

PAYLAŞIMIN VE BEREKETİN KALBI **SOFRA**

44

AHMET
SEFEROĞLU
İLE SÖYLEŞİ

10

AİLE SOFRASI VE
SOFRA ADABININ
KÜLTÜREL, TOPLUMSAL
YANSIMALARI

24

İDEAL VE ÖRNEK
BİR BABA:
HZ. PEYGAMBER (S.A.S.)

50

GENİŞ AİLENİN
GÖLGESİ

58

İNSAN SEVGİSİNİN
PINARI YUNUS EMRE

YAYINLARIMIZ



Her geçen gün ve saat bizi kendimiz için hazırladığımız akıbete biraz daha yaklaştırmaktadır. Önemli olan, üstün insani meziyetlere sahip iyi bir mümin olabilmektir. Hayatın imtihan olduğunu unutmadan yaşamaktır.

Eser, Rabbimizin rızasını ve cennetini kazanmanın bu kısa dünya hayatında mümkün olduğunu hatırlatan; hayata, kulluğa, insanlığa ve hedeflere dair yazılardan oluşmaktadır.



www.yayinsatis.diyenet.gov.tr

Yurt içinde Diyanet Yayınları satış yerlerinden, yurt dışında müşavirlik ve ataşeliklerimizden temin edebilirsiniz.

SOFRANIN BİRLEŞTİRİCİ GÜCÜ

Dr. Lamia LEVENT ABUL

Türk-İslam kültüründe sofra, sadece bedenin değil ruhun da doyduğu, yüreklerin birleştiği mukaddes bir mekândır. Asırlardır bu topraklarda kurulan her sofraya, yalnızca açlığı gidermenin ötesinde paylaşılan lokmalarla pekişen samimiyetin, nesiller arası aktarılan hikmetin ve en önemlisi bir araya gelmenin getirdiği manevi huzurun simgesi olmuştur. Bu derin ve mana yüklü buluşmalar, İslam'ın yardımlaşma ve dayanışma prensiplerini sofranın bereketiyle harmanlayarak toplumsal bağları görünmez iplerle daha da sıkılaştırmıştır. Acı ve tatlı günlerde bir araya gelen aileler, komşular ve dostlar ortak bir sofranın etrafında kenetlenerek dertleşmiş, sevinçleri ve kederleri paylaşmış, yaşanmışlıklarla dolu hikâyeleri ve kadim gelenekleri kuşaktan kuşağa aktarmanın en doğal yolunu bulmuştur. Sofranın birleştirici gücü, bireylerin kendi küçük dünyalarından sıyrılıp "biz" olma şuurunu hissettiği, aidiyet duygusunun en yoğun yaşandığı anları ifade eder. Bu bağlamda sofraya, sadece bir yemek alanı olmayıp aynı zamanda toplumun kalbinin attığı, manevi değerlerin mayalandığı ve kültürel mirasın nefes aldığı canlı bir merkez olmuştur.

Sofra, sadece geçmişten gelen bir yansıma değildir; geleceğe taşınacak değerlerin de temelini oluşturur. Modern hayatın getirdiği hız ve bireyselleşme eğilimleri karşısında, sofranın çevresinde kurulan bu eşsiz bağlar, kültürel kimliğimizin korunması ve kuşaklar arası iletişimin sürdürülmesi için hayati bir rol oynamaya devam etmektedir.

Diyanet Aile Dergisi olarak bu ay penceremizi "Paylaşımın ve Bereketin Kalbi: Sofra"lara açtık. Esmâ Türkseven, "Modern yaşamın bireyselleştiren ve hızlı tüketime iten dayatmalarına rağmen sofralarımızı 'Halil İbrahim sofrası' misali birleştirici, bereketli ve şükür dolu kılmak kültürel kimliğimizi korumanın ve gelecek nesillere anlamlı bir miras bırakmanın anahtarıdır." dedi ve kadim sofraya kültürümüzü yaşatmanın gelecek nesillere bırakacağıımız en değerli miras olacağının altını çizdi. Doç. Dr. Osman Güldemir, "Aile Sofrası ve Sofra Adabının Kültürel, Toplumsal Yansımaları" adlı yazısında "Aile sofralarına ehemmiyet vermek, en azından öğünlerde ekranlara değil yüzlere bakmak doz doz terapi vazifesi görüyor." diyerek sofranın birlikteliği sağlayıcı yönüne dikkat çekti. Uzmanına Sorduk köşemizde ise Mahmut Bektaş özellikle dinimizin ve Sevgili Peygamberimiz'in örnekliğinde yemeğe ve sofraya adabına ilişkin sorularımızı cevapladı. Bu ay Söyleşi konuğu olarak TDV İyilik Ödülü sahibi, Kayseri eşrafından kıymetli iş insanı Ahmet Seferoğlu'nu ağırladık.

Siz değerli okurlarımızı dopdolu içeriğimizle baş başa bırakırken Zafer Bayramı'nızı kutluyor, aziz şehitlerimizi rahmetle gazilerimizi ise minnet ve şükranla yâd ediyorum.

Keyifli okumalar.

İZ
D
A
T

**10. AİLE SOFRASI VE SOFRA ADABININ
KÜLTÜREL, TOPLUMSAL
YANSIMALARI**

Doç. Dr. Osman GÜLDEMİR

14. UZMANINA SORDUK

Mustafa BERK

18. BİR NİMET, BİN ŞÜKÜR

Dr. Kübra ÇİÇEKLİ

20. CENNETİN KAPISI: SADAKA

Dr. İrfan AÇIK

22. Bİ' KAHVE?

Gülsüm KARAPINAR

**28. DEĞERLİ İNSANLARDA
DEĞERSİZLİK HİSLERİ**

Misli BAYDOĞAN

32. ÇOCUKLARDA İRADE GELİŞİMİ

Hatice TOPKARAOĞLU



24

**İDEAL VE ÖRNEK BİR BABA:
HZ. PEYGAMBER (S.A.S.)**

Doç. Dr. Salih AYBEY

04

**PAYLAŞIMIN VE
BEREKETİN KALBI:
SOFRA**

Esmâ TÜRKSEVEN

38

**BU DÜNYA BİR
KONAKTIR, SEN
KENDİNİ KERVAN SAY**

Gülşen ÜNÜVAR



**AĞUSTOS
2025**

Diyanet İşleri Başkanlığı Adına
Sahibi ve Genel Yayın Yönetmeni
Cafer Tayyar DOYMAZ

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Dr. Lamia LEVENT ABUL

Mali İşler ve Dağıtım Sorumlusu
Zeynel Abidin AKDUMAN

Editör
Mustafa BERK

Yayın Koordinatörleri
Esmâ TÜRKSEVEN
Şule TÜZÜN
Dudu ALKAN

Sosyal Medya
Asuman AYDIN

Dijital Medya
Şahin BODUR

Arşiv
Ali Duran DEMİRCİOĞLU

Grafik-Tasarım
Epa-Mat Basım Yayın Prom. San. Tic. Ltd. Şti
www.epamat.com.tr

İletişim
Dini Yayınlar Genel Müdürlüğü
Üniversiteler Mah. Dumlupınar Blv.
No: 147/A 06800 Çankaya/Ankara
Tel : 0312 295 86 61 - 62
Faks: 0312 295 61 92
dergi.diyanet.gov.tr
ailedergisi@diyanet.gov.tr

Sosyal Medya Hesapları
Facebook: /dibailedergisi
Twitter: /diyanetailedergisi
Instagram: /diyanetailedergisi



54

TAHAYYÜLÜN ESTETİKLE VUSLATI: TÜRK VE İSLAM ESERLERİ MÜZESİ

SümeYra YAMAN

34. SEVGİNİN DİLİ

Amine BETÜL

40. DİJİTAL ÜTOPIYA METAVERSE

Meryem KILIÇ

42. AİLEDE KÜLTÜRLER ARASI FARKLILIKLARIN ENTEGRASYONU

Ayşenur BAYRAKTAR

46. AHMET SEFEROĞLU

İLE SÖYLEŞİ

Mahir KILINÇ

50. GENİŞ AİLENİN GÖLGESİ

Şerife DOĞAN

62. TOPRAKTA NELER YATAR?

İshak KOÇ

64. GÖÇMEN KUŞLAR VE

ÇEVRE SORUNLARI

Şule TÜZÜN

66. PLEVNE KAHRAMANI

GAZİ OSMAN PAŞA

Dr. Mehmet Fatih BECERİK

70. ESTETİKTEN SINIFA,

KIRDAN SALONA:

ÇİÇEĞİN SOSYOLOJİK
SERÜVENİ

Zeynep KAYSERİ UZUN

74. KURMANCAN DATKA

Meryem DALĞIÇ

76. KADIN HASTALIKLARI VE FİTOTERAPİ

Dr. Ahmet ÇELİK

78. BULMACA

Ali OSMANOĞLU

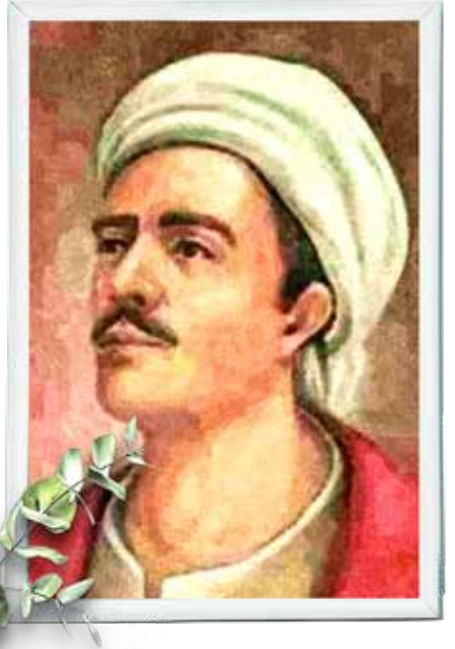
80. KİTAPLIK

Süreyya MERİÇ

58

İNSAN SEVGİSİNİN PINARI YUNUS EMRE

Kevser KOÇAKOĞLU



Abone İşlemleri

Tel: 0312 295 71 96 – 97

0312 295 72 05 – 06

Faks: 0312 285 18 54

e-mail: dosim@diyanet.gov.tr

dosabone@diyanet.gov.tr

Online Abonelik

dergiabone.diyanet.gov.tr

yayinsatis.diyanet.gov.tr

Hesap No

Döner Sermaye Daire Başkanlığı

TC Ziraat Bankası, Mustafa Kemal

Mahallesi Şube IBAN:

TR61 0001 0024 8605 9943 0850 57

Temsilcilikler;

Yurt içi: İl Müftülükleri,

İlçe Müftülükleri

Yurt dışı: Din Hizmetleri Müşavirlikleri,

Din Hizmetleri Ataşelikleri.

Yayın Türü: Aylık, Yaygın, Süreli

Yayın, Diyanet Aile Dergisi (Türkçe)

Basım Tarihi: 22.07.2025

Baskı

İhlas Gazetecilik A.Ş.

Merkez Mah. 29 Ekim Cad. İhlas

Plaza No: 11 A/41

Yenibosna Bahçelievler, İstanbul

Tel: 0 212 454 30 00

Yayımlanacak yazılarda düzeltme ve çıkartmalar yapılabilir. Yazıların bilimsel sorumluluğu yazarlarına aittir. Diyanet Aile Dergisi, Diyanet İşleri Başkanlığı yayın organıdır. Dergide yayımlanan yazı, konu, fotoğraf ve diğer görsellerin her hakkı saklıdır.

İzinsiz, kaynak gösterilmeden her türlü ortamda alıntı yapılamaz.





PAYLAŞIMIN VE BEREKETİN KALBI SOFRA

■ Esmâ TÜRKSEVEN

Mutfaklar ve sofralar; bir milletin ruhunu, tarihini ve değerler sistemini yansıtan kadim aynalardır. Mutfak kapısından içeri adım attığımızda iştah kabartan yemek kokularıyla birlikte binlerce yıllık bir mirasın soluğu karşılar bizi. Sofra, bizim için yalnızca bedensel bir ihtiyacın giderildiği mekân değil; bir mektep, bir aile meclisi, bir muhabbet ocağı hatta bir medeniyetin can damarıdır. Toprağın bereketiyle yoğrulmuş her yiyecek, ruhumuzu ve gönlümüzü de doyurur. Annelerimizden devraldığımız tarifler nesilden nesle aktarılan, yaşayarak çoğalan, kök salan emanetlerdir. Her tabakta gizli bir hikâye, her lokmada köklü bir geçmiş saklıdır. Zira bir milletin tarihini tanımanın en önemli yollarından biri, o milletin sofrâ kültürüne bakmaktır. Kültürel etkileşimler, siyasi hadiseler, inançlar, iklimler ve ekonomik durumlar mutfaklarda iz bırakır, yemeklere siner, sofralara yansır.

Atalarımızdan devraldığımız eşsiz zenginlikteki mutfak mirasımız da damaklarımızı şenlendirmekle kalmaz; bir yaşam felsefesini, derin bir ahlakı ve ince bir zevki fısıldar bizlere. Ancak modern hayatın ve küreselleşmenin dayattığı tüketim kültürü, bu zengin mirası maalesef gölgelemektedir. Değişen yaşam biçimleri, yemek yeme eylemini bir ritüelden çıkarıp basit bir “yakıt alımına” indirgemekte; sofraların manevi boyutunu, sosyal ve ahlaki işlevlerini göz ardı etmektedir. Oysa sofrâ, fizyolojik açlığı dindirme alanı olmasının yanında paylaşmak, şükretmek ve birlikte olmak gibi insan ruhunun en temel ihtiyaçlarının da tatmin edildiği bir ortamdır.

Medeniyetin Kurucu Taşı ve Kültürel Bir Seyir Olarak Sofra

Dede Korkut Hikâyeleri, sofrayı kültürel mirasın bir aktarım alanı olarak sunar. “Oğul atadan görmeyince sofraya çekmez.” ifadesi, sofrada adabının ve misafire hürmetin sadece teorik bilgiyle değil yaşayarak, gözlemleyerek ve taklit ederek öğrenildiğini vurgular. Hikâyelerde sıkça rastlanan ziyafet sahneleri, Türk toplumunun olağanüstü misafirperverliğini, cömertliğini ve paylaşımcılığını simgeler. Misafire karşı duyulan derin saygı, “Konuğu gelmeyen kara evler yıkılsa yeg.” sözüyle doruğa ulaşır. Bu ziyafetler, aynı zamanda toplumsal bağların güçlendiği, dayanışmanın arttığı, sevgi ve saygının tecelli ettiği kutsal birer alan olarak algılanır. *Dede Korkut*’ta sofraya, topluluk ruhunun ve geleneksel değerlerin yaşatıldığı canlı bir platformdur.

Kutadgu Bilig’de sofraya, toplumsal yapının ve devlet düzeninin bir yansıması olarak karşımıza çıkar. Yusuf Has Hacib’in Ögdülmüş aracılığıyla Odgurmış’a verdiği öğütler, yemek yeme eyleminin dahi belirli bir töre ve disiplin içinde gerçekleşmesi gerektiğini ortaya koyar. *Kutadgu Bilig*’deki beyitler, sofradaki nezaket kurallarının inceliklerini de gözler önüne serer: “Senden büyük yemeğe başladıktan sonra, sen elini uzat, bak, âdet böyledir.”, “Kendi önünde ne varsa, onu al ve ye.”, “Ne kadar tok olursa olsun, insan ikram edilen yemeği

reddetmemeli...”, “Yemeği alınca ısır ve ufak ufak çiğne; sıcak yemeği ağzınla üfleme.”, “Yemeğe sağ elini besmeyleyle uzat; böylece yemeğin bereketi artar.” gibi kurallar, Selçuklu ve Osmanlı gibi sonraki Türk devletlerindeki sofrada adabında da benzer şekilde yer alarak Türk geleneklerinin yüzyıllar boyu süren sürekliliğini kanıtlar niteliktedir.

Her iki eserde de misafirperverlik temel bir değer olarak öne çıkar. *Dede Korkut*’taki misafire gösterilen cömertlik, *Kutadgu Bilig*’de misafirin en iyi şekilde ağırlanması gerektiği ve hatta “tış teri (dış kirası)” gibi



Atalarımızdan devraldığımız eşsiz zenginlikteki mutfak mirasımız da damaklarımızı şenlendirmekle kalmaz; bir yaşam felsefesini, derin bir ahlakı ve ince bir zevki fısıldar bizlere. Ancak modern hayatın ve küreselleşmenin dayattığı tüketim kültürü, bu zengin mirası maalesef gölgelemektedir.

sembolik hediyelerin verilmesi gerektiği öğütleriyle pekişir. Bu, Türklerin konuklarına karşı gösterdiği hassasiyetin ve saygının derinliğini gösterir. Sofranın hazırlanışındaki özen, yiyeceklerin temizliği ve lezzeti, misafirin gönlünü hoş tutma gerekliliği, ikramın sadece karın doyurma değil aynı zamanda sevgi ve değer verme eylemi olduğunu vurgular.

İslam’da Sofra: İkramın Birleştirici Gücü

Dinimiz, yemek yeme eylemini basit bir bedensel tatmin olmaktan çıkarıp bir ibadet ve şükür vesilesine dönüştürmüştür. Kur’an-ı Kerim’de müstakil bir sure “Maide” adını taşımaktadır. Maide kelimesi, farklı inanç ve kültürlerle sahip insanların dahi ortak bir sofraya etrafında bir araya gelebileceğine işaret ederek sofranın birleştirici gücünü vurgular. Sofra, tüm insanlık arasında bir barış ve anlayış köprüsü kurma potansiyeli taşır. Sofranın etrafında toplanan insanlar, sadece karınlarını doyurmakla kalmaz aynı zamanda gönüllerini de birbirine açar, dertlerini paylaşır, sevinçlerini bölüşür; böylece kardeşlik bağları güçlenir, komşuluk ilişkileri pekişir, toplumsal dokumuz ilmek ilmek örülür.

İslam ahlakında misafirperverlik; bir imtihan vesilesi, bir kulluk nişanesidir. Hz. Peygamber (s.a.s), “Allah’a ve ahiret gününe iman eden kişi misafirine ikram etsin...” (Ebu Davud, Edeb, 122)



buyurarak misafire ikramı âdeta imanın bir göstergesi hâline getirmiştir. Bu; kalpleri birleştiren, dostlukları pekiştiren, toplumsal barışı sağlayan, gönülleri ihya eden bir yaşam felsefesidir.

Hz. Hatice'nin, ilk vahyin heyecan ve endişesi içindeyken Resulullah'ı "Allah'a yemin ederim ki Allah hiçbir vakit seni utandırmaz. Çünkü sen akrabayı gözetirsin; muhtaç olanların bakımını üstlenirsin; aç ve açıkta olanı koruyup kollarsın; misafire ikram edersin ve musibete maruz kalanlara yardım edersin." (Buhari, Bed'ü'l-vahy, 1) sözleri ile teselli etmesi, âlemlere rahmet olarak gönderilen Peygamberimizin şahsında bu erdemin ne denli köklü ve değerli olduğunu gösterir.

Ahilik geleneğinde de "Ahinin eli açık olacak... Kapısı açık

olacak... Sofrası açık olacak." ilkesi, misafirperverliğin ve paylaşmanın toplumsal dokudaki yerini sağlamlaştırmıştır. Zira modern dünyada, paylaşmayı sağlayan ikram ahlakı, insanlığın geleceği için hayati önem taşır. Sofralar, küresel sorunların, eşitsizliklerin ve yabancılaşmanın pençesindeki dünyamıza bir merhem, bir umut ışığı olabilir; insanı insana yeniden yakınlaştıran, kalpleri yumuşatan, gönüllere dokunan bir köprü vazifesi görebilir.

İsraf Bilinci ve Bereketin Ahengi

İslam, nimetlere karşı şükran duygusu beslemeyi ve onları israf etmemeyi emreder. Bu, sadece bir ekonomik prensip değil aynı zamanda bir yaşam felsefesi, bir ekolojik bilinç, Yaradan'a

karşı bir sorumluluktur. Kur'an-ı Kerim'de "...Yiyin, için fakat israf etmeyin; çünkü Allah israf edenleri sevmez." (Araf, 7/31) buyrulmaktadır. Bahsi geçen ayet, tüm tüketim alışkanlıklarımızda, hayatımızın her alanında ölçülü olmamız gerektiğini hatırlatan evrensel bir ilkedir.

Aşırı yeme ve israf, günümüz toplumlarında hastalık boyutuna ulaşmıştır. Bir tarafta obezite ile mücadele edenler varken diğer tarafta açlık çeken milyonlar bulunmaktadır. Bu derin eşitsizlik kanayan bir yara gibidir. Hz. Peygamber'in (s.a.s.) yeme-içme davranışlarındaki ölçülülük ve berekete yönelik tavsiyeleri bu dengesizliğe karşı bir çözüm sunar. "Mümin tek mide (iştah) ile kâfir ise yedi mide (iştah) ile yer." (Buhari, Et'ime, 12) hadisi maddi doyunluğun yanı sıra manevi doyunluğun

ve kanaatkârlığın önemine işaret eder. Az yemek bedeni hafifletirken ruhu da arındırır, düşünceyi berraklaştırır.

Kalpten Sofraya Yansıyanlar

İslam'da yeme içme, sadece miktarla değil aynı zamanda helal ve haram boyutlarıyla da yakından ilişkilidir. Bu, iman ve takvanın bir gereğidir. Kur'an-ı Kerim, Müslümanlara helal ve temiz rızıklardan yemelerini emreder. (Bakara, 2/168) Bu emir, gıdanın kaynağı ve içeriğiyle kadar kazancın helalliğiyle de ilgilidir. Zira haram lokma, bedeni olduğu kadar ruhu da kirletir, kalbi katılaştırır, duanın kabulüne engel teşkil eder, insanın manevi yükselişini sekteye uğratır.

Sofra; ruhun doyduğu, kalbin coştığı derin bir şükür ve tefekkür mekânıdır. Yemek yerken şükretmek âdeti bir zikirdir, kalpten kopan bir nağmedir. İslam ahlakının vazgeçilmez bir parçasıdır; nimetlerin Allah'tan geldiği bilinci yemeğe karşı saygıyı artırır ve israfı önler. Her lokma bir şükür vesilesidir; her yudumda Yaradan'ın cömertliği, sonsuz lütfu ve hikmeti tefekkür edilir. Sofranın sonunda yapılan sofra duası bu şükran duygusunun zirvesidir; nimetlere teşekkürün ve bereket dilemenin en samimi ifadesidir. Bu dua aynı zamanda aile olmanın, bir araya gelmenin, paylaşmanın ve muhabbetin bereketi için de bir teşekkürdür;



"elhamdülillah" ile taçlanan, dillerden dökülen bir gönül sesidir.

Sofra Adabı: Medeniyetin Aktarımı

Evlerimizin kalbi olan sofralar âdeti bir yaşam okuludur, bir terbiye meclisidir. Çocuklar; sofrada kendi önünden yemeyi, lokmayı küçük tutmayı, yavaş çiğnemeyi, başkalarının hakkını gözetmeyi, sırasını beklemeyi, israf etmemeyi öğrenirler. Bu uygulamalar, onlara sadece sofra nezaketini değil aynı zamanda hayat boyu ihtiyaç duyacakları saygı, kanaat, paylaşma, sabır, sorumluluk, empati ve öz disiplin gibi temel ahlaki değerleri de kazandırır. Sofranın etrafında dizilen her birey, manevi olarak da birbirine kenetlenir, ortak

bir paydada buluşur. Sofrada oluşan bu samimi atmosfer bireyleri birbirine yaklaştırır, aralarındaki görünmez duvarları yıkar.

Büyüklerin anlattığı hikâyeler, ibretlik kıssalar, nasihatler sofradaki sohbetler aracılığıyla nesilden nesle aktarılır. Bu sayede çocuklar kendi köklerini tanırlar, aidiyet duyguları gelişir ve kültürel kimlikleri pekişir. Sofrada konuşulan güzel sözler, paylaşılan gülüşler, çocukların ruhuna işleyen derin izler bırakır. Dergâhlarda sabrı tencere başında talim eden dervişler gibi hanelerde de şükür, kanaat ve paylaşma sofrada öğretilir.

Sofrada oluşan diyalog ve kaynaşma ortamı, modern insanın benimsediği bencil davranışların aksine,

aile bireyleri arasındaki bağları güçlendirir ve onların bir bütünün parçası olduğunu somut bir şekilde hissetmelerini sağlar. İşte bu yüzden sofrada adabı, geçmiş geleceğe bağlayan en güçlü köprülerden biridir; kaybolmaya yüz tutmuş değerlerin yeniden keşfedildiği, tazelendiği bir hayat pınarıdır; bir kültürün yaşayan anıtıdır, nesilden nesle uzanan sağlam bir zincirdir.

Sofranın Derin Hikmetini Yeniden Keşfetmek

On dokuzuncu yüzyıla birlikte saraydan başlayarak halka yayılan Batılılaşma modası, yemek tercihlerinden

masa düzenine, kullanılan araç gereçlerden sofraya kurallarına kadar pek çok alanı etkilemiştir. Yer sofralarının yerini masa ve sandalyelerin alması, ayrı tabak ve çatal bıçak takımlarının kullanılması, Batılı lokanta ve pastanelerin açılması bu değişimin somut örnekleridir. Artık sofralar daha resmî bir hâl almış, bireysellik ön plana çıkmaya başlamıştır; bu da beraberinde “ben” kültürünü getirerek “biz” duygusunu zayıflatmıştır. Yemek yeme eylemi, giderek sosyalleşme aracından çok kişisel bir tüketim hazzına dönüşmüştür. Fast food alışkanlıkları ve yalnız başına yenen yemekler, sofranın temelindeki birliktelik ruhunu derinden sarsmıştır.

Sofralarımız, gönül bağlarının güçlendiği, hikmetin ve irfanın paylaşıldığı müstesna mekânlardır. Onlar, insanlığın ortak hafızasında yer alan, zamanın ötesine geçen buluşma noktalarıdır; âdeta bir zaman kapsülü gibi geçmişten geleceğe mesaj taşırlar.

Sofranın özündeki paylaşma, şükür ve birliktelik ruhunu değişen koşullara uyarlayarak yaşatmak en büyük sorumluluğumuzdur. Hızlı tüketim, bireysellik ve israf çağında sofranın manevi ve birleştirici gücüne yeniden sarılmak toplumsal dokumuzu güçlendirecek; bu güçlü direniş, ruhumuzu ve kimliğimizi koruyacaktır.

Modern yaşamın bireyselleştiren ve hızlı tüketime iten dayatmalarına

rağmen, sofralarımızı “Halil İbrahim sofrası” misali birleştirici, bereketli ve şükür dolu kılmak kültürel kimliğimizi korumanın ve gelecek nesillere anlamlı bir miras bırakmanın anahtarıdır. Sofra adabı, sadece yemek yeme kurallarından ibaret değildir; aynı zamanda hayata bakış açımızı, insanlarla ve Yaradan’la olan ilişkimizi yansıtan derin bir ayna işlevi görür. Bu aynaya baktığımızda kendimizi, köklerimizi ve ait olduğumuz büyük medeniyetin izlerini görebiliriz. Kadim sofraya kültürümüzü yaşatmak gelecek nesillere bırakacağımız en değerli miras olacaktır.

Kaynakça

- Dede Korkut Hikâyeleri-Kitab-ı Dedem Korkut, Çev. Ayşegül Çakan, İş Bankası Yayınları, İstanbul:2018
- Adâb-ı Taâm -Osmanlıca Adâb-ı Muâşeret Kitaplarında Sofra Adabı-, Derleyen: Emin Nedret İşli, İletişim Yayınları, İstanbul:2025
- Ö. Kızıldemir, E. Öztürk, M. Sarıışık, Türk Mutfak Kültürünün Tarihsel Gelişiminde Yaşanan Değişimler, AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, c.14, S.3
- Rifat Aydın, Osmanlı’dan Cumhuriyete Değişen Sofralar: Yemek ve Âdâb-ı Muâşeret, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, c. 25, S. 4
- Zeki Tan, Kur’ân-ı Kerim’in Sofra Kültürümüze Kattığı Değerler, Dicle Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, c. 13
- Fatih K., Erdal A., Kutadgu Bilig’de Türk Yemek Adabı ve Kültürü, International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 12/21
- <https://www.ayesob.org.tr/ahilik-kulturu/>



Sofra; ruhun doyduğu, kalbin coştığı derin bir şükür ve tefekkür mekânıdır. Yemek yerken şükretmek âdeta bir zikirdir, kalpten kopan bir nağmedir. İslam ahlakının vazgeçilmez bir parçasıdır; nimetlerin Allah’tan geldiği bilinci yemeğe karşı saygıyı artırır ve israfı önler.

