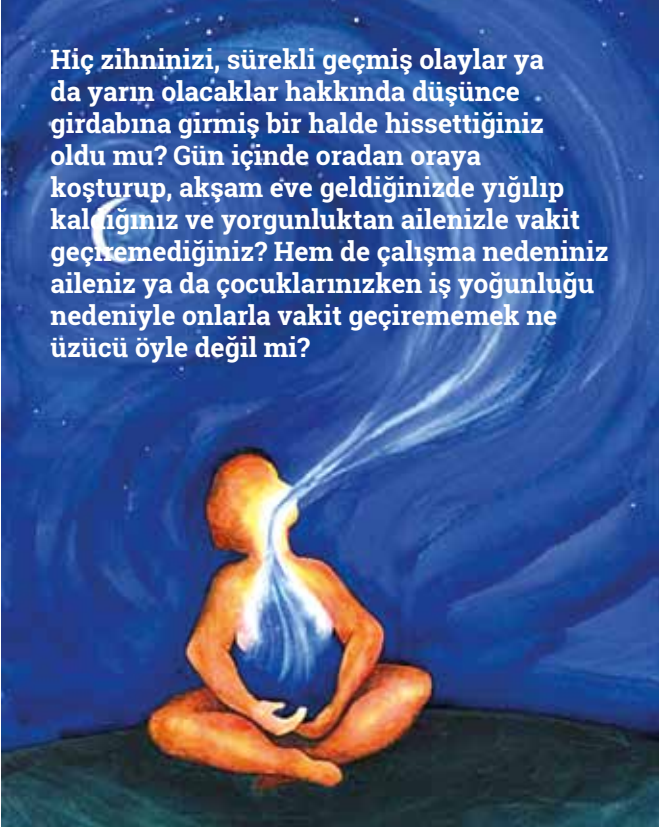
DİNLEN, BİR NEFES AL

"Bir kuşun sesini gerçek anlamda dinlememize, bir sonbaharın yaprağının görkemini derinden görmemize, başka birinin yüreğine dokunmamıza ve onun bize dokunmasına izin veren şey sadece bir dikkat verme olayıdır."

Christina Feldman ve
Jack Kornfield



Hiç zihninizi, sürekli geçmiş olaylar ya da yarın olacaklar hakkında düşünce girdabına girmiş bir halde hissettiğiniz oldu mu? Gün içinde oradan oraya koşturup, akşam eve geldiğinizde yığılıp kaldığınız ve yorgunluktan ailenizle vakit geçiremediğiniz? Hem de çalışma nedeniniz aileniz ya da çocuklarınızın iş yoğunluğu nedeniyle onlarla vakit geçirememek ne üzücü öyle değil mi?



Oysa başka türlü mümkün. Tüm bu "kısıtlı sürede çok fazla iş yetiştirmemiz gerek" zorunluluğu kendi zihnimizin zindanı. Aynı işi aynı sürede daha az gergin hissederek gerçekleştirmek mümkün. İçinde bulunduğumuz zamanın farkında olarak, anda kalarak, bir işi yaparken öncesinde yaşadığımız talihsizlikleri ya da yarının getireceği kaygıları düşünmeden o işi gerçekleştirmek hissettiğimiz stresi çok daha az seviyede tutacaktır.

İnsan bedeni içinde yaşamak kolay bir iş değildir ama neyse ki bunu başarmak için gereken tüm özelliklere sahibiz. İnsana özgü farkındalık ve şefkat duygusu gibi özelliklere doğuştan sahibiz. Bedenimiz içinde rahat olmanın ilk şartı dikkatimizi ona odaklamaktır. Bizi rahatsız eden şeyin ne olduğunu bilmeliyiz. Ona ancak o zaman şefkatle karşılık vermemiz mümkün olur.

Acı çektiğimiz zaman, sorunumuzun ne olduğunu her zaman kolaylıkla saptayamayız. **Örneğin;** iş yerinde tatsızlık yaşamışsak, bize haksız davranıldığını ve amirimizin bize kişisel bir garezi olduğunu düşünebiliriz. Uykusuz geçirdiğimiz bir gecenin yarısında çaresizliğe düşüp ve böyle hissetmemize neden olan kişilerden intikam alma hayalleri kurabiliriz. Zihnimize güvenip, kendimizce akıllı olduğumuzu zannedip korku ve üzüntü gibi hislerimizi bloke edebiliriz. **Acı çektiğimizde kendimizi beynimizin içinde dönüp duran düşünce kalabalığının içinde bulamıyor olabiliriz.**

Farkındalık; işler iyi gitmediğinde bedenimize emniyetli bir şekilde demir atmamızı sağlayan bir bilinçlilik türüdür ve bizi gereksiz acılara karşı koruyan bir hayat tarzına dönüşebilir. Farkındalık içinde olduğumuzda, hoş olmayan bir deneyimden kaçmaya daha az ihtiyacımız olur. Çünkü onun çevresinde minik de olsa nefes alacak bir yer vardır.

Zihninizin demir atmaya ihtiyacı vardır. Ruhsal acılarımızın çoğunluğu zihnimizin bir konudan bir konuya sıçramasından –ki bu son derece yorucu bir şeydir– ya da bizi mutsuz eden düşüncelerden ve duygulardan kaynaklanır. Zihnimizin bu tür bir davranış içinde olduğunu fark ettiğimizde ona nötr ve değişmez bir yere demir attırmamız gerekir. **En yaygın çapa, nefestir.** Çünkü nefesi günün 24 saati alıp verimiz, bedende hafif bir harekete neden olduğu için fark edilmesi kolaydır, kişiye aşına gelen bir olaydır, o nedenle günlük hayatın fırtınalarına

karşı emniyetli bir sığınak oluşturur. **Nefes farkındalığı** dikkatimizi toplanın ve kendimizi şimdiki zamana getirmemizin en mükemmel yoludur. Bazı insanlar nefeslerine odaklanmakta zorlanırlar. Fiziksel travmaya maruz kalmış kişiler kendilerine bedenlerinin hatırlatılmasından hoşlanmazlar; çünkü böyle bir şey kötü anılarını onlara geri getirir. Bedenin herhangi bir yerine odaklanmak da sağlık konusunda endişeleri olan kişilerde yeni endişeleri tetikler. Ayrıntılara önem veren ya da kompulsif kişiler de nefeslerine aşırı bir dikkatle odaklanırlar. O yüzden nefeslerinin kesildiğini hissederler. Aşağıdaki alıştırma yaparken bu deneyimlerden herhangi birini yaşıyorsanız kendinize yeni bir çapa bulun. Ayağınızın altındaki zemin, kucağınızda kavuşturduğunuz elleriniz... Çapa olarak neyi seçerseniz seçin zaman içinde o nesne sizin en yakın dostunuz haline gelecektir.

Aşağıdaki egzersiz size nefesinizi çapa olarak nasıl kullanacağını göstermektedir. Ama dikkatinizi odaklamak için farklı bir nesne seçmekte özgür olduğunuzu hatırlatmak isterim.

Bunu Deneyin: “Nefes Alma Farkındalığı”

Bu egzersiz 15 dakika sürmektedir. Lütfen sakın ve rahat bir yer bulup oturun. Kemikleriniz kaslarınıza destek verecek bir pozisyonda olsun. Bu egzersizi yaparken sırtınızı hafifçe bir yere dayayın ve dik durmaya çalışın. Kürek kemiklerinizi gevşetin ve çenenizi hafifçe göğsünüze çekin.

- 1 Rahatlamak için üç kere ağır ağır ve derin derin nefes alın ve taşımakta olduğunuz tüm yükleri üzerinizden atın. Göz kapaklarınızı yavaşça kapatın ya da rahat hissediyorsanız yarı aralık bırakın.
- 2 Kendinizi oturur pozisyondayken gözlerinizin önüne getirin. Bir sandalye üzerinde oturduğunuz ve kendinize dışarıdan baktığınızı hayal edin. Bedeninizi ve zihninizi oldukları halleriyle kabul edin.
- 3 Şimdi dikkatinizi nefesinize verin. Nefesinizi en fazla nerede hissettiğinize dikkat edin. Bazı insanlar nefeslerini en fazla burun deliklerinde, üst dudağın üzerine doğru esen serin bir rüzgar şeklinde, bazıları inip kalkan göğüslerinde ve bazıları da nefes aldıklarında şişen ve nefes verdiklerinde inen karınlarında hissederler. Bedeninizi sevgiyle tarayın ve nefes alıp verişlerinizi en kolay nerenizde fark ettiğinizi keşfedin.
- 4 Şimdi de nefesinizi en güçlü olarak ne zaman hissettiğinize odaklanın. Nefesinizi alırken mi, yoksa verirken

mi daha çok hissediyorsunuz? İkisini de eşit şekilde hissediyorsanız bir tanesini seçin.

- 5 Her bir nefes verişinizde neler hissettiğinize dikkatinizi verin. Her nefes verişinizde havanın burun deliklerinizden çıkmasına odaklanın. Nefes alırken bedeninize bir mola verdirin. Beklerken, tüm deneyiminizi kendi haline bırakın. Sonra nefes verirken yeniden nefesinizi hissedin.
- 6 Bedeniniz nefes alırken sizi içine çeksin; bunu zaten otomatik olarak yapmaktadır. Verdiğiniz her nefeste dikkatinizi burnunuzun içindeki havayı nasıl duyumsadığınıza odaklayın.
- 7 Zihniniz her dakika pek çok kez dalıp gidecek ve nefes duyumsamasından uzaklaşacaktır. Bu yüzden endişelenmenize gerek yoktur. Zihninizin kaçıp gittiğini fark ettiğiniz anda burun deliklerinizden çıkan nefese yeniden odaklanın.
- 8 Zamanı kontrol etmek için bir saat kullanıyor olabilirsiniz. Arada bir o saate bir göz atın ve geriye birkaç dakikanız kaldığında burun deliklerinize odaklanmayı bırakın ve üst bedeninizin verdiğiniz her bir nefesle hareket etmesine izin verin. Bu konu üzerinde fazlaca düşünmenize gerek yoktur. Sadece nefes alıp verirken bedeninizin canlı olduğunu ve hareket ettiğini hissedin.
- 9 15 dakika sonra gözlerinizi yavaşça açın ve aşağıya doğru bakın. Hareket etmeden önce o andaki dinginliğin tadına varın.

Ah bu
ne kadar
güzel bir
nefes

Zihninizin ne kadar meşgul olduğunu siz de muhtemelen fark etmişsinizdir. Birbiriyle gürültülü bir yarış halinde olan düşüncelerin ve duyguların arasından nefesi seçebilmek bir hayli zordur. Nefes verişimize odaklandığımız an, zihin uçar gider ve yeni bir düşünce silsilesi oluşur. Belki içinize yeni bir nefes çekerken “Ah, bu ne kadar güzel bir nefes” diye düşünür ve nefesinizi vermeye başladığınız andan bedeninizdeki bir hisse ya da o günün ilerleyen saatlerinde neler yapacağınıza odaklanırsınız. **Nefes alma alıştırmalarında kendimize bir mola vermiş gibi oluruz.** Çünkü şimdiki anda sorun diye bir şey yoktur. Üzgün olduğunuzda yürüyüşe çıkın. Sadece kaldırım üzerindeki ayaklarınızda neler hissettiğinize odaklanın ve neler olduğunu görün. Ne geçmiş vardır o anda ne de gelecek... Dolayısıyla sorun da yoktur.

Çapanıza her zaman sığınabileceğinizi bilmek size zihninizi keşfetmek için cesaret verecektir. Bu, utandığı zaman annesinin arkasına saklanan bir çocuğun durumuna benzer; çapamıza/nefesimize dönerek sakinleşebileceğimizi bilmek, çalkantılı iç dünyalarımıza da yeniden bir bakış atmamıza olanak sağlar.

Kaynakça:

Germer, K.C. Öz Şefkatli Farkındalık Tahrip Edici Duygularla Başa Çıkabilmek, Diyojen Yay. 2018



Bahadır Ahmet ATILA

Ceza ve Tevkifleri Genel Müdürlüğü Eğitim ve
İyileştirme Daire Başkanlığı, Öğretmen

Hasbihâl

DEĞER



- Sistemli çalışmanın ve zamanı verimli kullanmanın önemi nedir sizce? Günde hiç on yedi saat çalıştığınız oldu mu?
- Hep duyduğunuz o meşhur “Alman disiplini” nedir? İdealizm, sabır, azim, çalışmak kelimeleri sizin zihninizde neleri canlandırıyor?
- Sıla hasreti çekseydiniz enerjinizi ve dikkatinizi toplayıp bir işe konsantre olabilir miydiniz?
- Sizce medeniyet nedir, hangi uygarlığa aittir?
- Yaratıcı olmak niçin önemlidir?
- Kâtip Çelebi mi Evliya Çelebi mi?
- Kaç dil biliyorsunuz? Bildiğiniz diller ne işinize yarıyor?
- Aşağılık duygusu insanı bir kanser gibi kemirir mi?
- Düşünlerin insanların zamanını çalan boş bir merasim olduğu fikrine katılır mısınız?

Değerli okurlarım, Genel Müdürlüğümüzün güzide yayın organı Değer dergisinde zaman zaman sizlerle buluştuk. Gerek kıymetli takipçilerimizden aldığımız dönütler gerekse önemine inandığımız bazı hususların üzerinde durma hassasiyetimiz dolayısıyla yazım sıklığımızın düzenlenmesi konusunda yeni bir hâl söz konusu oldu. Şöyle ki, sizlerle yeni yıldan itibaren bu köşede düzenli olarak buluşacağımızın haberi bizzat kendim paylaşmak isterim. Köşemizin adı “**hasbihâl**” olsun ki her ay sohbet tadında sizlerle belli başlı hususlar üzerine söyleşelim istedik; sıkmadan, bunaltmadan. Ve her zaman yaptığımız gibi, sözümüz bitince de tadında bırakarak hoş bir sadâ ile ayrılalım.

Yeni yılın başarılarındayız. Öncelikle bu yılın tüm insanlık için güzelliklerle dolu geçmesini temenni ediyorum. Geçmiş yılların yorgunluğu biliyorum ki hepimizde var. İnsanız, evet... Ancak dostlarımız -geçmişle barışarak- insanın gelişimini daima sürdürmesi gerektiği bilinciyle hareket etmek durumundayız. Hani zihninizde her “sıfat” bir sloganla, manşetle ya da

kelime grubuyla eşleşir ya; “**gelişimi daima sürdürme düsturu**” da bende bir örnekle eşleşiyor. Hemen açıklayayım: bahsettiğim düstur benim hatırıma her daim **Fuat Sezgin** Hoca’yı getiriyor.

Sahi yeni yıl demişken, 2019’un Cumhurbaşkanlığı Genelgesiyle “Fuat Sezgin” yılı ilan edildiği hepimizin malumu... Bence bu karar çok da isabetli olmuştu. Fuat Sezgin, her vatandaşımızın bilmesi, özümlemesi gereken bir yaşam öyküsü. Bu hikayede hepimizin ilgisini çekecek noktalar var bence...

Size bir ipucu vereyim: Fuat Hoca’nın yaşamına ayna tutmak isteyenler “Bilim Tarihi Sohbetleri” isimli esere özellikle bakmalı. Klasik bir röportaj ya da biyografi olma görüntüsünden son derece uzak olan bu eser aynı zamanda çok akıcı bir üsluba sahip, sizleri hiç yormuyor.

Yazının girişinde okuduğunuz ve “bunlar da nedir?” dediğinizi duyar gibi olduğum o sorulara gelince...

Ne demek istiyorum acaba? Haydi buyurun, hep birlikte kafa yoralım. Bu ilginç sorular sizlere biraz ipucu

olsun... Cevapları merak eden değerli dostlarımız için 2019’u kapatırken **Prof. Dr. Fuat Sezgin** ile mutlaka tanışmanın, kendisini tanıyanların ise bu isimle daha yakından ıstıgal olmalarının zamanı gelmiş ve geçiyor demektir. Tıpkı 2019’ un kendisi gibi...

Belki bu tanışma vesilesi ile 2020 bizim için daha farklı olur, ne dersiniz?