AİLE SOFRASI VE SOFRA ADABININ KÜLTÜREL, TOPLUMSAL YANSIMALARI

Doç. Dr. Osman GÜLDEMİR
Anadolu Üniversitesi Eskişehir Meslek Yüksekokulu



Mutfak, fiziksel olarak yiyecek ve içeceklerin tüketime hazırlandığı ve kimi zaman da muhafazasının gerçekleştirildiği alandır. Mutfağın bu maddi ortam dışında bir de somut olmayan özellikleri vardır. Bu özellikler hayata dair neredeyse her şey ile ilişkilendirilebilir. Kapsamın zihnimizde biraz derlenebilmesi adına ilk cümlede tanımlanan fiziki tanımıyla beraber mutfak; gün içerisindeki tüm öğünleri, kışlık

ve yazlık, mevsimsel, bölgesel değişimleri; doğumdan ölüme kadarki bütün geçiş dönemlerini; kutsal günleri; neşeli günleri; istek/dilek sofralarını; yol sofralarını; sofr düzenlerini; mutfak araçlarını; pişirme yöntemlerini; mutfak mimarisini; yiyecekler, içecekler ve tariflerini; çarşı yemeklerini; bunlarla ilişkili hikâye, destan şiir gibi edebî eserleri; ritüelleri ve ötesini içeren kültürdür. Evet, şimdi eminim zihninizde hemen doğum yapan kadına hazırlanan şerbetler, hoşaf lar çorbalar; yeni dişi çıkan çocuk

için hazırlanan buğday lar, hedikler; sözde, nişanda, düğünde hazırlanan özel yiyecek ve içecekler; ölüm akabindeki helvalar; ramazan sahurları, iftarları; bayram yemekleri; kurban ritüelleri; kandillerde hazırlanıp konu komşuya dağıtılanlar; muharrem in onundaki aşureler; mevlit şekerleri; nevrüz ve adak sofraları; yolculuğa hazırlanan yemekler gibi birçok gelenek-görenek canlanmıştır. Ayrıca çorbalar, yumurtalar, etler-kümes ve av hayvanları, balıklar, sebzeler (etli/etsiz sebze yemekleri), yenebilen yabancı ot yemekleri, salata ve turşu çeşitleri, meyveler ile yapılan etli/etsiz yemekler, pilavlar, makarnalar, börekler, hamur tatlıları, sütlü ve hafif tatlılar, sebze ve meyve tatlıları, şerbetler ve hoşaf lar gibi kategorilerde yüzlerce yiyecek ve içecek de belleğinizde sıralanmaya başlamıştır. Çünkü kadim Türk mutf ağı 1040 Dandanakan Savaşı, 1071 Malazgirt Savaşı öncesi Orta Asya Dönemi; bu tarihlerden 1299 yılına kadar Selçuklu ve Beylikler Dönemi; bu tarihten 1923 yılına kadar Osmanlı Dönemi ve son olarak bu tarihten günümüze ve ebediyete kadar Cumhuriyet Dönemi evrelerinde kümülatif olarak gelişmiştir, gelişmektedir. Yüzlerce yıllık bu olgunluk; Orta Asya, Karadeniz; Doğu Avrupa; Kuzey Afrika ve Anadolu dolaylarındaki Türk yaşamı öncesindeki medeniyetleri ile çağdaşı kültürlerle etkileşimleri neticesinde sentez özellikler

de kazanmıştır. Yani ailemizin büyüklerinden edindiği ve bizlerin yaşatmakta olduğu mutfak kültürünün kökleri oldukça sağlam, dünyada öne çıkan, bilinçli değerlendirildiğinde oldukça sağlıklı millî bir hazinedir...

Sofra Adabı

Sofra; masa, sini vb. şeylerin, yemek yemek üzere hazırlanmış durumu ve birlikte yemek yiyenlerin tümüdür. Tanımdan hemen anladığımız üzere sofrada tek kişiden fazlası yer alır. Hâliyle topluluk olan her teşekkül ve mekândaki gibi sofrada da bir adap yani kurallar söz konusudur. Bu kurallar yasalar, yönetmelikler, mevzuatlar gibi yazılı olmasa da doğum itibarıyla, bireyin temas ettiği kişilerden öğrendiği ve akabinde yaşatarak aktardığı geleneklerdir. Bunların başında ağız doluyken konuşmamak, dik durmak, özenle yemek ve sofraya yani yemeğe, nimete saygı göstermek gelir. Çünkü her ne kadar kimi zaman tükenmeyecek, her daim erişilebilecek gibi düşünülse de gıda kaynakları kısıtlıdır. Ayrıca tarladan çatala kadarki süreçte oldukça yoğun emek vardır. İsraf etmeden, farkındalıkla besinleri tüketmek oldukça önemlidir. Tabii ki sofradan önce ve sonra elleri yıkamak da mevzu bahis adabın hijyenle ilişkili bir kuralıdır. Yemekleri ve sofrayı hazırlayan kişi ve kişilerin de aynı adap ile her aşamada temizliğe dikkat etmesi gelenektendir.

Sofrada gerektiğinde peçete veya kürdanı rica ederek almak,

kürdanı ağız görünmeyecek şekilde dönerek veya başka bir ortamda kullanmak kibarlıktandır. Böylelikle sofradakilerin iştahını ve keyfini kaçırma rahatsızlığı yaşanmaz. Yemek sessizce, ağız şapırdatmadan ve yavaş yenilir. Yani acele etmeden, çiğneyerek ve hissederek. Bu adap boğaza kaçma ve hazımsızlık gibi sağlık problemlerinin önüne geçer. Hem de bu süreçte tokluk hissi oluşur, kişi ilerleyen süreçlerde ayna karşısında kendisini her zaman zinde ve arzuladığı kiloda görür, obezite gibi diğer kronik rahatsızlıkları da tetikleyen sıkıntıların önüne geçilir.

Sofrada bulunanlara “Afiyet olsun.”, hazırlayanlara “Ellerinize



Sofraya hep birlikte oturmak ve yine aynı vakit kalkmak, kurmaya ve kaldırmaya yardım etmek gerekir. Çünkü sofrada, bireylerin aynı anı paylaştıkları nadir kesişim noktalarından biridir. Bu durumu kişiler birçok yönden en iyi değerlendirmelidir. Birbirlerinin hâli ve hatırı yoklanmalı, olası sıkıntıların önüne geçilmelidir.

sağlık.” denilir. Bunlar birer dilek ve duadır. Kişilerin yiyecek ve içeceklerden sağlık, keyif ve zindelik bulması içindir. Ayrıca zaman ve fiziksel gayret göstererek hazırlayanlara minnet göstergesi, teşekkürdür. Aciliyet durumu söz konusu olan kişinin de afiyet dileğiyle ayrılması beklenir.

Sofraya hep birlikte oturmak ve yine aynı vakit kalkmak, kurmaya ve kaldırmaya yardım etmek gerekir. Çünkü sofrada, bireylerin aynı anı paylaştıkları nadir kesişim noktalarından biridir. Bu durumu kişiler birçok yönden en iyi değerlendirmelidir. Birbirlerinin hâli ve hatırı yoklanmalı, olası sıkıntıların önüne geçilmelidir. Örneğin küçükten büyüğe aile fertlerinin sağlıkları, yoğunlukları, stres durumları, başarı veya başarısızlıkları, kısa ve uzun dönem planları gibi hususlar yeri geldikçe gözden geçirilmelidir. Sofra birlikteliği düzenli olan ailelerin meseleleri ufaktan halledebilmesi oldukça kolaydır. Sofradaki samimi etkileşim aile bağlarının güçlenmesini, toplumdaki benzer ailelerin varlığı da millî bağın ve gücün artmasını sağlar. Hane sofrası geleneğini yaşatan aileler komşularıyla da paylaşır. İrili ufaklı bu paylaşımlar komşuların, mahallelilerin de hanedeki kadar detaylı olmasa da yoklanmasını sağlar. Mutfağın kapısı birlik ve dayanışmaya açıktır. Olmayana verilir, yalnız olan davet edilir, hasta olana şifa verecek yemekler götürülür. Ramazanda ortak iftarlar yapılır. Bayramlarda

beraberce ziyafet yemekleri yenilir. Kurban ve aşure bereketi en az yedi eve daha taşınır... Yemeğin yer aldığı paylaşım ve sofraya etrafındaki birliktelikler yeni tanışıklıkları sağlar, dostlukları ve akrabalıkları sürdürür. Yüz yüze bakarak yemek yemek, duyguları hissetmeyi ve samimiyeti olanaklı kılar.

Samimiyetin ve kişinin varlığının önemli bir etkeni olan mutfak kültürünün bir kişiye kısa bir eğitimle veya okuyacağı birkaç metinle kazandırılabilmesi imkânsızdır. Bu sebeple, yeni doğan bebek ana sütüyle başlayan beslenmesini aile sofrasında sürdürür. Minik çocuğun karnını nasıl doyuracağı günbegün, sabırla öğretilir. Anne, baba, kardeşler, nineler ve dedelerin her biri sofraya geleneklerini ilmek ilmek örer. Çocuk sofraya etrafında yemekle bütünleşik olarak okul ve aile dışı ilişkilere hazırlanır. Değer, sabır, paylaşma, birliktelik, varlık ve yokluk gibi hususlarda algıları gelişir.

Adap yönünde geleneği derin olan Türk mutfağı, sağlıklı beslenme hususunda da oldukça elverişlidir. Beslenme basit tanımıyla; canlıların yaşamlarını sürdürmeleri, büyüebilmeleri, sağlıklarını koruyabilmeleri, gereken hareket ve işleri yapabilmeleri için besin maddelerinin yeterli ve dengeli olarak vücuda alınıp kullanılmasıdır. Besinler; proteinler, karbonhidratlar, yağlar, vitaminler, mineraller ve su öğelerinden oluşur. Dengeli ve yeterli beslenmek

için öğünlerimizde bu öğeleri günlük gereksinimimiz kadar tüketmemiz ve kullanmamız gerekir. İşte Türk mutfağı bu hususta et ve ürünleri, süt ve ürünleri, yumurtalar, su ürünleri, tahıllar ve kurubaklagiller, sebzeler ve meyveler, yağlı tohumlar gibi gruplarda diğer milletlerin mutfağına kıyasla oldukça zengindir. Yani bireyler, aileler sosyo-ekonomik durumları ve yemek beğenilerine göre sağlıklı yemekler tüketebilirler. Sofralarına koyacakları çorba, ana yemek, pilav, salata, turşu ve meyveler ile günlük besin ögesi ihtiyaçlarını sağlıklarını muhafaza edecek şekilde ayarlayabilirler.

Bilinçli değerlendirildiğinde aile ve toplumsal bağlara, birlik ve beraberliğe, olumlu etkileşimlere, bireysel ve toplumsal sağlığa altın dokunuşları olan Türk mutfağı, içinde bulunduğumuz dijital çağda maalesef kimi zaman yeterli rağbet görmeyebilir. Teknoloji ve dijital bağımlılık kişilerin bireyselleşmesine, sosyal becerilerinin azalmasına, algı ve duygularında sapkınlıklara, aşırı veya yetersiz beslenmesine yol açabilir. İşte burada da yine aile sofralarına ehemmiyet vermek, en azından öğünlerde ekranlara değil yüzlere bakmak doz doz terapi vazifesi görüyor. Evet, davranış değiştirmek güçlüklerle gerçekleşiyor. Ama öğünlük ve günlük kararlılık, haftalar ve aylar içerisinde alışkanlıklara istendik şekilde dönüşebiliyor. Hem de afiyetle!

Kaynakça

- Altıntaş, A. *Osmanlı Tıbbında Sağlıklı Yaşam Kuralları*, Milenyum Yayınları, 2017
- Baysal, A. Beslenme. Hatiboğlu Yayınevi, 2007.
- Güldemir, O. "Yokluğun ve Açlığın Yarattığı Beslenme", *Açlık*, Ed. N. Aras, Metro Kültür Yayınları, 2011.
- Güldemir, O. Orta Asya'dan Cumhuriyet Dönemine Türk Mutfağındaki Yemeklerin Değişimi: Yazılı Kaynaklar Üzerinden Bir Değerlendirme. VII. Lisansüstü Turizm Öğrencileri Araştırma Kongresi, 2014, s. 346-358.
- Güldemir, O. "Gıda Tüketiminde Yerel, Millî ve İthal Ürünler", *Journal of Recreation and Tourism Research /JRTTR*, c. 2020, S. 4.
- Güldemir, O., & Özdemir, S. S. "Günümüz Mutfak Kültüründe Türkçe Terim ve Teknikler", *Folklor/Edebiyat Dergisi*, 28(1), 183-200.
- Güldemir, O., Şallı, G., Yıldız, E., Tugay, O., & Çelik Yeşil, S. *Osmanlı Meyveli Et Yemekleri*, Ed. O. Güldemir, Oğlak Yayınları, 2022.
- Halıcı, N. *Karadeniz Bölgesi Yemekleri*, GÜR-AY Ofset Matbaacılık, 2001.
- Halıcı, N. *Mevlevî Mutfakları*, Metro Kültür Yayınları, 2007.
- Halıcı, N. *Türk Mutfakları*, Oğlak Yayınları, 2009.
- Halıcı, N. *Açıklamalı Yemek ve Mutfak Terimleri Sözlüğü*, Oğlak Yayınları, 2013.
- Halıcı, N. *Yemek ve Mutfak Alan Araştırmaları İçin Soru Kitabı*, Girişim Ajans Ofset Matbaacılık, 2020.
- Kanar, M. *Etimolojik Osmanlı Türkçesi Sözlüğü*, Derin Yayınları, 2005.
- Nişanyan, S. *Nişanyan Sözlük Çağdaş Türkçenin Etimolojisi*, Liber Plus Yayınları, 2018.
- Yüzüncüyıl, K. S. "Geç Dönem Osmanlı İmparatorluğunda Üst Sınıfların Yeme-İçme Beğenilerine Yakından Bakmak: Bir Aile Üç Asır Adlı Otobiyografik Anlatıda Yemek-Kimlik-Bellek Sarmalı", Ed. A. Bilgin & Ö. Y. Can, *Osmanlı Mutfak Kültürü: Saraydan Halka, Klasikten Moderne*, VakıfBank Kültür Yayınları, 2024. s. 323-338.

İnsanın varlık âleminde bir amacı ve gayesi vardır. O gaye ise Allah'a kulluktur. Bundan dolayı kulluğunu yerine getirebilecek gücünü koruyabilmeli ve Allah'ın emaneti olan bedeni muhafaza etme adına beslenmesine dikkat etmelidir.

■ Söyleşi: Mustafa BERK



Mahmut BEKTAŞ

Modernleşmenin getirdiği hızlı yaşam temposu ve değişen alışkanlıklar, geleneksel değerlerimizi ve kültürel mirasımızı gözden geçirme ihtiyacını beraberinde getiriyor. Bu bağlamda, dinimizin bizlere sunduğu sofrâ kültürü, sofrâ adabı ve sofrâ sünnetleri gibi önemli prensiplerin günümüzdeki yerini ve anlamını tekrar hatırlamak büyük önem taşıyor. Biz de bu düşüncelerle nesillerdir süregelen bu güzide geleneğin inceliklerini, manevi boyutunu ve günlük hayatımıza nasıl yansıtılabileceğini; sofralarımızı sadece bir yemek yeme alanı olmaktan çıkarıp aynı zamanda bir ibadet, şükran ve paylaşım mekânı hâline getirmenin yollarını değerli hocamız Mahmut Bektaş'a sorduk.

Peygamber Efendimizin sofrası sünnetleri arasında özellikle öne çıkanlar hangileridir? Bu sünnetlerin manevi ve toplumsal faydaları nelerdir?

Peygamber Efendimiz'in (s.a.s.) sofrası adabı ve yemekle ilgili sünnetleri hem bireysel hayatımıza hem de toplumsal yaşantımıza rehberlik eden eşsiz öğütlerdir. Bu güzel örnekler, sadece bedenî ihtiyaçların karşılanmasını sağlamakla kalmaz aynı zamanda kalplerde ve toplumlarda huzur, saygı ve birlik duygusunu yeşertir. Bu bağlamda Peygamber Efendimiz'in (s.a.s.) nebevî sünneti ekseninde öne çıkan sofrası adabını şöyle sıralamamız mümkündür:

Besmele ile başlamak: Eller yıkanmış bir şekilde yemeğe "Bismillah" diyerek başlamak, yapılan her işte olduğu gibi sofrada da Allah'ın adını anarak bereket talebinde bulunmayı öğretir. Bu, yemeğin sadece beden için değil ruh için de bir nimet olduğunu hatırlatır.

Sağ elle yemek: Yemek yerken sağ elin kullanılması temizliğin de bir simgesidir. Sol elin temiz olmayan işlerde kullanıldığı düşünüldüğünde sosyal nezaketin ve hijyenin önemine işaret eder.

Birlikte ve oturarak yemek: Peygamberimiz (s.a.s.), paylaşmanın ve kardeşliğin sembolü olan bu davranışla toplumsal dayanışmayı pekiştirmiştir

Az yemek ve kanaatkâr olmak: Çok yemek yerine ölçülü

ve kanaatkâr davranmak sünnettir. Bu, beden sağlığını korumanın yanı sıra israftan kaçınmayı, ihtiyaçtan fazlasına el sürmemeyi öğretir.

Yemekleri paylaşmak: Komşu ve misafirlere ikramda bulunmak, yiyecekleri israf etmeden paylaşmak, toplumda cömertlik ve yardımlaşma ruhunu güçlendirir.

Yemek sırasında şükretmek ve bitince dua etmek: Nimetlerin Allah'tan olduğunu unutmamak ve şükretmek, insanın tevazu ve farkındalık duygusunu artırır.

Bireysel açıdan, bu sünnetler insanı Allah'a yakınlaştırır, her lokmada O'nun lütfunu ve rahmetini anmayı sağlar. İnsana hem beden hem ruh sağlığı kazandırırken nefsi terbiye eder; ölçüyü, kanaati ve sabrı aşılır. Sofrada başlayan bu incelikler, insanın hayatının her alanına saygı, tevazu ve şükürle yansır. Toplumsal açıdan ise Peygamber Efendimiz'in (s.a.s.) nebevî sünneti, paylaşmayı, yardımlaşmayı, kardeşliği ve eşitliği teşvik eder. Sofranın etrafında toplanan insanlar arasında sevgi ve dayanışma bağı kurulmasına vesile olur. Aynı zamanda israfın önüne geçer, kaynakların bereketle kullanılmasını sağlar.

İnsanların arzuları sınırsız ancak kaynaklar sınırlıdır. Nimetler hususunda daima ölçüyü gözetmek, israftan kaçınmak gerekir. Bu bilinçle hareket edilerek gelecek nesillerin de hakkı gözetilmeli, bencillikten ve hoyratlıktan uzak durulmalıdır.

İslam toplumlarında misafir ağırlama geleneği, sofrası adabıyla nasıl bir bütünlük arz eder? Misafirperverliğin dindeki yeri ve bu bağlamda sofranın rolü nedir?

Misafir ağırlamak, sadece bir gelenek değil imanımızın nahif bir tezahürüdür. Çünkü misafire gösterilen hürmet, ona verilen değer insanın kalbindeki inancın yansımasıdır. Bu sebeple misafirini hoş tutmayı istemeyen kimse, gönlünde hayırdan nasibini almamış demektir.

Peygamber Efendimiz (s.a.s.), "Kim Allah'a ve ahiret gününe inanıyorsa, misafirine ikram etsin." buyurmuştur.

Bir mümin, yapmış olduğu davranışları ve alışkanlıkları niyet ederek ve Allah'ı anarak ibadete ve kulluğa dönüştürür. İnsan hayatında önemli bir yer tutan yemek; Allah'ı anmak suretiyle bir ibadete dönüşmektedir.

Misafire sunulan ikram, yalnızca sofraya zenginliği değil evin ve ev halkının bereket, huzur ve hayır ile donanmasına vesile olan kutsal bir köprüdür. Toplumumuzda derin köklere sahip “Tanrı misafiri” ifadesi, aslında insanımızın misafire verdiği değerin ve saygının veciz bir ifadesidir. Zira misafirin duası, dualar içinde en makbul olanlar arasında sayılmıştır; onun gönülden edilen temennileri göklerin kapılarını aralar.

Peygamberimiz, misafirliğin üç günle sınırlı olduğunu, ev sahibinin bu süre zarfında elinden gelen tüm imkânları misafirleriyle paylaşması gerektiğini öğütlemiştir. Öte yandan, misafir de ev sahibinin hâl ve şartlarını gözetmeli, onu zor duruma düşürmemek için hassasiyet göstermelidir. Böylece karşılıklı saygı ve nezaket, iki taraf arasında mukaddes bir denge kurar.

Sofra başında yapılan dua ve zikirlerin manevi boyutu nedir? Bu dualar, yemeğin sadece fiziksel bir ihtiyaç olmaktan çıkıp bir ibadet hâline gelmesine nasıl katkıda bulunur?

Sofralarda yapılan dua ve zikirler, bize bu nimetleri veren Allah’ı hatırlatır. Böylece Allah’ı anar ve şükrederiz. “Birlikte ve besmele çekerek yiyiniz ki bereketli olsun. Allah (c.c.), yemek yedikten veya bir şey içtikten sonra kendisine hamdeden kuldan hoşnut olur.” (Müslim, Zikir, 89) buyuran Efendimiz (s.a.s.) bir başka hadis-i şerifte, “Suyu bir solukta içmeyin; iki veya üç

nefeste için. İçeceğiniz zaman ‘Bismillah’ deyin. Bitirdiğinizde ise ‘Elhamdülillah’ deyin.” (Tirmizi, Eşribe, 13) hatırlatmasını yaparak yiyip içerken yerine getirmemiz gereken bazı noktalara dikkat çekmiştir.

Bir mümin, yapmış olduğu davranışları ve alışkanlıkları niyet ederek ve Allah’ı anarak ibadete ve kulluğa dönüştürür. İnsan hayatında önemli bir yer tutan yemek; Allah’ı anmak suretiyle bir ibadete dönüşmektedir.

Günümüz modern yaşam koşullarında, İslam kültüründeki sofraya adabını ve değerlerini korumak ve yaşatmak için ne gibi tavsiyelerde bulunursunuz?

İnsanın yapısında mutlu olmak kadar başkasını mutlu etme; kendi derdinin paylaşılmasından mutlu olması kadar başkasının derdi ile dertlenmek de önemli bir unsurdur. Sofra adabı, kişilerin birbirini gözetmesi anlamına gelmektedir. Özellikle geleneksel kültürümüzde yer alan aynı tabaktan yemek yemek; fedakârlığın bir göstergesi olup paylaşmayı, birbirini gözetmeyi ve nefsanî duyguları törpülemeyi bize öğretir.

İnsanın hayatı sadece maddi anlamda bir şeyler yiyip içmekten ve gezmekten ibaret değildir. İnsan olmak, yaşadığı hayatı bir anlam ve sorumluluk dâhilinde yürütmek, yediklerinin nasıl elde edildiğini yani helal ve temiz olmasını önemsemektir. İnsanın hayatta talep ettikleri

ile hayatı uyumlu olmalıdır. Huzuru arar ama onu elde etmek için bedel ödemesi gerektiğini de bilir. Nefsine ağır gelir ancak elde edilenin, fedakârlık ve bedel ödemek suretiyle elde edildiği için kıymetli olduğunu da bilir.

İslam medeniyetinde sofranın bir eğitim alanı olarak işlevi var mıdır? Çocuklara sofraya adabının öğretilmesinde ailelere ve topluma düşen görevler nelerdir?

Çocuklar her yönüyle önce anne babalarını örnek alırlar. Bundan dolayı anne babalar önce yaptıklarına sonra da konuştuklarına çok dikkat etmelidir.

Bir sahabe şöyle anlatıyor: “Ben Hz. Peygamber’in himayesinde yetişen bir çocuktum, yemek yerken elim yemek tabağının her yanına giderdi. Bunun üzerine Peygamberimiz bana şöyle buyurdu: Oğul, besmele çek sağ elinle ve önünden ye!” (Buhari, Et’ime, 2,3)

Sofranın hazırlanmasında çocuklara görevler verilmeli, yemeğe büyüklerden önce başlanmamalıdır. Ashapın Huzeyfe (r.a.) şöyle anlatıyor: “Birlikte yemek yiyeceğimiz zaman, Peygamberimiz başlamadan biz elimizi yemeğe sürmezdik.” (Müslim, Eşribe, 102) Sahabe-i kiramın Allah Resulü’ne hürmeten tatbik ettiği bu güzel edep, yıllarca İslam kültürümüzde ailelerde yaşatılmış ve devam edegelmiştir.

Yemek paylaşımı ve ikram kültürü, İslam’ın toplumsal dayanışma ve yardımlaşma



İnsanların arzuları sınırsız ancak kaynaklar sınırlıdır. Nimetler hususunda daima ölçüyü gözetmek, israftan kaçınmak gerekir. Bu bilinçle hareket edilerek gelecek nesillerin de hakkı gözetilmeli, bencillikten ve hoyratlıktan uzak durulmalıdır.

premsipleriyle nasıl bir ilişki içindedir? Zengin ile fakirin aynı sofrada buluşmasının manevi ve sosyal anlamı nedir?

Allah nazarından yemeklerin en hoşu, üzerine uzanan ellerin çok olduğu yemektir. “Bir kişilik yemek iki kişiye, iki kişilik yemek dört kişiye, dört kişilik yemek sekiz kişiye yeter.” (Müslim, Eşribe, 179) “Zenginlerin davet edilip fakirlerin çağrılmadığı düğün yemeği ne fena bir yemektir.” (Buhari, Nikâh, 72) Peygamber Efendimizin bu sözlerinden

anlıyoruz ki müminler bir araya gelmeli ve buna vesile olan yemeği önemsemelidir. Çünkü müminler bir araya geldikçe zengin ile fakir, amir ile memur kaynaşmakta; birlik, beraberlik ve dayanışma artmakta dolayısıyla cemaat ruhu güçlenmektedir. İslam’ın amacı da gönülleri birleştirmek ve kardeşlik şuurunu kalplerde hissettirmektir.

Ayrımların yapıldığı sofralar amacını kaybeder ve amacını kaybeden davranışlar ruhsuzlaşır, güzellikten eser kalmaz. Böylece insanlar arasında gönül koymalar, incinip kırılmalar, ikilikler ve ayrışmalar ortaya çıkar ki bunun sonucunda İslam’ın istenen ve hedeflenen birlik, beraberliği ve dayanışma ruhu zarar görür, zamanla da kaybolur.

Helal gıda hassasiyeti, sofrada adabının sadece yeme biçimiyle değil yemeğin kaynağıyla da ilgili olduğunu gösterir. Bu hassasiyetin Müslüman bireyin genel yaşam felsefesine etkisi nedir?

Kur’an-ı Kerim, yiyecek ve içeceklerle ilgili pek çok ilke koymuştur. Göklerde ve yerde mevcut olan tüm nimetlerin, Allah’ın rahmetiyle ve ihsanıyla insanlara sunulduğunu müjdelemiştir. Helal ve temiz olan rızık alanı geniş tutulmuş, insanlara sağlıklı ve temiz yiyeceklerden faydalanmaları emredilmiştir: “Ey insanlar! Yeryüzünde bulunan maddelerin helal ve temiz olanlarından yiyin; şeytanın peşinden gitmeyin, çünkü o

apaçık düşmanınızdır.” (Bakara, 2/168)

Mümin için ne yediği, nasıl yediği ve yediğini nasıl elde ettiği önemlidir. Çünkü insanın maddi ve manevi hayatı bir bütündür; gördükleriyle, işittikleriyle ve yedikleriyle bütünlük arz eder. Özellikle maneviyatını, yediği gıdaların temiz ve helal olup olmaması etkiler. İbadetlere devam etmesi ve imanını artırması kişinin manevi hayatında huzuru yakalayabilmesi açısından önemlidir. Peygamber Efendimiz (s.a.s.), “Bir kimse (Hak yolunda) uzun sefere çıkar, saçları dağılmış, toza toprağa bulanmış bir hâlde ellerini semaya uzatarak, Ya Rabbi, Ya Rabbi, diye dua eder ama yediği haram, içtiği haram, giydiği haram (hasılı) kendisi haramla beslenmiş olursa böyle bir kimsenin duası nasıl kabul edilir?” (Müslim, Zekât, 19) buyurarak müminin kulluk hayatında helal gıda hassasiyetinin ne kadar önemli olduğunu vurgulamıştır.

Kur’an-ı Kerim, temiz ve helal olanı seçip yemeyi, nimetlere şükretmeyi ve bu şükürün karşılığı olarak salih ameller işlemeyi bir hayat düsturu olarak bildirmiştir. Bu sınırlar içinde, iyi ve temiz olan (tayyib) rızıkın müminler için helal olduğu, pis ve kötü (habais) olanların ise haram kılındığı açıkça vurgulanmıştır.

Allah Teâlâ’nın insanoğluna sunduğu nimetler temiz ve sağlıklı şekilde tüketilmeli, bedenimize ve ruhumuza iyi gelenler tercih edilmelidir.

BİR NİMET BİN ŞÜKÜR

Dr. Kübra ÇİÇEKLI

DİB Başkanlık Vaizi

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ
وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ

*“Ey iman edenler! Eğer siz ancak Allah'a kulluk ediyorsanız,
size verdiğimiz rızıkların iyi ve temizlerinden yiyin ve
Allah'a şükredin.”*

(Bakara, 2/172)

Kelam sahibinin rahmet ve inayetinin tecellisi olan Kur'an-ı Kerim, beşerî yaşamın her alanını irşat etmiş, böylelikle dünya ve ahiret saadetine yollarını göstermiştir. Bunu yaparken fitri ihtiyaçları gözetmiş ve insan hayatını bütüncül bir şekilde ele alarak

birtakım ilkeler koymuştur. Dolayısıyla Kur'an'ın eşsiz rehberliğiyle yürüdüğü yolunu aydınlatan insanoğlu, yeme içmeden giyinmeye, insan ilişkilerinden onu sarmalayan her türlü sosyal bağa kadar yaratıcısının ona bahsettiği sayısız nimet (Nahl, 16/18) ile donatılmıştır.

İnsanın dünyadaki varlığını devam ettirmesinin temel gereksinimi olan beslenme

de bu nimetler arasında yer almaktadır. Yeme içmeye olan ihtiyacın Yüce Allah tarafından karşılanması, ayet-i kerimede; “Siz Allah'ı bırakıp birtakım putlara tapıyor, asılsız inançlar uyduruyorsunuz. Allah'ı bırakıp da taptığınız bu şeyler size rızık vermekten acizdirler. O zaman rızıkınızı Allah katında arayın, O'na kul olun, O'na şükredin; sonunda O'na döneceksiniz.” (Ankebut, 29/17) buyrulduğu üzere rızık olarak tanımlanmaktadır. Bu ise Cenab-ı Hakk'ın her şeye gücü yeten yegâne yaratıcı olmasını tanımlama şekillerinden biridir. “İnsan yediğine bir baksın. Biz yağmuru bol bol yağdırdık. Sonra toprağı iyiden iyiye yardıık. Böylece sizin ve hayvanlarınızın yararlanması için oralarda taneler, üzüm, zeytinler, hurmalar, sık ağaçlı bahçeler, meyveler ve otlaklar ortaya çıkardık.” (Abese, 80/24-32) ayetiyle Rabb'imiz, dünyada insanın yaşaması için düzen kurduğunu anlatırken verilen nimetlerin taze (Nahl, 16/14) ve besleyici (Nahl, 16/69) olduğunu da vurgulamaktadır.

Yiyecekleri, tayyibat ve habais olarak ayıran Allah Teâlâ “... Onlara temiz şeyleri helal, pis şeyleri haram kılar...” (Araf, 7/157) ifadesiyle habais kavramını bize; insanın ruh ve beden sağlığına zararlı olan, fıtratına aykırı, pis ve iğrenç bulunduğu şeylerin genel adı olarak öğretmektedir. (Yasin Pişgin, *Kur'an ve Sünnete Göre Beslenme ve Şahsiyet Yapısına Etkisi*, Eskiye, s. 28, Bahar 2014) Tayyibat ise Kur'an'da pek çok yerde geçen, manevi ve

maddi temizliğe sahip, insan ruhu ve bedenine şifa olan her türlü yiyeceğin adıdır.

Allah'ın adı anılarak kesilen hayvanların etlerinden pişirilen yemekler ile kurulan sofralar yiyenler için şifadır. İslam'da sofrâ kültürü, misafir ağırlama ve ikram etme adabı "Afiyet olsun, şifa olsun." sözleriyle taçlanır. Dolayısıyla sofraya koyduğumuz, yediğimiz, yedirdiğimiz yiyeceklerin aslında helal olmasının yanında manevi temizliğe de sahip olması yani tayyip olması yiyen kimsenin bedenine, vücuduna fayda sağlayacağını anlatmaktadır. Meşru yollardan elde edilmiş temiz ve helal yiyeceklerden hazırlanan bir sofrâ, İslam'ın ruhuna ve insan fıtratına uygundur. Çünkü insanın dünyadaki varoluş gayesine hizmet eden sofrâ kültürü ile kulluk, hayatın her alanında idame ettirilmiş olur. Bu düsturun ışığında sofrâ kültürünün oluşmasına başta Hz. Peygamber (s.a.s.) önderlik etmiş; kırmızı et, tavuk, kabak, kavun, karpuz, helva, bal, süt, zeytinyağı, arpa unu gibi yiyeceklerden makul ölçüde kendisi de istifade etmiştir. Bunun yanı sıra, Allah'ın bahşettiği nimetleri ihlas ile yemeye niyet etmek bir ibadeti yapmak gibi addedilir. Dolayısıyla, nasıl namazdan önce ibadete hazırlık olarak abdest alınıyorsa yemekten önce de bu hazırlık ellerin yıkanması ile yapılır. Hz. Peygamber (s.a.s.), yemekten önce ve sonra ellerin yıkanmasını tavsiye etmiştir. (Tirmizi, Et'ime, 39)

Yemek yemeden önce yapılan maddi hazırlıkla beraber manevi hazırlık da yapmak gereklidir. İnsanın yaratıcı ile kurduğu bağın yaşamın içinde görünür olması, beşerî tekâmülün esasıdır. Kulun yaratıcısını zikretmesi, hayatın her anında ve her işin başında onu anması, kendi varlığını bilmesini ve müttekâmil hâle getirmesini sağlar. Çünkü Cenab-ı Hak, "Allah'ı unutan, bu yüzden Allah'ın da onlara kendilerini unutturduğu kimseler gibi olmayın..." (Haşr, 59/19) buyruğuyla, bahşettiği nimetleri yemeden önce besmele ile adının anılmasını emrederken aslında kulun manevi gelişimine yapılan katkıyı vurgulamaktadır. Hz. Peygamber (s.a.s.) ise "Öyleyse yemeğinizi sofrâ kurarak hep beraber yiyin, yemeğe Allah'ın ismini zikrederek başlayın. Böyle yaparsanız yemeğiniz bereketli olur." (Ebu Davud, Et'ime, 15) hadis-i şerifiyle İslam'ın ruhuna, onun sünnetine uygun olanın yemeğin sofrâ kurularak yenmesi, aile efradının sofrâ etrafında buluşması, yiyeceklerin tek tek, ayrı ayrı değil de bir sofraya konularak yenilmesi ve yemekten önce besmele çekilmesi olduğunu öğretmiştir bizlere. (İmam Gazali, *İhya-u Ulumiddin*, 2/12) Ayrıca sofrâ adabında sağ elle yiyip içmeyi (Müslim, Eşribe, 102), herkesin kendi önünden yemesini (Buhari, Et'ime, 2), oturarak ve yaslanmadan (Buhari, Et'ime, 8,13) yiyip içmeyi tavsiye ederken yiyeceklerle üflenmesini

(Buhari, Eşribe, 25) ve tabakta yiyecek bırakılmasını da hoş görmez, yiyeceklerle kusur bulmaz (Müslim, Eşribe, 187) hoşuna giderse yer, gitmezse yemezdi.

Allah, "Rızıkların iyi ve temiz olanlarından yiyin." (Bakara, 2/172) ayetiyle kullarına israf etmeden, bedenine sıhhat verecek yiyecekleri tüketerek ailesine, akrabalarına, misafirlerine ikram etmesini ve sofralar kurmasını emretmektedir. Bu, "Muhyi" (c.c.) ve "Rezzak" (c.c.) olan zatına şükretmektir. Aksi şekilde davrananlar için ise "...İnkâr edenler ise dünya zevklerinden yararlanırlar ve hayvanların yediği gibi yerler..." (Muhammed, 47/12) ayetinde buyrulduğu üzere aslında sıradan zannettiğimiz her türlü eylemin arkasında derin bir hikmetin var olduğunu da göstermektedir. Aşkın bir varlığın bilgisine ulaşmayan yeme içme ve gündelik eylemlerin, "hayvanların yemesine benzetilmesi" yani Allah'ın ulvi bir gayeye hizmet etmeyen beslenme faaliyetini gayriinsani bir eylem olarak tanımlaması aslında bu eylemlerin ubudiyette zannedilenden daha derin ve önemli manalar içerdiğini anlatmaktadır. Bu nedenle, hayatın temel gayesi olan kulluğun devamında yaşamın ayrılmaz parçası olan beslenmenin ve bunun görünürdeki şekli olan sofrâ adabı ve kültürünü, kulluğun beşerî yaşamın içinde mezc edilmesi olarak söylemek mümkündür.

CENNETİN KAPISI SADAKA

Dr. İrfan AÇIK
Kütahya Müftüsü

“... وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ...”

“Sadaka bir delildir...”
(Müslim, Tahare, 1)

İslam'ın, dünyanın sosyal ve siyasi tarihinin yanı sıra insanlık görüşünü kökünden değiştirip yükselten, ahlaki ve dinî inkılabın gerçekleşmesinde medar olduğu müsellem bir hakikattir. Murad-ı ilahinin öngördüğü ve uyulmasını istediği başat ilke, öğretisi ve umdelerden biri de sadakadır. Lügatte “kizb”in (yalan) zıddı olan “sıdk” (doğruluk) kökünden gelen sadaka kelimesine mükemmellik, söz ve davranış vb. hususlarda sağlam ve güçlü olmak gibi anlamlar izafe edilmiştir.

Sadık olmak; Rabb'e odaklı bir yaşam ve O'nun rızasına adanmışlıkla kaimdir. Hayata uymayı değil de hayatını Hakk'a uydurmayı şiar edinmektir. İnsanoğlunun sureti, servetiyle

değil siretiyle ehemmiyet kazanır. Samimi niyetle, Allah rızası için verilen her türlü sadaka Allah katında değerli, mükâfata layık ve cennette inananlara açılacak kapılardan (sadaka kapısı) biri olurken (Müslim, Zekât, 85) ahiretteki ecir ve sevabından önce dünyada insanların hatalarını düzeltmesine imkân vermektedir. (Buhari, Zekât, 14) Nitekim Hz. Peygamber (s.a.s.), “...Suyun ateşi söndürdüğü gibi sadaka da hataları söndürür (ortadan kaldırır)...” (Tirmizi, Cuma, 79) buyurmuştur. Yine bu anlamda, “Bir kişi, ailesi, malı, nefsi, çocuğu ve komşusu ile imtihana çekilir. Oruç, namaz, sadaka ve iyiliği emredip kötülükten sakındırma ise bu imtihan için kefarete olur.” (Buhari, Mevakitü's-salat, 4)

tavsiyesinin yanı sıra “Yarım hurma (sadaka) ile bile olsa cehennemden korunun. Eğer bunu da bulamazsanız güzel bir sözle (korunun).” (Müslim, Zekât, 68) uyarısıyla az veya çok demeden sadaka verilmesi gerektiğine işaret etmiştir. Böylece, sadaka vesilesiyle mücerret ihtiyaç yüzünden neşet bulan nice ahlaki seyyielerin de önemli ölçüde önüne geçilebilir.

Allah Resulü sadakanın malı azaltmadığını açıkça belirtmiş (Müslim, Birr, 69), helal kazançtan verilen bir hurmayı bile Allah'ın dağ gibi ihtimamla büyüteceğini ifade etmiştir. (Buhari, Zekât, 8) Yüce Mevla, hayırda yarışı teşvik etmiş (Bakara, 2/148), kendi rızası için verenlerin mükâfatının yedi yüz misliyle olacağını bildirmiştir.

(Bakara, 2/261) Dolayısıyla İslamiyet, insanları yardım alma esası üzerine değil aksine yardım etme esası üzerine inşa ve terbiye eder. Çünkü “Veren el, alan elden hayırlıdır.” (Darimi, Zekât, 22)

Nebi (s.a.s.), “Her iyilik bir sadakadır.” (Buhari, Edeb, 33) beyanıyla sadakaya, Allah’ın hoşnutluğunu kazanmaya vesile olan her türlü söz ve eylemi kuşatacak bir anlam yüklemiştir. Bu şekilde geniş bir uygulama alanı bulunan ve hayırhahlık hareketini temin eden sadakalar ahiret yurdu için de en güzel hazırlıktır. Bu sebeple Allah Resulü, “Her Müslümanın sadaka vermesi gerekir...” buyurmuştur. (Müslim, Zekât, 55) Dolayısıyla hasbîlik, samimiyet, dürüstlük ve rıza temeline dayalı her söz ve davranışla sevap elde edilebileceği anlaşılmaktadır. Nitekim Efendimiz (s.a.s.); Müslümanın ilim öğrenmesi ve öğretmesi, cihat edenlere araç gereç temini, kız çocuğuna yaptığı harcama, kişinin kendi ailesinin nafakasını temin etmesi, iyilikte akrabayı öncelemesi, misafirlerine ikramda bulunması, meyvelerinden başkalarının faydalanacağı ağaç dikmesi, kötülüklerle mücadele edip iyilikleri tavsiye etmesi, mazluma yardımcı olması, kötülükten uzak durulması, din kardeşine selam vermesi, güzel söz söylemesi, güler yüz göstermesi, engelli kişilere yardım etmesi, cemaatle namaza katılmak için yürümesi, insanlara zarar veren bir nesneyi yoldan kaldırması gibi iyi davranışları sadaka olarak

nitelediği gibi farklı zamanlarda farklı kimselere en faydalı olacak sadaka çeşitlerini de haber vermiştir. Bu çerçevede Adiy b. Hâtim’in “Hangi sadaka daha faziletli?” sorusuna Allah Resulü’nün “Allah yolunda kişinin hizmetidir.” cevabı (Tirmizi, Fezailü’l-cihad, 5) konumuza ışık tutmaktadır. (Diğer örnekler için bkz. İbn Mace, Sünnet, 20; Edeb, 3; Tirmizi, Fedailü’l-cihad, 5, Birr, 36; İbn Hanbel, V, 154, 167, 178, 285, 416; Buhari, Mezalim, 24, Cihad, 72, 128, Sulh, 11, Edeb, 34; Müslim, Zekât, 55; Ebu Davud, Tetavvu, 12)

Yüce Allah’ın, “...Allah’ın sana ihsan ettiği gibi sen de ihsanda bulun...” (Kasas, 28/77) ilahi fermanından sadaka vermenin aslında bir şükür nişanesi olduğu anlaşılmaktadır. Allah Teâlâ, “Mallarını gece ve gündüz, gizli ve açık, hayra sarf edenler var ya; onların mükâfatları Allah katındadır. Onlara korku yoktur, üzüntü de çekmezler.” buyurur. (Bakara, 2/274) Sadakalar, gösteriş ve riyadan uzak verilmelidir. Nitekim Hz. Peygamber (s.a.s.), sağ elinin verdiği sadakayı sol eli bilmeyecek derecede yaptığını gizli tutan kimselerin kıyamet gününde, Allah’ın gölgesinde (himayesinde) olacağını belirtmiştir. (Buhari, Zekât, 16) Sadaka verilirken dikkat edilmesi gereken bir diğer husus da kemal-i nezaketle, sadaka verilenin haysiyet ve onurunun zedelenmemesi, incitip gönlünün kırılmaması ve yapılan iyiliğin başına kakılmamasıdır. Allah Teâlâ, “Güzel söz ve bağışlama, arkasından incitme gelen

sadakadan daha iyidir...” (Bakara, 2/263) buyurmaktadır.

Kutlu Nebi (s.a.s.), sadakanın insan psikolojisi üzerinde makes bulan faydalarına işaret ederek katı kalpli olmaktan şikâyet eden bir sahabe, ihtiyaç sahiplerine yedirme ve yetimin başını okşama suretiyle sadaka vermesini tavsiye etmiştir. (İbn Hanbel, II, 264) “Hastalarınızı sadaka ile tedavi edin.” (Beyhaki, Sünenü’l-kübra, III, 542) buyuran Peygamber Efendimiz (s.a.s.), ihtiyaç sahiplerine yardımcı olan ve onların duasını alan kişinin karşılığını bulacağına işaret etmiştir. Bunun yanında sadakasından dönen kişiyi, kusmuğunu tekrar yiyen kimseye benzeterek bu durumun çirkinliğini ifade etmiştir. (Buhari, Zekât, 59)

Neticede, sahip olduğumuz bütün nimetler Allah’ın bizlere lütfudur. Rabb’imizin emanetidir. Tüm bu nimetler aynı zamanda birer imtihan vesilesidir. İslam, bir fazilet ve kemal dinidir. Sadakat, istikamet, merhamet, şefkat, teavun ve hüsnü muâşeret gibi fezaili telkin eder. Dolayısıyla mazeret serdine, bir bahane dermeyerine mahal bırakmaksızın iyiliğe erişmenin yolu, sevdiğimiz şeylerden Allah yolunda infaktır. (Âl-i İmran, 3/92) Hayır olarak ne harcarsak ancak kendimiz içindir. (Bakara, 2/272) Sadaka veren erkekler ve kadınlar ile Allah’a güzel bir borç verenlere çok değerli bir mükâfat vardır. (Hadid, 57/18) Çünkü kıyamet günü müminin gölgeliği, verdiği sadaka olacaktır. (İbn Hanbel, IV, 233)

BI' KAVRAM**Bartonelloz**

Bartonella henselae bakterisinin yol açtığı, kedilerin tırmalaması, ısırması veya salyasıyla insanlara geçen bir enfeksiyondur. Özellikle küçük çocuklar ve bağışıklığı düşük olanlar bu duruma daha yatkındır. Bakteri, genellikle enfekte pirelerin kedileri ısırması sonucu kedilere bulaşır ve böylece kedilerden insanlara geçer.

Hastalığın ilk işaretleri, genellikle tırmalama veya ısırık bölgesinde ortaya çıkan kızarıklık ve şişliktir. Bunu takiben o bölgeye yakın lenf bezlerinde şişme, ateş, baş ağrısı, yorgunluk ve vücut ağrıları, iştahsızlık, kilo kaybı, sırt ve karın ağrısı gibi belirtiler görülebilir.

Tanı için fiziksel muayene yapılır, kan testi istenebilir. Nadir durumlarda lenf düğümünden sıvı örneği alınarak laboratuvar incelemesi yapılır.

Tedavi genellikle semptomları hafifletmeye yöneliktir, çünkü hastalık çoğu zaman kendiliğinden iyileşir. Ancak şiddetli belirtiler gösteren kişilerde antibiyotik tedavisi düşünülebilir.

(<https://www.memorial.com.tr>)

Ateşle Şekillenen Sanat: Minakari**BI' SANAT**

Minakari, Safevi İran'ında ortaya çıkmış, emaye sanatı aracılığıyla metal ve seramik yüzeylerin büyüleyici renklerle süslenmesidir. Farsçada "cennet" ve "işlemek" anlamlarına gelen kelimelerin birleşimiyle oluşan bu sanat, nesnelere uhrevi bir güzellik katma amacını taşır.

Minakarinin yapım süreci, renkli cam tozlarının yüksek sıcaklıkta (yaklaşık 750-850°C) metal, cam veya seramik yüzeylere özenle kaynaştırılmasını içerir. Bu işlem sonucunda yüzeyde parlak, dayanıklı ve camsı bir tabaka oluşur. Çoğunlukla geometrik desenler, bitkisel motifler ve figürlerin kullanıldığı minakari, vazolar, tabaklar, mücevherler ve çeşitli dekoratif objeler üzerinde hayat bulur. Özellikle İran ve Hindistan'da derin bir kültürel öneme sahip olan bu sanat, geleneksel el sanatlarının değerli bir örneğidir.



Bİ' SORU



Laktozsuz Süt Nasıl Elde Edilir?

Laktoz, doğada yalnızca memeli hayvanların sütünde bulunan doğal bir süt şekeridir. Vücut, bu şekeri sindirebilmek için laktaz adı verilen bir enzim üretir. Laktaz, laktozu parçalayarak vücudun enerji için kullanmasını sağlar. Ancak bazı insanlarda yaşla birlikte laktaz üretimi azalabilir veya hiç olmayabilir. Bu durum laktoz intoleransına yol açar. Laktozsuz süt elde etmek için bireysel ve sanayi düzeyinde çözümler mevcuttur. Bireysel olarak laktaz hapları veya damlaları kullanılarak laktozun sindirimi kolaylaştırılabilir. Sanayide ise “serbest enzim yöntemi” ve “immobilize enzim yöntemi” olmak üzere iki temel yaklaşım bulunur. Serbest enzim yönteminde, süte doğrudan laktaz enzimi eklenerek laktozun parçalanması sağlanır ve ardından pastörizasyon uygulanır. Immobilize enzim yönteminde ise süt, sabitlenmiş laktaz enziminin bulunduğu bir kolondan geçirilerek laktoz yıkılır.

Bİ' BİLGİ



İnsan Vücudundaki En Sert Madde: Diş Minesi

Kemik dokusu ve diğer tüm vücut dokularından daha sert olan mine, dişin en dış katmanını oluşturur. Ortalama 2-3 mm kalınlığındadır. Hacimsel olarak % 90-92 oranında hidroksiapatit; su ve az miktarda organik maddeden oluşur. Hidroksiapatit yoğunluğu, mineye olağanüstü bir sertlik kazandırır. Ancak ne kadar sert olursa olsun yanlış fırçalama teknikleri, diş gıcırdatma ve diş sıkma gibi alışkanlıklar mine yüzeyinde mikro çatlaklara ve aşınmaya neden olabilir. Bununla birlikte, asitli ve şekerli yiyecek ve içecekler de mine yüzeyine tutunarak asidik bir ortam oluşturur ve zamanla mine yapısının çözülmesine yol açabilir. Eğer düzenli ve doğru bir şekilde diş bakımı yapılmazsa bu durum diş çürüklerinin oluşması için uygun bir zemin hazırlar.

Bİ' ALINTI

Hayatımıza giren hiç kimseyi, hiçbir şeyi söküp atamayız, onlar hep içimizde bir yerdedir. Kişiliğimizi bu insanlardan, bu durumlardan oluştururuz.

Gidilmemiş Yerlerin Türküsü, Necip Tosun



İDEAL VE ÖRNEK BİR BABA HZ. PEYGAMBER (S.A.S.)

■ Doç. Dr. Salih AYBEY

Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi

Eğitim, doğumla birlikte başlayan, ailede devam eden, okulda şekillenen ve hayat boyu devam eden bir süreçtir. Peygamberlerin gönderiliş amaçlarından biri de insanların ve toplumların dinî inanç ve düşüncelerini eğitmek ve onlara örnek olmaktır. Hz. Peygamber (s.a.s.) de kendisinin öğretmen olarak gönderildiğini beyan etmiştir. (Müslim, Talak, 4) İslam'ın temel kaynaklarından olması sebebiyle inananlar için Hz. Peygamber'in söz, fiil ve davranışları her alanda önem taşımaktadır. Bu nedenle en ideal eğitici ve rehber olarak onun tanınması ve örnek alınması oldukça önemlidir.

Eğitimin temellerinin atıldığı yer olan aile yuvası, en güzel şekilde Hz. Peygamber'in hayatında görülmektedir. Çünkü onun eğitimi, Kur'an'da öngörülen esaslara dayanmaktadır. O; hayırsever bir akraba, salih bir evlat, nezaketli ve saygılı bir eş, şefkatli ve merhametli bir baba ve aynı özelliklerde sevecen bir dede idi. Dolayısıyla Hz.

Peygamber, her konuda olduğu gibi bir baba olarak da aynen bir elmas misalidir. Elmanın herhangi bir tarafı güneşe tutulunca nasıl farklı ışıltılar/güzellikler sunarsa Hz. Peygamber de aynen öyledir. Onun hangi yönüne bakarsak bakalım son derece güzel örnekler karşımıza çıkmaktadır. Kur'an-ı Kerim'de bu husus şöyle açıklanmaktadır: "Andolsun, Allah'ın Resulünde sizin için; Allah'a ve ahiret gününe kavuşmayı uman, Allah'ı çok zikreden kimseler için güzel örnekler vardır." (Ahzab, 33/21) Bu nedenle Hz. Peygamber'in her yönü farklı bir güzellik ve örnekliktir.

Hız. Peygamber'in çocuklarla olan münasebetlerine baktığımız zaman, onlara karşı engin bir sevgi ve şefkat içerisinde olduğunu, selam verip hâl hatırlarını sorduğunu, yetişkin insan gibi değer verdiğini, onların isteklerini dikkate aldığını, başlarını okşadığını, onlarla oyun oynadığını ve şakalaştığını görmekteyiz. (Buhari, Edeb, 18; Müslim, Fedail, 63)

Çocukluk dönemi insanın gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinin temelini oluşturur. Dolayısıyla hayatın diğer evrelerine göre çocukluk dönemi, binaya nispetle binanın temeli gibidir. Bir binada temel ne kadar önemliyse insan hayatında da çocukluk dönemi o kadar önemlidir. Çünkü beden ve ruh sağlığı yönünden sağlıklı bir çocukluk dönemi, hayatın diğer dönemleri için sağlam bir temel teşkil eder. Bu itibarla Hz. Peygamber'in baba olarak çocuklarını en güzel şekilde eğitme çabası ve çocuklara karşı davranış şekli günümüzde de bizlere yol göstermektedir.

Mükemmel Bir Baba

Hız. Peygamber, tüm insanlığa olduğu gibi aile fertlerine ve çocuklarına karşı da son derece fedakâr, anlayışlı, şefkatli, merhametli, onların dünya ve ahiretini düşünen, bu yolda onlara büyük destek veren, her zaman onlarla ilgilenen mükemmel bir babaydı. Elbette onun bir baba olarak vasıflarını gösteren örnekler sayılamayacak kadar çoktur ancak biz burada onlardan



birkaç tanesini sunmakla iktifa edeceğiz.

Hız. Peygamber'in, altısı Hız. Hatice'den biri de Hız. Mâriye'den olmak üzere yedi çocuğı vardı. Bunların Zeynep, Rukiye, Ümmü Cülsüm ve Fatıma olmak üzere dördü kız, Kasım, Abdullah ve İbrahim olmak üzere üçü de erkek idi. Erkek çocukları küçük yaşlarda vefat etmiş, kızları ise yetişkinlik çağına gelmiş ve evlenmişlerdir. Ancak Hız. Fatıma dışındaki diğer üç kızı da Hız. Peygamber daha hayattayken ahirete göç etmiştir. Hız. Fatıma ise babasının vefatından sadece beş buçuk ay sonra vefat etmiştir.

Görüldüğü gibi bir baba olarak Hız. Peygamber altı kez evlat acısı yaşamıştır. O, şefkat ve merhamet dolu yüreğıyle bu durumlarda neler yapılacağını, nasıl davranılacağını, evlatlarına karşı nasıl bir sevgi beslediğini, onların eğitimine nasıl önem verdiğini günümüz babalarına çağları aşır gelen örnekler olarak sunmaktadır. Çünkü Hız. Peygamber'in, bir babanın yaşayabileceğı tüm sevinçlerin yanında acıları ve hüznüleri de yaşadığını; bu durumlar karşısında sergilediğı tavırlarla ümmetine "en güzel örnek" olduğunu göstermektedir.

Hız. Peygamber'in çocuklarına ilgisi doğumlarıyla birlikte başlar. O, çocukların kulaklarına ezan okur, onlara isim verir, akika kurbanlarını keserdi. Doğumla başlayan ilgi ve sevgi, ilerleyen dönemlerde de devam ederdi.

Hız. Peygamber'in oğulları olan Kasım ve Abdullah ile ilgili kaynaklarda çok fazla bilgiye rastlanmamasına rağmen diğer oğlu İbrahim hakkında birtakım bilgiler mevcuttur. Hız. Peygamber, oğlu İbrahim dünyaya geldiği zaman çok sevindiğini, doğum müjdesini veren Ebu Rafie'ye bahış verdiğini, sevinç içinde ashabına, "Dün gece benim bir oğlum dünyaya geldi. Ona, atam İbrahim'in adını verdim." dediğini, ashabına ziyafet vererek duyduğu sevinci onlarla paylaştığını görüyoruz. (Müslim, Fedail, 62)

Hız. Peygamber, oğlu İbrahim dünyaya geldikten bir müddet sonra onu sütanneye vermiştir. İbrahim'in sütbabası Ebu Bürde (r.a.) evlerinin hemen yakınındaki dükkânda demircilik yaparak geçinen bir kişiydi. Hız. Peygamber, İbrahim'i sütanneye verdikten sonra sık sık buraya yani demirci dükkânına gitmeye başladı. Dükkâna gidince Ebu Bürde'ye oğlunu kendisine getirmesini söylediler. Küçük İbrahim gelince onu kucağına alır, şefkatle bağrına basar, öpüp koklardı. Bir süre sevdikten sonra tekrar sütannesine geri gönderirdi. (Muhammed İbni Sa'd, *et-Tabakatü'l Kübra*) Bu ziyaretlere şahit olan Enes (r.a.) ziyaretlerden birini şöyle anlatıyor:

"Bir gün Peygamberimizle birlikte yine İbrahim'i ziyarete gittik. Ebu Bürde'nin evine varınca ben hemen koşarak:

- Ebu Bürde! Ebu Bürde! Bak, Peygamberimiz geliyor. Şu körüğe biraz ara ver de duman çıkmasın, dedim.

İşi bırakan Ebu Bürde, koşup Allah Resulü'nü karşıladı. Allah Resulü dükkâna gelince oğlu İbrahim'i getirmesini söyledi. İbrahim'i getiren sahabe onu babasının kucağına verdi. Peygamberimiz, İbrahim'i kucağına aldı. Öptü, bağrına bastı. Bir de ne göreyim? Bebek İbrahim sanki can çekişiyor... Belli ki çok hastaydı... O anda Peygamberimizin yüzüne baktım. Gözleri yaşlarla dolmuş, ağlıyordu..." (Müslim, Fezail, 231; Beyhaki, Delâil, 5/430)

Hız. Peygamber, İbrahim'in ardından; "Oğlum İbrahim, henüz süt emme çağındaki bir süt kuzusu gibi iken öldü ama Allah ona cennette iki sütanne verdi. Şimdi onu emziriyorlar." (İbni Sa'd 3/136, 140; Buhari, Cenaiz, 23/42) buyurarak, on sekiz aylık yavrusunu süt kuzusuna benzeterek duyduğu üzüntüyü dile getirmişti.

Hız. Peygamber, çocuklarla iletişimde zaman zaman fiziksel temas kurmuş, onlara karşı samimi ve yakın davranmıştır. Bazen bir çocuğun başını okşamış bazen onları öpüp koklamış bazen de özlemle bağrına basmıştır. Yeri gelmiş onlarla oyun oynamış, yeri gelmiş omzuna çıkan torunları için secdesini uzatmıştır. Kısaca, çocuklar için onların sevgisini kazanacak tavır ve davranışlarda bulunarak çocukla çocuk olmayı başarmıştır.

Evlatlarını İbadete Teşvik Eden Bir Baba

İnsan, ruh ve bedenden müteşekkil bir varlıktır. Ruh ve beden yapısı yönüyle sağlam olan çocuklar, Allah ve peygamberini tanıyan, kötü alışkanlıklardan uzak duran, çalışmayı, başarmayı seven, ahlaklı, kültürlü ve sağlam karakterli insanlardır. Hız. Peygamber, çocuklarını bu çerçevede yetiştirmiş ve bizlere de örnek olmuştur.

Bu konuda güzel örneklerden birisi olarak şöyle bir konuyu zikredebiliriz. "Ey Habibim! Ailene namazı emret. Sen de bunda sebatkâr ol..." (Taha, 20/132) ve "Ey iman edenler! Kendinizi ve ailenizi yakıtı insanlar ve taşlar olan



Hız. Peygamber, tüm insanlığa olduğu gibi aile fertlerine ve çocuklarına karşı da son derece fedakâr, anlayışlı, şefkatli, merhametli, onların dünya ve ahiretini düşünen, bu yolda onlara büyük destek veren, her zaman onlarla ilgilenen mükemmel bir babaydı.



ateşten koruyun!” (Tahrim, 66/6) ayetleri mucibince Hz. Peygamber, Hz. Ali ve Hz. Fatıma evlendikten sonra altı ay boyunca onları namaza çağırırdı. Sabah namazını kılmak için evinden çıktığında Hz. Fatıma’nın evine uğrar: “Ey Muhammed’in ev halkı! Allah size rahmet etsin. Namaz vakti geldi!” diye seslenerek onları namaza çağırırdı. (Tirmizi, Tefsir, 34)

Çocuklarıyla İlgilenen Bir Baba

Yüce Allah’ın kalplere yerleştirdiği sevgi ve muhabbetle tüm canlı varlıklar, canları pahasına yavrularını severler ve korurlar. En üstün surette yaratılan insan için evladı ciğerparesi mesabesindedir. Anne babalar, Allah’ın kalplerine yerleştirdiği bu sevgi ve şefkatin bir tezahürü olarak evlatlarını severler ve onlar için her şeyin en güzelini yapmayı arzu ederler. İşte bir insan ve bir baba olan Hz. Peygamber de bizlere örnek olacak şekilde, evlatlarına karşı sevgi ve şefkatle davranmış ve çocuklarıyla her zaman ilgilenmiştir. (İbrahim Canan, *Hz. Peygamber’in Sünnetinde Terbiye*)

Hz. Peygamber, kızı Hz. Fatıma’yı Hz. Ali ile evlendireceği zaman ona danışmış, mütevazı da olsa çeyizini vermiş (Nesai, Nikâh, 81), düğün merasiminin planlamasından icra edilmesine kadar bizzat ilgilenmiştir. (M. Yusuf Kandehlevi, *Hayatü’s Sahabe*, I-II) Yine Hz. Peygamber, kızlarıyla sadece onları

evlendirmeye kadar değil evlendirdikten sonra da yakından ilgilenmiştir. Zaman zaman evlerine gidip hâl ve hatırlarını sorduğunu, hastalandıklarında ziyaretlerine gittiğini (İbn Hanbel, *Müşned*, 5/26), ev içi bir huzursuzluk olduğunda Hz. Peygamber’in bizzat çocuklarının yanında olduğunu görmekteyiz.