*Gönlü muhabbete yurt olanlara,
Düşmanına bile mert olanlara,
Fakat öz nefesine sert olanlara,
Tâ cânı gönülden tazele selam,
Sevgiye, dostluğa, güzele selam...
Halil İbrahim’ce aç yüreğini,
Yunus ol cömertçe saç yüreğini,
Aşkı bilmiyorsa geç yüreğini,
Yarından bugüne, ezele selam,
Sevgiye, dostluğa, güzele selam...*

Bestami YAZGAN

MAHCUBİYET VE HAYSİYET



Dag SOLSTAD

Kuzey Avrupa'nın yaşayan en büyük yazarları arasında gösterilen **Dag Solstad** ilk kez Türkçe'de.

Yapı Kredi Yayınları, 2018

Ellili yaşlarındaki edebiyat öğretmeni Elias Rukla için sıradan bir gündür: "Yıllardır yaptığı gibi, sevdiği bir eseri (Henrik Ibsen'in Yaban Ördeğini) bir sınıf dolusu ilgisiz lise öğrencisine heyecanla yorumlamaya başlar. Ne var ki görünüşte küçük bir olay hiç beklenmedik bir krizi tetikleyecek, Elias'ın hayatında derin izler bırakmış bir dostluğun hatırasına dönmesine; evliliğini, kendisini ve içinde yaşadığı toplumu sorgulamasına yol açacaktır."

Mahcubiyet ve Haysiyet; yükte hafif pahada ağır, dili ve atmosferiyle akılda yer eden, okuyanların tekrar tekrar dönmek isteyeceği o özel romanlardan biridir.



ÖKSÜZLÜĞÜMÜZ



Kazuo ISHIGURO

Dinmek bilmez karmaşadan yorgun bir dünya; yaklaşan yeni felaketin işaretlerini okuyan gözlerde kaygı. Çözdüğü davalarla Londra sosyetesini büyüleyen dedektif **Christopher Banks**, 1930'ların bu gergin atmosferinde, bütün tehlikeleri göze alarak Şanghay'da bıraktığı geçmişinin karanlığına dalıyor.

Yapı Kredi Yayınları, 2018

Öyküsünü nasıl anlatırsa anlatsın, satır aralarında beliren arayış, umut ve yitiriş girdabına kapılmış Banks'in güncesi iç içe geçmiş iki metin sunuyor adeta. Şatafatlı hayatlar, parlak başarılar, kahramanlık, fedakârlık ve tevazu perdesinin ardında örselenmiş bir çocuğun ve çevresini sarmış ruh kardeşlerinin kederli hikâyesi...

Çağdaş dünya edebiyatının en önemli isimlerinden **Kazuo Ishiguro**'dan gerçeklerin acılığını yankılayan bir hayaller âlemi...





Abdullah KAYA

Nazilli E Tipi Kapalı ve Açık CİK,
Öğretmen

Tarihin Arka Sokakları

DEĞER



A S L A N L I P A Ş A

CEZAYİRLİ GAZİ HASAN PAŞA

Askerlerim! Benim Allah'ın da yardımıyla ne şekilde gelişip büyüdüğüm ve başarılı olduğum, şimdiye kadar din ve devlete ne derecede hizmet ettiğim hepinizin malumudur. Bizi besleyip bugüne kadar getiren devletin selameti, kalıcılığı, şan ve şöhretinin sürdürülmesi bizlere bırakılmıştır. Bu uğurda canımı şerefle feda etmeyi göze almak boy- numun borcudur. Bu kutsal görevin tamamıyla yerine getirilmesi ve iyi bir sonuca ulaştırılması için karşılaşacağım bütün tehlikelere göğüs germeye hazırım. Hatta ölüme bile... Borçlarımın tamamını ödedim. Çoluk çocuğuma ve bütün halkıma veda edip geldim. Bundan böyle görevimi yerine getirerek başarıyla geri dönmek yüce Allah'ın takdir ve bağışındadır. Sizler ki güvene layık bahriye erkân ve ümerasısınız, yükümlü olduğumuz hizmetin içerik ve önemini göz önüne alarak dünya ve dünyalıklardan ilişkiyi kesmek gerektir. Bugün öne süreceğiniz mazeretleri dinlerim. Ama yarın düşman karşısında meydana gelecek aksaklık ve mazeretleri dinlemem. Herhangi bir emre itaatsizlik yahut başa- rısızlık asla kabul edilmez. Böyle hareketlere meydan verenler, kendileri için en şiddetli cezaların kapılarını açmış olur. İçinizden gerçekten sadakat ve cesaretle hizmet etmeye azmedenler şimdi can yemini ederek yoldaşlarını inandırın.

Geçmişle gelecek bir köprüdür, bugünden yarına uzanan... Tarih ise bu köprüünün temel taşıdır bir toplumun bağlarını sıkı sıkıya tutup yaşatan. Tarihimizin arka sokaklarında unutulmuş onca adalet vesikaları vardır ki bugünüme ışık tutan, bu parıltılı sokaklarda kısa bir yolculuğa ne dersiniz?

Büyük Türk denizcisi, Osmanlı Devleti Kaptan-ı Deryası (Donanma Komutanı) Cezayirli Gazi Hasan Paşa, 1710 yılında doğdu. Aslen Kafkasyalı bir aileye mensup ise de İranlı bir tüccar tarafından Tekirdağlı Tüccar Hasan Paşa'ya bırakıldı. Heybetli duruşu ile yaşlılarından hemen ayrılan Cezayirli Gazi Hasan Paşa, keskin zekâsı ve cesareti ile genç yaşlarda kendini hemen gösteren bir yapıya sahipti. Denizcilğe küçük yaşlarda merak sardı. Hayali bir gemi komutanı olmaktı ve bunun için orduya yazıldı.

Cezayirli Gazi Hasan Paşa, 1738 yılında Belgrad kuşatmasına katıldı ve bu savaşta çok büyük yararlılıklar gösterdi. Aslında Paşa'nın çocukluktan beri hayali denizlere açılmaktı. Bunun için biriktirdiği para ile küçük bir gemi olarak Cezayir'e doğru yola çıktı. İlk deniz çatışmasını burada kendisine saldıran bir İspanyol gemisi ile yaşadı ve o gemiyi yenilgiye uğrattı. Bu başarısından dolayı kendisine Tilemsen sancağı verildi. Bu arada kendisine yavru bir aslan olarak onu yetiştirdi. Aslan büyüdükçe Cezayirli Gazi Hasan Paşa'nın yanından hiç ayrılmamış, Paşa nereye gitse hep yanında gitmiştir. O yüzden Hasan Paşa, Aslanlı Paşa unvanı ile de tarihte anılmıştır. Hatta Avrupalı

birçok ressamın tablolarına konu olmuştur. Cezayir'de elde ettiği başarılarla Devlet-i Osmaniye'de büyük bir üne kavuşan Paşa, İstanbul'a çağrılmış ve önemli görevler üstlenerek Kaptan-ı Deryalığa yükseleceği yeni hayatına başlamıştır.

Seneler 1770 yılına geldiğinde Osmanlı donanması büyük bir felaket yaşamıştı. Çeşme'de sıkıştırılan Osmanlı donanması tüm gayretlerine rağmen kuşatmayı delememiş ve Çeşme'de gemilerin hepsi Ruslarca yakılmış idi. Yakılan donanma yetmemiş gibi Limni Adası Ruslarca kuşatılmıştı. Cezayirli Gazi Hasan Paşa, emrindeki 3000 kişilik Osmanlı gücü ile Limni Adasını Rus istilasından kurtarmış ve bölgede yeniden ay yıldızlı bayrağımızı dalgalandırmıştı. Bu başarısı nedeni ile Kaptan-ı Derya (Donanma Komutanı) görevine getirilmişti. Cezayirli Gazi Hasan Paşa, donanma komutanı olmuştu ama ortada büyük bir sorun vardı. Maalesef donanmanın tamamına yakını Çeşme'de Ruslarca yakılmıştı. Cezayirli Gazi Hasan Paşa devletin kısıtlı olanaklarının yanında bizzat şahsi gelirinden ve birikiminden hazineye katkıda bulunarak 3 yıl içinde yeniden Osmanlı donanmasını eski halinden de kuvvetli bir hale getirmişti. Bizzat donanma inşasının başında bulunmuş, her geminin inşası sırasında gemi yapımıyla özel ilgilenmişti.

ABD'nin Vergi Vermeyi Kabul Ettiği Tek Antlaşma

Kaptan-ı Derya Cezayirli Gazi Hasan Paşa, görev başındayken donanmayı yenileme çalışmalarının

dışında Akdeniz ve Karadeniz kara sularında önemli hizmetler yaptı. Giriştiği irili ufaklı birçok çatışmadan hep zaferle ayrıldı. Özellikle Akdeniz'de, daha devlet olarak yeni kurulan Amerika Devletini üst üste yenilgiye uğrattı. Akdeniz'de ağır bir yenilgiye uğrayan Amerika Birleşik Devletleri, Trablusgarp antlaşması ile Osmanlı Devletine yıllık 12 bin altın vergi vermeyi kabul etti. Bu antlaşmanın çok önemli bir yanı vardı. Bu antlaşma ile Amerika vergi vermeyi kabul edip, karşı tarafın galibiyetini kesin olarak kabul etmiştir. Bu antlaşma Amerika Birleşik Devletlerinin kendi dili dışında imzaladığı ve vergi vermeyi kabul ettiği ilk ve tek antlaşmadır. Tamamı 22 madde olan bu antlaşma Osmanlıca olarak kaleme alınmış ve taraflarca imzalanmıştır.

Bu üstün hizmetleri ve başarısı sebebiyle Paşa, Kaptan-ı Derya unvanından Sadrazamlığa atanmıştı. Bir er olarak girdiği Osmanlı Devleti hizmetinde yükselerek, en büyük ve en son unvan olan Sadrazamlığa kadar gelmişti. Maalesef ki bu görevde daha fazla hizmet edemeden hakkın rahmetine kavuşacaktı.

Aslanını Yanından Ayırmayan Paşa

Cezayirli Gazi Hasan Paşa; cesur, gözü kara, yiğit ve cömertliği ile nam salan bir Osmanlı Paşa'sıydı. Mizaç olarak sert bir yapısı vardı. Oldukça disiplinli ve devlet işlerinde oldukça titizdi. Görev yaptığı yıllarda devlete karşı isyan edenlere sert tedbirler almış ve seri olarak isyan girişimlerini bastırmıştı. Oldukça uzun boylu ve

heybetli bir yapıya sahipti. Yanında terbiye ettiği aslanı ile ihtişamlı bir görünüme ve üne kavuşmuştu. Giriştiği deniz çarpışmalarının sonunda ele geçirdiği gemilere aslanı ile beraber çıkardı. Aslanını yanından hiç ayırmazdı. Bu nedenle o dönem tüm Avrupa'da ayrı bir üne kavuşmuştu.

Cezayirli Gazi Hasan Paşa, bütün ömrü boyunca devlete büyük hizmetler yaptı. Modern Türk Denizcilik okullarının temelini atarak önemli denizciler yetiştirdi. Yaptığı çalışmalarla Türk donanmasına ve Türk denizciliğine büyük katkılar sağladı. Tersane yapımından asker yetiştirmesine kadar birçok alanda büyük hizmetleri oldu.

Cezayirli Gazi Hasan Paşa, aynı zamanda hayırsever bir devlet adamıydı. İstanbul Tersanesi içinde Kalyoncular için bizzat kendi cebinden büyük bir kışla yaptırmıştı. Midilli adası içinde var olan susuzluk problemini bizzat çözerek masrafını yine kendisi karşılamıştır. Baklada çeşme, Vize'de cami, hamam ve üç çeşme yaptırmıştır. Midillide Paşa Köşkü ve İstanbul çevresindeki birçok adada çeşmeler yaptırarak halkın susuzluk problemini çözmüştür. Vefat ettiğinde servet namına hiçbir şeyi kalmamıştır.

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



Ejder TOPAL

Kahramanmaraş E Tipi Kapalı CİK,
Öğretmen

Değerli Şahsiyetler

DEĞER

Geçmişten günümüze daha iyi toplumsal yaşam şartları oluşturabilmek, insanlar arası ilişkileri düzenleyebilmek, bireylerin kararlarını ve seçimlerini daha iyi kontrol ederek daha az olumsuz davranışlar içine girmesini sağlamak için insanlara; dürüstlük, sevgi, saygı, hoşgörü, dayanışma, sorumluluk gibi değerleri kazandırmak önemli görülmüştür. Bugün içinde yaşadığımız toplumda kendisinden farklı düşündüğü ya da farklı inançlara sahip olduğu için, başkalarının haklarını düşünmeden veya değer vermeden, başkalarını hoşgörüyle karşılamayan, kendine ve sağlığına saygı duymadan kendisine zarar veren; sevgi, saygı, sorumluluk gibi değerleri kazanamayan insanların varlığına şahit olmaktayız.

Toplumsal hayatımız içinde gelişen bu olumsuz davranışlar, değerler eğitimi gittikçe daha önemli bir konu haline getirmiştir. Değer dergisi olarak, değerlerimizi işlemeye devam edeceğiz. Geçmişten günümüze hatta geleceğe yön veren, bize rehberlik eden çok değerli şahsiyetlere, eserlere, tarihi olaylara yer vermeye devam edeceğiz. Bunların en önemlilerinden biri olan Dede Korkut, çokça duyduğumuz, hikâyelerini dinlediğimiz, tavsiyelerini, şiirlerini okuduğumuz, onunla gurur duyduğumuz çok önemli bir değerimizdir.

Dede Korkut Kimdir?

Dede Korkut'u aşağıda belirtilen kaynaklara ve rivayetlere göre tanıyabiliriz.

Dede Korkut, İlhanlı veziri Reşidüddin'in, Câmi'ut-tevârih adlı eserinde, Oğuzların Bayat boyundan olduğu Kara Hocanın oğlu olduğu ve 295 yıl yaşadığı belirtilmekte, Ebülğazi Bahadır Han'ın Şecere-i Terâkime'sinde ise Kayı boyundan gösterilmektedir. Bahrül'-ensâb, Bayındır Han'ın Dış Oğuz-İç Oğuz beylerini saydıktan sonra Dede Korkut'un bunların şeyhi olduğunu söyler. Saltuknâme'de Dede Korkut, Osmanlılarla aynı soydan gösterilir ve Osmanlıların soyu Oğuzlarla birlikte İshak peygamberin oğlu İşe bağlanır. Hacı Bektaş Vîlaynâmesi'nde Korkut Ata, Oğuz padişahı Bayındır Han ve onun beylerbeyi Kazan ile birlikte anılır ve bunların ölümüyle Oğuz cemaatinin dağıldığı söylenir. Reşidüddin Fazlullah (Türk Tarih Kurumu Yayınları) Câmi'ut-tevârihe göre Dede Korkut, Oğuz hükümdarlarının onuncusu olan Kayı İnal Han'ın baş müşaviridir. Oğuz kütüğünde on dördüncü han olarak gelen ve doksan yıl hükümdarlık yapmış olan Kanlı Yavguy da bütün ömrü boyunca Korkut'u müşavir sıfatıyla yanında bulundurmıştır.

Dede Korkut'la ilgili bir menkıbede Hz. Peygamber'le çağdaş olarak gösterilen Kayı İnal Han Müslüman olmuş ve iki vezirini Peygamber'e elçi göndermiştir. Zeki Velidi Toğan, Dede Korkut'u, İslâm'dan önce yaşamış olmakla birlikte menkıbede Hz. Peygamber zamanına da yetişmiş gösterildiğinden, onun Göktürkler devrindeki Oğuz yabğuları ka-



DEDE KORKUT

Dede Korkut Hikâyelerinde yer alan değerlere ilişkin temalar incelendiğinde, bunlar günümüz eğitim sistemimizin, genel amacına da hizmet eder niteliktedir.

ında bulunan bir Türk bilgisi sayılabileceği görüşündedir. Muhammed b. Ali b. Muhammed Şebânkâre'nin Bahrül'-ensâb adlı eserinde, Oğuzların İslâmiyet'i kabulüne ve Dede Korkut'a dair daha ayrıntılı bir rivayet bulunmaktadır. Reşidüddin ve Ebülğazi Bahadır Han onun 295 yıl yaşadığını söyler. Bir halk rivayetine göre ise 100 yıl yaşamıştır. Siriderya nehrinin sol yakasında kurulmuş bir Kazak obasında yaşamış, ölünce nehrin sağ kıyısına gömülmüştür. Korkut Ata'nın ölümüyle ilgili olarak Kazaklar arasında yaygın olan menkıbeye göre yirmi yaşında iken rüyasında aklar giymiş bazı yaratıklar ona kırk yıl yaşayacağını haber vermiş, bunun üzerine Korkut ölümsüzlük istemeye karar vermiştir. Karşılık beklemeden hastalara yaptığı yardımlar Allah katında mabkule geçmiş ve bir gün uykuda iken Allah ona, "Ölümü kendin arzu etmedikçe ölmeyeceksin." demiştir.