Hz. Peygamber, kızı Ümmü Gülsüm’ün düğününden üç gün sonra evine ziyarete gittiği zaman, kızının hâl ve hatırını sorduktan sonra: “Kocanı nasıl buldun?” diye sordu. Kızı da, “O çok iyi bir eş.” diyerek memnuniyetini bildirdi. Allah Resulü, kızına kocasına çok iyi davranmasını tavsiye ettikten sonra: “O, atamız İbrahim’e ve baban Muhammed’e en çok benzeyen kişidir.” (İbn Manzur, *Muhtasar*, 16/118) Böylece eşini kızının önünde taltif ederek kızının eşine karşı sevgi ve muhabbet duymasını teşvik etmiştir.

Yine Abdurrahman b. Osman’dan rivayet edilen bir hadise ise şöyledir: “Hz. Peygamber bir gün kızı Rukiye’nin hâl ve hatırını sormak için ziyaretine gitti. İzin alıp içeri girdiğinde kızı Rukiye’nin eşi Hz. Osman’ın başını yıkadığını gördü. Onun, kocasına içtenlikle hizmet ettiğini görünce çok sevindi ve dedi ki, ‘Ey kızım Rukiye! Ebu Abdullah’a hep böyle güzel davran. Çünkü o ashabım içerisinde huyu bana en çok benzeyen kişidir.’” buyurarak hem Hz. Osman’ı taltif etmiş hem de kızına eşine

karşı her zaman iyi ve güzel davranmasını öğütlemiştir. (Heysemi, *Mecma’uz Zevaid*, 9/81)

Görüldüğü gibi Hz. Peygamber, sevgi ve şefkat dolu yüreğiyle evlatlarının çocukluk dönemi, evlilik öncesi ve sonrası dönemlerinde olmak üzere hiçbir zaman ilgi ve sevgisini onlardan eksik etmemiştir. Özellikle evlendirdikten sonra mutlu bir aile hayatı yaşamaları için kızlarına her fırsatta tavsiyelerde bulunarak eşlerine sevgi ve saygı duymalarını söylemiştir. Böylece gerek Hz. Peygamber’in ezvac-ı tahiratla olan münasebetlerinde gerekse kızlarının aile hayatlarında gerçek manada örnek alınabilecek çok hadiseler ortaya çıkmıştır.

Kur’an-ı Kerim’in ifadesiyle “âlemlere rahmet” olarak gönderilen ve “çok şefkatli ve merhametli” olan Hz. Peygamber’in, başta eş ve çocukları olan aile fertlerine, akrabalarına, insanlara, hayvanlara, canlı cansız tüm varlıklara sevgi ve merhamet yüklü olduğunu söyleyebiliriz. Her konuda olmakla birlikte Hz. Peygamber’in en dikkat çeken örnekliliğini çocuklarla olan ilişkilerinde görebilmekteyiz. Çünkü Hz. Peygamber, çocukların seviyesine inebilen, adeta “çocuklarla çocuklaşan” ve bu durumu insanlara da tavsiye eden bir peygamberdir. Onun çocuklarla ilişkisine baktığımız zaman çocukların sevgisini kazanmış büyük bir çocuk eğitimcisi olduğunu ifade edebiliriz.



DEĞERLİ İNSANLARDA DEĞERSİZLİK HİSLERİ

■ Misli BAYDOĞAN

Uzman Klinik Psikolog

Değerli olan nedir? Çocuklarımıza değerler eğitimi verirken önceliğimiz nedir? Neyin değerli olduğuna nasıl karar veririz? Bu soruların cevaplarını hafızamızda buluruz; hem kişisel hafızamız hem de ailemizle birlikte içerisinde konumlandığımız toplumun hafızası. Bir insan yavrusu, içerisinde anlam ve değer dünyasının oluşacağı, aidiyet bağlarının gelişeceği, dolayısıyla kimlik ve kişiliğinin biçimleneceği topluluk içinde dünyaya gelir. Bir bebek, kendisine verilecek her bilgiye aç, küçük bir sünger gibidir. Onun gözeneklerine nüfuz edecek her bir zerre de aslında değerler eğitimi dediğimiz sürecin bir parçasıdır. Onun gördüğü, duyduğu, kokladığı ve soluduğu ne varsa bunların tamamı şekillenmekte olan insanı meydana getirecek temel özelliklerdir.

Çocuklarımızın dört dörtlük büyümesini arzu ederiz. Bu ne demektir? Çocuk hem akıllı ve başarılı hem bedensel ve psikolojik olarak sağlıklı hem de sağlam karakterli olsun isteriz. Ona kazandırmak istediğimiz değerler, bu ideal insanı ortaya çıkarma amacına hizmet eder. Dolayısıyla gerek beklenti düzeyinde gerekse de verdiğimiz eğitim içeriği açısından anahtar kavramımız “adalet” olmak zorundadır. Çünkü dengeli ve amacına ulaşan bir gelişim ancak çocuğa adil davranarak elde edilebilir. Ona adaletle yaklaşılmalıdır. Bir gerekliliğe daha fazla önem verip hep orayı beslemek onu ileride kendisine lazım olacak diğer donanımlardan mahrum bırakacaktır. Tamamen yoksun olmasa bile eksiklik hissedecektir. O nedenle, çocuğa alışkanlıklar kazandırmadan önce bazı konularda zihnimizin net olması gerekir.

Çocuğun karakterini şekillendirirken ve onu hayata hazırlamaya çalışırken ona kazandırmak istediğimiz değerleri kendi kişilik ve davranışlarımızla ona ne kadar gösterebilirsek çocuk da ancak o oranda bunları alıp kendisine mal edecektir.

Bu aşamada bizim için değerli olan özellikler konusunda tam bir kesinlik içinde olmamız dikkat edilecek başlıca noktadır. Öncelikle aile içinde hepimiz aynı dili konuşmalı ve yoruma yer bırakmayacak şekilde aynı kavramdan hepimiz aynı şeyi anlamalıyız. Örnek üzerinden gidelim. Diyelim ki bizim için dürüstlük çok önemli; o zaman anne ve babalar olarak dürüstlüğün tanımından emin olmak zorundayız ve bu tanımın ailemizde zaman içinde esneklik göstermemesi, yozlaşmaması ve içi boş bir kavram hâline gelmemesi için sorumluluk almamızdır. Dürüst bir insanın nasıl olduğunun yaşayan temsilleri olmaya çalışmalıyız. Dürüstlüğün çocuğumuz tarafından tutarlı ve kalıcı bir şekilde, bir değer olarak benimsenmesini istiyorsak önce kendi içimize bakıp, örneğin birden yüze kadar bir puan verecek olsak, kendi dürüstlüğümüzün karşılığını tespit edebilmeliyiz. Varsayalım bizim için çalışkanlık da en az doğruluk ve dürüstlük kadar elzem ve çocuğumuzun tutarlı ve kalıcı bir şekilde çalışkan da olmasını istiyoruz. O zaman yine kendimize dönüp kendi çalışkanlığımıza bir puan vermemiz uygun olacaktır. Bu örneklerin sayısı pekâlâ artırılabilir. Farkında olunması gereken nokta şudur ki çocuğun karakterini şekillendirirken ve onu hayata hazırlamaya çalışırken ona kazandırmak istediğimiz değerleri kendi kişilik ve

davranışlarımızla ona ne kadar gösterebilirsek çocuk da ancak o oranda bunları alıp kendisine mal edecektir.

Bunun gerekçesi çocuğun her yönden bizi taklit ediyor olduğu gerçeğinde saklıdır. Bir çocuk için dürüst olup olmamak değil annesi ve babası gibi olmak önemli ve anlamlıdır. Anne ve baba dürüst oldukları ve kendisinden dürüst olmasını bekledikleri için çocuk da dürüst bir insan olmak ister. Bunun genel ahlak gelişimi içerisindeki anlam ve kıymeti ancak erişkin yaşamında kavrayabileceği, soyut bir içeriktir. Pek çok uzman bize ergenlik yaşları olan on iki ila on sekiz yaşları arasında bu

kavramların anlaşılacağını ve içselleştireceğini söylese de bu durum gerçeği tam olarak yansıtmaz. Ahlak gelişimini oluşturan kavramların pek çoğunun üzerinde tefekkür edebilmek, erişkin zihninin bir işlevidir. (Ne yazık ki her erişkin zihni bu işlevleri yerine getirecek şekilde olgunlaşmaz.) Yani çocuk evrensel ahlak yasalarına göre, neden başkaları öyle davranmasa da ve hatta neden hiç kimse o sırada kendisini görmese bile temel kişisel ve toplumsal değerleri sergilemesi, uygun davranışlarda bulunması gerektiğini erken yaşlarda anlamayabilir. Özellikle de bu yönde ebeveynlik tutumlarına maruz kalmamışsa bunu öğrenmesi çok daha geç ve zor olacaktır. İşte o vakit gelene kadar (umulur ki gelir) ailesini, okul çevresini, hayranlık duyduğu ve kendisine rol modeli edindiği (maalesef) ünlüleri taklit eder. Zaten tam da bu yüzden izledikleri filmler, okudukları kitaplar ve dinledikleri müzikler son derece önemlidir. Çocukların ve ergenlerin, kişiliği oturmuş erişkinlere kıyasla ana karakterlerle, kahramanlarla ve yıldızlarla daha fazla özdeşim kurdukları ve davranışlarını kurulan bu özdeşimlere göre belirleme eğiliminde oldukları bir sır değildir. Kendisine kimi ya da kimleri örnek alacağını ona dikte etmeye çalışmak büyük ihtimalle ters tepecektir ancak çok uzak olmayan bir mesafeden dünyasında neler olup bittiğini izlemek önemlidir.

Değersizlik
duyguları çoğu
zaman klinik
ortamda depresyon
ve çeşitli kişilik
bozuklukları olarak
karşımıza çıkar.
Çocuklarımızı
dünyayı anlamaları
ve kendilerine
bu dünyada
anlam ve değer
inşasına katkıda
bulunabilecekleri bir
yer edinmeleri için
teşvik etmeliyiz.

Bütün bunlar, elbette ki çocuk erişkin olana kadar tamamen edilgin bir taklitçi olarak kalacak anlamına gelmemektedir. Zekâ bölümü normal ve normal üzeri aralığında olan çocuklar ergenlik yaşları itibarı ile bu konular üzerinde kafa yormaya başlarlar. Eğer önünde uygun modelleri olursa, çocuk bu modelleri taklit edebilirse, taklit olarak öğrendiği bu değerli davranışlar alışkanlık düzeyinde yerleşmeye başlamışsa ancak o zaman bunun yorumuna zaman harcamaya sıra gelir.

Değerler üzerinde düşünmeye vakit harcamak neden önemlidir? Bu sorunun cevabı bizi bireysel ve toplumsal ruh sağlığı konusuna yönlendirir. Bugün, sosyal medya kullanıyorsanız karşınıza sürekli hayatınızda nasıl davranmanız, neler yapmanız, ne şekilde düşünmeniz gerektiği konularında sizi bilgilendirmek için çekilmiş sayısız video çıkar. Sadece etkileşim amaçlı olanları bir kenara bırakırsak bu çekimlerin önemli bir miktarı alanlarında uzman ve ne dediklerini bilen kişiler tarafından çekilmektedir ancak ne kadar dikkate alındıkları ve işe yaradıklarına ilişkin şimdilik elimizde araştırma verileri mevcut değil. İnsan tüm değerli davranış ve alışkanlıklar gibi kendisinin değerli bir varlık olduğunu da erken yaşlarda öğrenir ve bunun sonucunda değerlilik hisleri oluşur. Bu değerli olma hissini veren özellikler ilk anda aklımıza belki fiziksel güzellik, maddi zenginlik ya da birtakım ünvanlar ve statü gibi somut sebeplermiş gibi

gelebilir ama öz değerlilik hissi ile popüler kültürün dayattığı dizayn edilmiş gereklilikler hemen hiçbir zaman doğrudan bir neden ve sonuç ilişkisi sergilemez. Hatta tam tersine, temel değerlilik hissi olmayan, toplumsal değer yargılarına saygı duymayan ve evrensel ahlak gelişiminin alt basamaklarında takılıp kalmış olan kişiler, söz konusu eksiklikleri maddi ve fiziksel birtakım üstünlüklerle telafi etmeye çalıştıklarında sıklıkla ortaya trajik tablolar çıkar. Böyle kişiler ne kadar kişisel gelişim videosu izleseler, grup çalışmalarına katılsalar ve sertifika programlarına devam etseler de içlerindeki o temel boşluk duygusunu anlamlı bir şekilde doldurma yönünden hep eksik kalırlar.

Bu noktada belki bu öz değerlilik ya da temel değer olarak andığımız kavramı biraz açıklamak faydalı olabilir. Bu duygu kişinin hayal ve hedeflerine ulaşabileceğine, bazen başarısız olsa bile çalışarak ve emek harcayarak zorlukların üstesinden gelebileceğine inanması, maddi gerekçelerle değil de sahip olduğu kişilik özelliklerinden, huy ve tavırlarından dolayı sevgi ve saygı görmeyi hak ettiğini bilmesidir. Bir amaç için irade ortaya koyabilmektir. Yeterli olduğu ve olmadığı konuların farkında olup buna göre kendisine bir hayat inşa etmesidir. Sınırları konusunda kafa karışıklığı yaşamayıp nerede “hayır” diyeceğini, itiraz edeceğini bilmesi; bütünlüğünü korumayı sürdürebilmesidir.

Cemiyetin daha genç üyelerine rol modeli olabilecek hasletlerle kendisini donatma ihtiyaç ve isteği duymasıdır. Kendisine benzeyen kişilerin sayısının artması ile dünyanın daha iyi bir yer olabileceğine itimat etmesidir. Aidiyet duygusu geliştirebilmesi, yokluğunda boşluğu hissedilecek şekilde yaşamasıdır. Sorumluluk duygusu ile hareket edecek şekilde inisiyatif alabilmesidir. Bu değerlilikte olduğu bilincini taşıyan bir kişi, üstesinden gelinmesi zor bir yaşam olayı ile karşılaştığında, söz konusu değerlerin yoksunluğunu çeken bir kişiye göre ruh sağlığını daha fazla koruyabilecek ve geçici olarak sarsılsa bile kendisini o sıkıntılı durumdan kendi kaynakları ile çıkarmayı başaracaktır.

Değersizlik duyguları çoğu zaman klinik ortamda depresyon ve çeşitli kişilik bozuklukları olarak karşımıza çıkar. Çocuklarımızı dünyayı anlamaları ve kendilerine bu dünyada anlam ve değer inşasına katkıda bulunabilecekleri bir yer edinmeleri için teşvik etmeliyiz. Onlara kazandırmakla yükümlü olduğumuz özellikler sadece okul başarısı ve meslek edindirme faaliyetinden çok daha fazlasıdır ve bu gayet karmaşık bir süreçtir. Onlara düşünmeyi, tefekkür edebilmeyi öğretebilmek için bizim de zihinsel olarak çokça emek harcamamız ve diğer konularda olduğu gibi bu konuda da iyi bir örnek teşkil etmemiz çok kıymetlidir.

ÇOCUKLARDA İRİADE GELİŞİMİ

■ **Hatice TOPKARAOĞLU**

Psikolog

Marshmallow Testi’ni duymuş muydunuz? Çocuklarda irade gelişimini değerlendiren bu testte, kamerayla izlenen bir odada çocuklara bir tabağın içerisinde marshmallow (bir çeşit şekerleme) verilir. Testi gerçekleştiren kişi çocuğa, eğer kendisi geri dönene kadar bu şekerlemeyi yemezse geldiğinde bir tane daha vereceğini söyler ve odadan çıkar. Kurallar gereği çocuk şekerlemeyi yemediyse ikinciye kazanabilecektir. Kimi çocuklar yetişkinin geri dönmesini bekleyebilirken kimileri beklemeden şekerlemeyi yemektir. Yapılan uzun süreli araştırmalar, şekerlemeyi yiyen ve yemeden bekleyen çocukların yetişkinlik dönemlerini de gözlemlemiş ve bu çocukların yetişkinlikte farklı kişilik özelliklerine sahip olduklarını göstermiştir.

Bu test, çocuklarda dürtüyü erteleyebilme becerisini ortaya koymakta olup dürtü, duygu ve mantık arasında değerlendirme yapabilme yetilerini ifade etmektedir. Dürtüsünü engelleyerek daha büyük bir ödülü kazanacağını düşünen çocuklar, mantıklı

düşünerek ve beynin en gelişmiş bölgesi olan prefrontal korteksi kullanarak davranışlarını şekillendirirken dürtüsünü engelleyemeyen çocukların, yaşamlarının ilerleyen dönemlerinde de tepkisel ve dürtüsel davranışlar sergiledikleri görülmüştür. Bununla birlikte, bu çocukların akademik becerileri, iş yaşantıları ve ikili ilişkileri de değerlendirilmiş; testi geçebilen yani dürtüsünü engelleyerek ikinci şekerlemeyi kazanan çocukların, dürtüsünü engellemeyerek şekerlemeyi yiyen çocuklara göre daha başarılı ve tatminkâr bir yaşam sürdükleri görülmüştür.

Peki, dürtüyü erteleyebilme becerisi doğuştan mı gelir yoksa öğrenilebilir mi?

Doğuştan gelen mizaç özellikleri etkili olabileceği gibi, birçok beceri sonradan edinilebilmekte ve geliştirilebilmektedir. Dengeli ve tutarlı ebeveynlik tutumu, çevre koşulları, iyi bir eğitim ve hoşgörölü bir ebeveynlik çocuklarda beceri gelişimini destekleyen faktörler arasında yer almaktadır.

Günlük yaşam içerisinde birçok durumda irade

yeteneğimizi kullanarak çeşitli davranışlar sergileriz. Sabah erken kalkıp işe gitmek üzere hazırlanmak, öğle yemeği vaktini bekleyebilmek, ramazan ayında oruç tutmak, çok öfkelendiğimizde kaba sözcükler kullanmamak, sır saklamak, sözümüzü tutmak, diyet yapmak, birikim yapmak gibi örnekler irade yeteneğimizi kullandığımız durumlardır. Ancak kimileri için oldukça kolay olan bu durumlar, bazıları için de oldukça zorlayıcı olabilmektedir.

Çocuklarda İrade Gelişimi İçin Öneriler

- Çocuklarda irade gelişiminin ilk adımı olarak, ebeveynlerin irade sahibi yetişkinler olmaları önemlidir. Bu sebeple, çocuklara sağlıklı rol model olunabilmesi için ebeveynlerin kendi irade becerilerini geliştirmeleri gerekmektedir.
- Sınırlar, aidiyet ve mahremiyet gibi bilinçlere dikkat edilmelidir. Bir çocukta sınır bilinci, aidiyet bilinci, mahremiyet bilinci ve irade gelişimi birlikte gerçekleşebilmektedir.
- Çocukların yaşlarına uygun sorumluluklar alabilmeleri için desteklenmeleri önemlidir. Burada dikkat edilmesi gereken, alınan sorumluluğun yaşa uygun olmasıdır. Aksi halde, gerçekleştiremeyeceği bir sorumluluk, çocuğun kendi iradesiyle başka zamanlarda başka sorumlulukları üstlenmesini engelleyebilir.

- Çocuğun sergilediği doğru davranışların görülmesi ve takdir edilmesi, bu davranışların pekişmesini sağlayacaktır.
- İstenmeyen ya da uygun olmayan davranışlar görüldüğünde çocuğa şefkatle açıklama yapmak, bu davranışın neden uygun olmadığını dile getirmek ve doğru davranışa yönlendirmek gerekmektedir.
- İrade eğitimi için çocuklara yaşlarına uygun haz erteleme çalışmaları önerilebilir. Örneğin; Ramazan ayında tekne orucu tutmak irade eğitimi için önemli bir örnektir. İsteddiği bir oyuncak için kumbarada para biriktirmek ya da çok özlediği akrabalarıyla buluşmak için takvimde günleri geri saymak da irade gelişimini destekleyecek örneklerdendir.
- Emek sarf edilen çalışmalar kişide manevi tatmin sağlarken sabır göstermek kişilik özelliklerini de güçlendirecektir. Bu sebeple, çocukların sabrederek emek verdikleri çalışmalarda desteklenmeleri önemlidir. Bir proje ödevi hazırlamak, sınavlara hazırlanmak çocuklar için emek ve sabrın örnekleridir. Daha küçük çocuklar için birlikte yemek hazırlayıp fırında pişmesini beklemek ya da oyuncaklarıyla birlikte çeşitli inşa çalışmaları yapmak, emek ve sabrın neticesinde ortaya çıkan haz kaynaklarına örnek verilebilir.

- Rutinler, irade gelişimini desteklemektedir. Aile içerisinde rutinlerin olması, çocukların edinecekleri diğer becerileri de rutinlere oturtmalarını kolaylaştıracaktır. Gün içerisinde kılınan beş vakit namaz en bilinen rutindir. Belirli zamanlarda namaz kılıyor olmamız, bu davranışı sürdürmeyi kolaylaştırmaktadır. Belirli saatlerde yemek yemek, sağlıklı beslenme rutini ve iradesini sağladığı gibi, oyun oynadıktan sonra odanın toplanmasının rutin hâline gelmesi ya da belirli bir ders çalışma vaktinin olması da hayat boyu daha prensipli çalışmayı destekleyecektir.
- Ebeveynlerin sınırlar ve kurallar konusunda tutarlı davranmaları, çocuğun zihninde de netlik oluşmasını sağlayacaktır. Takip edilmeyen kurallar, çocukta irade zaafına sebep olabilir. Burada, verilen ödevin öğretmenler tarafından kontrol ve takip edilmesi

de çocuğun akademik olarak irade göstermesine yardımcı olurken; kontrol edilmeyen ödevler, irade zayıflığına ve düzenli, prensipli çalışmamaya yol açabilmektedir.

Bir yetişkin becerisi olan irade yönetimi, erken yaşlar itibarıyla desteklendiğinde geliştirilebilen bir beceridir. Her çocuğun birbirinden farklı fıtratla dünyaya geldiğini ve farklı sosyal çevrelerde büyüdüğünü göz önüne alırsak sağlam kişilik özellikleri için ebeveyn desteğinin sonsuz önemi ortaya çıkacaktır. "Bir çocuk, neslin bir parçasıdır." düsturundan vazgeçmeden; bugünün çocuklarının yarının yetişkinleri olacakları bilinciyle çocuk gelişiminde üzerimize düşen görevleri yerine getirmemiz gerekmektedir. Bir ebeveyn olarak, bir öğretmen olarak, bir uzman olarak, bir annecanne, dede, teyze, amca olarak çocuklarımız için üzerimize çok görev düşmektedir. Bu bilinçten uzaklaşmamak ümidiyle...



SEVGİNİN DİLE

■ Amine BETÜL

Kasketini çıkarıp terini sildi Mustafa Usta. Uçsuz bucaksız çayirlara baktı. Yağmurlar başlamadan biçimi bitirmek gerekirdi. Balyalama makinesi için listeye adını yazdıracaktı daha. Eşyalarının olduğu tarafa geçti. Yanında getirdiği buzlu suyu maşrapaya doldurup kana kana içti. Olduğu yerde bağdaş kurup oturdu. Biraz soluklanırken etrafı izlemeye koyuldu.

Kavurucu güneşten her yer boz rengini almıştı. Eskiler geldi aklına. Her çayırdan onlarca insan çalışırdı. Tüm güçleriyle çayırı biçer, otları balya yaparlardı. Şimdi ise kimsecikler kalmamıştı. Kendisi vardı koca çayirlar arasında. Birer birer göçü toplamış gitmişti köy halkı. Evlatları da nasibini almıştı gurbetten. Beş altı haneden başka kimse kalmamıştı köyde. Yetmiş beş yaşına gelmişti lakin ruhu hâlâ on sekizim diyordu. Köye su getirmek için uğraşır, dağ bayır gezer, taşlar toplar, marangozluk mesleğini de devam ettirirdi. Kendini bildi bileli çalışırdı. İbadet bilirdi çalışmayı. Evlatlarının ısrarlarına karşı çıkmış, büyükşehirde dört duvar arasında kalmaya gönlü el vermemişti. Köyde özgürdü.

Gönlünce gezer, dilediğince yaşardı. Gerçi yaşamak onun için çalışmaktan ibaretti. Yalnızlığını bu şekilde dindirirdi. Yalnızlık onun için yeni bir şey değildi. Küçük yaşta öğrenmişti tek başına hayatta kalmayı. Babası bir kış günü tipide boğulduğunda henüz 12 yaşındaydı. Önce yokluk bütün gücüyle ailenin üzerine yürüdü. Mustafa Usta küçücük yaşında büyük bir sorumluluğun altına girmişti.

Hayat işte, bir imtihan biter diğeri başlar. Öyle de oldu. Bir kış günü babası evdeki buğday çuvalını sırtlanıp yüz metre ilerideki değirmene götürmüştü. Evden çıktıktan sonra tipi başlamıştı. Hava dinmiş ancak uzun zaman geçmesine rağmen dönmemişti. Babasının donmuş bedenini hatırlayınca gözlerinden yaşlar süzölmeye başladı. Öyle ya, bazı acıların yarası geçmez sadece üstü ince bir örtüyle örtölür. Yıllar sonra o örtü esen bir hatıra rüzgârıyla birlikte uçtu, acısı o günkü gibi yüreğini dağladı. Babası ölünce ailenin yükünü omuzlanmış, eve ekmek götüren genç Mustafa olmuştu. Birkaç yıllık yokluğun

ardından ailenin yüzü gülmüş, eve ekmek girmişti.

Mustafa Usta, hatıraların ağırlığından kurtulmak, kafasını dağıtmak için hemen işe koyuldu. Çalıştığı zaman daha az düşünür, derdi tasayı bir nebze unutturdu. Vücudu ağrılarla kendini hatırlatsa da geçmişini düşünmekten yeğdi. Bu sefer beklediği gibi olmadı. Her adımında geçmişe dair



anılar hücum ediyordu zihnine. Dönüp baktığında sert mizaçlı bir adam çıkıyordu karşısına. Doğuştan gelen huysuzluğuna kaderin cilvesi de eklenince Mustafa Usta, despot bir aile reisine dönüşmüştü. Babasının “Büyüdüğünde Allah vere de çok çektermeye bize bu çocuk.” diyerek dile getirdiği endişe gerçekleşmişti. Kadınlarla iletişim kurmada çok daha

kötü olan çocuğa evde ekmek bekleyen yaşlı bir nine, anne ve kız kardeş emanet kalmıştı. Babasının kimsesizliği de ona mirastı. Hayata dört elle sarılıp çalıştı, didindi. Allah nasip etti, evlendi. 10 tane çocuğu oldu. Kimsesizliğini böylece avuttuğunu düşünürdü hep. Kocaman büyük bir ailenin verdiği sorumluluk onu diri tutuyordu.

Evlilik pek de umduğu gibi gitmedi. Her gün kavga gürültü evden eksik olmadı. O hayatını çalışmaya adanmışken karısı gün boyu yatmayı tercih ederdi. Uyumsuzlukları bununla da kalmazdı. Evlilikleri bir küs bir barış derken bugünlere kadar gelmişti. Birkaç yıl evvel karısı hastalıklarını bahane edip çocuklarının yanına yerleşmişti.

Öğle ezanıyla silkelendi. Kafasını kaldırıp gökyüzüne baktı. Berrak maviliğin ortasında sapsarı duran güneş her yeri kavuruyordu. Yavaş yavaş yakındaki çeşmeye doğru yürüdü. Su içenlerin duasını alırım niyetiyle yaptığı hayrat çeşmelerinden biriydi. Taş duvarını biraz yüksekçe örmüştü. Böylece gölgesinde dinlenir, yemeğini de burada yerdi. Çeşmeye ulaşınca kasketini çıkarıp kenara koydu. Çeşmeden akan buz gibi suyla ellerini ve kafasını yıkayınca serinledi. Öğle yemeği için yanında getirdiği ekmek, zeytin ve domatesi yemeye koyuldu. Kendini bildi bileli az yerdi. Tek çeşit yemekle doyar, fazlasında gözü olmazdı. Yokluk zamanından kalan bir alışkanlık olabilirdi. Bunun hakkında hiç düşünmemişti. Çok sağlıklı ve güçlü bir vücuda sahipti. Askerlik muayenesinde kalbinin atışını dinleyen doktor gücü karşısında irkilmişti. Askerliğini de bu sebepten o zamanlar karışık olan Kıbrıs'ta yapmıştı. Hâlâ dilediğince çalışıyor olmasını da buna borçluydu. Yaşlılıkla beraber elleri yavaştan titremeye başlamıştı. Doktor parkinson diye bir hastalıktan bahsetmişti ama Mustafa Usta bunu göz ardı etti. Bu zamana kadar hiçbir hastalığı olmamıştı, bunu da hâldecekti. Denilenin aksine elleri boşluktayken titriyor, bir şey tuttuğunda düzeliyordu. Çalışmasını engellemediğine göre çok da dikkate alınacak bir hastalık değildi. Yine düşüncelere daldığını fark

edince huzursuzlandı. Kalan yiyecekleri topladı. Çeşmede abdest alıp öğle namazını kıldı. Aklına üşüşen anılardan sıyrılmaya çalışarak bitirebildi namazı. Düşünceler bir türlü yakasını bırakmıyordu. Hayatı ile yüzleşmesi için bu çayırların ortasına atılmış gibi hissetti. Salavat getirip işine koyuldu. Onun ilacı çalışmaktı. Çalışırsa her şeyi geride bırakıp önüne bakardı. Fakat öyle olmadı. Bedeni alışkanlık gereği işi yaparken zihni sürekli geçmişe gidiyordu. Sonunda pes etti. "Madem böyle olması gerekiyor, o zaman başlayıp bitirelim bakalım." diye mırıldandı.