Alman imparatorunun Moskova ve İran elçisi Adam Olearius, 1638 yılında "İmam Korkut" diye andığı Dede Korkut'un Derbend şehri yakınlarında bulunan mezarını görmüş ve anlatmıştır. İran ve Dağıstan Tatarları arasındaki sınırı belirleyen küçük bir ırmağın kenarında bulunan mezar, kaya içine oyulmuş büyük bir mağara şeklinde olup tabutu dört tahtadan yapılmıştı. Olearius'un naklettiği mahalli rivayete göre; Korkut, Salur Kazan'ın

tarafıdır. Putperest Lezgiler'i İslâm'a davet için oraya gitmiş; ancak Lezgiler onu öldürmüşlerdir (A. Olearius, s. 378-379). Evliya Çelebi de Korkut Ata'nın mezarını 1647'de ziyaret etmiştir. Amerikalı diplomat Eugen Schuyler'in eserinde Dede Korkut'un mezarının resmi ve hakkında bilgi bulunmaktadır.

Korkut Ata, Kazak halkı arasında Müslüman bir Kazak ermişi olarak tanınır.

Dede Korkut, göçebe Türklerin yüceltip çok değer verdiği, bozkır hayatının geleneklerini ve törelerini çok iyi bilen, kabile teşkilâtını koruyan bir Oğuz büyüğüdür. Dede Korkut, halkın atası, kabilenin reisi, bilgin, güçlü bir halk ozanıdır. Hanlar güç durumlarda ona danışır; öğütler veren, yol gösteren, içinden çıkılmaz gibi görünen güçlükleri çözen hep odur. Ali Şîr Nevâî, O'nun Türk milleti arasında büyük bir yeri olduğunu, kendisinden nice yıl önceki ve sonraki birçok şeyi haber verdiğini söyler. O aynı zamanda Kazak-Kırgız bahşılarının (kâtip, halk şairi, öykücü) piri olarak da tanınmaktadır. Şamanizm kökenli bir menkıbeye göre, Korkut adlı bir şaman Kırgız şamanlarına kopuz çalmayı ve türkü söylemeyi öğretmiştir.

Tebrizli Bayatî Hasan b. Mahmûd'un eseri olan Câm-ı Cem-Âyin (1481) adlı Osman-

lı silsilenamesine göre Korkut Ata, 28. Oğuz Hanı Kara Han tarafından Medine'ye gönderilmiş, İslam peygamberi ile tanıştıktan sonra Oğuzlara İslamiyet'i öğretmekle görevlendirilen Selman-ı Farisi ile birlikte dönmüştür. Azerbaycan'da ve Anadolu'da Dede Korkut'a ait olduğu iddia edilen kimi mezarlar vardır.

Evliye Çelebi, 1655'te gördüğü Ahlat'tan bahsederken de "Ahlat'ta yatanlardan birisi de Korkut Han'dır." şeklinde bahseder. Dede Korkut'un mezarının Bayburt Masat köyünde olduğuna dair rivayetler vardır. Her yıl Bayburt'ta "Uluslararası Bayburt Dede Korkut Kültür Sanat Şöleni" düzenlenmektedir.

Dede Korkut, bütün dünyada Türklüğün en önemli simgelerinden biridir

Dede Korkut, tam olarak bilinmese de doğum ve ölüm tarihi 570-632 yılları arasında kabul edilir. Dede Korkut, Orta Asya'da Kopuz, Anadolu'da saz diye tanınan çalgının mucidi olarak bilinen ilk Türk Ozanı'dır. Adı bazı tarih kitaplarında sadece "Korkut", bazılarında "Korkut Ata" olarak geçer. Dede Korkut, Hz. Muhammed'in hayır duasını alan sayılı kişilerden olduğu rivayetlerle günümüze kadar gelmiştir. Türk kavimlerinin atası ve dâhisi olarak tarihe geçmiştir. Dede Korkut, Türklüğü en güzel anlatan ve yegâne temsilci olmuştur.

Dede Korkut Hikâyeleri

Dede Korkut kültürü, günümüz Türkiye'sinde; özlü sözler, sözlü anlatımlar, ezgisel müzik geleneği ile çeşitli inanç ve uygulamalarda yaygın bir şekilde yaşatılmaktadır. Türk destanlarını anlatan ilk ozan olarak bilinen Dede Korkut Hikâyeleri 12 destandan oluşmaktadır. **Dede Korkut Kitabı** (Dresden yazmasının adıyla: Kitâb-ı Dedem Korkut Alâ Lisân-ı Taîfe-i Oğuzân, Vatikan yazmasının adıyla: Hikâyet-i Oğuznâme, Kazan Beğ ve Gayrı), Oğuz Türklerinin bilinen en eski epik destansı hikâyeleridir. On iki destansı hikâye ve bir önsözden oluşur. İçerdiği hikâyeler tarih boyunca dilden dile, anlatıcıdan anlatıcıya aktarılan birer sözlü gelenek ürünüdür. Hikâyeler kulaktan kulağa aktarıldığından dolayı gerçek hâlinin dışına çıkmıştır. XV. yüzyılın ikinci yarısında yazıya geçirildiği tahmin edilir. Oğuzların yaşam biçimlerinden, ekonomisine, inançlarından, giyinişlerine, beslenmelerinden içinde yaşadıkları doğaya kadar pek çok konuda bilgi sağlayan bir kaynaktır. Günümüze ulaşan iki el yazması nüshadan birisi Dresden Kütüphanesinde, birisi Vatikan Kütüphanesindedir.

- 1- Derse Han oğlu Boğaç Han
- 2- Salur Kazan'ın Evinin Yağmalanması
- 3- Bay Büre Beğ Oğlu Bamsi Beyrek

- 4- Kazan Oğlu Uruz'un Tutsak Olması
- 5- Duha Koca Oğlu Deli Dumrul
- 6- Kazılık Koca Oğlu Yeğenek
- 7- Kanlı Koca Oğlu Kan Turalı
- 8- Başat ile Tepe-Göz
- 9- Beğil Oğlu İmren
- 10- Uşun Koca Oğlu Zegrek
- 11- Salur Kazan'ın Tutsak Olması
- 12- Dış Oğuz'un İç Oğuz'a Baş Kaldırması

Dede Korkut Hikâyeleri bir değerler manzumesidir

Dede Korkut Hikâyelerinde yer alan değerlere ilişkin temalar incelendiğinde, bunların günümüz eğitim sistemimizin, **"Milli, manevi, ahlâki, tarihi, kültürel, sosyal, estetik ve sanatsal değerlere önem vermelerini sağlamak; milli duygu ve düşüncelerini güçlendirmek"** genel amacına da hizmet eder niteliktedir. Bir başka deyişle evrensel nitelik taşıyan bu değerler geçmişten günümüze Türk toplumunda önemli bir rol oynamaktadır.

Dede Korkut Hikâyelerinde; "Aile birliğine önem verme" değeri ile ilgili olarak evlat sahibi olma, eşe önem verme, aile bireylerini koruma alt temaları bulunmaktadır. Hikâyelerin hemen hepsinde "sevgi" değeri işlenmekte, sevgi ile ilgili olarak evlat sevgisi, anne baba sevgisi, eş sevgisi, kardeş sevgisi, doğa sevgisi ele alınmaktadır.

"Dürüstlük" değeri, Dede Korkut Hikâyelerinde gerçekleri savunma, sadakat gösterme, adil olma biçiminde ele alınmaktadır. Eşe saygı, anne babaya saygı, büyüklere saygı, devlet büyüğüne saygı Dede Korkut Hikâyelerinde ele alınan saygı türleridir. Hikâyelerde "cömertlik" değeri kapsamında; misafir ağırlama, hediye dağıtma, şenlik düzenleme, ziyafet verme ile ilgili örnekler de bulunmaktadır.

"Estetik", Dede Korkut Hikâyelerinde çadır süsleme, savaş malzemelerini süsleme, kadinın görünüşü ve kıyafet, tüm hikâyelerde dil kullanımı ve eşyalardaki süslemeler olarak yer almaktadır. Oğuz Türklerinin İslam'ı kabul etmelerinin de etkisiyle Dede Korkut Hikâyelerinin hepsinde dini değerler işlenmekte, tüm hikâyeler ölümlü dünya vurgusu ile sonlanmaktadır. Dua etme, hayır yapma, rüyalara inanç, Tanrı'ya ve Peygamber'e inanç, savaş öncesi ibadet etme, ölümlü dünyada Dede Korkut Hikâyelerinde yer alan dini değerlerdir. Dede Korkut Hikâyelerinde sıklıkla ele alınan bir değer olan **"cesaret"**, hakını arama için savaşma, boğa ile savaşma, adını alma için yiğitlik gösterme, ölüme karşı koyma, ganimet elde etmeye verilen önem, beden gücünü kullanma biçiminde yer almaktadır. **"Onurlu olma"** değeri ile ilgili olarak Dede Korkut Hikâyelerinde alçakgönüllü olma, eşinin güçlü olmasını isteme, vefalı olma, yiğitliğe verilen önem ile ilgili bulgular elde edilmiştir. Dede Korkut Hikâyelerinde

"merhamet" değeri kapsamında bağışlayıcı olma ve zor durumda olana yardım etme ele alınmaktadır. Yardım etme, paylaşma, ödül verme, "dayanışma" değeri kapsamında Dede Korkut Hikâyelerinde yer almaktadır. Dede Korkut, bir vatansever olarak, milletin güçlü ve mutlu yaşam gerçekleştirme çabası göstermektedir. Çocuğu evlendirme isteği, kız isteme, beşik kертmesi, başlık parası, düğün, yas tutma, ad koyma, namusu koruma Dede Korkut Hikâyelerinde yer alan toplumsal değerlerdir.

Dede Korkut UNESCO Listesinde

Türkiye'nin bir kültür mirası olan Dede Korkut, UNESCO listelerindeki yerini aldı. "Dede Qorqud/Korkyt Ata/Dede Korkut Mirası: Destan, Masal ve Müzik" çok uluslu dosyası olarak, UNESCO'ya gönderilen **Türkiye'nin kültür mirası temsili listesine 17'nci unsur olarak dâhil edildi.**

Morityus Cumhuriyeti'nin başkenti Port Louis'de gerçekleştirilen UNESCO Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması 13. Hükümetler arası Komite Toplantısı'nda temsili listeye alınan Türk destanı insanlığın somut olmayan kültürel mirası oldu.

Dede Korkut Birleştirici Unsur

Türk dünyasının yüzlerce yıllık kültürel kimliğinin taşıyıcısı ve ortak mirası olan 'Dede Korkut' etrafında şekillenen destan, masal ve müzik geleneği Türkiye'nin başta kuzeydoğusu olmak üzere ülke genelinde yaşatılıyor.

Dede Korkut kültürünü oluşturan destan, masal, müzik, sanat ve tavsiyelerin, dilden dile, kuşaktan kuşağa aktarılan değerlerin, Türkiye Dünyası'nın kültürel belleğinde canlılığını koruması gerekir. Bu değerlerin geçmişiyle bugün arasındaki kültürel bağın güçlenmesine, kültürel devamlılığın, aidiyet ve kimlik anlayışının geleceğe taşınmasına katkı sağlayacaktır.

Birikimi ve değerleri ile "Dede Korkut" mirasının, Türkçe konuşan ülkelerde birleştirici önemli bir unsur olduğuna inanarak, çeşitli etkinliklerle konunun gündemde tutulması ve desteklenmesi gerekir. Milli birlik ve beraberliğin korunmasında ve güçlü devlet yapısının oluşturulmasında, milli ve manevi değerlerin korunması ve sahiplenilmesi gerekir. Bu kapsamda; "Dede Korkut"un, değişen ve gelişen her türlü şartlara (teknolojik, sosyolojik, ekonomik, stratejik, kültürel) rağmen geçmişten günümüze güncellenerek çeşitli araçlarla, çeşitli eğitim ve kültürel çalışmalar yapılarak neslimize aktarılması gerekir. Bu hususta milli politikalar oluşturulmalı, ilgili bakanlıklar, üniversiteler, yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları gerekli hassasiyeti göstermelidir. Bu faaliyetlere yapılacak yatırım, ülke geleceğine yapılan en önemli katkılardan olacaktır. Çünkü ülkemizin muasır medeniyetler seviyesine çıkarılmasında, milli değerlere bağlı, eğitimli ve donanımlı bir nesle ihtiyaç vardır.



Mehmet GÖKÇE
Kocaeli Denetimli Serbestlik Müdürlüğü,
Öğretmen

Atayurdumuz, Türk İli Doğu Türkistan



Uygurlar, Çin'in kuzeybatısında yer alan Şıncang Uygur Özerk Bölgesi'nde yaşayan Türk boylarındandır. Uygur Türklerinin yaşadığı Şıncang Uygur Özerk Bölgesi'nin başkenti **Urumçi**'dir. Çin'in kuzeybatısında yer alan bu bölgeye **Doğu Türkistan** da deniliyor. Sekiz ülkeyle sınırı bulunan bölge, zengin doğal kaynaklara sahiptir ve stratejik önemi vardır. 21 milyon nüfuslu bölgede, 47 farklı etnik grup bulunuyor. En büyük etnik grup da sayıları 10 milyonu bulan ve çoğunluğu Müslüman olan Uygur Türkleridir. Uygurlardan sonra en kalabalık grup ise, Çin'deki en büyük etnik grup da olan Han Çinlilerdir.

1931 yılının Şubat ayında, Doğu Türkistan'ın kuzeyinde Kumul şehrinde, güneyinde Hoten şehrinde başlayan ve Kumul Ayaklanması diye tarihe geçen Türk milli hareketi, iki yıllık çetin mücadelelerden sonra muvaffak olmuş; 12 Kasım 1933 yılında Kaşgar şehrinde istiklal ilan edilerek, "**Şarki Türkistan İslam Cumhuriyeti**" adıyla bir devlet kurulmuştur.

Atatürk'ün Cumhurbaşkanlığı zamanına tesadüf eden Kumul ayaklanması ve kurulan **Şarki Türkistan İslam Cumhuriyeti**'nin kuruluşu Türkiye'de büyük alaka ile günü gününe takip edilmiştir.

Resimde görüldüğü üzere devlet armasında; Cumhuriyetin amblemi, Kur'an-ı Kerim'den bazı ayetler ve kurulan Cumhuriyetin prensipleriyle bezenerek bir kompozisyon teşkil etmektedir. Hilalin sağında ve solunda yer alan ayetlerden başka, alt taraftaki kavisli çerçevede, Cuma hutbelerinde devamlı okunan meşhur ayet yer almakta, bunun sağında; "**İslamiyet**", "**Azadiyet**", solunda ise, "**Adalet**", "**Uhuvvet**" prensipleri yer almaktadır. En alttaki yazıda ise, "**Yaşasın Türkistan Azadlığı, Kutluk Bolsun İslam Hakimiyeti**" sözleri okunmaktadır.



Doğu Türkistan Milli Marşı (Türkiye Türkçesi)

Kurtuluş yolunda su gibi aktı bizim kanımız,
Sen için ey yurdumuz olsun feda bu canımız.
Kan döküp hem can verip şimdi kurtardık seni,
Kurtuluşa kalbimizde var idi imanımız.
Yar-ı hemdem oldu bizim himmetimiz sen için,
Dünyayı sorgan idi himmet ile ecdadımız
Yurdumuz biz yüz gözünü kan ile temizledik,
Sonra hiç kirlitemyiz çünkü Türktür namımız.
Atilla, Cengiz, Timur dünyayı titreten idi,
Can verip can alırız, biz onların evladiyız.
Çıktı can hem aktı kan düşmandan oldu el aman,
Yaşasın, bin yaşasın parlasın istikbalimiz.

1933'te kurulan "Doğu Türkistan İslam Cumhuriyeti" Devlet Arması





Çin'in Şıncang (Doğu Türkistan) Politikası

1949 yılında Çin Halk Cumhuriyeti'nin hâkimiyeti altına giren Doğu Türkistan, daha önceki dönemde de Çin'e bağlı olarak gözüke de genelde fiilen bağımsız hareket etmiş bir bölgedir. Hatta 1933 ve 1944 yılında iki defa bağımsız "Doğu Türkistan Cumhuriyeti" ilan edilmiş ancak bu devletler uzun ömürlü olamamıştır. Sovyetler Birliği kendi hâkimiyeti altındaki Batı Türkistan'da İngiltere, Hindistan'daki Müslümanlar arasında bağımsızlık hareketlerine örnek olmaması için Doğu Türkistan'ın işgal edilmesi noktasında Çin hükümetlerine yardımcı olmuşlardır. Bu noktada Doğu Türkistan'ın bağımsız olma şansı kalmamıştır. Çin Halk Cumhuriyeti'nin 1949 yılında Doğu Türkistan'da hâkimiyeti sağlanmasından sonra bölgede yaşayan Uygurlara ve Kazaklara geniş vaatlerde bulunulmuştur. Bu politikanın bir yansıması olarak 1955 yılında Şıncang (Doğu Türkistan) Uygur Özerk Bölgesi kurulmuş, bölgede Uygurca resmi dil olarak kabul edilmiş ve Uygurca eğitim ve yayın konusunda geniş özgürlükler tanınmıştır. Ancak, Pekin 1955'ten

günümüze kadar bu hakların kullanılması noktasında sınırlamalar getirmeye, hatta bazılarını geri almaya başlamıştır. 1955 özerklik ilanı, Uygurların Çin Devleti çatısı altında yaşama noktasında yaptıkları bir sözleşme olarak kabul edilirse, Pekin günümüze kadar bu sözleşmeyi sürekli ihlal eden taraf olmuştur. Çin'in 1949'dan 2009'a kadar Şıncang (Doğu Türkistan) bölgesinde uyguladığı politikalar bir bütün olarak değerlendirildiğinde, Uygurların siyasal, toplumsal ve ekonomik açıdan bir ayrımcılığa tabi tutulduğu ve eşit vatandaşlar olarak görülmediği anlaşılmaktadır.

Uygur Türkleri, kendi topraklarında yabancı oldular. Nasıl mı?

1. Uygurca Eğitim Veren Okulların Kapatılması

1993'te kabul edilen ve 2003'te yürürlüğe konan yeni eğitim politikasına göre Şıncang (Doğu Türkistan) bölgesinde 2011 yılına kadar anasınıfından üniversiteye kadar tüm eğitimin sadece Çince yapılması planlanmaktadır. Uygur okullarında görev yapan ve Çince bilmeyen öğretmenler ise Çince seviye tespit sınavında başarılı olamamaları halinde işten atılmaktadır.

2. Din ve İbadet Özgürlüğünün Kısıtlanması

Doğu Türkistan genelinde cami girişlerine devlet memuru, öğrenci, Çin Komünist Partisi üyeleri ile emekli memurların camiye giremeyecekleri yönünde ilanlar asılmakta ve camiye gidiş gelişler istihbarat elemanlarınca sıkı bir şekilde denetlenmektedir. Yine Ramazan ayında devlet memuru ve şirket çalışanı Uygurların oruç tutup tutmadıklarını kontrol etmek için su ikram edilmektedir. Ayrıca Kur'an-ı Kerim eğitimi başta olmak üzere her türlü dini eğitim vermek yasaklanmıştır.

3. Türk-İslam Eserlerinin Tahrip Edilmesi

Uygurların yoğun olarak yaşadığı geleneksel ve tarihi semtler, cadde yapımı veya daha modern binalar inşa etmek bahanesiyle yıkılmakta, buralarda meskûn Uygurlar göçe zorlanırken yıkılan tarihi evlerin yerine dikilen apartmanlara Han Çinlileri yerleştirilmektedir. Bu politikalar Kaşgar, Turfan ve Hoten gibi tarihi şehirlerde uygulanmaktadır.

4. Türk-İslam Kültür ve Geleneklerinin Yok Edilmesi ve Asimilasyon

Kültür ve gelenekler bir ve beraber olmak için hayati öneme sahiptir. İnsanlar, geleneklerinden kopararak, Çinli göçmenlerle dolu yüksek katlı apartmanlarına yerleşmeye mecbur edilmekte ve böylece kültürel devamlılığı yaşatma imkânları Uygur Türklerinin ellerinden alınmaktadır -hatta büyük ölçüde alınmış durumdadır.- Şıncang (Doğu Türkistan) bölgesinde Türk gelenekleri bir bir yasaklanarak yok edilmeye devam ediliyor. Mesela; Uygur seması, Doğu Türkistan'ın Kaş-

gar kentindeki Büyük Cami'nin önünde bayram namazları sonrası toplu olarak yapılan bir gösteridir. Bayramlar, mutludur, sevinçtir, neşedir. Uygur Türkleri, burada bir sevinci ve neşeyi yaşamak için bir arada olurdu. Doğu Türkistanlı kardeşlerimiz bayram namazları sonrası gerçekleştirdikleri 400 yıllık geleneklerini, Çin'in yasaklamasından dolayı artık yapamıyor. Sonuç olarak, kültür ve gelenekler ağır baskı altında.

Uygur kızları ise zorla Çinlilerle evlendiriliyor. Çocuklar ise "melekler kampı" adı verilen asimilasyon kamplarında Çin kültürüne göre yetiştiriliyor.

5. Ekonomik Ayrımcılık

Uygur Türkleri, Doğu Türkistan'daki ekonomik kalkınmadan hiç pay alamadıkları gibi burada yapılan yatırımlar ve istihdam bölgeye Çinli göçünü hızlandırmaktadır. Pekin'in 1949'dan beri uyguladığı bu ayrımcı politikalar yüzünden Uygurlar ve Han Çinlileri arasındaki etnik farklılık bugün sınıfsal bir farklılığa da dönüşmüş durumdadır.

Sonuç olarak; Doğu Türkistan'da yaşayan Uygur Türkleri'nin bugün için talepleri sadece bağımsızlık değil, 1955'te elde ettikleri hakları kullanmak ve Çinlilerle eşit vatandaşlık haklarına sahip bir şekilde insanca yaşamak olduğu söylenebilir. Uygur Türklerinin bu en masum taleplerini Çin hükümetinin ayrılıkçılık ve terörizm olarak değerlendirmesi, bugünkü sorunların temelini teşkil etmektedir.

Yüce Allah (c.c.), yar ve yardımcıları olsun.

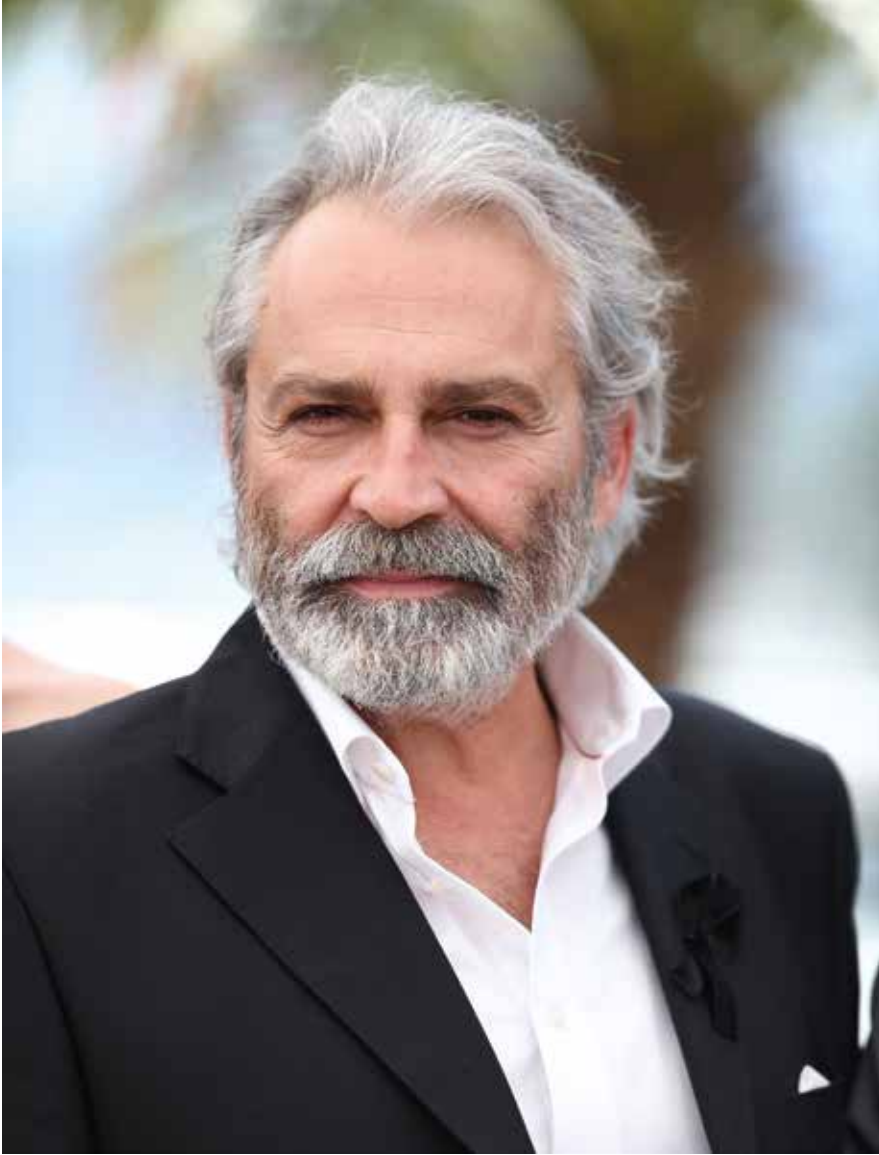
Uygurlar, Doğu Türkistan Türkleri, son neferlerine kadar direnmeye, ayakta durmaya devam edecektir. Çünkü onların kadim bir sloganları vardır: Allah Biz Bilen!



Derleyen: Mustafa Recep KOLCU
Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü Yetişkin
Eğitim Bürosu, Infaz ve Koruma Memuru

Sinema

DEĞER



Emmy Ödülü Alan İki Türk

HALUK BİLGİNER / HASAN ŞEREFİ

5 Haziran 1954 günü İzmir'de doğdu. Babası sigortacı Tahsin Bey, annesi ev hanımı Bedriye Hanım'dır. Çiftin üç çocuğunun ortancası olan Haluk Bilginer, **İzmir Türk Koleji**'nde eğitim gördü. Lise son sınıfta okulunun tiyatro koluna girdi ve Cahit Gürkan'ın öğrencisi oldu. **Demokrat İzmir Gazetesi'nin** açtığı liselerarası tiyatro yarışmasında ilk ödülünü aldı. Jürideki tiyatro müdürü Ragıp Haykır'ın davetiyle **İzmir Devlet Tiyatrosu'nda** konuk oyuncu olarak çalıştı.

Ankara Devlet Konservatuvarı'nda tiyatro öğrenimi gördü. Mezun olduktan sonra İngiltere'ye giderek **Londra Müzik ve Drama Sanatları Akademisi'nde** (LAMDA) ileri tiyatro öğrenimi gördü. 1980 ile 1991 arasında İngiltere'de çeşitli tiyatrolarda rol aldığı oyun ve müzikallerden başlıcaları: **My Fair Lady**, **Kafkas Tebeşir Dairesi**, **Macbeth**, **Pal Joey**, **Belami** (West End'de Ken Hill'in) **Phantom of the Opera**'dır.

1987 yılında **Gecenin Öteki Yüzü** adlı film çekimi için İstanbul'a geldi. Hayatını bir süre İstanbul-Londra arasında sürdürdü. 1990 yılında Ahmet Leventoglu ve Zuhal Olcay ile **Tiyatro Stüdyosunu** kurdu. Tiyatro Stüdyosunun **Aldatma** (Harold Pinter), **Kan Kardeşleri** (Willy Russell), **Derin Bir Soluk Al** (Ben Elton), **Çöplük** (Turgay Nar), **Histeri** (Terry Johnson) ve **Balkon** (Jean Genet) oyunlarında başrolleri üstlendi.

1992'de Zuhal Olcay ile evlendi. Çift, birlikte Hollywood'da **Indiana Jones** dizisinde, Türkiye'de de Yavuz Özkan'ın **İki Kadın** filminde rol aldı. Bilginer, 1996'da Tomris Giritlioğlu'nun 80. Adım filminde ardından **İstanbul Kanatlarımın Altında**, **Usta Beni Öldürsene** ve **Masumiyet** gibi ödüllü filmlerde rol aldı. 1993'te Türkiye'nin ilk Reality Show'u olan **Sıcağı Sıcağına** adlı programı sundu.

Haluk Bilginer ve Zuhal Olcay, bir tiyatro salonu sahibi olmak için Odeon Sinemasını kiralayıp inşaata başladı. 1996'da çıkan yangından sonra 1999'da Moda'da baştan yaptıkları bir salonda **Oyun Atölyesi'ni** kurdular.

2006 yılında müzik sanatçısı Aşkın Nur Yengi ile evlenen Bilginer'in bu evlilikten Nazlı adında bir kızı bulunmaktadır.

Aldığı Ödüller

47. Uluslararası Emmy Ödülleri'nde **Şahsiyet** dizisindeki performansıya en iyi erkek oyuncu seçilen Haluk Bilginer'in kazandığı diğer ödüller şöyle:

"Afife Tiyatro Ödülleri, En iyi erkek oyuncu, Histeri; Ankara Sanat Kurumu, En iyi çevirmen, Aldatma; 1997 yılında ÇASOD, En İyi Oyuncu, Masumiyet ve 34. Antalya Film Şenliği, En iyi erkek oyuncu, Masumiyet; 1998 yılında Ankara Film Festivali, En iyi erkek oyuncu, Masumiyet; Adana Altın Koza, En iyi erkek oyuncu, Masumiyet ve Nihavent Mucize; Angers (Fransa) Film Festivali, En iyi erkek oyuncu, Masumiyet; 2004 yılında 9. Sadri Alışık Ödülleri, En İyi Erkek Oyuncu, Neredesin Firuze."

Haluk Bilginer'in büyük bir başarıya imza atarak "**En İyi Erkek Oyuncu**" dalında Emmy ödülünü kazanması Türkiye'de büyük heyecan oluşturdu. Oyuncunun **Şahsiyet** dizisindeki performansı ile kazandığı mükâfat yükselişe geçen Türk dizi sektörünün görsünü kabarttı.

Emmy Ödülü Alan İlk Türk Hasan Şerefli

Usta oyuncu Haluk Bilginer'in Emmy ödülünü kazanmasının ardından kim senin bilmediği bir gerçek ortaya çıktı. Çünkü, Emmy ödülünü ülkemize ilk getiren Haluk Bilginer olduğu zannedilmiştir. Fakat gerçek bu değildi. Tam 16 sene önce şimdi bir iş adamı olan **Hasan Şerefli** bir belgesel filmiyle bu ödülü Türkiye'ye sessiz sedasız getirmişti.

"Çoğu insan kazanılanın Türkiye'nin ilk Emmy ödülü olduğunu zannetti ama ülkemize prestijli ödülü getiren ilk isim Hasan Şerefli'yd."



Şerefli'nin beraber çalıştığı sekiz araştırmacı ile çektiği **Parmaklıklar Arkasındaki Çocuklar** isimli dokümanter filmi, 2003 yılında "**Belgesel Film ve Araştırma**" dalında ödüle layık görülmüştü.

Sessiz Sedasız Emmy Ödülü Alan Türk

O yıllarda ABD'de mastır öğrencisi olan Şerefli, galaya katılmak için kendilerinden istenen 450 doları ödeyemediği için ödül törenine katılamamıştı. İsmi gazetelerde "**Sessiz sedasız, Emmy ödülü alan Türk...**" diye geçmişti. Şerefli, şu an Amerika'da yaşıyor ve artık uluslararası ticaret yapıyor.

Hasan Şerefli ile yapılan mülakatta: "**16 yıl önce kazanılan Emmy ödülü neden şimdiki kadar duyulmadı?**" diye sorulduğunda o yılları anlatan Hasan Şerefli, on altı sene evvel Emmy kazandığı filmin, küçük yaşlarda ıslahevlerine düşen çocukların dramını ele alındığından bahsetti. "**Bu filmle ödül alacağımızı hiç tahmin etmemiştim. Geceye katılmadığım için ödülü ağır bir paket içerisinde evime kargoyla gönderdiler, koyacak yer bulamadım.**" diyor.