Nereden başlamalıydı peki? Nereye varmalıydı? Tekrardan çıktı zaman yolculuğuna. Kimsesizliğin zorluğunu bildiği için kocaman bir ailesi olsun istemişti. Korktuğu ve çekindiği yalnızlık eninde sonunda bulmuştu onu. Babam yaşasaydı okuyup meslek sahibi olur muydum, diye düşündü. Belki bu kadar yalnızlık çekmez, kendisi de mutlu bir aile kurardı. İyi bir aile babası da olurdu. Okumayı çok seviyordu. Kazandığı ilk parayla aldığı Kur'an geldi aklına. Onu alabilmek için çok çalışmıştı. Babasının yokluğunda vazgeçtiği şeylerden biri de okumaktı.



Çocuklarından büyük olanları imkânsızlık nedeniyle okutamadı. Küçükleri okutmak istedi ancak onların da okumaya gönlü düşmedi. Bir suçluluk duygusu kapladı içini. Çocuklarının dediği gibi cimri ve bencil biri miydi gerçekten? Uzunca sorguladı kendini. Her şeyin çaresinin çalışmak olduğunu bilirdi sadece. Çalışmalı, doycak kadar yemeli ve bununla yetinmeliydi insan. Eğer böyle olmasaydı yetimliği altında ezilirdi. Dürüst ve çalışkan olduğu için kolayca iş bulurdu. Cesaret edip yurt dışına işçi olarak gitmişti. Ne kadar uğraşsa da garibanlık gömleğini çıkarıp atamamıştı. Hayatı istekler değil gereklilikler üzerine inşa edilmişti. Aç kalmamak için çalışmıştı, ailesine bakmak için okulu bırakmıştı, aile kurmak için evlenmişti, kimsesizlikten kurtulmak için çocuk sahibi olmuştu.

Bugüne kadar kendisinde eksik olanı buldu sonunda. Duygu. Yaratılışı gereği duygusuz biri sayılırdı. Her şeyi içinde yaşar çevresine yansıtmazdı. Yaşadığı o duygu kırıntıları ancak içini doldurabiliyor, dışa taşmıyordu. Korkmak, heyecanlanmak, sevmek, nefret etmek ve daha nice si onun dünyasında karşılığı olmayan hislerdi. İnsana bir faydası da yoktu. Yok olmasına yoktu ancak son zamanlarda zihnini hep bunlar meşgul ediyordu. Duygularla baş edemeyince kendi içine dönmüş ve sorgulamaktan kaçamamıştı.

Birden çok yorulduğunu hissetti. Bir hayli zaman

geçmiş, ikinci vakti yaklaşmıştı. Ezana kadar dinlenmeyi düşündü. Buzlu sudan bir bardak içtikten sonra uzandı. Kasketi ile yüzünü örttü. Yorgunluğun etkisiyle uykuya daldı. Karşısında torunu Elif'i gördü. Mutlulukla ona doğru koşuyordu. Tam sarılacaktı ki ezan sesiyle gözlerini açtı. Rüyanın etkisiyle yüzünde bir tebessüm oluştu. Ayağa kalktı. Önce gökyüzüne sonra çevresine bakındı. Hafif bir rüzgâr esmişti sanki. Ferahladığını hissetti. İçine düştüğü girdaptan kurtulmuş, sakin sulara yüzüyordu âdeta. Bunca zamandır aklını meşgul eden tüm karmaşa çözülmüştü. Cevabını aradığı sorular nihayet cevap bulmuştu.

O, sevmeyi bilmemişti. Sevginin dilini öğrenememişti. Güzel bir sözün, tatlı dilin değerini hiçbir zaman anlayamamıştı. Sadece savaşmayı biliyordu ve savaşta sevgiye yer yoktu. Fark etmesini sağlayan kişi torunu Elif oldu. Elif, annesinin adıydı. Oğlu bu ismi koyduğunda içten içe bir yakınlık hissetmişti torununa. Sayamayacağı kadar çok torunu olmuştu ama onun özel bir yeri vardı. Torununa karşı gardını indirmişti belki de. Elif şen kahkahaları ile neşe saçan, dünya tatlısı bir kız çocuğuydu. Dedesiyle sohbet etmeyi, onunla şakalaşmayı çok severdi. Eski zamanları merak eder, dedesiyle karşılıklı çay içerken anlattırırdı. Mustafa Usta da hiç bıkmadan anlatırdı. Güzün çocuklarının yanına gittiğinde ekseriyetle

oğlunda kalırdı. Torunuyla vakit geçirmek çok iyi gelirdi. Memlekete döndüğünde de torunu sık sık arar, dedesinin hâlini hatırlarını sorardı. Elif koşulsuz sevgisiyle dedesinin ruhuna dokunmuştu.

Hayattaki en büyük pişmanlığıydı, eşine ve çocuklarına sevgisini göstermeyişi. Çocukları, babaları olduğu için yine de onu seviyorlardı. Bundan az çok emindi. Onları hakkıyla sevedemediğinden olsa gerek çocukları tarafından bencil görülmüştü. Ördüğü duvarlar nedeniyle çocukları hiçbir zaman kalbine ulaşamamıştı. O duvarı yıkan, içindeki sevgiyi yeşerten küçük bir kız çocuğu olmuştu.

Derin bir uykudan uyanmışçasına hafif hissediyordu artık. Abdest niyetiyle çeşmeye yöneldiği vakit bir ses duydu. "Selamünaleyküm baba." diye selam verdi oğlu. Mustafa Usta'nın huzurlu yüzü aydınlandı. Sanki gökteki güneş batmak yerine yüzüne konmuştu. Merakla torunu Elif'i sordu. Onun da geldiğini duyunca çocuk neşesiyle doldu içi. Oğlu, babasındaki değişimi fark ettiyse de anlamlandıramadı.

Mustafa Usta, geçmiş zamanı geri getiremezdi lakin kararlıydı. Ailesini sevmeyi öğrenecekti. Torunundan yardım alacaktı. Elif'in kocaman bir gülümseme ile ona el uzatacağını biliyordu. Zihnindeki bu düşüncelerle evin yolunu tuttu.

BU DÜNYA BİR KONAKTIR SEN KENDİNİ KERVAN SAY

■ Gülşen ÜNÜVAR

Dinle Tanık!
Nicedir
yollardayım;
gündüz yürür,
gece dururum. Durduğum
vakitlerden birinde sana
bu mektubu yazdım.
Kandilin ışığından süzülür
bu kez cümlelerim, ıssız
gölgelemiş ak duvarların
kireci gibi aktır kâğıdım.
Kirecin zıddına, gece gibi
karadır mürekkep. Bu kötü
bir şey değil elbette, kara
olmadan ak nasıl çıkacak
meydana?

Yoldayım dedim sana
mektubun başında,
insanoğlu her daim
yoldadır gerçi, bu kez
cismimle bir olup yürümek,
görmek, bilmek istedim.
İçimde bir sıkıntı, yerime
yurduma sığamaz oldum
son zamanlarda. Kalk,
dedim ihtiyar, kalk da yürü!
Gezmeden, görmeden
bilinmez şu dünyanın
hâli. Bir sabah gün güzel
yüzünü henüz açmadan
yola düştüm. Yol gitti ben
gittim, yol gitti ben gittim;
toz toprak içinde kalana
kadar yürüdüm. Nasıl
güzeldir şu toprağın kokusu,
nasıl huzurlu bir duygudur
ayak tabanlarının sızlaması,
terinin toza karışması.
Bunların her biri yaşadığına,
sıhhatli olduğuna, hevesine
tanıktır evlat. Bir de merak
vardır, şu yaşımda beni
yollara düşüren o müthiş
velvele. Dünyanın dönüşünü
oturduğum yerden izlemek
istemediğime karar verdim
bir gün ve işte o gün
bugündür yürüyorum.

Taştan örülmüş bir handayım şimdi. Gelen geçmiş, geçen gitmiş ama hepsi bir iz bırakmış burada. Kimi duvara bir yaprak çizmiş kimi heybesinin ipini çiviye asmış, kimi hokkasıyla mürekkebinin unutmuş kimi yarasının kabuğunu kimi de kokusunu. Kimi yârine şiir yazmış, ahşap tavana tarihini atarak kimi evlat hasretiyle yanmış da ocağın kenarına çocuk neşesi ilıştırıvermiş. Memleket aşkına revan olanlar var bir de, toprağı yoğurup testiler dizmiş yan yana. Lamelif gibi sırtını birbirine yaslamış mertekler var bir de, kim bilir hangi ustanın elinden çıkma, hangi civanmertın alın teri ile çatılma...

Ben ise sadece kendimi getirdim yanımda, ne ekmek ne aş ne öteberi. Bilmem benden ne kalacak şu ıssız hana? Sahi, sözlerimden başka bir marifetim yok benim. Anca söylerim, anca söylerim. Bilmem ki onlar da kulağına girer mi şu kireçli duvarların?

Suya ekmek doğradım akşam, ocakta yanan ateşin çıtırtısını da bir güzel katık yaptım kendime. Şükür ki bugün de karnım doydu. Hancı dedi yemek hazırlatayım, gel bir de döşek attırayım şuraya. Dedim, yok! Ben kalıcı değilim, kervanım bekler. Şaşırdı adamcağız, besbelli beni divaneden saydı.

Bir köşeye kıvrılıp kalemimi kâğıdımı aldım, sana mektup yazarım şimdi. İzlerim yazarım, yazarım izlerim; şu fânî dünyayı seyretmelere

doyamam evlat. Benim gördüğüm muhteşemliği bilirim ki herkes göremiyor. Bunu sorularından anlıyorum. Mal mülk, kazanç biriktirmekle öyle meşgul ki bazıları, dünyayı izlemek hiç akıllarına gelmemiş zannedersen. Mesela hayatında hiç yola düşmemiş insanlar var; hiç yıldızların altında yatmamış, ırmağın coşkunluğunda köpüren damlalara hayran kalmamış, yapraksız ağacın dalına yağın kara meftun olmamış, bir hayvanın yarasını sarmamış, düşen bir parça nimeti yüksek bir yere koymamış....

Sonra kalkıp bana divane muamelesi ediyorlar. Hani kervanın, diyorlar. Şu beraberimde taşıdığım şeyler kervanım değil de nedir?

Bugün buraya gelirken yol kenarında bir ceylan yavrusu gördüm. Anasının ardı sıra koşuyordu. Neydi bu acele Allah bilir ama ben arkalarından uzunca baktım. Cılız, minik ayakları ile tabiatı adımlayışı çok cesurca geldi. Anasından aldığı desteğin dışında bir başka dayanağı daha vardı bu hayvanın. Yürüyüşünden, koşuşundan belliydi; ilahi bir dayanaktı bu. Yüreğim ısındı, gözlerim nemlendi ve kervanıma o güzel ana ile yavrusunu da alarak yoluma devam ettim. Bu idraki bana nasip eden Yaradan'a şükür boynumun borcudur evlat. Bugün de yola şükür için çıkmışım meğer.

Hancı yine sokuldu yanıma, usulca dedi, mübarek, ya

elinde kalem yazar da yazarsın ya gözünü uzaklara daldırıp bakar da bakarsın. Bir derdin bir sıkıntın var belli ki, hele deyiver de çaresine bakalım. Dedim derdim bu handır, deminden beri düşünürüm ben şu hana ne bırakabilirim ardımda diye. Hancı şaşırdı, divaneliğime iyice kanaat getirmiş olacak ki; "Bunu bilmeyecek ne var mübarek, kervanından bir deve yükü altın bırakırsın olur biter." dedi. Bıyık altından epeyce bir güldü.

Dedim eyvallah! İstedğin altın olsun. Çıkardım temiz bir kâğıt yazdım üzerine bir beyit; **"Bu dünya bir konaktır, sen kendini kervan say"***

Al dedim, bu ak kâğıdı şu ak duvara bir güzel as, gelen geçen okusun ama en çok da sen oku. Zira görüyorum ki konakta olduğunu unutmuşsun.

Mahcup oldu hancı, elime davrandı, ver dedi o mübarek elini öpeyim. Dedim lüzum yok, sen şu yazıyı her gün birkaç kez oku yeter. Elime koluma göstereceğin hürmeti sözlerime göster. Ne vakittir düşündüğüm sorunun cevabını sayende buldum; konağına şu kısacık beyiti bırakıyorum. Kervanımın nasibine ibret düştü bugün.

Ya işte böyle evlat, yola çıkarsan dünyayı seyretme ve dünyaya kendinden bir şeyler bırakma imkânın olur.

Kervanın bol ve bereketli, yolun açık olsun evlat. Selametle...

***Kutadgu Bilig**



DİJİTAL ÜTOPYA METAVERSE

■ Meryem KILIÇ

Metaverse” kavramı ilk kez 1992 yılında Neal Stephenson tarafından *Snow Crash* romanında kullanıldı. Artırılmış gerçeklik, sanal gerçeklik ve kurgusal dünya tanımlarıyla karşımıza çıkan metaverse; yıllar sonra Facebook CEO’su Mark Zuckerberg’in 2021 yılında şirketin adını “Meta” olarak değiştirdiğini duyurmasıyla

yeniden gündeme oturmuştu. Metaverse, bireylerin çeşitli teknolojik cihazlarla fiziksel ortamlara ihtiyaç duymadan diğer insanlarla etkileşime geçebildikleri, sanal ortamlar olarak tanımlanabilir. Sanal gerçeklik, artırılmış gerçeklik ve karma gerçeklik teknolojileri ile desteklenen bu dijital evren, kullanıcılarına avatarları üzerinden yeni sanal bir dünya sunmayı vadetmişti. Bu sayede

insanlar fiziksel kısıtlamalardan bağımsız bir şekilde çalışabilecek, sosyalleşebilecek ve alışveriş yapabilecekti. Tüm bu gelişmeler içinde kısa sürede büyük markalar, ünlüler ve teknoloji meraklıları metaverse’e yöneldi. Sanal arsalar satılmaya başlandı. Bazı markalar, metaverse’ü yeni bir dijital reklam alanı olarak değerlendirdi. Sanal mağazalar açıldı, reklam panoları yerleştirildi ve marka etkinlikleri düzenlenmeye başlandı. Ancak büyük heyecanla başlayan bu sürecin pratiğe geçirilmesi beklendiği gibi parlak olmadı. Bilindiği gibi COVID-19 pandemisi döneminde insanların dijital platformlara yönelimi artmıştı. Bu dönem metaverse için büyük bir fırsat gibi görünse de böylesine

kapsamlı bir dijital dünyaya yönelik hazırlıklar yeterli değildi. Nitekim 2021 yılında internetin bir sonraki aşaması ve teknolojinin geleceği olarak görülen metaverse, 2025 yılına geldiğimizde sessiz bir çöküşe geçti. Milyonlarca kullanıcı beklenen sanal dünyalar ve platformlar terk edilmiş mekânlara dönüştü. Teknoloji devlerinin ilgilerini yapay zekâ ve üretken yapay zekâ uygulamalarına yöneltmesiyle dijital ütopya olarak pazarlanan metaverse birçok kişi için erişilmesi zor, maliyetli ve soyut bir deneyime dönüştü. Bunların yanı sıra küresel ekonomik sorunların getirdiği belirsizlikler sanal arsalara olan ilgiyi ve yatırımı azalttı. Teknolojik altyapının yetersizliği ve kullanıcı deneyiminin zayıflığı, metaverse ortamlarında beklenen düzeyde sosyal etkileşimin gerçekleşmemesine neden oldu.

Metaverse'ün başarısızlığı birçok farklı nedene dayanıyor. Öncelikle donanım maliyetleri oldukça yüksekti. Sanal gerçeklik başlıklarının (VR) verimli çalışabilmesi için güçlü bilgisayarlara ihtiyaç vardı. Ortalama bir kullanıcı için bu sistemler hem ekonomik hem de pratik açıdan erişilmesi zor durumdaydı. Bunun yanı sıra sanal platformlar üzerinde sunulan içerikler zayıf, grafikler yetersiz, avatarlar ise detaydan yoksun, yüzeysel tasarlanmıştı. Kullanıcılar bu sanal dünyaları sıkıcı buldular. Hayal edilen ve beklenen deneyimler sunulamadı. Tüm bu tasarımlar ve oluşturulan platformlar, beklentilerin aksine etkileyici

olmaktan uzaktı; henüz geliştirme aşamasındaymış ve tamamlanmamış hissi veriyordu.

Bir başka sorun ise Zuckerberg'ün metaverse dünyasında farklı şirketlerin sanal platformları arasında büyük iş birliği kurmayı amaçlamasıydı. Ancak bilindiği üzere gerçek dünyada şirketler, kullanıcıları kendi dijital ekosistemlerinde tutmak isterler. Şirketler, kullanıcılarını içerde tutarak para kazanırlar. Bu nedenle kullanıcıları başka platformlara yönlendirmenin ve erişim sağlamanın finansal veya sosyal açıdan onlar için hiçbir avantajı yoktur. Bu da dijital dünyanın daha kapalı ve kontrolcü olmasına yol açar. Örneğin iki büyük şirketin ortak bir sanal mağaza kurması ya da iki rakip oyunun ortak bir dijital evrende buluşması, mevcut ekonomik modeller açısından gerçekçi değildir. Şirketlerin bu tür iş birliklerinden kazanç sağlamaları zor olduğundan metaverse'ün bu vizyonu da hayata geçirilemedi.

Öte yandan veri güvenliği de metaverse'ün karşılaştığı önemli sorunlardan biri oldu. Metaverse dünyasında sadece kullanıcı adları ve gezinti geçmişleri değil; aynı zamanda biyometrik bilgiler, göz hareketleri ve hatta duygusal tepkiler gibi hassas verilerin de sistemde toplanması gerekiyordu. Bu veriler, reklamcılık için kullanılabilirdi. Bu durum kullanıcılar için ciddi mahremiyet riskleri doğurdu. Ayrıca böylesine değerli veriler olası bir veri ihlali durumunda

ciddi sonuçlar doğurabilecek güvenlik açıkları oluşturma riskiyle karşılaştı.

Bugün geldiğimiz noktada metaverse, teknoloji ve dijital kültür açısından önemli bir kavram olarak varlığını sürdürse de başlangıçta vadettiği vizyonu gerçekleştirebilmiş değil. Ancak bu, tamamen kaybolduğu anlamına da gelmiyor. Geliştirilen yeni ürünlerle sanal gerçekliğe olan ilgi yeniden canlanabilir. Bunun yanında yapay zekâ alanındaki gelişmeler daha etkileşimli, dinamik ve kişiselleştirilmiş sanal dünyaların inşa edilmesine de olanak sağlayabilir. Tüm bu başarısızlık ve mali kayıplara rağmen metaverse teknolojisi özellikle kurumsal eğitim, simülasyon ve senaryo planlama gibi alanlarda önemli farklar oluşturma potansiyelini hâlâ taşımaktadır. Metaverse'ün geçirdiği bu süreç, kullanıcı gerçekliğiyle uyumlu olmayan teknolojilerin karşılaşacağı zorluklara dair önemli bir örnek olmuştur. Kullanıcı deneyimi, kurulacak dijital dünyaların temel etkenidir ve bu gerçeklik dikkate alınmadan başarılı bir platform oluşturmak mümkün değildir. İnsan beklentileri ile teknolojik gelişmeler arasında doğru bir denge kurmak, sürdürülebilirlik açısından büyük önem taşır. İnsan ile teknoloji arasındaki uyumu göz ardı eden herhangi bir yenilik, uzun vadede kalıcılık sağlayamaz. Bu nedenle, metaverse süreci bir başarısızlıktan ziyade dijital dünyanın değişimi ve dönüşümü açısından bir dönüm noktası olarak değerlendirilebilir.

AİLEDE

KÜLTÜRLER ARASI FARKLILIKLARIN ENTEGRASYONU

■ Ayşenur BAYRAKTAR
Uzm. Klinik Psikolog



Kültürel kimliğin evlilik içinde hem korunabilmesi hem de yeniden şekillenebilmesi için bireylerin evlilik sistemi içinde bazı unsurlara dikkat etmesi önemlidir. Bu unsurlar; kişilerin kendi kültürlerine ait kimlik ve aidiyet duygularının farkında olmaları, farklı kültürlerle karşı empati ve hoşgörü geliştirebilmeleri, duygusal esneklik gösterebilmeleri, açık ve samimi bir iletişim kurabilmeleri, kültürel farklılıkları zenginlik unsuru olarak görebilmeleri, karşılaşılan çatışmaları ve problemleri çözebilme becerileri, çocukların her iki

kültürü deneyimleyebilecekleri alanlara saygı göstermeleri, aile içinde bireysellik ve birliktelik dengesini sağlıklı şekilde kurabilmeleri ve gerekirse aile terapilerinden faydalanmaları gibi başlıkları içermektedir.

Kültürler Arası Evliliklerde Kimlik ve Aidiyet Duygusu

Kimlik, bir kişinin kendisini; kişisel özellikleri, sosyal rolleri, değerleri ve deneyimleriyle tanımlaması, hem kendi gözünden hem de toplumun bakış açısından şekillenen bir kavrayıştır. Kişiyi diğer bireylerden ayıran, ona özgü bir varoluş anlayışıdır.

Aidiyet ise bireyin kendini bir topluluğa, yere ya da kültüre bağlı, yakın ve güvende hissetmesidir. Aidiyet duygusu, insanın en temel ihtiyaçlarından biridir. Birey, içine doğduğu aile ve kültür sayesinde hayata ve diğer insanlara bağlanır, kendini gerçekleştirir.

Kültürler arası evliliklerde bireyler, farklı kültürel arka planlardan getirdikleri değer sistemleriyle bir araya gelirler. Bu süreçte, hem bireyin kendi kimliğini koruma ihtiyacı hem de ortak bir kimlik inşa etme çabası başlarda zorlayıcı olabilir. Ancak iyi yönetildiğinde bu durum



ilişkileri zenginleştiren, çiftleri birbirine yakınlaştıran güçlü bir bağa dönüşebilir. Kültüre özgü inançlar, gelenekler ve davranış kalıpları evliliği olumlu ya da olumsuz etkileyebilirken aidiyet duygusu da bu süreçte yeniden tanımlanmak durumundadır. Kişilerin kendi kimliklerini kaybetmeden ifade edebilmeleri ve karşılıklı saygı çerçevesinde kabul görmeleri, çiftlerin psikolojik iyilik hâlleri açısından oldukça önemlidir. Bu noktada, çiftler arası iletişim hayati bir rol üstlenmektedir. Peki, bu iletişim nasıl olmalıdır?

Çok Kültürlü Ailelerde İletişim

İletişim; bireylerin duygu, düşünce ve deneyimlerini açık ve samimi bir şekilde karşı tarafa aktarabilmesi ve onu anlayabilmesidir. Herkes iletişim kurduğunu zanneder ancak aslında sağlıklı iletişim, kişinin kendini tanıması, duygularını fark edebilmesi ve doğru şekilde aktarabilmesiyle mümkündür.

Farklı kültürlerde iletişim tarzları, duygu ifade biçimleri, sözlü ve sözsüz mesaj kullanımı değişkenlik gösterebilir. Bu durum, birbirini tanıma aşamasında olan çiftler arasında yanlış anlamalara neden olabilir. Örneğin, bir kişinin “susması” bazı kültürlerde saygının göstergesi olabilirken iletişim ve kendini ifade etmenin değerli olduğu bir başka kültürde bu davranış reddedilme olarak algılanabilir. Bu nedenle çiftlerin ve aile bireylerinin

birbirlerinin iletişim dillerini anlayabilmesi ve karşılıklı olarak ifade özgürlüğüne saygı göstermeleri, ilişkideki uyum açısından kritik önem taşır.

Bilişsel ve duygusal esneklik, değişime açıklık ve empati gibi beceriler, bu yanlış anlamaların tehdit değil zenginlik olarak görülmesini sağlar. Bu beceriler aynı zamanda zorlukların daha kolay yönetilebilmesini mümkün kılar. Böylece aile bireyleri farklılıklarla birlikte yaşamayı sürekli çatışma içinde değil çözülebilir, zarar vermeyen ve kronikleşmeyen sorunlarla uyum içinde sürdürebilir. İletişim, özellikle çocuklar açısından ayrıca değerlendirilmelidir. Çünkü onların gelişimsel ihtiyaçları yetişkinlerden farklıdır.

Kültürler Arası Ailelerde Çocuklar

Çocuklar birden fazla kültürle iç içe büyüdüklerinde kimlik ve aidiyet gelişimleri farklı bir seyir izler. Psikolojik olarak çocuklar zaman zaman “Ben nereye aitim?” sorusunu sorabilir ve bu durum yabancılaşma duygularına neden olabilir. Bu noktada, ebeveynlerin sadece kendi kültürlerini değil diğer ebeveynin kültürünü de çocuğun yaşamında deneyimleyebilmesine alan açmaları gerekir. Bu yaklaşım, çocuğun yaşadığı süreci anlamayı, onun deneyimlerini değerli görmeyi ve olumlu bir benlik algısı geliştirmesini sağlar.





Aile içinde kullanılan iletişim biçimi ve duyguların ifade şekli, çocukların sağlıklı gelişimi açısından belirleyicidir. Ebeveynlerin, çocuğun mizacına ve karakter özelliklerine uygun şekilde destekleyici davranmaları, onun sosyal yaşama ve topluma uyum sağlamasında kritik bir rol oynar. Aksi hâlde çocuk, kendini toplumdan kopuk, garip ve yalnız hissedebilir.

Okul, aile ve sosyal çevreden gelen çelişkili mesajlar çocuk üzerinde psikolojik baskı oluşturabilir. Böyle durumlarda, psikolojik destek sürecinde çocuğa, her iki kültürün de parçası olmasının hem sağlıklı hem de zenginleştirici olduğu

Okul, aile ve sosyal çevreden gelen çelişkili mesajlar çocuk üzerinde psikolojik baskı oluşturabilir.

Böyle durumlarda, psikolojik destek sürecinde çocuğa, her iki kültürün de parçası olmasının hem sağlıklı hem de zenginleştirici olduğu anlatılmalıdır.

anlatılmalıdır. Açık iletişim, okulun desteği ve gerektiğinde psikolojik destek; çocukların bu süreci sağlıklı şekilde yönetebilmesine ve topluma entegre olabilmelerine büyük katkı sağlar.

Aile Terapilerinde Kültürel Farklılıkların Yönetimi

Aile terapisinde, kültürel farklılıkların anlaşılması terapötik sürecin ilerleyişi açısından büyük önem taşır. Terapist, her bireyin kendi değerlerini ifade edebileceği güvenli ve ön yargısız bir alan sunar. Bu alan, saygılı ve açık iletişime dayanır. Değerlerin fark edilmesi, çatışma nedenlerinin anlaşılmasına yardımcı olur ve çatışma, bir “problem” değil bir “farklılık” olarak yeniden çerçevelenir.

Farklı kültürel arka planlara sahip aile bireyleri, günlük yaşam alışkanlıklarında ve değer sistemlerinde uyumsuzluklar yaşayabilir. Ancak bu farklılıklar, bir tehdit değil gelişim fırsatı olarak değerlendirildiğinde, aile bağlarını olumlu yönde güçlendirebilir.

Aile terapisi; çatışma çözme ve problem çözme becerilerini geliştirmeyi, kendini ifade edebilme yollarını desteklemeyi ve ortak noktalar bulmayı amaçlar. Bu süreç, farklılıkların yönetilmesinde sorunların kördüğüne dönüşmesini engeller.

Kültürler arası evliliklerde, bireylerin hem kendi alanlarını korumaları hem de sağlıklı bir birliktelik kurmaları ruh sağlığı açısından hayati önemdedir. Farklı kültürlerde bireysellik ve “biz” anlayışının tanımı değişiklik gösterebilir. Bu dengenin sağlanabilmesi için tarafların sınırlarını açıkça ifade edebilmesi ve duygusal ihtiyaçlarını anlayabilmeleri gereklidir. Aksi takdirde, sürekli alttan alan taraf kendini zamanla feda etmiş, değersiz ve görünmez hissedebilir; bu da duygusal tükenmişliğe neden olabilir.

Aile terapisinde, çiftler ve çocuklarla bu tür konular ele alınarak farkındalık kazandırılır. Terapötik teknik ve yöntemlerle, bu farkındalıkların günlük yaşama entegre edilebilmesi sağlanır ve ailelerin kendi sistemlerinde bu becerileri uygulayabilmelerine zemin hazırlanır.

AHMET SEFEROĞLU İLE SÖYLEŞİ

■ Söyleşi: Mahir KILINÇ



Enerji ihtiyaçları insanoğlu için her geçen gün artmaktadır. İnsanoğlunun ihtiyacını yenilenebilir ve sürdürülebilir bir enerji kaynağından sağlaması çok çok önemlidir. Yine insanoğlu enerjiyi verimli kullanmak gibi bir sorumluluğa da sahiptir. Tedbirli, tasarrufu özendirici önlemler almak durumundadır. Enerjiyi dikkatli, verimli ve özenle kullanmak zorundadır.

İnsanoğlunun gündeminden hiç çıkmayan enerjinin önemi Sanayi Devrimi'yle birlikte başlayan makineleşme sürecinde bir kat daha arttı. Geçmişten bugüne enerjinin önemi ve çeşitliliği hakkında neler söylersiniz?

İnsanoğlu, Allah tarafından kendisine bahşedilen irade-i cüziye (kullanabilirlik) yetkisi ile üstlendiği sorumlulukları Allah'a ve insanlara karşı yerine getirmek, yaşamını daha kolaylaştırmak, insanlara faydalı olmak amacı ve farklı gerekçelerle tarih boyunca hep arayış içerisinde olmuştur. Karşılaştığı imkânları değerlendirerek zamanla önemli gelişmeler ve kazanımlar yakalamıştır. Ortaya çıkan bu kolaylıklar ve imkânlar ise insanlara faydalı yahut zararlı olmuştur. Yakalanan yenilikleri kullanmak, devamlılık sağlamak için enerji ihtiyacının devamlı, sürdürülebilir ve yenilenen enerji kaynaklarından karşılanmak suretiyle olabileceği gerçeği ile karşı karşıya kalmıştır. Fosil enerji kaynaklarının kullanılması ile evrene ve insanlığa kalıcı ve çok zarar verdiğini maalesef yaşanan kötü örneklerle görmüştür. Böyle olunca daha az zararlı, kendini yenileyen, çevreye uyumlu ve sürdürülebilir enerji kaynaklarına yönelerek etkin biçimde kullanmak zorunluluğunu anlamıştır. Böylelikle geldiğimiz dijital çağın vazgeçilmez ihtiyacı; ucuz, sürekli, yenilenebilir, evren ile uyumlu enerji kaynakları olmuştur.