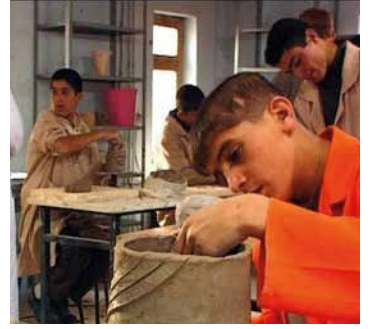
Aldığı Emmy'nin Türkiye'de günümüzdeki kadar rağbet görmemesini popüler kültürün baskınlığına bağlayan Şerefli: "**Yeniliğe açık değiliz. Benim de bir takdir beklentim olmadı açıkçası.**" şeklinde konuştu.

Belgeselin İçeriği

Hasan Şerefli, 95 dakikalık belgeselle ilgili olarak yıllarda verdiği bir mülakatta, "**ABD, İngiltere, Moğolistan, Gürcistan, Hindistan, Filipinler ve Türkiye'de çekilen film, tüm bu ülkelerdeki ıslahevi koşullarını gözler önüne seriyor. Çocukların tepkilerinden bahsediliyor. Onların gözüyle dünya nasıl görünüyor, bu çocuklar ne koşullarda yaşıyorlar ve devlet ne gibi katkılarda bulunuyor, ıslahevinden çıktıktan sonra sosyal hayata uyumlarında ne gibi güçlüklerle karşılaşılıyorlar?**" gibi konular irdeleniyor dedi.

Keçiören İslahevinde Liberal Yönetim

"Dünyanın her yerinde gerçekten koşullar çok kötü." diyen Şerefli, araştırma neticesinde ıslahevi yönetimi ve topluma kazandırma gibi temel konularda Türkiye'nin



en liberal ülke olarak diğerlerine örnek gösterildiğini de ifade etti. Türkiye ayağıyla ilgili olarak şöyle konuştu: "**Filmde, Türkiye'deki Keçiören İslahevinde diğerlerine oranla inanılmaz liberal bir sistem olduğu görülüyor.**

Keçiören'de parmaklıklar yok. Çocuklar, infaz koruma memuru eşliği olmadan okullarına gidebiliyorlar. Bu husus eleştirmenlerden büyük övgü aldı. Gerek İngiliz gerek Amerikalı uzmanlar, kendilerinin de böyle yapmaları gerektiği sonucuna vardılar."

Türkiye'de İslahevleri Başarılı

Bu noktanın çok önemli olduğuna dikkat çeken Şerefli, "**Özellikle Avrupa Birliği'ne girme aşamasında, insan hakları derneklerinden gelip Türkiye'de araştırma yapıyorlar, nedense buna hiç değinmiyorlar.**" diye konuştu.

Şerefli: "**Adalet Bakanlığının da bunda katkısı olduğunu söylemek isterim. Pek çok ülkede, ıslahevinden çıkan çocukların yüzde 70-85 oranında yeniden ıslahevine döndüklerini vurgulayan Hasan Şerefli, Türkiye'de bu oranın yüzde 10-15 olduğuna da işaret etti. Bunun Türk insanının aile yapısı ve kültürüyle alakalı olduğunu**" söyledi. Aldıkları ödüllerle ülkemizi iyi bir şekilde temsil eden Haluk Bilginer ve Hasan Şerefli'ye teşekkür ediyoruz.



Deniz ÖZYÖRÜK
Denetimli Serbestlik Daire Başkanlığı,
Sosyolog

Müzik

DEĞER

Hayatın Müziği

Değişmeyen kültürdür uygarlık tarihine baktığımızda...

Düşüncelerin, duyguların, göz yaşlarının, kahkahaların sesidir. İtrilerin, Dede Efendilerin, Münir Nurettinlerin, Ahmet Saygunların, Sadettin Kaynakların bize sunduğu dünyadır. Onu anlamak; uygarlıkları ve yeryüzünün tamamını kucaklamaktır. Onu sevmek; yaşamımızda tasdik edilmiş bir neşedir, umuttur, benzerliktir. Melodisiyle dans etmek; gökyüzünde kanat çırpma, kurak topraklarda yeşermektir. Onu hissetmek; karanlık dehlizlerde ilerlemek, sevincimize yankı derdimize merhem bulmaktır. Evet, müzikten bahsediyoruz.

Kültürel bir olay olduğu kadar tek başına da vardır müzik. Bazen kendi kendinize mırıldanırsınız bir şarkıyı ya da çalarsınız bir ezgiyi... Bazen bir melodiyi dinlersiniz bir plakçalardan, kasetten ya da kompakt diskten. Benzersiz bir anlatım tarzıdır müzik. Anlatılan ne çok şey vardır müzik eserinde. Bu bazen bir kişidir, bazen bir olay... Bazen geçmiş, bazen gelecek. Zaferler, yenilgiler... Aşklar, kayıplar ya da kazanılanlar.

Bir köprüdür müzik, yaşamdaki akışın kavranmasıdır. İnsanlarla iletişim kurma noktasında en hızlı iletişim aracıdır. Hemen her yerde duyulabilir. Herhangi bir özel platforma ihtiyaç duymadan evde, okulda, işte ya da sokakta, arabada veya açık alanda dinlenen sanat eseridir.

Müziği sadece şarkı ve söz olarak düşünmek onu kültüründen koparmaktır. Çünkü başlangıcında insan sesi vardır. Kültürü oluşturan kişi kendini, gündelik yaşam pratiklerini ve ait olduğu toplumsal gerçekliği icra eder yaptığı müzikte. Yani insanın hayatı algılaması, belirli değer yargılarını benimsemesi, olayları kabul etmesi ya da bunlara karşı duruş sergilemesidir müzik. Kısacası bir iletişim becerisidir müzik, insanın kendini ifade etme isteğinin gerçekleşme şeklidir. İnsanın duygularını inceltmesi ve yüceltmesi, bu şekilde kültürünü inşa etmesidir.

Kültürün oluşması ve biçimlenmesini doğrudan etkileyen, toplumsal yaşam içerisinde oldukça önemli bir yere sahip olan müziğin, hayatı anlamlandırmamız konusunda önemli etkileri olduğu bir gerçek.

Müziğin hayatımızdan hiç çıkmaması temennisi ve müzikle dolu bir yıl geçirmeniz dileğiyle..

Musiki öyle bir denizdir ki ben paçaları sıvadım ama hala içine giremedim.

Dede Efendi



Derleyen: Muhsin KURT

Akşehir T Tipi Kapalı ÇIK,
İnfaz ve Koruma Memuru



Enerji Tasarruf Haftası

Enerji kaynaklarının akılcı, israf edilmeden, gerektiği kadar ve verimli kullanılması için ve bu bilincin yaygınlaşması adına her yıl ocak ayının 2. haftası "Enerji Tasarrufu Haftası" olarak kutlanıyor.

Neden Enerji Tasarrufu Haftası Kutlanıyor?

Türkiye Cumhuriyeti Devleti, ülke sınırları içerisinde petrol ve doğalgaz rezervi bulunmadığından ve yerli ve milli enerji kaynaklarına son birkaç yıldan beri yöneldiği için enerjisinin yaklaşık olarak %85'ini ithal ediyor. Ülkemizde pek çok sektörde kullanılan petrolü, %90'ların üzerinde dışarıdan temin ediyoruz.

Enerjiyi ithal ettiğimiz her miktar için döviz üzerinden milyonlarca borçlanmış oluyoruz, cari açığımız artıyor ve tüm bunlar da ülke ekonomimize olumsuz olarak yansıyor. Durum böyle olduğu için ülke olarak enerjiyi en akılcı en verimli şekilde kullanma mecburiyetimiz bulunuyor.

Enerji Kullanımında İki Önemli Kavram: "Enerji Tasarrufu" ve "Enerji Verimliliği"

Enerji tasarrufu: Enerjinin gerektiği kadar, israf edilmeden kullanılması, hatta biraz da konforumuzdan ödün vererek tüketilmesini sağlamaktır. **Örneğin;** evlerimizde ayrı ayrı odalarda işlerimizi yapmaktansa bir araya gelerek, tek bir aydınlatma altında bunu yapmak bir enerji tasarrufu adıdır.



Enerji verimliliği: En az enerji kullanımı ile en etkin şekilde işin gerçekleştirilebilmesi işidir. **Örneğin;** bir odayı eski halojen lambalar aracılığıyla aydınlatmak yerine aynı aydınlatma ihtiyacını daha az enerji tüketerek karşılayabilen led teknolojiye lambalar ile aydınlatmak bir verimlilik uygulamasıdır.

Verimliliğin tasarruftan farkı; verimlilik akılcı enerji kullanım yöntemleri üzerine odaklıdır, tasarruf ise enerji kullanımını en aza indirme odaklıdır diyebiliriz.

Şunu da ayrıca belirtmek gerekir ki; **enerji tasarrufu, yalnız kullanmadığımız cihazları kapatmak ya da fişten çekmek değildir. Kullanılan ürünlerin de çevreye saygılı, daha az enerji tüketen cihazların seçimiyle de alakalıdır. Örneğin;** beyaz eşya sektöründeki AA ve AA+ cihazlar minimum enerji tüketimi ile maksimumda fayda sağlamaktadır. Yine pek çok sektörde verilen hizmetin veya satılan ürünün enerji verimliliği ve çevre dostu olduğunu gösteren "Yeşil Yıldız, Yeşil Bina, Yeşil Etiket" gibi etiketler bulunmaktadır.

Tüketici olarak bizlerin bilinçlenerek aldığımız hizmetlerde ve ürünlerde ne kadar enerji tüketilerek ne kadar kazanç elde ettiğimizi sorgulamamız ve sorgulamamız gerek. **Herkesin Enerji Tasarruf Haftasını kutluyorum.**





Yansımalar

"Bazı kadınlar
aynalara küser, bazı
kadınlar aynalara
düşkündürler."



Kışın soğuk samimiyeti yuvarlanıyor gökten. Karlar yağıyor bir yerlerde, görünür değil henüz. Benim ise kendimi var edebilmek için ille de görünür olmam gerekti, görüldüğüm kadar vardım. Yok hükmünde olduğum vakitler anlamsız bir arayıcı, eksik bir öğretici, sessiz bir uyarıcı olmuştum. Oysa uzak beyaz diyarların çığ sessizliğini hissedebiliyor olmam, görmediğim kar tanelerine avcumu açmamla eşleşiyor. Daha görmeden kabulleniyorum beyazlığını, soğukluğunu ve kışa özgülüğünü. Farklı bir güven hissi oluşuyor o vakitlerde. Doğaya teslim olunuyor. Doğa olması gerekeni olduruyor, güzel ve çirkin ayrımı yapmadan. Akan zamanın dalgalı hislerine güvenle bıraktırıyor kendimizi.



Fotoğraf: Cezim ŞEKER

Bazen dalgalı zamanlarda yolda yürürken vitrinler iliştiriyor gözüme, beni görüyorum, tam da unutmuşken. Cama yansıyan silüetimi fark ediyorum, belli belirsiz ama yine de ben... Sessiz ve sedasız bir ben; renkleri seilmeyen, insan rengine yakın renklerde yansıyor gözlerime o beden.

Hepimiz yolda yürürken vitrinlerde, pencereden dışarıyı izlerken camlarda, çay demlerken çaydanlıkta, nehirde, suda, sevdiğimize baktığımızda gözlerinde görürüz yansımamızı. İzleriz kendimizi, izlediğimizi herkesten gizleyerek, hafif bir narsizm, azıcık ruhsal doyum, biraz üzgün, biraz gururla izleriz başkalarının gözleriyle görmek arzusuyla, ilk kez görüyormuş gibi ince ve gizli... Biriktiğimiz ve çoğaldığımız yer durduk yere çıkar karşımıza.

Geçen cuma pencereden dışarıyı izliyordum, evrak işlemlerinden yorgun düşmüş gözlerimi, uzaklara dalarak dinlendiriyordum. 5-6 yaşlarında bir kız çocuğu ceza infaz kurumunun nizamiyesinden içeri girmek üzere bekliyordu. Minicik burunlu o kız, dünyaları merak ediyormuş gibi gözlerini kocaman açmış, kapının sarımtırak metalinde kendini izliyordu. Öyle saf öyle insani bir merakla bakıyordu ki kendine, yargılamadan. Karşısında ne gördüğünü bilmiyorum ancak kendimi vitrin camlarında fark ettiğimde bende aynını yapıyor buluyorum kendimi. Ne görmeyi umu-



yorum, gördüğüm ne bilmiyorum. Ama kalbimin o küçük kız çocuğunun kalbiyle aynı ritimde olduğundan eminim. Beni ben yapan tüm kusurlarımla “**Bu gördüğüm yansıma-da yaşıyor oluşum**” gözlerimi kusursuzluktan uzaklaştırıyor. Bu düşünceler hücumdayken gözlerimde o kız çocuğunu izliyorum. O kadar masum ki. Kendini baştan çiziyormuş gibi dikkatle bakıyor sarımtırak demirde belli belirsiz yansımasına. Ağladığımda nasıl görün-düğümü merak ettiğim yaşlarım geliyor aklıma.

Bu kız çocuğu gibi bulduğum yansıtıcının karşısına geçtim. Ağlarken incelerdim ken-dimi, o gözyaşının yuvarlanıvermesine; mesela ağlayınca “ela” oluyor gözlerim, inanmasa da kimse. Büyüyünce sosyal maskeler için kim olduğumla ilgili silüetler gördüm. O silüete benziyordu o küçük kız.

O kadar sevgi dolu bakıyordu ki kendisine. Soğuktan hafifçe akmış burnu, çapaklanmış gözleri, çamurlanmış ayakkabılarını sevgiyle izliyordu. Sanırım herbirimiz farklı izliyoruz kendimizi. Bu çocuğun kendini kabullenmesi üniversite yıllarımda kendini reddeden diğer bir kız arkadaşımı çağırıyor.

A nkara’nın kız öğrencilerine ayırdığı bir devlet yurdunda o kız arka-daşımla konuştuğum an geliyor aklıma. Adını ilk defa duyduğum bir hastalığını anlatıyor: “**Dismorfofobi.**” Bir insanın bedeninde olan veya hayali olarak bedeninde olduğunu varsaydığı kusurlarla aşırı ilgilenmesi olarak tanımlanabiliyor. Bu rahatsızlığa sahip bireyler, kurtulmak istedikleri bir olgu gibi kendi bedenlerinden utanıyorlar. İlginç dedim.

Geçen hafta aldığım bir kitap geldi aklıma. Serdar Kenç’in çevirisini yaptığı, **Claudine Sagoert**’in yazarı olduğu, “**Kadın Çirkinliğinin Tarihi**” adlı yapıt bazı anlamlarına tam katılmasam da ilginç fikirler sunmuştu bana. Okumak isteyenler için oldukça ilginç bakış açıları sunuyor. Fizyolojik çirkinlik-ten, ontolojik ve ahlaki çirkinliğe, itaatsizlik

biçimi olarak çirkinlikten, çirkinliğin paradokslarına, kadın çirkinli-ğine çok farklı bir açıdan yaklaşılmış. Strasbourg Üniversitesi Sosyoloji Pro-fesörü **David Le Breton**’un ön sözünde bahsettiği çirkinlik atıf-larında, kadın çirkinliği söz konusu oldu-ğunda fiziksel özelliklerle,

erkek çirkinliği söz konusu olduğunda ise zekâsal özelliklerle bağdaştırmış. Çirkinlik bile bilimle barışmış.

Sebebi ne olursa olsun vitrinde, camda, suda, çaydanlıkta, gözde yansımanın ardına düşüşlerimizi anlatmak isterken nasıl da farklı amaçlar ile bunu yaptığımızı fark ettim. Bir çocuk saflığıyla doğamıza teslim olmak ve kendimiz dahil hissettiğimiz her şeyi merakla izlemek gerçekten güzel bir deneyim. Her ne kadar medya ve toplumsal öğretiler yansımalarımız ve silüetlerimiz hakkında “**kusurlu**” ibaresini kullanmak istese de, dismorfofobik durumlara sürüklenmeye çalışsak da kalbi, ruhu, özü, sözü bir olan bizim gibi kadınlar kendilerini ve bu duruma sürükleyenleri affeder.