Enerjide sürdürülebilirlik, insan ve doğada yaşamını sürdüren canlılar için nasıl bir öneme sahiptir? Dünya ülkeleri ve özellikle Türkiye, bu konuda ne kadar başarılı?

Evrende yaşayan canlılar Allah'ın bahşettiği bir ekolojik sistemde hayatını devam ettirmektedir. İnsanların, Allah'ın izin verdiği imkânlar dâhilinde yenilikleri kullanırken evrenin ekolojik sistemini gözetmek ve korumak gibi bir yükümlülüğü vardır. Allah'ın yardımı ve ihsanı ile ortaya çıkan yenilikleri kullanırken diğer canlıların da korunması, kollanması ve yaşam şartlarını değiştiren olaylardan kaçınılması şarttır. Dünyada enerjide sürdürülebilirlik ve verimlilik maalesef ki dünya ülkelerinden beklenen kadar özenli ve etkin değildir. Ülkeler, kendi menfaatleri için çoğu zaman enerjide sürdürülebilirliğe, evrenin ekolojik sistemine dikkat etmemektedir. Türkiye, enerjide sürdürülebilirlik ve temiz enerji yatırımlarına başlamıştır ve hâlâ devam etmektedir. Ancak, kanaatimce istenilebilir düzeye henüz gelmemiştir. Devletin ve vatandaşın yenilenebilir enerji kaynaklarına yatırım yaparak kullanma arzu ve isteğinin bütün topluma yayılması, herkesin bunu aynı oranda istemesi gerekir. Uzayan bürokratik işlemler, kimi zaman devletin ve vatandaşın hedefini geciktirmektedir. Kurumlar arası mevzuat uyumluluğunun ise bir an önce sağlanması gerekmektedir.

Enerjinin sürdürülebilirliği ile yenilenebilir enerji arasında nasıl bir korelasyon vardır? Bunlar insanların enerji ihtiyacına yönelik ne gibi faydalara hizmet etmektedir?

İnsanoğlu ve evren için zaman içinde doğal olarak yenilenebilir enerji kaynakları ne kadar önemli ise kuşkusuz onun sürdürülebilir olması da o kadar önemlidir. Bunlar âdeta birbirini tamamlayan öğelerdir. Dolayısıyla enerjinin sürdürülebilirliği ile yenilenebilir enerji kaynakları arasında çok güçlü ve doğrudan bir bağ vardır. Ayrıca her ikisi de çevreye vermiş olduğu fayda, kaynaklarının sürekliliği ve ekonomik anlamda bir korelasyon oluşturur. İnsanların sürekli artan ihtiyaçlarını karşılamak, insani görevlerini bihakkın yerine getirmek, hayır ve hasenat işlerini sürdürmek için en önemli şey; kolay



Ülkemizde 2008 yılından bugüne enerji verimliliği, yenilenebilir enerji kaynaklarının etkin kullanılması, sanayi ve binalarda enerji kullanımına yönelik verimlilik konularında yasal altyapılar hazırlanmış ve sırasıyla uygulamaya konulmuştur.

ulaşılabilen, sürdürülebilir, ucuz ve yenilenebilir enerji kaynaklarıdır. Yenilenebilir enerji kaynaklarının kullanımı, enerji sistemlerinin sürdürülebilirliğinin korunmasını sağlar. Bu durum, insanlığın bugünkü enerji ihtiyaçlarını karşıladığı gibi gelecek nesillere de enerji kaynaklarının korunarak intikalini sağlar.

Malumunuz dünya üzerinde enerji kaynaklarına duyulan ihtiyaç teknolojik ilerlemeye paralel olarak her geçen gün artarak büyümektedir. Sizce günümüz dünyası enerji yoksulluğunun içerisinde midir yoksa dünya üzerinde insanlığa yeter enerji bilinçsizce mi tüketilmektedir?

Enerji ihtiyaçları insanoğlu için her geçen gün artmaktadır. İnsanoğlunun ihtiyacını yenilenebilir ve sürdürülebilir bir enerji kaynağından sağlaması çok çok önemlidir. Yine insanoğlu enerjiyi verimli kullanmak gibi bir sorumluluğa da sahiptir. Tedbirli, tasarrufu özendirici önlemler almak durumundadır. Enerjiyi dikkatli, verimli ve özenle kullanmak zorundadır. Elbette dünya üzerinde enerji yoksulu olan bölgeler mevcuttur, enerjiye ulaşamayan toplumlar vardır. Enerji yokluğu toplumlar için önemli yoksulluk kaynağıdır. Enerjiyi çok hoyratça kullanan ülkeler vardır. Dünyada her konuda olduğu gibi enerji konusunda da adaletsizlik ve haksızlık mevcuttur.

Kayseri’de 1510 caminin elektrik enerjisini karşılamak için devletten tahsis edilen

bir araziye güneş panelleri kurdunuz. Sadaka-i cariye olarak tanımladığınız bu faaliyetle Türkiye Diyanet Vakfı ile Diyanet İşleri Başkanlığı tarafından düzenlenen “Uluslararası İyilik Ödülleri”nde “İyilik Ödülü”ne layık görüldünüz. Öncelikle böyle bir fikir nasıl doğdu ve bunun icrası hangi merhalelerden geçti?

Ailemizin büyükleri ve şirketlerimiz adına sadaka-i cariye minvalinde bir hayır yapmayı düşünüyorduk. Okul mu, cami mi yapalım diye konuşurken herkes bir şey söyledi. O sırada ben de camilere güneşten elektrik üretilip verme düşüncemi söyledim. Bunun üzerine camilere yenilenebilir enerji kaynaklarını kullanarak ürettiğimiz GES projesi fikri ortaya çıktı. Bunu da Diyanet İşleri Başkanlığımız yetkilileriyle görüştüm. Araştırdık ve Kayseri’deki camilerin yılda yaklaşık 1 milyon 750 bin kilovatsaat elektrik kullandığını tespit ettik. “Bunların elektriğini güneşten karşılayalım ve bunu da hayır olarak bağışlayalım.” deyince bu fikir Diyanet İşleri Başkanlığımızın hoşuna gitti. Bunun üzerine vatandaşlarımızın ve devletimizin yaptığı mevcut ve yeni inşa edilecek cami hayratına destek olarak onların daha iyi şartlarda yenilenebilir enerji kaynaklarından elektrik ihtiyaçlarını karşılayarak hizmet vermesine destek olmak istedik. İncesu ilçemizde 20 bin metrekarelik bir alana kurulan GES tesisinin işletmesini Kayseri



Enerjiyi verimli bir şekilde kullanmalı, enerji tasarrufu konusunda da çok özen göstermeliyiz. Günlük hayatımızda çok basit görünen ve belki de hiç fark edilmeyen önlemleri almaktan asla geri durmamalıyız. Çünkü bize ayrılan imkânlardan başkalarının da yararlanabileceğini aklımızdan hiç çıkarmamalıyız.

Müftülüğümüze bıraktık. Şehrimizdeki camilerin 25 yıl boyunca elektrik ihtiyacını karşılayacak bu tesis, iki yılı aşkın süredir elektrik üreterek 1510 caminin ihtiyacını karşıladığı gibi camilerin elektrik ihtiyacından %25’i kadar daha fazla üretim yapmaktadır. Artan enerji de şebekeye satılarak camilere ek gelir oluşturmaktadır. Böyle bir hayır bizlere lütfettiği, bağışladığı için Allah’a şükrediyoruz. Bu vesileyle iyilik ödülüne layık görülmek de bizleri ayrıca onurlandırdı.

Dünyada nüfus giderek artmakta, toplumların yaşam standartları gün geçtikçe yükselirken sanayileşme faaliyetleri de yaygınlaşmaktadır. Buna bağlı olarak yapılan çalışmalar dünyanın enerji ihtiyacına ne kadar cevap verebilmektedir?

Elbette sizin de söylediğiniz gibi dünyada nüfus giderek artmakta, sanayi faaliyetleri yaygınlaşmakta ve teknolojik gelişmeler de durmaksızın ilerlemektedir. Buna bağlı olarak da enerjiye duyulan ihtiyaç her geçen gün daha fazla olmaktadır. Ancak günümüzde fosil enerji kaynaklarının tek başına enerji ihtiyacını karşılayamayacağı günlerin maalesef yakın olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla dünyada ve ülkemizde sürdürülebilir ve yenilebilir enerjiye ihtiyaç da çokça artmış, bu enerji kaynaklarının kullanılmasına başlanmıştır. Toplumun enerji ihtiyacını rasyonel karşılayabilmesi için fosil ve yenilenebilir enerji kaynaklarının ortak akılla kullanılması kaçınılmazdır. Öncelikle toplumların önce tasarrufa sonra enerji verimliliğine dikkat etmesi gerekmektedir. Gelişmiş ülkeler enerji ihtiyaçlarının %50'sini yenilenebilir enerji kaynaklarından sağlamaktadır. Ülkemizde ise 2008 yılından bugüne enerji verimliliği, yenilenebilir enerji kaynaklarının etkin kullanılması, sanayi ve binalarda enerji kullanımına yönelik verimlilik konularında yasal altyapılar hazırlanmış

ve sırasıyla uygulamaya konulmuştur. Ancak bu yasal alt yapının gereği etkin bir şekilde kullanılamamıştır. Elbette enerji verimliliğinde, yenilenebilir enerji kaynaklarının etkin kullanılmasında yetkililerce takip edilen bir yol haritası mevcuttur. Başka adımlar atmak yerine, atılan adımların kamu ve vatandaş tarafından kontrol edilerek eksiklerinin tamamlanması ve kontrol mekanizmasının çalıştırılması gerekmektedir.

Cünümüzde, hiç sonu gelmeyecekmişçesine harcanan enerjinin bilinçli bir şekilde tüketimine yönelik okuyucularımıza ne gibi uyarı ve tavsiyelerde bulunmak istersiniz?

Evvela enerji kaynaklarının hiçbirinin ilanihaye sürüp gitmeyeceğinin bilincinde olmak gerekir. Buna bağlı olarak da enerji tüketimi konusunda doğadaki enerji kaynaklarımızın korunması için herkes üzerine düşen vazifeleri yerine getirmelidir. Kullandıkları enerjiyi verimli bir şekilde kullanmalı, enerji tasarrufu konusunda da çok özen göstermelidirler. Günlük hayatımızda çok basit görünen ve belki de hiç fark edilmeyen önlemleri almaktan asla geri durmamalıyız. Çünkü bize ayrılan imkânlardan başkalarının da yararlanabileceğini aklımızdan hiç çıkarmamalıyız. Şunu da unutmamak gerekir ki insanların, bugünden alacağı küçük önlemlerle hem doğa korunabilir hem de gelecek nesillere daha yaşanabilir bir dünya bırakılabilir.

Öz Geçmiş

1956 doğumlu Ahmet Seferoğlu, Ankara Devlet Mühendislik ve Mimarlık Akademisinden mezun olduktan sonra aile şirketlerinde çalışmaya başladı. Enerji sektöründe 40 yılı aşkın tecrübesi bulunan Seferoğlu; Türkiye genelinde altyapı, üstyapı, elektrik tesisleri proje işleri, enerji verimliliği danışmanlık hizmetleri, yenilenebilir enerji kaynaklarına dayalı elektrik üretimi gibi kollarda faaliyetlerini sürdürmekte olup Kayseri'de bulunan yaklaşık 1500 caminin elektrik giderini 25 yıl karşılayabilecek kapasiteye sahip güneş enerjisi santrali projesini bedelsiz kurarak camilerin hizmetine sundu. Seferoğlu, bu projesiyle Türkiye Diyanet Vakfı (TDV) ile Diyanet İşleri Başkanlığı tarafından 2024'te 7'ncisi düzenlenen "Uluslararası İyilik Ödülleri"nde "İyilik Ödülü"ne layık görüldü. Ahmet Seferoğlu, evli ve iki çocuk babasıdır.

GENİŞ AİLENİN GÖLGESİ

■ Şerife DOĞAN

Genç nesillerin yetişmesinde, değerlerimizin aktarılmasında yapı taşı görevini üstlenen aile toplumun kıymetli nüvesidir. Bireyin ilk sosyal çevresi olan aile, toplumsallığın da gerçekleştiği ortamdır. Ruhsal sağlığımızın ilk ilmeği ailede atılır. Kişinin sadece kendisi olduğu için sevildiği yegâne yerdir. Sevginin, saygının, sorumluluğun öğrenildiği canlı bir yapıdır. Birey ile toplum arasındaki karşılıklı iletişim sürecinin ortamı olan aile, konumundan dolayı her türlü faaliyetin de odağını oluşturmaktadır. Bu sebeple insan ile evren arasındaki bağ gibi aile ile toplum arasında derin bir bağ vardır.

Günümüz aile yapısı, endüstrileşme ve modernleşmenin etkisiyle değişim, dönüşüm geçirmiştir. Birçok neslin bir arada yaşadığı geniş aile modeli bir nevi yaşam okulu gibidir. Bu okulun sunduğu dersler sevgi, dayanışma ve aidiyet gibi evrensel değerlerle örülüdür. Aynı zamanda birer bilgi ve deneyim aktarım merkezi olarak da işlev görür. Ama günümüzde yerini daha küçük, dar kapsamlı aile yapısına bırakmıştır. Herkesin bu gerçekliğe bakış açısı oldukça farklıdır.

Hayatta bazı eşikler vardır ve bunlar âdeta toplumsal varlığımızın mayası gibidir. Doğum, düğün, ölüm... Dönüp

duran, yıpranan, yenilenen bu eşikler aslında hayatın özetidir. Hem zordur hem kaçınılmazdır. Acılarımızı daha dayanılabilir kılmak ya da sevinçlerimizi paylaştıkça çoğaltmak için yanımızda, yöremizde yakınlarımızın olmasını isteriz. Hangi eşikten geçerse geçelim ailemizin elini sımsıkı tutarız. Gelenek ve görenekleri beraber yaşayarak köklerimizden güç alırız.

Yakın tarihte bir düğün vesilesiyle tüm aile köyde toplandık. Tüm kuşaklar bir aradaydık. Hep beraber avluda akşam yenecek yemek için hazırlık yaptık. Herkes bir işin ucundan tutmuş yardım ediyordu. Kimisi doğruyor kimisi karıştırıyordu. Şöyle



durdum ve etrafıma baktım; ne güzel bir atmosferdi. Büyükşehirlerin yoğun temposundan bir araya sıkça gelemeyen kuzenler hem sohbet ediyor hem yemek yapıyordu. Ortamın sıcaklığı, atmosferi o kadar güzeldi ki sabaha kadar tüm ekip çalışabilirdi. Büyük aile üyeleri eskilerden anlatıyor, çocuklar da ilgiyle dinliyor ve bu görüntüyü hafızalarına kaydediyordu. Arada eski türkülerden söyleniyordu. Çocuklar için masal gibi bir ortamdı. Onların en renkli anılarına şahitlik ediyorduk. O avluda bulunan çocuklar iş birliği, saygı ve sosyalleşmeyi yaşayarak görüyordu. Sessizce fısıldadım “Aile her şeydir.” cümlesini ve bir kez daha şükrettim Rabbime böyle geniş bir ailenin sıcaklığını, mutluluğunu bana nasip ettiği için. Çünkü geniş bir sofranın etrafında buluşabilmek insana emniyet duygusu veriyor.

Kalabalık bayram sofralarındaki neşe ya da hüzünlü anlarımızda omuz omuza duruş geniş aileyi bir ağ gibi kenetler. Aile içindeki herhangi bir birey zorlu bir durumla karşılaştığında bu ağın varlığının gücü ile ayağa kalkar. Bir arada olmanın kıymetini, ortak duyguları paylaşabilmenin değerini karşılaştığın her durumla yeniden tekrar hissedersin.

Bir aileden bahsetmek belki de en derin kuyulara inmek ile eş değerdir. Çünkü içinde dehlizler, çukurluklar barındırır. Tabii ki iyi işlev göstermeyen aileler de var.

Biraz da madalyonun öteki yüzüne bakalım. Geniş aile yapısının kendine özgü zorlukları, engeleri vardır ancak sunduğu zenginlikler bu zorlukların çok ötesindedir. Birbiriyle bağlantılı, girift bu ilişkileri yönetmek tabii ki kolay değil. Tüm aile üyelerinin mükemmel olmasını istemek gerçeklikten uzak bir beklentidir. Çiftçiler bir meyve ağacı bahçesinin güzel olması için her cinsten ağacın olması gerektiğini, verimin böylelikle daha çok artacağını söyler. Aile de her karakterden insanla zenginleşir, daha güçlü olur. Farklılıkları olumlu bir katkı, zenginlik olarak görürsek yol alabiliriz hayatta. İnsan kendisine bakınca tüm özelliklerini seviyor mu,

elbette hayır. Geniş ailenin insana verdiği güçlü kimliğe ve köklü geçmişe sıkı tutunmak gerek. Modern dünyanın hızına ve bireyselliğine karşı bu sığınaktan daha güvenli bir liman yoktur.

Ama günümüzde topluma sunulan süslü ambalajlı bireysellik fikri bizi yalnızlığa sürüklüyor. Belki de ailemizde sevdiğimiz özellikler daha çok tekrar etmeliyiz. İnsan olmanın kefareti; düşünmek, hoş görmek ve sevmektir. Biz halamızın ya da dayımızın sıkıntısı varsa bunu kendine mesele edinen kalbi de gönlü de geniş aile düzeninden sadece çocuklarının ihtiyaçlarına odaklanmış, etrafının dertlerini umursamayan,



dar kapsamlı aile modeline ne ara döndük? Atalarımız "Akranın uzağı yakını olmaz." derdi. Memleketten gelenin kapısını rahatlıkla açtığı, işini gücünü halledinceye kadar yatılı misafir kaldığı, gönlü geniş bir evde çocukluk geçirmek büyük zenginliktir. Bazen anlamadığımız şeyler yaparız ya, işte onlar ortadan kalkan âdetlerimizin, eski çocukluk alışkanlıklarımızın içimizde hâlâ gizli anlar olarak yaşamasından kaynaklanır.

Yaşadığımız bu yüzyılda birden fazla gerçek yaşanıyor. Gündemde olan gerçek ne ise ön plana o çıkartılıyor. Bir anda her türlü aile ilişkisi toksik kelimesi ile ifade edilebiliyor. Geniş aileye olan tutum ve davranışlar hâkim olan sosyal medya tavrına göre şekilleniyor. Bir bakıyorsunuz akraba oturmaları bir anda demode sayılıyor ya da tek başına kendine bir kahve ısmarlamak moda oluyor. Bu işin ortasını tutturmak pekâlâ mümkündür. Aile üyeleri birbirine kayıtsız kalmamalı, en yakınından sorumlu olmalı. Zengin fakirden, güçlü güçsüzden mesul olmalı. Birbirine en uzak durumlar birbirine yaklaşırsa toplum gelişir. Fakat eğlencenin, mutluluğun, hüznün kendiliğinden var olduğu aileden bu duyguların alınması istenmiyor. Çünkü kapitalist sistem her şeyin dışarıdan satın alınmasını istiyor.

İnsan, ilişkisel bir varlık ve tek başına kalınca karamsarlığa düşer, daha hızlı yaşlanır. İmkânlar genişledikçe

Geniş ailenin
insana verdiği
güçlü kimliğe ve
köklü geçmişe
sıkı tutunmak
gerek. Modern
dünyanın hızına
ve bireyselliğine
karşı bu
sığınaktan daha
güvenli bir liman
yoktur.

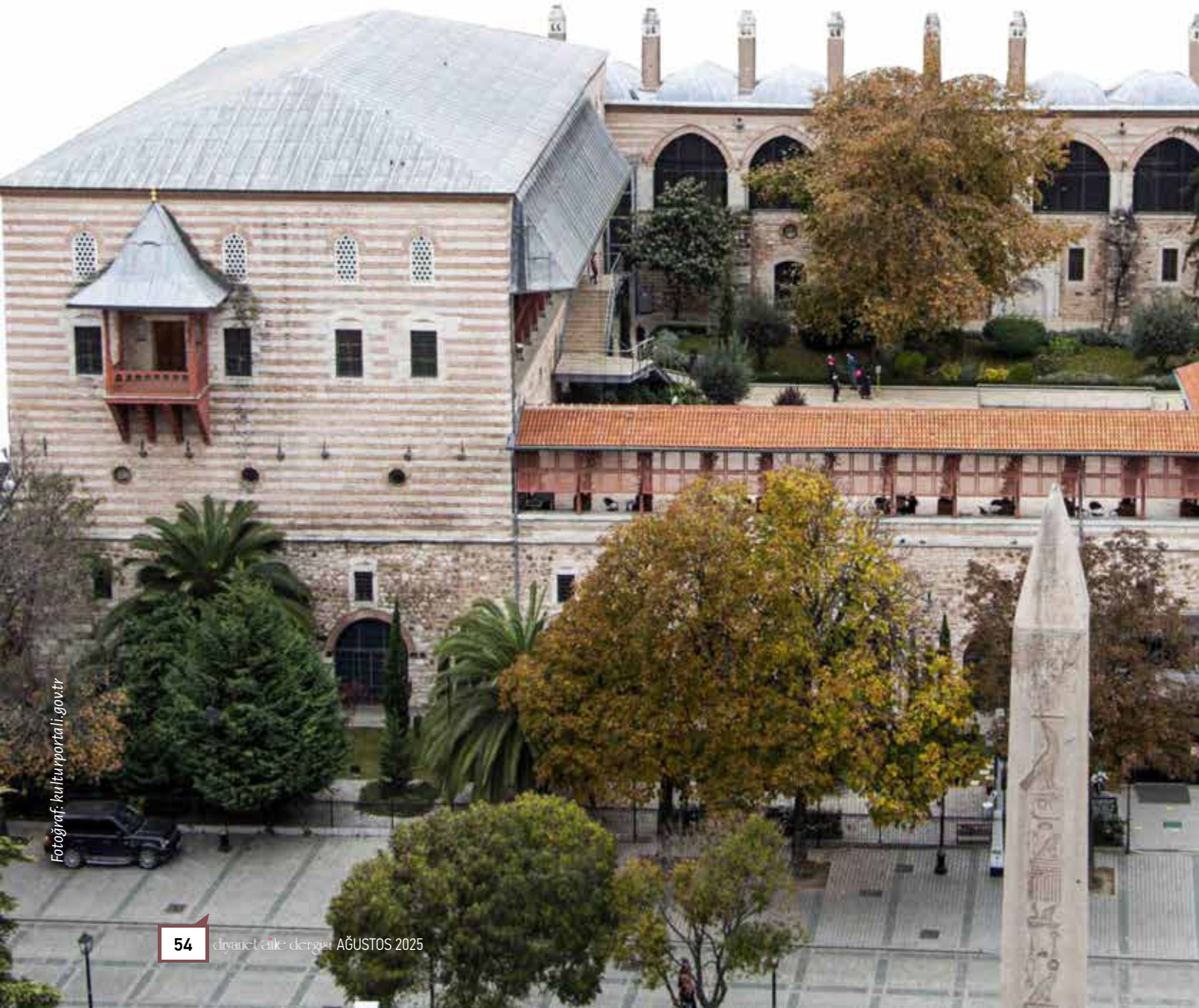
bireyselleştik ve gitgide yalnızlaştık. Oysaki aile büyükleri anlatma ihtiyacı içindedir. İleri yaştaki kişilerin en büyük birikimi ve sermayeleri bilgelikleridir. Tecrübelerinden faydalanılacak sorular sorulmasını isterler. Dedenin anlatmaya zamanı çoktur, torunun da dinlemeye. Belki aynı hikâyeyi tekrar tekrar anlatırlar. Bu zihinsel ve ruhsal beslenme anlamına gelmektedir. Çocuk, dış dünya ile iletişim kurma şeklini, toplumun değerlerini, doğru ve yanlışın neler olduğunu, davranışlarını kontrol altında tutmayı, kültürü, örfü ve âdeti aile büyüklerinden öğrenir. Aile içinde doğru bir davranış çocuğa olumlu örnek teşkil ederken aynı zamanda yanlış bir davranış da çocuğun eylemlerini etkileyecek

olumsuz bir faktör olabilir. Bu nedenle sağlıklı bir aile ortamının oluşturulması hem aile bireyleri hem de toplum açısından önemlidir. Çünkü zamanı geldiğinde her çocuk, aile dışındaki dış dünyaya karışacak ve davranışlarıyla çevresindeki bireyleri hem etkileyecek hem de etkilenecektir. Toplumsal yaşamın vazgeçilmez unsuru olan değerlerimizi kolektif bir bilinçle koruyabiliriz. Yaşadığımız toplumun uyum içerisinde bir parçası olmayı bu bilinçle devraldığımız değerler ile öğreniriz. Değerler toplumsal yaşamın vazgeçilmez öğelerindendir. Kişilik değerlerinin kazanılmasında, öz benliğin gelişiminde aile büyüklerinin yeri yadsınamaz. Toplumla iletişim kurarken zorlanan, sosyal becerisi zayıf ama akademik başarıları yüksek çocukların yaşadığı sorunlara çokça şahit oluyoruz.

Aile olgusaldır ve yaşadığı dönüşümlerle içinde bulunduğu toplumu inşa eder. Toplumsal değişim hızı önceki yıllara göre daha yüksek. Sanki bir şey oldu ve geçmişten gelen her şey yanlış olarak damgalandı. Geleneksel konumundan uzaklaşan ve değişim sürecine giren aile değerlerinin tekrar farkına varmalıyız. Hayat yolculuğunda en büyük destekçiniz ve ilham kaynağınız olan ailenizin fotoğrafını başköşeye asın. Her baktığınızda köklerinize güç almaya çalışın ve ailenizle gurur duyun.

TAHAYYÜLÜN ESTETİKLE VUSLATI TÜRK VE İSLAM ESERLERİ MÜZESİ

■ Sümeyra YAMAN



Türk ve İslam Eserleri Müzesi ilk olarak Evkaf-ı İslamiye Müzesi ismiyle Süleymaniye Külliyesinin İmaret bölümünde 1914 yılında kurulmuş olup Osmanlı Devleti döneminde açılan son müzedir. Cumhuriyetin ilanından sonra, Türk ve İslam Eserleri Müzesi adını almıştır. 1983 yılında, günümüzde içinde bulunduğu Sultanahmet'teki İbrahim Paşa Sarayı'na

taşınmıştır. İstanbul'un kadim tarihî alanlarından biri olan At Meydanı'nda yer alan İbrahim Paşa Sarayı, Kanuni Sultan Süleyman tarafından damadı ve veziri olan İbrahim Paşa'ya armağan edilmiştir. Buranın Roma Dönemi'nde hipodrom olarak kullanıldığı da nakledilmiştir.

Osmanlı Devleti'nin son dönemlerinde pek çok cami, medrese ve saraydan değerli eserlerin çalındığı haberleri her yerde konuşulur olmuştur. Çalınan eşyaların elden ele satılmasını, Avrupa ve başka ülkelerdeki müzelere kaçırılmasını engellemek için önlemler alınmasına karar verildi. Alınan bütün önlemlere rağmen hırsızlıklar devam etmişti. Çalınan eşyalar arasında halı, kilim, ahşap kapı, rahle, el yazmaları, kandil, fanus gibi taşınır eserler bulunduğu gibi mihrap çinileri ve pencere alınlıkları gibi duvara monte edilmiş olanlar da vardı. Bu kayıplar karşısında alınacak en güvenli tedbir bu eserlerin bir araya getirilerek bir yerde muhafaza altına alınmasıydı. Müze-i Hümayun Müdürü Osman Hamdi Bey'in başkanlığında değerli Türk ve İslam sanatı eserlerinin toplanarak muhafaza altına alınması amacıyla bir komisyon kuruldu. Öncelikle talana uğrayan cami, türbe, mescit gibi binalarda mevcut kıymetli eserler toplatıldı. Eserleri toplama çalışmaları tüm ülkede hızla yaygınlaştırıldı. Halep gibi uzak vilayetlerden de eserler getirildi. Toplanan eserlerin koruma altına

alınması ve halka açılması için Evkâf-ı İslâmiyye Müzesi adıyla bir müze kurulması kararı alındı. Müze binası olarak da Süleymaniye Külliyesinde boş bulunan imaret binası (Dârüzziyâfe) uygun görüldü.

Türk ve İslam Eserleri Müzesi, farklı dönemlerde 40 bine yakın nadide eseriyle alanında dünyanın önde gelen müzelerinden biridir. Türk ve İslam coğrafyasında kurulan çok sayıda medeniyetin sanatsal ürünlerinin sergilendiği müze, kronolojik olarak erken İslam dönemlerinden Osmanlı'nın son yüzyılına kadar uzanan bir zaman dilimini kapsayan eser zenginliğine sahiptir. Müzeyi gezerken mekânın tarihî yapısı ile birlikte eserlerin ihtişamı ve sanatçıların ince sanat zevki hayranlık uyandırıcı derinliktedir.

Türk ve İslam Eserleri Müzesi koleksiyonunun ilk bölümünde şamdan, kandiller, halı, el yazmaları, çeşitli levhalar, ahşap rahleler ve kapılar, pencere kanatları ve çini eserler bulunmaktadır. Camileri kaplayan büyük boyutlu benzersiz işlemeli seccadelerin, halıların ve kilimlerin desenleri dönemlerinin sanat anlayışını yansıtan desenlerle bezelidir. Müzenin halı koleksiyonları içinde 800 yıllık Selçuklu halılarının ayrı bir yeri vardır. Müzede, Cizre Ulu Cami'nin çift kanatlı kapısının üzerindeki eş tokmaklardan biri de bulunmaktadır. Tokmak, dökümle yapılmış ve üzeri kazıma tekniği ile



süslenmiştir. İki ejder ve ortada bir aslan başı kompozisyonu ayrıntılarıyla işlenmiştir.

Müzenin bir diğer eşsiz zenginlikteki koleksiyonu Erken İslami Dönem'den başlayıp XIX. yüzyıla uzanan İslam yazı sanatının usta hattatlarının eserlerinin bulunduğu el yazmalarıdır. Koleksiyondaki eserler arasında Hicazi hatla yazılmış olan ve VII. yüzyıla ait olduğu düşünülen Kur'an-ı Kerim sayfaları da sergilenmiştir ki bunlar en erken tarihli Kur'an-ı Kerim yazısı örnekleri olarak kabul edilmektedir. Erken İslam sanatına ilişkin çok önemli bilgileri bize taşıyan Abbasi ve Emevi Devleti'nin önemli merkezi Rakka'da yapılan arkeolojik kazılardan elde edilen tarihî nadide eserler müzenin bir başka bölümünde teşhir edilmektedir. Selçuklu, İlhanlı, Timurlu, Osmanlı ve Safevi



Divanhane



Askı Kandil

maden, cam ve seramik, ahşap ve taş eserleri, Konya Kılıçarslan Sarayı gibi artık mevcut olmayan yapılara ait alçı kabartmalar müzenin diğer zengin kaynakları arasında yer alır. Eserlerinin her biri estetik zevki kamçılamakta, izleyenleri sanatın büyüklü derinliklerine çekmektedir. Her birinin ayrı bir hikâyesi ve sanatsal inceliği vardır.

Birinci katta bulunan etnografya alanında XIX. yüzyılda İstanbul etnografyasını anlatan sergide ise mekân canlandırmaları ve silikon eserler bulunmaktadır. Yine bu bölümde kahvehane, hamam, kadın giyimi, konak yaşamı gibi konulara ilişkin kapsamlı koleksiyonları, halı ve kilim tezgâhları, dokuma ve yün boyama örnekleri, değişik bölgelerden derlenmiş ev ortamlarına dair malzeme Türk halk yaşamından kesitler sunulmaktadır.

Türk ve İslam Eserleri Müzesinin ikinci katında bulunan odaları gezerken



Divanhane ve Selçuklu Halıları

öncekilerin üzerinizde bıraktığı etki geçmeden öne kendinizi Mukaddes Emanetler bölümünde bulursunuz. Bu eserleri gördüğümüzde zihnimiz doğrudan bizi Hz. Peygamber'in siretiyle ilgili dinlediğimiz olaylara götürür. Peygamber Efendimizin, "kadem-i saadet" olarak bilinen ayak izi ve "sakal-ı şerif" olarak bilinen sakal telleri Mukaddes Emanetler Bölümü'nde sergilenir. Burada ayrıca Hz. Osman'a ve Hz. Ali'ye ait olduğu rivayet edilen Kur'an-ı Kerim yazmaları bulunur.

Müze için bir diğer önemli kaynak akışı, tekke ve zaviyelerin kapatılmasının ardından bu tür mekânlarda bulunan eşyaların müzeye getirilmesiyle sağlanmıştır. Türbeler de önemli bir eser kaynağı idi. Sultan ve yakınları vefat ettiklerinde içerisine gömülmek üzere onlara özel türbeler yapılırdı. Bu türbeler aynı zamanda vefat eden kişinin şahsi eşyalarının toplu hâlde bulunduğu müzevari yerlerdi. Türbelerde kandil, şamdan, halı gibi malzemenin yanı sıra sultanın giymiş olduğu



Aski Buhurdan



19.yy Kadın Kıyafetleri



Cizre Ulu Cami'nin çift kanatlı kapısının üzerindeki eş tokmaklardan biri

kaftan, kuşandığı kemer ve kavuğuna taktığı değerli taşlı sorguçlar da saklanmıştır. Bu vasıflarıyla türbe eşyaları Türk ve İslam Eserleri Müzesinin koleksiyonlarına devasa bir zenginlik katmıştır.

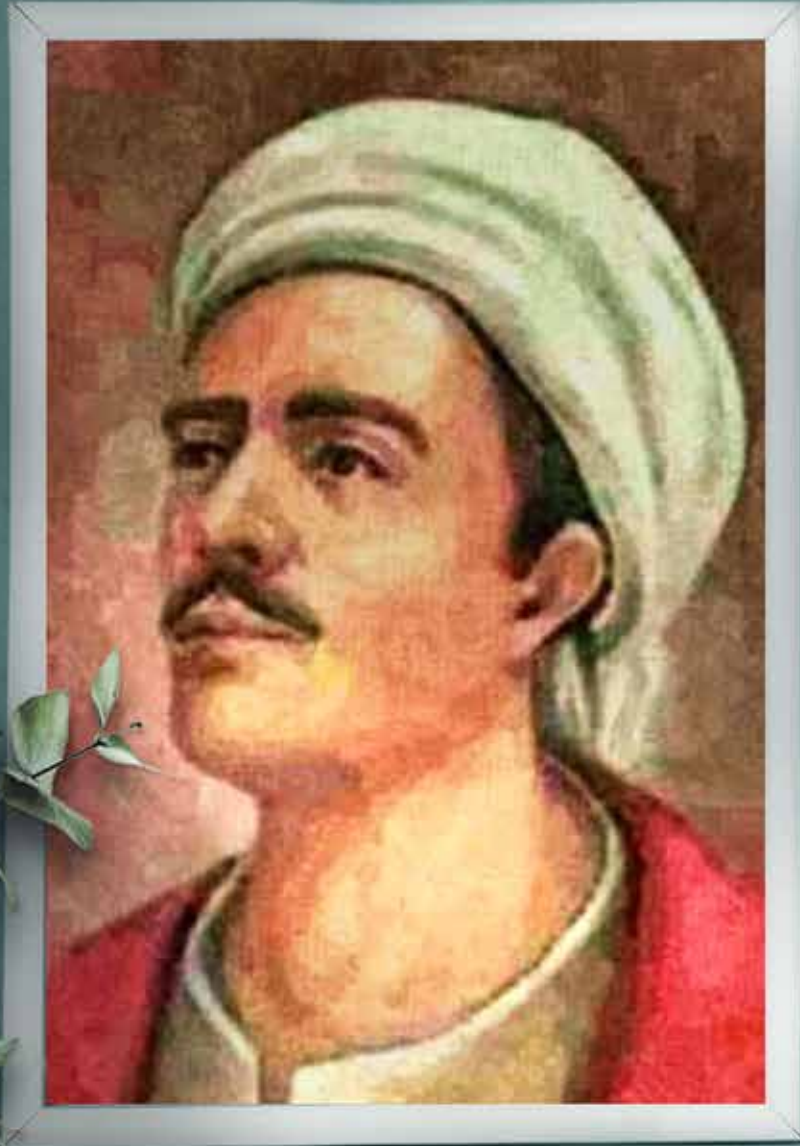
Türk ve İslam Eserleri Müzesi, eserleri korumadaki hassasiyet ve başarısıyla, sunum ve sergilemedeki ustalığıyla 1984 yılında "Avrupa Yılın Müzesi Başarı Ödülü"ne layık görülmüştür. Ayrıca kuşaklararası sanatı sevdirmeye çabalarından

ötürü UNESCO Özel Teşvik Ödülü'nü elde etmiştir. Bu nadide müze, ülkemizde bu alandaki tarihî eserlerin sergilendiği ilk müze olmasının ötesinde nesiller arası tarih bilincini kazandırmak adına hususi bir ehemmiyete sahiptir.

Türk ve İslam Eserleri Müzesi, bünyesinde barındırdığı tarihî ve sanatsal eserlerle tarih meraklılarının, sanatseverlerin, uzmanların, çocukların, gençlerin ve yaşlıların çok şey bulabileceği müstesna bir mekândır.



Cifte Sütun



İNSAN SEVGİSİNİN PINARI YUNUS EMRE

■ Kevser KOÇAKOĞLU

Gönül bahçesinin derinliklerinde, nice asırlara yayılan bir yankıyla işitilen, toprağa düşen her tohum gibi kök salan, her dem taze kalan bir çağrı vardır: İnsan sevgisi... Bu çağrının en billur sesi, Anadolu'nun çoraklaştığı, kılıç seslerinin dualara karıştığı 13. yüzyılın karanlığından süzülüp gelen bir ozan, bir derviş, bir hakikat âşığıdır Yunus Emre. Onun adı, sadece bir şairin değil tüm yaratılmışı aşkla bakan bir gönül erinin mührüdür. Zamanın ve mekânın dar kalıplarına sığmayan bu ulvi ses hâlâ gönül bahçemizi sulamakta, ruhumuzu arındırmakta, tüm insanlık hâllerine, tüm acılara ve sevinçlere bir derviş sükûnetiyle dokunmaktadır.

Bir Çağın Çığlığı

13. yüzyıl Anadolu'su destanlara sığmayacak bir drama sahne olur. Moğol nal sesleri, gök gürlemesi gibi inmektedir toprağa; Haçlı kılıçları ise

yaraların üzerine tuz basmaktadır. Anadolu Selçuklu Devleti'nin, Köseadağ'da yediği darbeyle beli bükülmüş; halk canını ve umudunu yitirmiştir. Köyler boşalmış, şehirler viraneye dönmüştür; açlık ve sefalet kol gezmektedir. Bu yıkıcı dönem halkı bir arayışa, bir sığınağa iter: Tasavvuf. Toprağın kanı akarken ruhların teselli bulduğu, Hakk'a sığınılan, sevgiyle örülen bir liman oluşur. Mevlana Celaleddin Rumi, Hacı Bektaş-ı Veli gibi Kutup Yıldızları bu karanlıkta insanlığa yol gösterir. Yunus Emre de işte bu manevi iklimin, bu sancılı toprağın bağrından filizlenen, sönmek üzere olan umut ateşini yeniden alevlendirmiş bir meşaledir. O, "Gelünüz ey kardeşler gelin, bu sözü dinleyelim / Can birliği edelim, gelüb Hakk'ı bulalım" derken sadece kendi zamanının değil tüm zamanların bölünmüşlüğüne bir itiraz yükseltmektedir.

Dergâhtan Yükselen Hikmetli Nefes

Yunus Emre'nin hayatına dair kesin bilgiler, şiirlerindeki dizeler ve menkıbeler arasında gizlidir. Kimilerine göre Eskişehir Sarıköy'den, kimilerine göre de başka bir Anadolu köyünden fıskırmıştır bu sevgi pınarı. Ancak kesindir ki o, toprağa bağlı, halktan biriydi. Bir çoban, bir çiftçi ya da bir oduncu... Belki de hepsinden bir parça taşıyordu ruhunda. Lakin hayatının en önemli dönüm noktası, Tapduk Emre'nin dergâhına yönelmesi olmuştur. Bu karar, onun içsel yolculuğunun, hamlıktan olgunluğa geçişinin miladıdır. Tapduk Emre'nin dergâhında geçen kırk yılın hikâyesi, bir gönül dervişinin sabrının, teslimiyetinin ve aşkla yoğrulmuşluğunun en güzel örneğidir.

Yunus'un asırlarca dillerden düşmeyen, gönüllere işleyen iki eseri vardır: *Divan* ve *Risale-i Nushiyye*. *Divan*'ı, onun ilahi aşkla yoğrulmuş, hece vezninin ahengiyle örülmüş şiirlerinin bir toplamıdır. Her bir dizesinde Yaradan'a duyduğu derin özlem, insana duyduğu engin sevgi ve dünyanın fâni oluşuna dair bir hikmet pınarı akmaktadır. *Risale-i Nushiyye* ise bir nasihatnamedir; tasavvufi öğretileri didaktik bir dille,

Yunus Emre, sadece bir geçmiş zaman figürü değildir; geleceğe ışık tutan, insanlığın ortak vicdanında yankılanan sonsuz bir sestir. Onun mirası, ayrılıkların yerine birliği, nefretin yerine sevgiyi, çatışmanın yerine hoşgörüyü koyan bir manifesto niteliğindedir.

mesnevi tarzında sunar. Onun en büyük dehası, şüphesiz ki Anadolu Türkçesini, halkın konuştuğu dili, bir edebiyat ve aşk dili hâline getirmesidir. Dönemin âlimleri Farsça ve Arapça şiirler yazarken Yunus, halkın dilini seçerek hem Türkçenin edebî bir kimlik kazanmasına öncülük etmiş hem de mesajını geniş kitlelere ulaştırmıştır. Yunus, Osmanlı şairleri üzerinde en müessir şahsiyetlerin başında gelir. O nedenle Türkçenin mührü anlamına gelecek "Hâtem-i Lisân-ı Türk" olarak nitelendirilmeyi hak etmiştir.

Yunus, milletin maneviyat dünyasını inşa eden, dinî ve tasavvufi bilgileri çayda şeker misali eritip bir hayat tarzı olarak sunan ender şahsiyetlerden biridir. Bu yüzden o, "Bizim Yunus" olmuş, asırlardır gönüllerden silinmeyen bir iz bırakmıştır.

İnsan Sevgisi: Yunus'un Varlık Pınarı

Yunus Emre felsefesinin kalbi, kayıtsız şartsız insan sevgisidir. Bu sevgi, yalnızca kuru bir hoşgöründen ibaret değildir; bilakis varoluşun derinliklerinden, Hakk'ın tecellisi olan her zerreyi kuşatan bir aşkın tezahürüdür. Onun meşhur "*Yaradılanı hoş gör Yaradan'dan ötürü*" dizeleri, sadece insanlara değil tüm yaratılmışlara, karıncadan dağa, taştan buluta kadar her şeye duyulan bir hürmetin ve muhabbetin ifadesidir. Bu anlayış, her şeyin Allah'ın varlığının bir tecellisi olduğu inancından beslenir. Mademki her şey O'ndandır ve O'na dönecektir, o hâlde Yaradan'dan ötürü yaratılmışı sevmek Hakk'a ulaşmanın yegâne yoludur.

Yunus'a göre, insan denen varlık; şekli, rengi, inancı ne olursa olsun içinde bir ilahi kıvılcım taşır. Bu yüzden kimseyi hor görmemek, kimsenin kusuruna bakmamak gerekir: "*Tehî görme kimseyi hiç kimse boş değil / Eksiklik ile nazar, erenlere hoş değil.*" Bu dizeler, aslında insanı insan yapanın, dış görünüşü ya da dünyevi makamı değil gönül zenginliği ve Hakk'a yakınlığı olduğunu anlatır. O, kibirten arınmış, mütevazı bir duruşla her varlıkta bir hikmet, her ruhta bir ilahi nefes aramıştır.

Yunus Emre'nin insan sevgisi anlayışı ile Mevlana Celaleddin Rumi'nin felsefesi arasında güçlü bir paralellik görülür. Mevlana da insanı sırf insan olduğu için seven, "Gel, ne olursan ol yine gel" çağrısıyla herkesi kucaklayan evrensel bir sevgi anlayışına sahiptir. Yunus, Mevlana'nın bu evrensel vizyonunu, halkın anlayacağı, gönlüne işleyecek sade bir Türkçe ile ifade etmiş, böylece tasavvufun derinliklerini halkın içine taşımıştır. Onun insan sevgisi, bir dinî veya etnik grupla sınırlı kalmamış, tüm insanlığı kapsayan, evrensel bir değer olarak yücelmiştir.

Hoşgörü: Gönül Köprüleri Kurmanın Sanatı

Sevgi ile hoşgörü, Yunus Emre'nin öğretisinde etle tırnak gibidir; biri olmadan diğeri eksik kalır. "Sevgi ve hoşgörü birbirinin mütemmimidir." Bu iki kavram, Yunus'un, içinde yaşadığı topluma ve gelecek nesillere bıraktığı en değerli mirastır.

Anadolu'nun o çalkantılı çağında, farklı inançların, mezheplerin ve etnik grupların bir arada yaşadığı bir ortamda Yunus Emre, uzlaşmacı ve birleştirici bir dil kullanmıştır. O, kimseyi dışlamadan, kimseyi yargılamadan, tüm insanları Hakk'ın birer tecellisi olarak görmüş ve onları birliğe, beraberliğe çağırmıştır.

Yunus; insanların dış görünüşlerinin, isimlerinin, dillerinin veya coğrafyalarının farklı olmasının bir önemi olmadığını belirtir. Çünkü özde hepsi Allah'ın nurundan

birer parçadır ve bu yönden aralarında hiçbir ayrılık yoktur. Bu anlayış, Anadolu topraklarında asırlarca farklı kültür ve inançların barış içinde bir arada yaşamasının manevi zeminini hazırlamıştır. O, gönülleri birleştiren, duvarları yıkan, köprüler kuran bir gönül mimarı olmuştur.

Sonsuzluktan Yansıyan Ses: Yunus'un Evrensel Mirası

Vefatının üzerinden yedi asır geçmesine rağmen Yunus Emre'nin şiirleri hâlâ dillerde, ilahileri hâlâ camilerde ve dergâhlarda yankılanmaktadır. O, sadece bir halk şairi değil aynı zamanda evrensel bir düşündürüdür. Şiirlerinde işlediği ilahi aşk, varlık-yokluk, yaşam-ölüm, insan ruhu, kanaat, sabır, cömertlik gibi temalar zamanın ve coğrafyanın sınırlarını aşar. "Müslim, gayrimüslim ve farklı ideoloji sahipleri Yunus'un sözlerinde kendileri için bir parça görebilmekte ve onunla teselli bulabilmektedir." Bu, onun mesajının ne denli evrensel ve kapsayıcı olduğunun en büyük kanıtıdır.

Günümüz dünyası, ne yazık ki hâlâ çatışmaların, ayrımcılığın ve hoşgörüsüzlüğün pençesinde kıvrınmaktadır. Irkçılık, yabancı düşmanlığı, dinî fanatizm gibi karanlık akımlar, insanlığın ortak vicdanını yaralamaktadır. İşte tam da bu noktada, Yunus Emre'nin "Yaradılanı hoş gör Yaradan'dan ötürü" felsefesi, bize önemli bir yol haritası sunar. Bu felsefe, her türlü ayrımcılığı reddeden, tüm

insanlığı bir bütün olarak gören, karşılıklı anlayış ve empatiyi temel alan bir yaşam biçiminin anahtarıdır. O, bu dünyaya sadece şiirler değil bir yaşam felsefesi, bir insanlık dersi bırakmıştır.

Yunus Emre, sadece bir geçmiş zaman figürü değildir; geleceğe ışık tutan, insanlığın ortak vicdanında yankılanan sonsuz bir sestir. Onun mirası, ayrılıkların yerine birliği, nefretin yerine sevgiyi, çatışmanın yerine hoşgörüyü koyan bir manifesto niteliğindedir. Bu manifesto, her birimizin gönlünde yeniden dirildikçe dünya daha yaşanılır, daha adil ve daha sevgi dolu bir yer olacaktır. Yunus'un dediği gibi: "İlim ilim bilmektir, ilim kendin bilmektir / Sen kendini bilmezsen bu nice okumaktır." İnsanı bilmek kendini bilmekle başlar; kendini bilmek ise tüm varoluşu sevmekle... İşte Yunus'un bize fısıldadığı en büyük sır budur.

Kaynaklar

- Hacı Dağlı, "Mevlânâ Celaleddin Rumi ve Yunus Emre'de 'İnsan Sevgisi' ve 'Hoşgörü' Üzerine Bir Araştırma." Takvim-i Vekayi, c. 8, s. 2.
- Ahmet Sevgi, "Yunus Emre'de İnsan Sevgisinin Evrensel Niteliği Üzerine", Turkish Studies International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, c. 7, s. 1
- Ömer Yılmaz, "Zaman ve Mekânı Aşan Söylemleriyle Yunus Emre'de İnsan Anlayışı", Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Kasım 2013, 14 (Özel Sayı)
- Mahmut Erol Kılıç, *Sufi ve Şiir- Osmanlı Tasavvuf Şiirlerinin Poetikası*, İnsan Yayınları, İstanbul:2007

TOPRAKTA

Neler Yatar?

Meçhul Aziz / The Unknown Saint / Le Miracle du Saint Inconnu

■ İshak KOÇ



Pek aziz gibi görünmeyen Emin (Younes Bouab), yüksek meblağda para çalar ve polisleri peşine takar. Aracı bozulunca standart hırsız polis kovalamacası çölün belli belirsiz bir yerinde son bulur. Apar topar elindeki para dolu çantayı bir tepeciğe gömer. Daha sonra geldiğinde gömdüğü yeri hatırlayabilmek için de oraya bir mezar yapar. Yakalanır, hapse düşer, yıllar sonra çıkar. Woody Allen filmlerini andıran bir sona sahip filmler vardır ya... *The Unknown Saint*'in başlangıcı ise tam tersi, Hollywoodvari

bir yapıya sahip. Aksiyonu, durgunluğu, gizemiyle...

Yıllar evvel gömülen çanta bulunmalıdır. Bu gayeyle Emin, hapisten çıkar çıkmaz bir taksiye atlayıp yakalandığı yere gelir. Gerisi umulmadık biçimde gerçekçi ilerler.

Hikâyeye ara verip her şeyi bilen ama rüzgârdan nem kapan bilgiler için şöyle bir açıklama yapmak iktiza eder: Bu bir film anlatısıdır. Filmin dokusuna, hikâyenin tamamına, sinopsisine dokunmadan neyi nasıl anlattığı vurgulanmalıdır. Bu vurgu esnasında içeriğin

olumlu / olumsuz oluşu, tasvip edildiği, onandığı, övüldüğü anlamına gelmez. Yani içerikte bir hırsızlık vakası var idiye çalmanın caiz olmadığı, yanlışlığı, kötülüğü başka bir bahistir. (Hassasiyet gereği bu türden bir yapım arayanlar için ayrıca söylemek gerekir ki henüz öyle bir yapım yoktur.) Sözü geçen yapımı izlemeden yok bu çok siyasal, fazla sanatsal, az sosyal gibi yorumlar yekûnen kişiseldir. Nihayet bir hikâyenin, filmin, makalenin, denemenin, yapıtın anlatabildiği, onun üstüne yapılan yorumlarla beraber



alıcı konumdaki kişi ve kişilerin anlayabilme kapasitesine bağlıdır. Anlamamakta ısrarcı davranan, söz temsil, filmi izlemeden yorumlamaya kalkan, hiç yoktan anlatıcılığı engellemeye çalışmasa bu dünya daha yaşanabilecek bir yer olur. Yazık ki sansür çok cazip görünür ve yetkili yetkisiz imkân bulan herkesin iştahını kabartır. Kimse ayıp ettiğini düşünmez, kabul etmez, bilmek bile istemez. Ancak işte bir kervanın yürüyebilmesi, dışsal faktörlere değil de kervana katılanların tahammül gücüne, horgörülerinden feragat etmesine bağlansa iyi olur.

Faslı yönetmen Alaa Eddine Aljem'in yazıp yönettiği 2019 yapımı *The Unknown Saint*, Clint Eastwood'lu, Lee Van Cleef'li Sergio Leone westernlerine benzer. Hani kasabaya bir yabancı gelir, onun şehre girişi yadırganır, huzursuzluk verir ve gerginlik doğurur. Yabancı etrafına bakar, uzağındakilerle göz göze gelir, her an silahına davranacak gibi tedirgindir, sakın olmaya çalışır. İşte Emin ya da Doktor (Anas El Baz), durup kasabaya, durup türbeye, durup insanlara baktığında o izlenimi verir. Sanki insanlar da bu yabancıнын tekinsizliğinden işkillenir. Mekân da netamelidir, âdeta Hollywood westernleri gibi plato kurulmuş, yeni binalar, sokaklar yapılmış izlenimi verir. Bir farkla ki Meçhul Aziz'de çerçeveler son derece estetik, olabildiğince sanatsaldır. Akış da... Bir de bakışların sustuğu yerde silahlar konuşmaz. Zira

insanlar, konuşarak anlaşma istidadına sahiptir. Hani kurak çöl ortamında nasıl görüntüler alınır denirse tam da böyle olmalıdır. Geniş ya da yakın plan, son derece fotografik görüntüler filmi estetize eder.

Başta, bölge sakinleri adamımızı bilim adamı zannederler. Ona saygı duyarlar; işi gücü vardır, bizim gibi avare değildir diye berberde sıralarını bile verirler mesela. Bu gibi mekânlarda berber sırası önemlidir. Ancak bilim ve adamı da önemlidir; ya maden çıkarıp bölgeyi ihya eder yahut türbe üstüne makale falan yazıp her tarafta tanınırlığını sağlar. Nitekim: "Petrol mü arıyorsun? Suudiler gibi zengin mi olacağız yoksa?" repliği, bilime, araştırmaya, incelemeye verilen önemi ibraz eder. İnsanlar âdeta faydasız ilimden Rablerine sığınmaktadır! Öyle ya, bilim insanıysa bir faydası olmalıdır! Tıpkı görseller gibi replikler de fena hâlde ironiktir. Yönetmen, dilediğinden sözünü, tavrını, esprisini esirgemez:

- Niye siyah giyindin?
- Ben Şii'yim de ondan!

Dispanserin tekaüde ayrılmamış hemşiresi (Hasan Badidah) Şii değildir elbette. Mezhepsel bir farklılık, ritüel, görsel de yoktur. Öyle olsa en azından türbeye gıcık olup tabelasını çalmaz, türbenin bekçisine sinir olup aleyhinde söz sarfetmez. İnsanların bilcümle hastalıklar için türbeden medet umup sadece sosyalleşmek amacıyla dispanser gelişinden, hamama

gidişinden yakınmaz. Espriler incedendir yani sosyal ya da dinsel teamüllere yabancı kalan pek de anlamaz. Yine dini bütün müminlerden İbrahim'in cenaze alayı, toplumda yerleşmiş dinî tören bağlamında ilginç izlenimler verir.

İçine para atılan suyuyla, yanında dilek dilenip çaput bağlanan ağacıyla, tabelası ve kubbesiyle tepenin en başına konuşlanmış türbe tam teşekküllü hizmet vermektedir. Müşterisi eksik olmaz. Bekçisi yani türbedarı da mevcuttur. Köpeğiyle beraber sabahlara kadar "hazret"i bekler, etrafta kuş uçurtmaz. Kuş uçmaz zaten, çanta gömülüp mezar çevrilmese ve daha sonra insanlar tarafından kutsiyet atfedilmese kervan da geçmez. Film geçer sadece... Keyifli geçer. Emin elbette gömdüğü parayı yerinden çıkarıp alamaz. Ancak aldığı çok şey vardır oradan; ibret alır, ders alır, boyunun ölçüsünü alır. Muhtemelen böyle bir filmde oynadığı için keyif de alır...

Orijinal İsmi:

The Unknown Saint

Süre:

100 dk

Tür:

Komedi, Kara Mizah, Dram, Polisiye

Yönetmen:

Alaa Eddine Aljem

Senarist:

Alaa Eddine Aljem

Yapım:

2019-Fas, Fransa

GÖÇMEN KUŞLAR VE ÇEVRE SORUNLARI

■ Şule TÜZÜN

Göçmen kuşlar tabiatın en etkileyici yolcularından. Her yıl binlerce kilometreyi aşarak kıtaları birleştiriyor, gökyüzünde görünmez yollar çiziyorlar âdetâ. Bu yolculuklar sadece bir kuş hikâyesi değil; aslında gezegenin sağlığıyla ilgili çok şey söylüyor. Ama bugün bu zarif canlılar, çevresel tehditlerle daha önce belki de hiç karşılaşmadıkları kadar yüz yüzeler. İklim değişikliği, habitat kaybı, kirlilik, gereğinden fazla ışık hatta savaş... Hepsi onların rotasını, ritmini ve yaşamını altüst edebiliyor.

Son yıllarda yapılan bilimsel araştırmalar, bu tehditlerin yalnızca kuş türlerini değil aynı zamanda ekosistemlerin tamamını etkilediğini

gösteriyor. Çünkü göçmen kuşlar sadece bir tür değil tabiattaki büyük dengenin bir parçası.

İklim değişikliği, göçmen kuşlar üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkiler yaratabiliyor. Özellikle uzun mesafeli göç eden türlerde, sıcaklık artışına bağlı olarak göç zamanları kayıyor. Baharın erkene kaydığı bölgelerde, kuşlar vardıklarında besin kaynakları çoktan tükenmiş olabiliyor. Bu da yavru büyütme şansını önemli ölçüde düşürüyor. Kuşların yaşam döngüsü sıkı sıkıya birbirine bağlı. Ama bu doğal denge aksadıkça ya da değiştikçe onlar da ritimlerini kaybediyor.

Göçmen kuşlar, uzun yolculukları sırasında dinlenmek ve beslenmek için

belli başlı duraklama alanlarına ihtiyaç duyar. Sulak alanlar, kıyı bölgeleri, bozulmamış tarım alanları... Ama artık bu alanlar ya kuruyor ya da yapılaşmaya açılıyor. Özellikle Asya ile Afrika arasında göç eden türlerin birçok geleneksel durağı ya yok oldu ya da erişilmez hâle geldi. Bu da kuşların yolda tükenmesine, hastalanmasına, çoğalmamasına neden oluyor. Uçmak yetmiyor onlar için, konacak yer ve yaşam döngülerini sürdürebilmek için uygun koşullar gerekiyor.

Şehirlerin büyümesiyle birlikte ortaya çıkan ışık kirliliği, kuşlar için ciddi bir tehdit. Çünkü birçok göçmen kuş gece uçuyor ve yönlerini yıldızlara göre buluyor. Ama artık gökyüzü o kadar aydınlık ki ne yıldız kalıyor ne yön. Özellikle yüksek binalar, kuleler ve yoğun aydınlatmalar kuşların çarpışmalara maruz kalmasına neden olabiliyor. ABD ve Avrupa'da yapılan araştırmalara göre sadece bir şehirde bile her yıl binlerce kuş bu yüzden ölüyor. Övünerek konuştuğumuz teknoloji ilerliyor ama tabiattaki diğer canlıların dengesi de geriye çekiliyor.





Tarımda kullanılan ilaçlar ve toksik maddeler, göçmen kuşların sağlığını ciddi şekilde etkiliyor. Sinir sisteminde hasar, bağışıklıkta zayıflama, üremede düşüş... Özellikle neonikotinoid türü pestisitlerin, böceklerle beslenen kuşların sayısını azalttığı bilimsel olarak kanıtlanmış durumda. Mikroplastikler de insanlarda olduğu gibi kuşlarda da başka bir sorun. Özellikle horat deniz kuşlarında, vücutta biriken plastik parçacıklar hem fiziksel hem de nörolojik sorunlara yol açabiliyor. Göç sırasında kuşların bünyelerine farklı yollarla aldıkları bir damla zehir bile hayati fark yaratabiliyor.

Göçmen kuşlar bazen sadece kendilerini taşıyor, bazı hastalıkları da yanlarında götürüyor. H5N1 gibi kuş gribi virüslerinin kıtalar arasında yayılmasında bu göçlerin etkisi oldukça fazla. Sulak alanlarda bir araya gelen kalabalık kuş sürüleri, hastalıkların hızla yayılmasına zemin hazırlıyor. Bu da hem doğadaki canlılar hem de insan sağlığı için ek bir risk demek.