Yeniden doğmayı başarabilen kadınlar her yangın yerinden biraz kül biraz ateş ile daha güçlü kalker ve geleceğe ilerler. **Geleceğe ilerleyen kadın kendini vitrinden seyrederek.** Örneğin; girdiği bir pastanede karşısında bir ayna görür, aynadan çirkinliğini, aynadan güzelliğini seyrederek. Musluğun metalinde bulaşık yıkayan ellerini gözler, dışarıyı pencereden izleyecekken camın bir kenarından kendini görür. Kusurunu ve en mükemmelliğini görür. Kabul ettiğini görür.

Kendini izlemek bir keşif yürüyüşü gibi sarar insan tinini. İster minik bir kız çocuğu olalım ister dismorfofobiye sürüklenmiş olalım isterse affedelim kusurlarımızı, değişmez. Bazı kadınlar aynalara küser, bazı kadınlar aynalara düşkünlüdürler.

Kendimizi ve yansımalarımızı görebileceğimiz, kusurlarımızı görüp kabullenebileceğimiz o muhteşem aydınlanma ile kalınız.





Murtaza AYDIN
Elazığ Kampüs Açık CİK,
2. Müdür

Ne Geçmiş Ne De Gelecek

Her ne yaşıyorsa, yaşadığı zamanda yaşıyor. O anda yaşanan şeyin tadı asla asla geri dönüp gelinen yollarda bulunamıyor. Yani yıllar geçtikten sonra tadı damağında kalan yaşantı için aynı şehre, mahalleye, kasabaya, köye hatta eve gelsen dahi diğer şeyleri bir araya getiremiyorsun. Eksik kalıyor bir şeyler, tamamlayamıyorsun. Kaybolmuş oluyor bütün gizemi o zamanın. İstedığın makamlar, mevkiler, zenginlikler içinde olsan da mazinin bir dakikasının benzerini dahi yaşayamıyorsun.

Para ile satın alamıyorsun geçip giden zamanı. Ne giden yıllar geri geliyor, ne dökülen saçlar ne de ağaran sakallar. Dökülen göz-yaşları, atılan kahkahalar veya vurgun zamanlar... Giden sevgililer hiç gelmiyor! Yıllar gidiyor ve kimsecikler geri dönmüyor, sadece resimlerde, hayallerde kalıyorlar. **“Ne olur her şeyimi vermeye hazırım, geçmişin herhangi bir zamanın da bir dakika yaşama fırsatı verin.”** dersin demesine ama nafi.

Geçmişe böyle özlem duyarız, bir de geleceği merak ederiz ama ikisine de hâkim olamayız. Çocuklarımızın hep daha küçük hallerini özlüyoruz ama onlar büyüyorlar. Diğer taraftan geleceklerini de merak ediyoruz ama bilemiyoruz.

Bizler mi? Bizler de yaşıyoruz maaless. Akıl belki halen başta ama yaşla gidip de gelmeyecek olan çok şey oluyor. Üstelik bu sürekli bir halde devam ediyor. Şairin dediği gibi yaşamak ne garip şey aslında. Dönüp geriye baktığında insan, onsuz yaşayamam dediği onlarca kişi veya durumun mezarlığı veya çöplüğü ile karşılaşılıyor her gün; ama yaşamaya pekâlâ devam ediyor. En fazlası geçmişe özlem veya pişmanlıkla hatırlamak kalır. Yani yaşamaya devam ederiz.

Geçmiş demişken neden hep daha eskiler özlemle hatırlanır? Öyle ki kötü anılar bile tebessümle hatırlanabiliyor. Geçmiş neden tatlı? Bazı araştırmalara göre, yaradılış itibarıyla beyin iyiye kurgulanmıştır. Yani yaşamayı mümkün kılmak için buna ihtiyaç vardır. Geçmişte yaşadığı çok kötü bir olayı o anki kötü hislerle sürekli hatırlarsa insanın yaşama uyumu pek mümkün olmaz. Ayrıca geleceği bilememenin insanda yarattığı

bilinçaltı endişe de geçmişi iyileştirerek açığa çıkarıyor diye tahmin ediyorum. Çünkü gelmeden geleceği de yaşayamıyor insan yani sırasıyla geçiriyor zamanı.

“Ben 2020 yılını yaşamak istemiyorum, 2021’e geçip oradan devam etmek istiyorum.” diyemiyor insan. Varmaya çalıştığım şey nasıl yaşanırsa yaşansın, bu manada elde ne geçmiş kalır ne de gelecek. Büyük oranda hâkim olduğumuz şey “şimdi”dir.

Geleceği zaten bilmiyorken, geçmişini geri getirmeye de gücü yetmiyorken yaşadığı zamanı doğru yaşamayı seçmelidir insan.

Çok büyük pişmanlıklara neden olmadığı sürece, geçmişteki her zamanın ayrı bir tadı olduğu doğrudur.

Doğmak kadar büyümek de güzeldir. Ve gençlik, orta yaş, yaşlılık... Anne baba olmak ne kadar güzelse, nine ve dede olmak da eminim o kadar güzeldir. Bütün sermayesi, içinde yaşadığı andır aslında insanın. Tam da bu yüzden dosdoğru yaşamalı belki de insan. Yaşamı tesadüf görmeyen kalpler, var oluş nedenselliğinden hareketle yaşmalıdır. Dünyaya gelişin esrarını çözebilen akıllar, akıllıca yaşamalıdır her anını. Yaşamın, varoluşun başlangıcı olduğunu ama bir sonu olmadığını, dünyanın sadece bir perde olduğunu anlayabilme donanımındaki insanın yaşamı “emrolunduğu” üzere olmalıdır. Zira bir saniyeyi bile geri getirip düzeltme şansımız yok. Ancak keşkelerde kalır veya ölmekten affedilme dileyebiliriz sadece. Dünya ahiretin aynasıdır bu anlamda. Dünya hasadı kötü olanların pişmanlığı, daha bu dünyadayken bildirilmedi mi? Sahiden de ürperti olan o son pişmanlık nasıl bildirilmişti kutsal kitabımızda? “Allah’ım! Son bir fırsat; yeniden dünyaya dönme şansını ver de; şunları yapmayacağım veya bunları yapacağım.”

Ama heyhat! Ne olacak peki? O da geçmiş olacak vesselam...



A. GÜL AŞIK

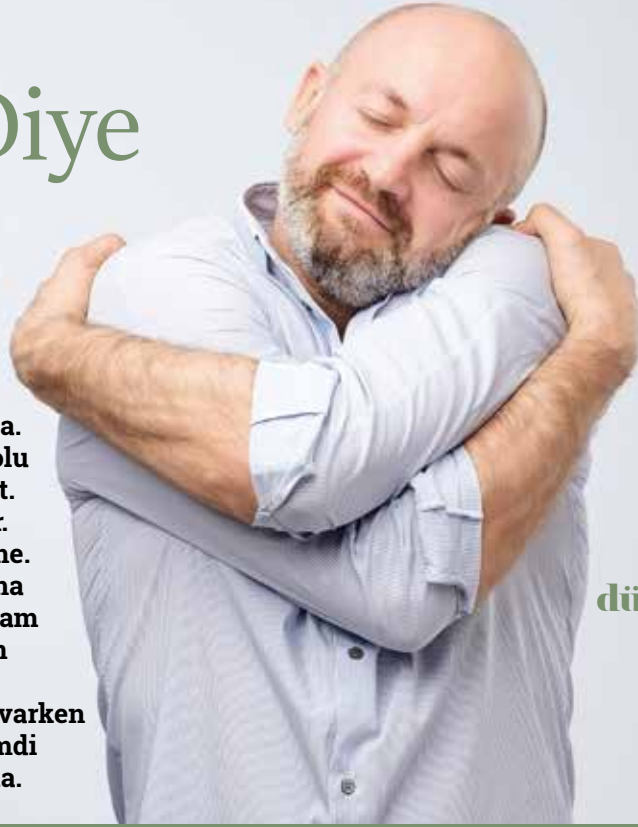
Karabük Denetimli Serbestlik Müdürlüğü,
Psikolog

Hayatın İçinden

DEĞER

Ya Elalem Diye Bir Şey Yoksa

Kimse için yaşama bu hayatta. Senin yolun farklı, onların yolu farklı. Sen kendi yolundan git. Kendi isteklerini gerçekleştir. Kendin ol. El alem ne der deme. El alem konuşur ve susar. Ama senin hayatın ilerlemeye devam eder. O hayatı yaşayacak olan sensin. Bu senin hikâyen. Kendi filminde başrol olmak varken konuk oyuncu olma. Hadi şimdi başla. Kendini sevmekle başla.



Yaşamamış yaşamlar dünyadaki bütün savaşların ve kötülüklerin temelidir.

Eric From

Peki, nasıl kendimiz oluruz? Ya da neden kendimiz olmayız? Kendimiz için yaşamak nedir? Bu bencil bir istek midir? Gelin bunlar üzerine biraz sohbet edelim.

Baştan başlayalım. Kim bu başkaları. Adı üstünde başka olan biri neden bizi bu kadar ilgilendirir? Neden bu kadar önemseriz dediklerini? Neden tam bir şey yapacakken el alem ne der sonra diye vazgeçeriz?

Vazgeçeriz, çünkü kaybetmekten korkarız sevdiklerimizi. Vazgeçeriz, çünkü terkedilmekten korkarız. Bu davranışlarımızın altında o bahsettiğimiz -başkalarının- saygısını kazanma, daha çok sevilme, daha çok değer görme isteği yer alıyor. Bu istekler belki başta masum gibi görünüyor. Fakat kişi için bu sürekli tekrarlandığında mutlu olmayı ve başkalarından bir şeyler almayı hep kendinden ödün vererek gerçekleştirmiş olmak, sürekli fedakarlık yapan taraf olmak kişide değersizlik, suçluluk gibi duyguları açığa çıkarıyor. Kendi istemese de her teklife evet derken buluyor kendini. Çünkü hayır derse kaybedeceğinden, sevmeyeceğinden korkuyor. İçinden geçen bir şeyi yapamıyor. Çünkü yanlış yaparsa kabul görmeyeceğini düşünüyor.

Bazen de hata yapma korkusu yüzünden yapamıyoruz bir şeyleri. Hata yaparsak hakkımızda ne düşünürlər sonra. Ya sevmelerse bizi, ya ne beceriksiz derlerse. Bakın yine aynı yere geldik: "Kendimize." Kendimize verdiğimiz değere. Daha biz kendimize değer veremezken başkaları neden değer göstersin bize. Bir hatamızda yerden yere vururken kendimizi, kim hoşgörsün eksikliklerimizi.

Evet, şimdi kabukları kırma vakti. Kendini fark et. Kendini sev. Senin değer başkalarına ne verdiğinle ilgili değil. Senin



değer başkalarının sana ne verdiğiyile ilgili hiç değil. Senin değer kendine ne verdiğinle ilgili. Kendinize, içinizdekine değer verin. Bir şeyi çok güzel yapsanız da, elinize, yüzünüze bulaştırsanız da. Bu hatayı yapan ilk kişi siz değilsiniz ya. Kendinize hata payı verin. Eksiklerinizle,

güçsüzlüklerinizle kabul edin kendinizi. Kabul edin ki güçlenisin zayıf yanlarınızı, tamamlansın yarımalarınız.

Hayır dediğin için kaybediyorsan arkadaşım dediklerini, bırak gitsinler. Dediklerini yapmadığın için hayatından çıkıyorlarsa, hiç olmasınlar hayatında. Öyleyse bırak artık başkaları için yaşamayı. Şu soruyu sor kendine. Bu benim hayatım mı, istediğim gibi yaşıyor muyum?

Bu bencil bir istek de değil. Rahat ol. Bencillik sadece kendini düşünmektir. Sen ise önceliğine kendini alıyorsun. Diğerlerini de düşünüyorsun tabii. Önce kendini sevip kendine değer verirken bu hayatına alacağın insanlara da tesir eder zaten.

Ünlü bir yazarın da dediği gibi, "Doğru olanı yapmak hiç yanlış olmamıştır." Şu an ne istiyorsan onu yap. Hem de "El alem ne der?" diye hiç düşünmeden. Kim bilir belki de el alem diye bir şey yoktur.



Derleyen: Ferhat ÇELİKER

Van M Tipi Kapalı Çık,
Öğretmen

Spor

DEĞER

Binicilik

İnsanlık tarihinde ateşin bulunması, yazının icadı ya da metallerin işlenmesi kadar önemli gelişmelerden biri de atın evcilleştirilmesidir. Uygarlık tarihine bu önemli gelişmeyi M.Ö. 5000 yıllarında Türklerin sunduğu bilinmektedir. Dünya üzerinde tüm uygarlıklar ata büyük önem vermiş fakat hiçbir topluluk Türkler kadar atı sahiplenmemiştir. Türklerin at üzerindeyken neredeyse tüm ihtiyaçlarını giderdikleri ve yeni doğan her çocuğa yoldaşlık, arkadaşlık etmesi amacıyla bir atın verildiği bilgileri yapılan bilimsel çalışmalara yansımıştır.

Kaşgarlı Mahmut Divan-ı Lügat-it Türk adlı eserinde; "Kuşkanadıyla, er atıyla" der ve atı Türk'ün kanadı olarak niteler. Aziz milletimizdeki bu at sevgisi, ata verilen değer modern edebiyatımızda yerini almaktadır. Faruk Nafiz Çamlıbel "At" şiirinde istiklal savaşında yapılan mücadeleyi şahlanan ata benzeterek, "Bin gemle bağlanan yağız at şaha kalkıyor." şeklinde anlatmıştır. Yine Türk edebiyatının usta isimlerinden Necip Fazıl Kısakürek "At'a Senfoni" ya da "At'a Konçerto" adlı hikâye kitabında bir yarış atının hikayesini anlatmaktadır. Kısacası at kültürümüzün her alanında yer bulmakta, ailenin bir üyesi olarak görülmektedir.

Atın evcilleştirilmesiyle at birçok alanda kullanılmış ve insan hayatını kolaylaştırmıştır. Çünkü atlar hayatın tüm alanında kullanılmıştır özellikle; ulaşım, tarım ve savaş alanında kullanılmışlardır. Bu durum sanayi ve teknolojinin gelişmesiyle insanoğlunun kontrolün tamamen kendinde olduğu binekleri icat edene kadar devam etmiştir. Sanayi ve teknolojinin gelişmesine oranla atların kullanım alanları giderek daralmış ve atlar sadece sportif ve kültürel bir değer olarak varlıklarını sürdürmüşlerdir.



Günümüzde **atlı sporlar** çağdaş anlamda değişik kategorilerde yapılmaktadır. **Binicilik, ata binme bilgisi ve sanatı olarak tanımlanmaktadır.** Binicilik, özünde doğa ve hayvan sevgisini barındırmakta olup; atın bakımı, atın eğitimi ve ata doğru zamanda doğru işi yaptırma becerisidir. Esasen binicilik, çok eski zamanlara dayanan bir spor dalıdır. Türk töresi içinde önemli bir yere sahip olan at, kültürel birçok oyunun, sporun başkahramanı olmuştur. Özellikle halen günümüzde oynanan cirit oyununda atın hızlı, çevik olması binicisine artı bir değer katmaktadır.



"Türk töresi içinde önemli bir yere sahip olan at, kültürel birçok oyunun, sporun başkahramanı olmuştur. Özellikle hâlâ günümüzde oynanan cirit oyununda atın hızlı, çevik olması binicisine artı bir değer katmaktadır."

Kültürel bağlamda atla yapılan sporlara bakacak olursak;

Rahvan Binicilik Sporü: Anadolu'nun değişik yörelerinde halen yapılan bir spordur. Rahvan binicilik, Ege Bölgesine has bir spor olarak bilinmektedir. Rahvan atının en büyük özelliği, koşarken bir yandaki iki bacağını ileri doğru aynı anda atmasıdır. Atın doğal yürüyüşünden farklı olan rahvan yürüyüşü sayesinde at, binicisini sarsmadan ve hızını koruyarak uzun mesafeleri aşabilir. **Rahvan atı, farklı bir ırk değil, bir yürüyüş biçimidir.**

Gökbörü/Oğlak Oyunu: Bir savaş oyunu olup, atlı savaşçıların kendilerini barış zamanlarında zinde tutmak için oynadıkları atlı oyunlardan biridir.

Çevgan/Çöğen Oyunu: Yine eski Türkler tarafından sıkça oynanan oyunlardan biridir. Bu oyun günümüz polo oyununa benzemekle birlikte, Yusuf Has Hacıp'in Kutadgu Bilig adlı eserinde, elçilerin bilmesi zorunlu kılınan

hey'et (astronomi), hendese (geometri), tıp, yabancı diller ve satranç ile birlikte çöğen oyununda da hüner sahibi olmaları gerektiği belirtilmektedir.

Tarış/Atlı Güreş: Sporun adından anlaşılacağı üzere at üzerinde olan binicilerinin kollarına ve bellerine sardıkları kuşakları itip çekerek birbirlerini attan düşürmeye çalışması şeklinde oynanır. Attan düşen oyunu kaybeder.

Cop Oyunu: Bu oyunda amaç atlıların elindeki mısır odunu denilen bir değneği yere vurup sektirerek 5-6



metre kadar bir yüksekliğe gerilen ipin üzerinden aşmaktır. Bu oyun Osmanlı'da cirit oyununun bir dönem yasaklanması nedeniyle sarayın popüler oyunu olmuştur.



Hipoterapi

Son zamanlarda atların fiziksel ve duygusal sorunlarının iyileştirilmesinde yine atların kullanıldığı da görülmektedir. Fiziksel olarak at üstünde, atın ritmik hareketleri sonucunda vücutta dengeyi sağlamak için oluşan kasılma ve gevşeme hareketleri sonucunda çalışmayan kasların çalıştığı ya da güçlendiği tespit edilmiştir. Bu tedavi yöntemi Hipoterapi adıyla anılmakta ve 20. yüzyılın başından itibaren kullanılmaktadır. Bu açıdan bakacak olursak, binicilik sporunu insan psikolojisine ve bedenine çok faydalı bir doğa sporu olarak niteleyebiliriz.



Profesyonel anlamda

Binicilik, genel olarak 7 farklı branşta yapılmaktadır. Bunlar; At Terbiyesi, Engel Atlama, Üç Günlük Yarışma, Atlı Dayanıklılık, Atlı Araba, Atlı Jimnastik, Reining (Kovboy) binişidir. Fakat uluslararası olimpiyatlarda sadece At Terbiyesi, Üç Günlük Yarışma ve Engel Atlama branşlarında mücadele edilmektedir.

At Terbiyesi, Binicilik sporunun özünü oluşturmaktadır. Bu dalda önemli olan binicinin attan istediği davranış ve hareketleri ahenkli bir şekilde yapması, atın ise bu istekleri yerine getirme davranışı önem arz etmektedir. Dolayısıyla at ve binicisi arasında iyi bir iletişimin olması çok önemlidir.

Binicilikteki branşlar arasında en popüler olanı engel atlamadır. Yarışma alanı içinde değişik boy ve yükseklik 10-15 adet engelin olduğu bir alanda yapılır. Engel atlama branşında amaç, bir atın engele karşı olan dikkati ile binicisinin atını sevk ve idaresindeki hünerini ortaya çıkarmaktır. At, bu engeli geçerken belli kural ve zamana karşı yarışmaktadır.

Üç günlük yarışma branşında, ilk gün at terbiyesi, ikinci gün arazideki doğal engeller üzerinde çeşitli fasıla ve bölümlerde yapılacak kros ve nihayet son gün yapılacak engel atlama yarışmalarından ibarettir.

Kaynakça:

Su, İklim Değişimi ve Ortak Geleceğimiz, Türkiye Su Enstitüsü, Eylül 2019.
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/pesausad/issue/39154/446338>



Sedat ERDOĞDU
Kartal Kapalı ve Açık Cık,
2. Müdür



ANADOLUNUN TAPUSU MİRYOKEFALON

Selçuklu Sultanı I. Kılıçaslan'ın ölümünün üzerinden üç uzun sene geçmiştir. Selçuklu Komutanı Emir Çavlı, devletin başsız kalamayacağını söyleyerek, Türkmenlerin ve Danişmentlerin ileri gelenleri ile bir toplantı düzenler. Bu toplantıda Selçuklu Komutanı Emir Çavlı, yanına I. Kılıçaslan'ın üç oğlundan en büyüğü olan **Melikşah'ı** (Şahinşah) yanına almış, Danişment ve Türkmenlerin ileri gelenleriyle yere bağdaş kurmuş toplantı yapmaktadır:

"Garındaşlarım. Sultanımız Kılıçaslan hakkın rahmetine kavuşalı üç uzun yıl geçmiş olup, Anadolu'da büyük kargaşalar yaşanmaktadır. Bizanslılar kaybettikleri Batı Anadolu topraklarını tekrar ele geçirmeye başladılar. Selçuklu ordusu Anadolu'nun içlerine doğru geri çekilmek zorunda kaldı. Demem şu ki; Hünkânımızın büyük oğlu Melikşah'ın başa gelmesini öneririm. Kabul edenler?" diye sorar. Danişment ve Türkmenlerin önde gelenleri oturdukları yerden ellerini havaya kaldırdılar. Emir Çavlı ve Melikşah ayağa kalkarlar. Emir Çavlı Melikşah'ın sağ elinden tutarak havaya kaldırır: "Oy çokluğuyla kabul edilmiştir. Bundan böyle yeni hükümdarımız Melikşah'dır. Kutlu olsun..."

Danışmentler ve Türkmenler ayağa kalkıp, Melikşah'ın önünde saygı ile eğilerek ona bağlılıklarını bildirirler. Melikşah Sultan olur olmaz ilk işi Kayseri Hâkimi Hasan Gazi'yi öldürtmek olur. Ardından kendisine rakip olabilecek diğer kardeşleri Melik Mesud ve Melik Arab'ı hapse attırır.

Kaybedilen toprakları geri almak için Anadolu'daki diğer hükümdarlardan destek alarak büyük bir ordu hazırlayan yirmi yaşındaki Melikşah'ın başında bulunduğu Selçuklular, 1114 yılında Bizans topraklarına sık sık akınlar düzenlemektedir.

Bizans İmparatoru **I. Aleksios** bu durumdan oldukça rahatsızdır. Anadolu'ya sefere çıkmaya karar verir. Sefere çıkan Bizans İmparatoru Aleksios Komnenos, Akşehir'i ele geçirir. Artık hedefte Konya'yı ele geçirmek vardır. Bizans Komutanı, İmparatorun gözlerinin içine bakarak:

"Kralım, Konya'ya girecek miyiz?" diye sorar. Atının üzerindeki İmparator I. Aleksios Komnenos gökyüzüne bakar ve bir süre suskun kalır. Belli ki Konya'ya girip girmemekte tereddüt etmektedir:

"Tanrı Konya'ya gitmemizi istemiyor komutan, geri dönmeliyiz." diye mırıldanır. Geri çekileceğini ordusuna anlatamayacağı için Tanrı ile konuştuğunu, Tanrı'nın geri çekilmelerini istediği yalanını söyler.

Bizans ordusu Konya'ya doğru ilerlemektense Afyon'da bulunan karargâha geri dönmek üzere hareket eder. Afyon'a vardıklarında peşlerinden gelen Melikşah'ın başında bulunduğu Selçuklu ordusu tarafından kuşatılırlar. Melikşah bindiği siyah atın üzerinde Afyon'daki karargâhın etrafındaki kuşatmanın başında durmaktadır. Kuşatma günlerce sürer. Bu sırada kardeşleri Mesud ve Arab, Melikşah'a öfkeli Danışmentli Emir Gazi tarafından hapisten kaçırılmıştır. Bir gün yanlarına hızla bir atlı asker yaklaşır. Bakışlarını Melikşah'ın üstüne diker:

"Sultanım, kardeşiniz Mesud, Danışmentliler tarafından hapisten kaçırılmış. Danışmentlerin desteği ile üzerinize doğru gelmekte olan büyük bir ordu var." diye kötü haberi tez yetiştirir. Melikşah bu habere oldukça öfkelenmiştir. Atının üzerinden aşağı inerek elini belindeki kılıcına götürür ve yerde hazır kıta bekleyen komutana yüzünü dönüp, öfkeli bir ses tonuyla:

"Bizans İmparatoruna banış teklifi etmeli ve bu kuşatmayı acilen kaldırmalısınız!" diye seslenir. Komutan başını öne eğerek saygı ile selam verir:

"Emriniz başım üstüne Sultanım..."

Atının üzerinde Hükümdar Melikşah, yanına ordu komutanı Emir Çavlı'yı da alarak, Afyon kale kapısının önüne doğru ilerlerler. Bizans komutanı kale surlarından onları gözetlemektedir. Emir Çavlı'nın elindeki beyaz bayrağı görünce, banış için geldiklerini anlar ve askerlere onlara zarar vermemeleri için işaret eder. Melikşah Yunan dilini iyi konuşmaktadır. Kafasını yukarı kaldırıp, bakışlarını komutana çevirir ve Yunanca yüksek ses tonuyla:

"Banış için geldik, İmparatorla görüşmek istiyoruz." diye seslenir. Bizans komutanının el işareti ile kalenin büyük, arkası demir zırhlı ahşap kapısı açılmıştır. Önde Bizans ordusu komutanı, arkada Melikşah ve Emir Çavlı ağır ağır Bizans imparatorluğunun Afyon'daki karargâhının içine doğru ilerlerler. Bizans komutanı İmparator'un önünde saygıyla eğilir ve Yunanca konuşur:

"İmparatorum, bu Türk hükümdarı kuşatmayı kaldıracaklarını, banış için geldiklerini söylüyor." Bir süre sessizce Selçuklu hükümdarını izler. Selçukluların Bizans topraklarına olan saldırılarından bıkan İmparator, banışı kabul ederse belki ileride Konya'yı ele geçirebileceğinin hesabını yapar:

"Teklifinizi kabul ediyorum." diye cevap verir. Gelen konuklarını içeri davet eder. Büyükçe bir ahşap masanın etrafında toplanırlar. İmparator eline aldığı divitle anlaşmayı iki nüsha yazarak hazırlar ve mührünü basar. Melikşah'ın da imzalaması için eline tutuşturur:

"Bu anlaşmayı imzalayın ve bir nüshası sizde kalsın. Ayrıca bu gece konuğumsunuz, sizi burada ağırlamak isterim." Anlaşmayı eline alıp okuyan Selçuklu hükümdarı Melikşah, parmağındaki yüzüğü mürekkebe uzatıp mührü basar. Teklifi kabul eder:

"Memnun oluruz Sayın Kral..." O gece karargâhta kendilerine sunulan ziyafeti yerler ve eğlenceyi izlerler. Ertesi sabah Melikşah imparatorundan izin ister. İmparator bakışlarını Melikşah'ın gözlerinin içine dikip:

"Esir tutulan kardeşinizin kurtulduğunu ve peşinizde olduğunu öğrendim. İsterseniz size kuvvetlerimin bir kısmını takviye edebilirim." Melikşah kendinden emin, oldukça gururlu bir tavırla bakar ve bu teklifi geri çevirir:

"Buna gerek yok, bizim ordumuzla baş edemezler..." der ve Emir Çavlı ile birlikte kaleyi terk ederler. Gün ışıdığında kalenin dışındaki askerleri onları beklemektedir. Atının üzerindeki Melikşah, komutanın gözlerinin içine bakarak:

"Komutan, güvendiğin bir grup keşif topluluğunu önden yolla, ortalığı bir kolaçan edip, bize haber versinler!" diye emir verir.

"Emredersiniz sultanım..." Komutan özenle seçtiği altı kişilik atlı asker topluluğuna seslenir:

"Sizler önden giderek etrafı gözetleyin. Bu tarafa doğru gelen orduyu görürseniz, kimselere görünmeden bize haber verin!" Altı kişilik asker topluluğu hızla yol alırlar. Akşam güneşi dağlar ardına düşerken dar bir geçitten geçen altı asker Mesud'un askerleri tarafından tuzağa düşürülerek yakalanırlar. Elleri arkadan bağlanan askerler Mesud'un karşısına çıkarılırlar. İçlerinden biri yere diz çökerek yalvarır:

"Ne olur canımızı bağışlayın sultanım." Sultan Mesud kaşlarını çatır:

"Ordunuzun geri kalanı nerede?" diye sorar.

RÜYALARDA SEVDİM



Gece ansızın aklıma gelen,
Düşlerimde beni rahatsız eden,
Bakışlarıyla kalbimi delen
Kimsin ey nazlı güzel?

Adını bir türlü söylemeyen
Bir gülüşüyle dertlerimi bitiren,
Varlığıyla ruhuma huzur veren
Kimsin ey nazlı güzel?

Uyanınca bile aklımdan çıkmayan
Yürüdüğü yolları kıskandıran,
Sebepsizce hayatıma anlam katan
Kimsin ey nazlı güzel?

Rüyalarımda karşıma çıkan
Dalga dalga saçlarını savuran,
Tebessümüyle içimi yakan
Kimsin ey nazlı güzel?

Ah bir bulabilsem seni
Tutabilsem ellerini
Gözlerinin içine bakarak,
Söyleyebilsem sevdiğimi.



BİZİM ELLER

*Giden mesken tutmuş Ankara'yı, İstanbul'u,
Sözleri hep sitem, özlem dolu,
Kâr etmez bilsen yılda bir gün yolu,
İssiz kalmış şimdi bak bizim eller.*

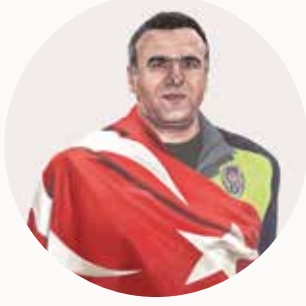
*Bakınca tepeden mavidir gölleri,
Açardı dalında pembe gülleri,
Baldan tatlıydı şirin dilleri,
İssiz kalmış şimdi bak bizim eller.*

*Akardı çeşmenden serindi suyun,
Yatardı avluda kuzu ile koyun,
Merkeple giderdik yokuştaki yolun,
İssiz kalmış şimdi bak bizim eller.*

*Yolun bekler ovaları, dağları,
Etmesin seni siladan kulları,
Bırak artık Muğla'yı Trakya'yı,
İssiz kalmış şimdi bak bizim eller.*

*Açar sana sevgi dolu kucağı,
Viran olmuş ata yurdu ocağı,
Cıvılcıvıl bir zamanlar dört bir bucağı,
İssiz kalmış şimdi bak bizim eller.*

*Gönül arzu eder geçen günleri,
Gidenler gurbetten dönmüyor geri,
Nerede Dedem Şakir, Çoban Süleyman hani?
İssiz kalmış şimdi bak bizim eller.*



ŞEHİT FETHİ SEKİN

*İzmir adliyesinde kuruldu pusu
Alçaklarda yoktu Allah korkusu,
Evde beklerken iki yavrusu
Aman vermedi şehit Fethi Sekin*

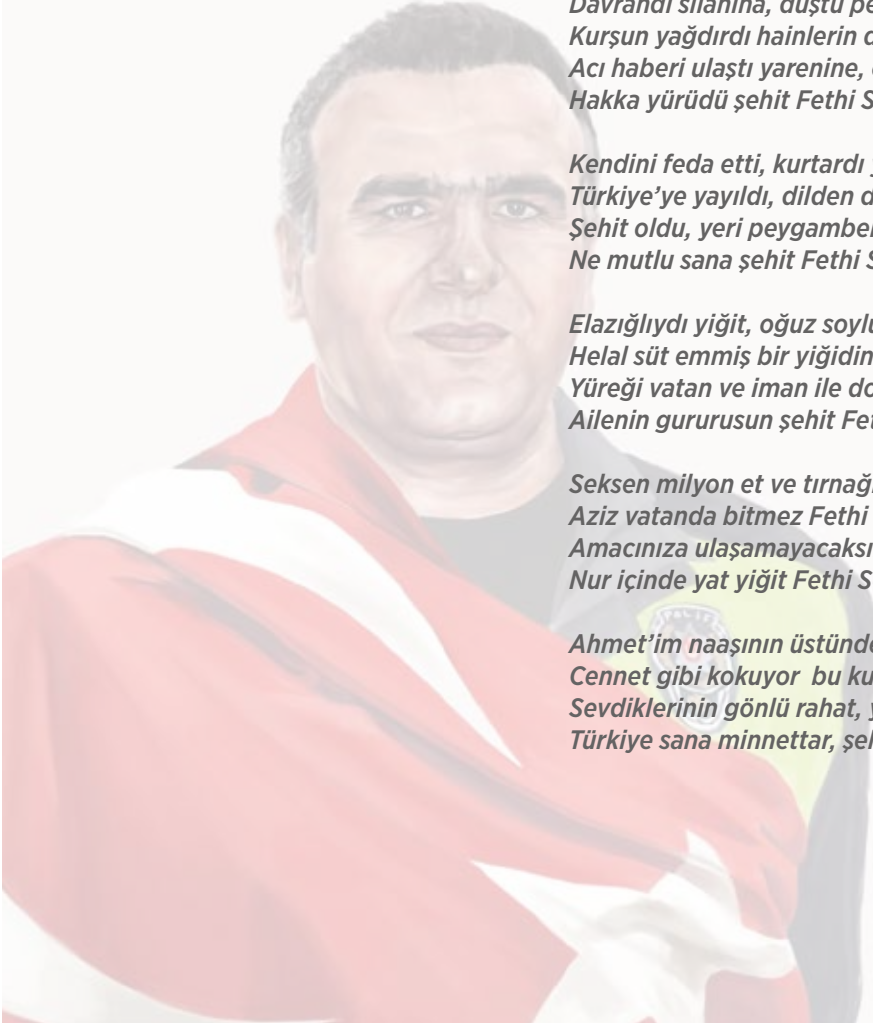
*Davrandı silahına, düştü peşlerine,
Kurşun yağdırdı hainlerin düşlerine
Acı haberi ulaştı yarenine, eşine
Hakka yürüdü şehit Fethi Sekin*

*Kendini feda etti, kurtardı yüzlerce canı
Türkiye'ye yayıldı, dilden dile şanı
Şehit oldu, yeri peygamber yanı
Ne mutlu sana şehit Fethi Sekin*

*Elazığlıydı yiğit, oğuz soyluydu
Helal süt emmiş bir yiğidin oğluydu
Yüreği vatan ve iman ile doluydu
Ailenin gururusun şehit Fethi Sekin*

*Seksen milyon et ve tırnağız bizler
Aziz vatanda bitmez Fethi Sekinler
Amacınıza ulaşamayacaksınız ey gafiller
Nur içinde yat yiğit Fethi Sekin*

*Ahmet'im naaşının üstünde ay yıldızlı bayrak
Cennet gibi kokuyor bu kutsal toprak,
Sevdiklerinin gönlü rahat, yüzleri hep ak
Türkiye sana minnettar, şehit Fethi Sekin*





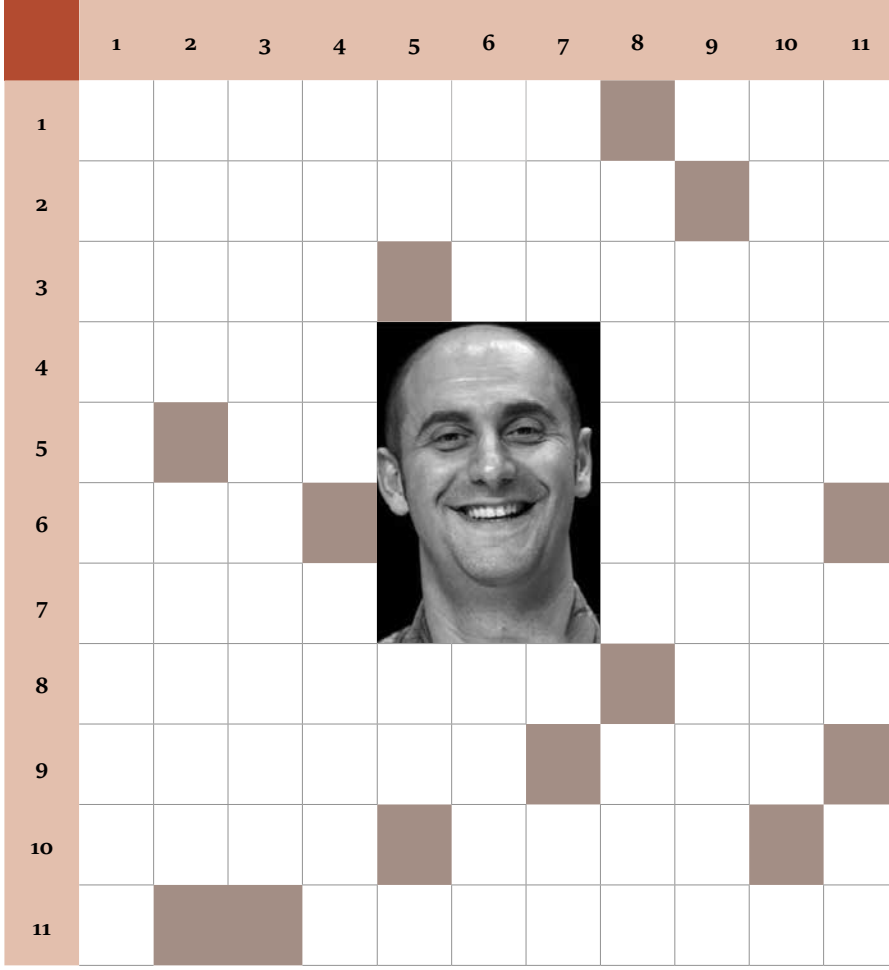
KARE BULMACA

Yatay

1. Faiz katılmamış para/Macun
2. Soylu/Benzetme öneki
3. Latife/Odak
4. Yüzün bölümü/Mektup
5. Numara/Zeytin yağı tortusu
6. Belirtme sözü/Satrançta yenilgi
7. Dert/İlaç
8. Görüngü/Dili tutulmuş
9. Biçimsiz/Bilgili
10. Kellik/Halk
11. Soğuk içecek

Dikey

1. Bir çiçek
2. Pabuç/Bilginler
3. Resimdeki oyuncu
4. Bir müzik aleti/Motivasyon
5. Çok karşısı
6. Ön bellek/İlaç
7. Bayağı/Çok küçük
8. Sevda,aşk/Çin lehçesi
9. Numaralandırma
10. Konut
11. Lastik/Vilayet/Uzaklık belirtir



SUDOKU

		5	3				9	
		9	2	8		3	6	
	8	6	7				5	
2				5	8		7	1
7					3			8
5	6			7				3
	4				6	2	3	
	1	3		2	7	4		
	5				9	7		

Kolay

		4		9		3		
	7			1		6		
	5			7		4		2
		8	3			2		
6			8					9
		1		2	4	7		
9		7		3			1	
		5		8			6	
		6		4		5		

Orta

	2		6					9
	7				1		6	
			3				5	
		4	2					3
		5	1		6	4		
6				3		9		
	8				3			
	6		7				8	
4					2		3	

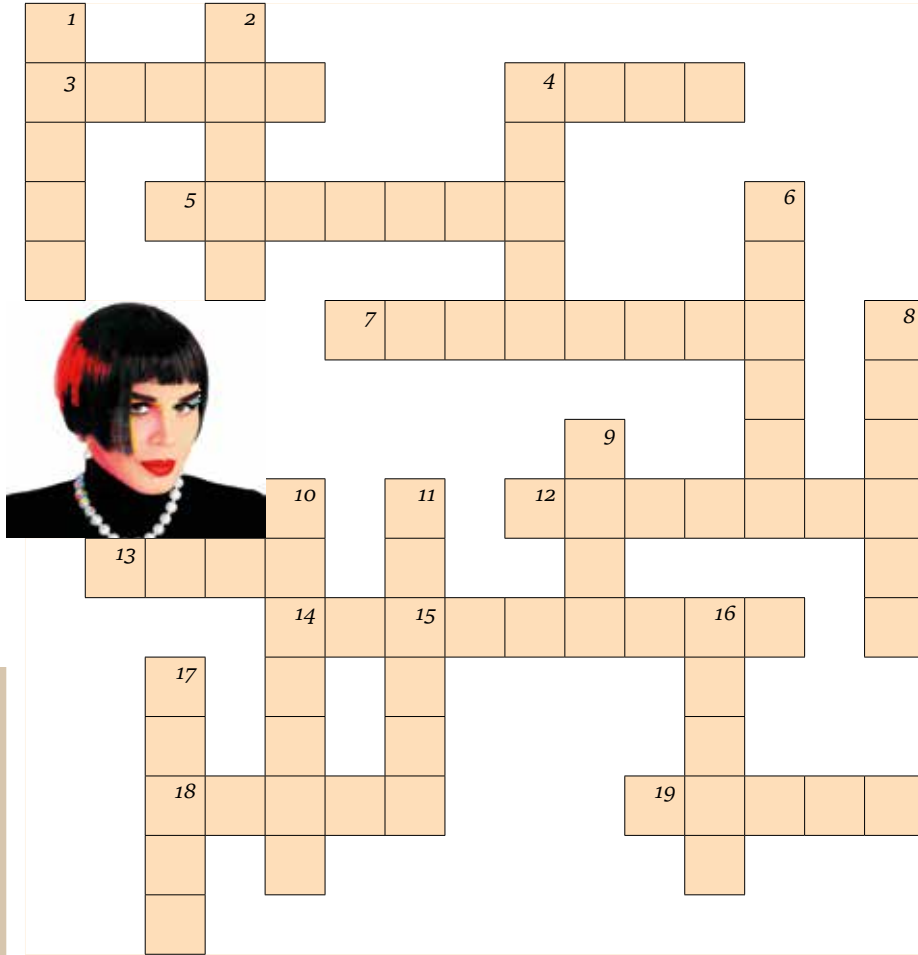
Zor

Bulmaca

MANTIK BULMACA

- 1 Evin bahçesindeki çimenler her gün bir önceki günün iki katı kadar büyüyor. Çimenler 10 günde bahçenin tamamını kapladığına göre kaçınıcı günde yarısını kaplayacak kadar büyür?
- 2 İstanbul'dan hareket eden 43 yolculu bir otobüsü kullanıyorsunuz. Bursa'da 7 yolcu indi 5 yolcu kaldı. Susurluk'ta 8 yolcu indi, 12 yolcu tuvalete gidip geldi ve 4 tane de yeni yolcu bindi. 9 saat sonra İzmir'e vardığınızda şoförün adı neydi?
- 3 Mezarlığın yanından geçen bir kişi bir kızın mezar başında ağladığını görmüş. Mezarda yatanın annesi, ağlayan kızın annesinin kayın validesi imiş. Bu durumda mezarda yatan naaş, ağlayan kızın nesidir?

SARMAL BULMACA



Yatay

3. Coşkun
4. Yüz
5. Sonsuza kadar
7. Çobanlama, manzume
12. Yergi niteliğinde olan
13. Amaç
14. Resimdeki sanatçı

18. Tüberküloz

19. Bir hastalık

Dikey

1. Esin
2. Yeni yetişen ağaç
4. Büyük delikli kalbur
6. Patates ve fasulye karışımı bir yemek

8. Eleştiri

9. İneleme

10. Sedye

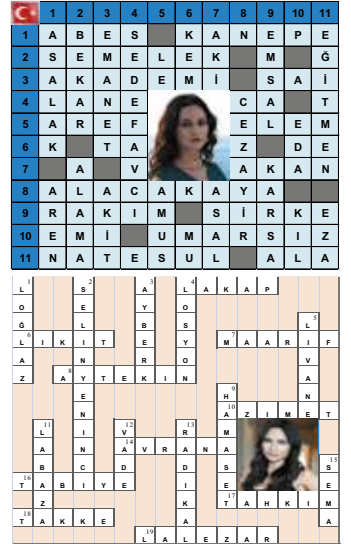
11. Miskin hastalığı

15. Tertip eden

16. Belgit

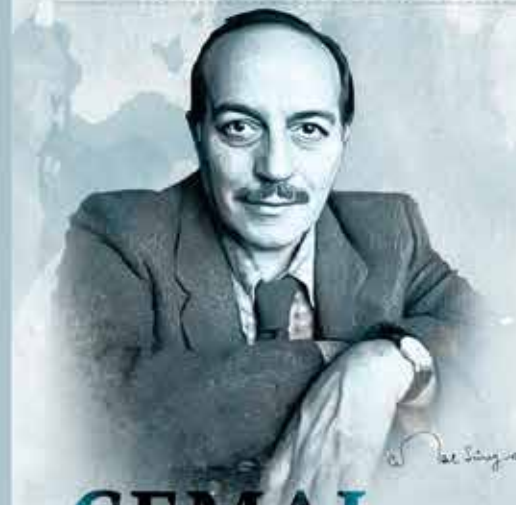
17. Ağıt, yas, kıya

ARALIK AYI ÇÖZÜMLERİ



5	8	2	3	1	9	6	7	4
1	3	4	6	8	7	2	5	9
6	7	9	5	4	2	3	1	8
7	6	1	8	9	5	4	2	3
9	4	5	2	3	6	1	8	7
3	2	8	1	7	4	5	9	6
2	1	3	9	6	8	7	4	5
8	5	7	4	2	3	9	6	1
4	9	6	7	5	1	8	3	2
1	3	8	2	5	6	9	4	7
7	2	6	9	8	4	3	5	1
9	4	5	3	1	7	8	6	2
4	6	9	8	2	5	7	1	3
5	8	3	4	7	1	6	2	9
2	1	7	6	9	3	4	8	5
3	9	1	5	4	8	2	7	6
8	7	2	1	6	9	5	3	4
6	5	4	7	3	2	1	9	8
9	3	7	4	8	6	5	2	1
4	2	1	7	5	3	6	8	9
6	8	5	2	9	1	4	3	7
3	4	6	5	2	9	1	7	8
7	1	8	3	6	4	9	5	2
5	9	2	8	1	7	3	4	6
2	6	4	9	3	8	7	1	5
8	7	9	1	4	5	2	6	3
1	5	3	6	7	2	9	4	8

ŞAİR, YAZAR VE ÇEVİRMEN CEMAL SÜREYA



CEMAL SÜREYA

Bir akın oluşturunca kendine özgü bir şairlik örneği gösteren Süreya, şiirlerinin yanı sıra denemeler, tenkit yazıları, şiir ve düzyazı tercümeleri, çocuk kitabı, güncel ve derlemelere inşaa etti.

BAZI ESERLERİ

Düzyazı

"Sokak Dışı Çocuk" (1976)
"Günahkâr" (1982)
"96 Yıl" (1992)
"Üstü Sevdem Fırtınası" (1992)
"Fakir Sine Düştüm" (1992)
"Aydeniz Yazları" (1992)
"Ölümüm Cemal Süreya" (1992)
"Dipsizden Resimler" (1992)
"Topu Yazlar" (2000)
"Topu Yazlar II" (2005)
"Garip"
"999 Gün/Günler / Üzü Kader" (1981)
"Onuc Günün Hakkı" (1990)
"Altınaklı Kızlar İhtiyarı" (1993)
"Güvenli Kuratlar" (1997)
"Küçük Şairler" (1966)
"Yüz Aşk Şair" (1967)

Şiir

"Üvercinka" (1958)
"Kocabaşı" (1965)
"Beni Öp Sana Doğur Beni" (1973)
"Göz Beğ" (1981)
"Sıkık Nis" (1988)
"Sevda Süren" (1984, 1990, 1995)
"Korkarak Vus"
"Uzakdan Seviyorum Beni"

1931

Erzurum'da dünyaya geldi.

1938

Ailesiyle Pöğümür köyünden zorunlu göç etti ve Bilecik'te yaşamaya başladı.

Üniversite yıllarında takma isimlerle çeşitli dergi ve gazetelerde yazılar yazdı.

1953

"Şarkısı Beyaz" adlı ilk şiir Mülkiye dergisinde yayımlandı. Dergilerde karikatürleri de yayımlanan Süreya, kendisini tam olarak "Gül" ismiyle edebiyat dünyasına duyurdu.

1954

Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi'nde Maliye ve İktisat Bölümünden mezun oldu.

1955

"Üvercinka", "Dalga", "Güzelleme", "Üçgenler", "Cigarayı Attım Denize", "Nehirler Boyunca Kadınlar Gördüm" adlı eserleri çeşitli dergilerde yayımlandı.

Bir süre "Politika" gazetesinde köşe yazarlığı yaptı.

1982

Birçok devlet kademesinde müfettişlik görevinin ardından emekli oldu.

Emekliliğinin ardından bir bankada çalışmaya başlayan Süreya, banka iflas edince bir süre yargılandı ve dava sonucunda beraat etti.

1990

9 Ocak'ta İstanbul'da hayatını kaybetti.



DEGER

www.cte.adalet.gov.tr