Çatışmalar, savaşlar, krizler... Doğrudan tabiata yapılmıyor belki ama etkisi doğrudan hissediliyor. Özellikle Orta Doğu ve Doğu Avrupa'daki bazı bölgelerde yaşanan çatışmalar, kuşların geleneksel göç yollarını terk etmesine neden oldu. Yeni rotalar daha uzun, daha zorlu, daha riskli. Bu da kuşların daha fazla enerji harcamasına ve daha az yavru büyütebilmesine yol açıyor. İnsan savaşırken kuşlar da göç etmekte zorlanıyor.

Bazı göçmen kuşlar, çevredeki değişimlere genetik olarak tepki verebiliyor. Yani göç zamanları ya da rotaları, nesiller geçtikçe bir miktar değişebiliyor. Ama bilim insanları bu dönüşümlerin, insan kaynaklı çevre değişikliklerinin hızına yetişip yetişemeyeceğinden emin değil.

Göçmen kuşlar sadece uçmaz; aynı zamanda haber getirir. Onların yaşamı, çevresel değişikliklerin ilk sinyallerini verir. Bu yüzden onları korumak sadece bir türü değil bütün bir ekosistemi

korumak anlamına geliyor. İklim kriziyle mücadelede, doğal alanların korunmasında, bireysel farkındalığın yanında uluslararası iş birliği şart.

Şimdi yapılması gereken çok net: Kuşların göç yollarını korumak, ışığı azaltmak, tarımsal ilaçlama başta olmak üzere zehri sınırlamak, onlara yaşam alanlarını geri vermek. Yapılan her oluşumda onların yaşam alanlarını ve koşullarını ön planda tutarak hareket etmek bizim asıl görevimiz. Tüm bu adımlar sadece kuşlar için değil biz insanlar için de bir tür kurtarma planı. Çünkü bir kuşun düşüşü, ekosistemin dengesi kadar bizim geleceğimizin de kırıldığı noktadır.

Tabiat durmadan sinyal veriyor. İklim değişiyor, yaşam alanları daralıyor, sesler azalıyor. Ama hâlâ zaman varken, hâlâ gökyüzünde kanat çırpınlar varken bu gidişatı tersine çevirmek elimizde. Kuşları korumak geleceği korumaktır. Çünkü belki de en başta unuttuğumuz şey şu: Onların rotası bozulduğunda aslında bizim yönümüz de şaşıyor.



PLEVNE KAHRAMANI GAZİ OSMAN PAŞA

■ Dr. Mehmet Fatih BECERİK

*Tuna Nehri akmam diyor
Etrafımı yıkmam diyor
Şanı büyük Osman Paşa
Plevne'den çıkmam diyor*

Türk tarihinin önemli kumandanlarından Gazi Osman Paşa 1832 yılında Tokat'ta doğdu. Yağcıoğulları olarak bilinen bir aileye mensup olan Paşa'nın asıl adı Osman

Nuri'dir. Babasının ikameti sebebiyle küçük yaşta ailesiyle İstanbul'a gelen Osman Paşa, okul hayatına burada başladı. Başarılı öğrenciliğini Harp Okulunda devam ettirdi, okulunu üçüncülükle bitirip Harp Akademisine girmeye hak kazandı. Kırım Savaşı (1853-1856) nedeniyle eğitimini bırakan Osman Paşa Rumeli'ye atandı. Vazifesi esnasında

komutanlarının yakın ilgisi ve takdirleriyle yüzbaşılığa terfi etti. Kırım Savaşı sonrasında İstanbul'a döndüğünde bırakmak zorunda kaldığı Harp Akademisi'ni tamamlayarak 1858'de kıdemli yüzbaşı oldu. 1859'da Osmanlı Devleti'nde ilk defa yapılacak kadastro usulüyle harita çiziminde görev aldı. 1861'de kurmay rütbesiyle Rumeli Yenişehir'de,

1864'te de hassa ordusunda vazifelendirildi, ardından binbaşılığa terfi etti.

Suriye eşkıyalarının yakalanmasında görevlendirilmesinin ardından başlayan ayaklanmaların durdurulması için gittiği Girit'te, Başkomutan (Serdar-ı Ekrem) Ömer Lütfi Paşa ile yakın çalıştı. Onun takdirini kazandı ve albaylığa yükseltildi. 1868'de Yemen ayaklanmasında alay komutanı olarak görevdeyken tuğgeneral oldu. Ancak 1871'de rahatsızlanarak hava değişimi için İstanbul'a gönderildi. Birkaç ay sonra aynı rütbe ile Manastır'da, 1873'te ise Yenipazar'da görev aldı. Aynı yıl tümgenerallik (feriklik) rütbesiyle İstanbul Merkez Komutanlığına, ardından İşkodra Komutanlığına, 1874'te ise Bosna Komutanlığına ataması yapıldı. Burada başkomutanlığa terfi ettirildi ve Erzurum'daki 4. Kolordunun kurmay başkanlığına emri çıktı. 1875'te Erzurum'da göreve başlamasının ardından yaklaşık beş ay sonra Sırplarla çıkacak savaş sebebiyle Niş'te toplanacak orduya katılması emri verilince İstanbul'a geldi, gelişen olaylar sonucu Vidin Tümen Komutanlığına gönderildi. Yapılan muharebelerdeki başarılı çabaları sonucunda Mecidiye Nişanı'yla ödüllendirildi ve 1876'da mareşalliğe (müşirlik) yükseltildi. Anlaşma sonrası kuvvetleriyle Vidin'e dönüp askerlerinin noksanlarının ikmali, eğitim ve öğretimi, disipliniyle meşgul oldu.

Bu esnada Rusya ile harp edileceğine dair haberler çıkınca Vidin Kalesi'nin tamiriyle uğraştı.

Rusların 1877'de savaş ilan etmesiyle kaleye yöneltilen ateşlere Osman Paşa emrindeki kuvvetler cevap vermiş, karşılıklı top atışlarıyla muharebe devam ederken Ruslar ayrıca Zıştovi üzerinden taarruza geçmiştir. Düşman harekâtına yönelik başkomutan ve padişaha teklifler sunan Osman Paşa daha sonra gelişen hadiselerle birlikte Temmuz 1877 Plevne savunmasında görevlendirilmiştir.

Plevne Savunması ve Kahramanlık Destanının Yazılması

Türk ve dünya askerlik tarihinin en ünlü müdafaalarından biri olan Plevne savunması, Osman Paşa ve komutasındaki askerlerinin millî kahramanlık ve askerlik şerefini korumadaki insanüstü başarısını tüm dünyaya göstermiştir. Plevne savunması ile Gazi Osman Paşa birbiriyle o kadar özdeşleşmiştir ki biri söylenince mutlaka diğeri akla gelmektedir. Tarihte 93 Harbi olarak bilinen 1877-1877 Osmanlı-Rus Savaşının en önemli safhalarından biri olan Plevne'de Osman Paşa, dünya tahkimat tarihinde âdeta bir yenilik olan ve adına Plevne Tahkimatı verilen bir sistemi dünyaya tanıtmıştır.

Bulgaristan'ın kuzeyinde Tuna'ya dökülen Vid Irmağı'nın beş kilometre doğusunda ve bu ırmağa karışmadan önce birleşen Grivita ile Tuçenitsa

derelerinin kesiştiği yerde bulunan Plevne, doğal konumuyla savunmaya pek elverişli olmasa da stratejik yönden önem taşımaktaydı. Zira Niğbolu, Rusçuk, Sofya, Tırnova ve Filibe'den gelen önemli yolların burada birleşmesi Rusların Plevne'ye harekâtının önemini artırmaktaydı.

Osmanlı Devleti'nin Batı Avrupa'da Tuna boylarında doğrudan bir sınırı olmamasına karşın bölgeyi çabucak geçip Plevne'ye gelebilmesinin nedeni, burada şeklen Osmanlıya bağlı Eflâk ve Boğdan Beyliklerinin birleşmesiyle özerk bir idareye sahip olan Romanya'nın varlığıydı. Ruslar, bu esnada Romanya'nın bağımsızlık isteğini yerine getirme vaadinde bulunarak onları kendi tarafına çekmişti.

Osmanlı-Rus Harbi başladığı sıralarda Sırpların muhtemel hareketlerine karşı Vidin'de görevlendirilen Osman Paşa, orada beklemenin bir yararı olmadığını, düşman Tuna'yı aşmadan Niğbolu'daki tümen ve Şumnu'dan gelecek Tuna Doğu Ordusu ile birleşerek Zıştovi istikametinde harekâta girişilmesini teklif etti. Fakat bu teklif en yakın cephe komutanı Başkomutan Abdülkerim Paşa tarafından kabul edilmedi ve kendisinin Vidin'den ayrılmasına izin verilmedi.

Rusların, Tuna'yı kolaylıkla geçip Balkanlar'a yayılması ve özellikle 8 Temmuz 1877'de bir kısım Rus süvarisinin Plevne'ye yaklaşmasıyla durum

değişmiş, buranın savunulması gereğini ortaya çıkarmıştı. Sonuç olarak hem başkomutan hem de padişahın teklifine önem vermeye mecbur kaldığı Osman Paşa, toplam 12.000 kişilik bir kolordu ile 13 Temmuz 1877'de Vidin'den Balkan geçitlerini tutmak üzere hareket etti. Ancak yolda Abdülkerim Paşa'dan gelen Niğbolu'nun sıkıştığı haberiyle Plevne'ye varıp orayı tutma emri geldi. Bu emirle Osman Paşa'nın vazifesi ve istikameti değişmişti. Bu sırada Plevne'nin güneyindeki Lofça ve kuzeydoğusundaki Niğbolu'yu ele geçiren Ruslar, Osman Paşa'nın Plevne'ye vardığı 19 Temmuz 1877 günü, şehrin kuzeydoğusunda görünmüş ve böylece Plevne muharebelerinin ilki başlamıştı.

Osmanlı kuvvetleri tarafından I. Plevne Savaşı ile püskürtülen Ruslar geri çekildiler. Osman Paşa, bu arada savunmaya pek elverişli olmayan Plevne'nin tepelerine siperler kazdırtmış, savunma hattını kuvvetlendirmiş, civardan celbedilen kitalar ve gönüllülerle kolordusunu takviye etmişti. Plevne'nin savunmasını güçlendirmek ve geri hatlarla bağlantı kurabilmek için çok önem taşıyan Lofça'yı geri aldı.

30 Temmuz 1877 sabahı tüm kuvvetleriyle başlayan düşman taarruzunun ilk safhalarında her ne kadar birinci ve ikinci siperleri ele geçirilmişse de Osman Paşa kuvvetleri düşmanı yeniden püskürterek ve büyük bir

bozguna uğratarak geri çekilmek durumunda bıraktı. Alınan zayıat ve düşülen perişan durum, Rus Orduları Başkomutanı Nikola'yı büyük telaş ve ümitsizliğe sürüklemiş, ikinci mağlubiyetten sonra Romanya Prensi Karol'dan yardım istemek durumunda bırakmıştı.

Üst üste kazanılan bu iki zafer, Osmanlı askerlerine muharebe tecrübesi kazandırmıştı. Ağustos ayında yeniden birçok tabyalar yapıp korunmak için daha elverişli siperler, sığınaklar kazılmıştı.

Eylül 1877'den itibaren Rumenler dâhil olmak üzere gittikçe takviyeler alan düşman, cephenin bazı kesimlerinde Osmanlı kuvvetlerini mağlup etmeye başlamasıyla 4 Eylül'de Lofça'yı ele geçirmiş, böylece Plevne'nin gerisiyle olan ulaşım ve iletişim kesilmiş oluyordu. Rus Başkomutanlığının 7 Eylül 1877 tarihinde bütün cephelerde Plevne üzerine taarruza geçmesiyle başlayan üçüncü Plevne savaşları 12 Eylül günü, Osman Paşa'nın kısa sürede çekidüzen verdiği kuvvetleriyle düşmana taarruza geçmesiyle son bulmuş, bu savaşlarda Rus ve Rumen kuvvetleri yaklaşık 20.000 asker kaybı yaşamıştı. Düşmanın ele geçirdiği bazı yerler ve mevziler geri alınmıştı.

Rusların dalgalar hâlinde, arka arkaya yaptığı üç saldırının da püskürtülmesi ve büyük çapta Rus zayıatı haberinin İstanbul'a ulaşması bir bayram havası meydana getirmiş ve

bu başarısından ötürü Osman Paşa'ya 21 Eylül 1877'de gazilik ünvanı tevcih edilmiştir.

Bu sonuçların ardından Rus Çarı II. Aleksandır, General Todleben'i Plevne savunmasını çökertmekle görevlendirdi. Yeni general, taarruzun bir sonuç vermeyeceğini, ana planının kuşatma ile halkı ve askerleri yokluğa mahkûm ederek Plevne'ye boyun eğdirmek olduğunu ifade etmiş ve bu doğrultuda adımlar atmıştı. Bunlarla birlikte ara ara taciz mahiyetinde saldırılar yapılmasını da ihmal etmemişti.

Ekim ayından itibaren düşman çemberinin iyice daralması, tabyalara saldırıların artması, çarpışmaların ara ara şiddetlenmesi sonucunda 24 Ekim 1877 tarihinden sonra, Osman Paşa kuvvetlerinin bütün dünyayla ilişkisi kesilmişti.

Yeni tahkimatla Plevne çevresindeki halkayı daha da daraltan Ruslar, 30 Ekim'de Osman Paşa'ya gönderdikleri mektupla Plevne'nin teslim edilmesini istediler. Osman Paşa ise buna karşılık 12 Kasım'da şimdiye kadar mağlup olmadıklarına, teslim olmaktansa kanlarını bu uğurda dökeceklerine dair bir mektupla cevap verdi.

Ancak zaman, Osman Paşa ve beraberindekilerin aleyhinde işliyordu. Plevne'deki asker ve sivil halkın durumu gün geçtikçe ağırlaşıyordu. Yardıma gelebilecek Osmanlı ordusu da olmayınca askerlerin şevki ve takati tükenmeye başlamış,

buna bir de soğuyan havalar ve fırtınalar eklenince şartlar iyice zorlaşmıştı. Kasım sonunda, yiyecek ve silah mühimmatının azaldığı görülünce 1877 Aralık ayında kuşatmayı yararak Sofya'ya doğru çekilme (huruç) hareketine karar verilerek tahliye için hazırlıklar yapıldı. Nihayet 10 Aralık 1877'de sabah hücum borularıyla Plevne'den düşman yarılarak çıkma girişimi sayıca çok fazla olan düşman kuvveti karşısında akamete uğradı. Türk tabyalarının Ruslarca zapt edilmesi, Osman Paşa'nın bir gülle parçasıyla bacağından ağır yaralanması ve öldü haberlerinin dolaşması askerler arasında kargaşa çıkmasına, mevziler terk edilip Plevne'ye doğru kaçılmasına sebep olmuştu. Durumun çaresizliğini gören Osman Paşa, 40.000'e yakın asker ve sivil bir kuvvetle birlikte teslim olmuştu. Ateşkesin yapılmasıyla Plevne 143 gün süren bir müdafaadan sonra düşman eline geçti. Teslim olan bu askerlerden sadece 10.000'i vatana sağ olarak dönebildi. Esaret boyunca Rusya orduları Başkomutanı Grandük Nikola ve Rus Çarı II. Aleksandır tarafından güzel bir şekilde kabul gören Osman Paşa, tedavisi sonrasında Rus makamlarının izni ile Kişinev'e gitmiş ve burada iki ay kalmıştır.

Plevne Sonrası

Kişinev'de bulunduğu sırada padişahın özel göreviyle Petersburg'a gelen Başkumandan Rauf Paşa, Osman Paşa için Rus Çarı'ndan

ricada bulunmuş ve onu alarak 1878 yılında Mart ayında İstanbul'a gelmişti. Halkın büyük bir coşku ve heyecanı ile karşılaşan Osman Paşa, Saray'a giderek Sultan II. Abdülhamid tarafından da güzel kabul görmüş, kendisine bir altın kılıç ve nişan hediye edilmiştir.

Sırasıyla hassa müşirliğine, Mabeyn-i Hümayun müşirliğine ve başkomutanlığa atanan Gazi Osman Paşa, daha sonra başkomutanlıktan azledilmişse de Mabeyn-i Hümayun müşirliği üzerinde kalmıştır.

Bütün bunların yanı sıra Gazi Osman Paşa, oğullarını Sultan II. Abdülhamid'in kızlarıyla evlendirerek padişah ile akrabalık tesis etmişti. Fiziki bakımdan heybetli görünüşünün yanında sabırlı ancak sert bir karaktere sahip olan Gazi Osman Paşa, çevresinde nazik ve sevimli bir kimse olarak görülmezdi. Yabancı devletlere özellikle İngiliz, Fransız, Alman ve

Ruslara karşı duyduğu kuşkulu tavrı onun en belirgin özelliklerinden biriydi. Gazi Osman Paşa vefat ettiği zaman vasiyeti üzerine Fatih Camii haziresine gömülmüştür.

Osmanlı Devleti'nin son devrinde yetiştirdiği en önemli kumandan ve devlet adamlarından biri olan ve kazandığı zaferlerle mareşalliğe kadar yükselen Gazi Osman Paşa, umutsuzluğun ve çaresizliğin hüküm sürdüğü bir dönemde azmi, inancı ve kararlılığı ile inanılmaz zaferler elde etmiş, vatan müdafaasında cephede askeriyle birlikte çarpışmıştır. Büyük mücadelesi düşmanlarının bile takdirini kazanmış, dillere destan olmuş ve adına türküler yakılan, gönüllerde hoş sadalar bırakan bir halk kahramanı haline gelmiştir.

*Kılıcımı vurdum taş
Taş yarıldı baştanbaşa
Ünü büyük Osman Paşa
Askerinle binler yaşa.*

Tarihte bu ay neler oldu?

Hiroşima kentine atom bombası atıldı.
(6 Ağustos 1945)

Büyük Marmara Depremi oldu.
(17 Ağustos 1999)

Evliya Çelebi 50 yıl sürecek seyahatine başladı.

(19 Ağustos 1630)

Malazgirt Zaferi gerçekleşti.
(26 Ağustos 1071)

Kocatepe Camii ibadete açıldı.
(28 Ağustos 1987)

Büyük Taarruz zaferle sonuçlandı.
(30 Ağustos 1922)

ESTETİK TEN SINIFA KIRDAN SALONA

Çiçeğin Sosyolojik Serüveni

■ Zeynep KAYSERİ UZUN

“Nereden çıktı bu plastik çiçekler?

Neden plastik bu çiçekler?

Nereye gitti hercai menekşeleriyle övünen, tomurcuk veren sardunyalarıyla konuşan komşular?

Gül ve hanımeli kokularının birbirine karıştığı dingin balkonlar?

Ne zaman vazgeçti ortancalar teneke kutuları mesken edinmekten?

O uzak kentlerdeki karmaşada her şeye karşı yeniden tomurcuklanan yaşam sevinçlerine yer kalmadı mı?

Gökdelenlerin gölgesinde başını kaldıramıyor mu kır çiçekleri?

O kentlerin koşuşturmasında vaz mı geçildi nergisin kokusundan?

Çabalamadan güzellikleri ellerinde tutmak isteyen plastik yaşamlar ve sulanması, özen gösterilmesi gerekmeyen odalara yayılmış, sahibinin hevesinin geçmesini bekleyen plastik çiçekler.

Nereden çıktı bu plastik çiçekler?

Neden plastik bu çiçekler?”

Yıldız Kenter/Plastik Çiçekler

Muhteşem güzelliğini yalnızca on gün sunan sakuraları diğer adıyla kiraz çiçeklerini bilirsiniz. Japonya için o kadar önemlidir ki sakura zamanı televizyonlarda hava durumundan sonra bir de “Sakura Durumu” verilir. Japonya için sakura sadece

güzel bir ağaç türü değil derin anlamlar barındıran bir kültürel, tarihî ve felsefi sembol âdeta. Japon toplumunda sakura, hem bireysel yaşam algısını hem de kolektif ulusal kimliği şekillendiren çok katmanlı bir değere sahiptir. Sakuranın birkaç gün içinde dökülmesi, Japonya’nın şeylerin

geçiciliğine -mono no aware- duyulan hüznü hayranlık duygusunu simgeler. Farklı kültürlerde de çiçeklerle buna benzer bağlar kurulmuştur. Hindistan için lotus çiçeğinin çamurun içinden tertemiz çıkması, ruhsal yükselişi temsil eder. Brezilya’daki orkide ve sardunyalardan geçmişe özlemi, kaybedilen şeyin huzurlu bir sızıyla hatırlanmasını ifade eder. Rusya’da gelincik çiçeği toska denilen ruhsal boşluğu, içsel acıyı yansıtır. Alman romantikleri, *sehnsucht* tabiriyle mavi çiçeği “asla ulaşılamayacak olanın hayali” olarak işlerler.

Çiçeklerin daha nice kültürde bambaşka duyguları harekete geçiren derin dokunuşları var. Kimisi gösterişlidir; göz alır, varlığıyla ortalığı susturur. Kimisi sessizdir; arka planda kalır ama orada olduğunu hep hissettirir. Bazısı asildir bazısı hoyrat. Ama her biri, bir insan hâli, bir toplumsal sembol, ince bir dil ve edebî duraktır.



İnsan doğanın bir parçası, hayatın ve canlılığın bir cüzü. Çiçekler de tabiatı hissettiğimiz her varlık gibi bizi bütünün parçası kılıyor ve geçiciliğimizi hatırlatıyor. Son zamanlarda baharın en mis kokulu habercilerinden hanımeli çiçekleriyle bezeli sokaklara düşüyor yolum. Kokuyu içime çektikçe nefesimin, zihnimin ve ruhumun iyileştiğini hissediyorum. Muazzam bir rahatlık kaplıyor her yanıma. Güzel'e övgüler yağıdırıyorum farkında olmadan. Dünya tarihi boyunca çiçeklerin onarıcı etkisini merak ediyorum. Çok eski zamanlardan beri insanoğlunun çiçeklerle kurduğu ince nüanslı bağlar var. Örneğin Yunan'da gül, tanrıçanın yanağından süzülen kanın çiçeklenmiş hâlidir. Roma zaferlerinde çiçek taçları takılmış ki zaferin geçiciliği hatırlansın. Kutsal kitaplara gelince, İncil'de zambak, saflığın bedeni olurken Kur'an'da çiçek, sessiz bir ayet gibi kâinatta açar. Budizm'de lotus, çamurdan doğup arınan ruhun hikâyesidir. Her inanç, kendi hakikatini bir çiçekte saklar. Meksika'da çiçek, ölüye mektuptur. Marigoldlar toprağa serilir. Anne kokusu, baba sesi çiçekle çağrılır. Çiçek burada ölümle yapılan barışın adıdır. Renklidir, canlıdır ama aynı zamanda yastır. Mezarlıklara çiçek dikme, cenazeye çelenk gönderme, "Toprağı bol olsun." sözüyle birlikte çiçek bırakma... Ölüme karşı çiçek, yaşamın, zarafetin ve geçiciliğin temsidir. Bir yandan ölüye saygı, diğer yandan yaşayan için teselli anlamı taşır. Çiçek burada ritüelin estetik ayini hâline

gelir. Behzad Behzadpoor tarafından 2003 yılında yapılan *The Frozen Rose* isimli kısa film bu konuda oldukça etkileyicidir. Küçük bir kız çocuğu, İran-Irak Savaşı'nda kaybettiği babasının anısını yaşatmak için her sabah asker trenine çiçek sunar. "Donmuş gül", savaşın soğukluğuna karşı masumiyetin ve sevginin direnişini temsil eder. Film, çocukluk, yas ve umut temalarını derinlemesine anlatırken o hüznü hissi kalbimize nakışlar.

Çiçeklerle ilgili belki de en uzun soluklu temsil kadınlara aittir. Tarih boyunca kadınlar hep çiçeklere benzetilmiştir. Yüzleri güle, bakışları menekşeye, elleri sümbüle, sesleri zambaklara... Sanki doğa kendini kadında açıyor; sanki kadın doğanın en narın susuşuymuş gibi... Ama bu benzetme sadece bir övgü değil tarih boyunca kurulan estetik bir ittifakın, kimi zaman yücelten ama kimi zaman bastırılan bir anlaşmanın sessiz hâlidir.

Güzellik hep çiçeklerle anılmıştır. Divan şairleri sevgilinin yüzüne "gonca", yanaklarına "lale", gözlerine "nergis" demiş; Fransız romantikleri kadınları bahar yağmurlarında açan hassas çiçeklere benzetmiştir. Çünkü çiçek güzeldir. Ve kadın da güzeldir. Ama tarih boyunca ikisinin ortak kaderi solmak olmuştur. İşte tam bu noktada romantik görünen bu benzetme, sosyolojinin merceğinde başka bir şekle bürünmektedir. Tıpkı kadına atfedilen geleneksel roller gibi... Kadına çiçek denir. Çünkü suskundur, geçicidir, korunmaya

muhtaçtır. Bakılmak için vardır. Ama aynı zamanda sessizdir; konuşmaz. Aslında burada çiçek, yalnızca bir metafor değil bir işarettir. Toplumun neye değer verdiğini, neyi bastırdığını, neyi yüceltip neyi görünmez kıldığını gösterir bize. Bu noktada kadındaki beklentileri çiçeklerle ifade eden kodlara kır çiçekleriyle cevap vermek geliyor içimden. Bahçeye sığmayan, vazoya konmayan, etiketlenemeyen güzellikler. Ne bir çitin içinde yetişirler ne bir katalogda yer bulurlar. Bir peyzaj düzenlemesinin parçası olmadılar hiçbir zaman. Çünkü kır çiçeği, hiç kimse istemediği hâlde açma cesaretidir. Gül gibi korunaklı değildir. Zambak gibi serin salonlarda durmaz. Kır çiçeği, güneşin nereye doğduğunu bilmeden açar. Ne zaman rüzgâr esse onunla eğilir. Ve yine de kırılmaz. Kimse onları budamaz veya sulamaz. Ama onlar yılmadan çıkar o taşlı topraktan, çatlamış asfaltın arasından. Ve bu yüzden, kır çiçekleri bana varoluşun direnişini hatırlatır. Özgürlük tam da budur: Görünmek, beğenilmek için değil olmak için açmak. Sistem seni unutmuşken bile kendi renginle orada durmak. Bahçelerde seçilmemiş, saksılarda büyütülmemiş bir çiçek olmanın bedeli vardır tabii. Yoldan geçen seni ezebilir. Kimse fark etmeden solabilirsin. Ama işte bu seni kır çiçeği yapar. Yalnız ama sahici. Sessiz ama köklü. Kırılgan ama özgür. Kapitalist estetik her şeyi ölçmeye çalışırken kır çiçekleri buna direnir. Onlar fiyat biçilemeyen güzelliğin tarafındadır. Bir

çocuğun elinde tutmadan kopardığı bir demet papatyada, bir köylü kadının başına taktığı gelincikte, bir yol kenarında rüzgârla titreyen mavi çiğdemde yaşarlar. Ve en çok da kadınlara benzerler. Çünkü kadın da kendi renginde açmak ister. İzin almadan, şekil verilmeden, kendi gövdesinden doğarak... Ama dünya onu budamak ister. Tarlaya dönüştürmek, çit çekmek, biçmek... Oysa kır çiçeği der ki: "Ben burada kendiliğimle varım. Kendi mevsimimde açarım. Kendimle parlarım. Beni kimse dikmedi. Ama ben yine de buradayım." İşte bu, özgürlüğün en zarif tarifidir. Ve bence kadınlığı en güzel şekilde anlatır.

Bununla birlikte çiçekler yalnızca duyguları değil sınıf farklarını da yansıtır. Hangi çiçeğin kim tarafından, ne zaman, kime, nasıl verildiği bir toplumdaki sınıf farklarını, kültürel sermayeyi ve zevk hiyerarşilerini net bir şekilde açığa çıkarır. Bir lale soğanı, bir dönem Hollanda'da ev fiyatına satılırken bir kır çiçeği çoğu zaman isimsiz kalır. Orkide pahalı bir vazoya yakışırken papatya yol kenarında açar. Kır çiçekleri, görünmeyen sınıfların çiçeğidir. Bahçelere alınmazlar ama çitlerin dışında bütün ihtişamlarıyla dururlar. Tıpkı çoğu zaman toplumun "kenarında" yaşayan ama aslında asıl hayatı taşıyan insanlar gibi. Gösterişli değillerdir ama gerçektirler. Bu yüzden şehre karşı doğanın, yapay olana karşı hakikatin sessiz simgesidirler.

Bourdieu'nün dediği gibi, zevkler masum değildir. Çiçek

seçimimiz kim olduğumuzu değil kim olmak istediğimizi anlatır. Yine de modern zamanlarda çiçeğin başına gelen belki de en ironik dönüşüm onun metalaşmasıdır. Artık çiçek, sevgi değil zaman kazandırmaktadır. Kısa bir mesaj, tek tıkla sipariş, hızlı teslimat... Sevgililer Günü kampanyaları, Anneler Günü indirimleri... Çiçek, duygunun ta kendisi olmaktan çıkıp duyguyu temsil eden bir jeste dönüşür. Bauman'ın "akışkan modernlik" dediği o yüzeysel dünyada, çiçek bile kalıcı değildir artık. Göstermek için vardır, hissettirmek için değil. Plastik çiçek sadece bir dekorasyon değildir. O, duygunun donmuş hâlidir. Çünkü gerçek çiçek yaşar, değişir, solar, vedalaşır. Ama plastik çiçekte zaman durur. Ve işte burada başlar duygunun evcilleştirilmesi. Kimileri için pratik, kimileri için ekonomik ama aslında estetiğin endüstriyel parodisidir bu. Gerçek çiçek ellerde titrerken plastik olan vitrinde durur. Güzel ama ruhsuz. Sosyolojik olarak bu, duygunun ve doğallığın sistematik biçimde tüketim nesnesine dönüşümüdür. Bugün plastik çiçek, kapitalizmin doğaya karşı zafer ilanıdır. Gerçek çiçekler sınırlı, mevsimsel, kırılındır. Ama plastik olan bolca üretilebilir. O, hız çağının estetiğe uyguladığı baskının sonucudur. Bauman'ın akışkan modernliği içinde plastik çiçek, duyarlılığın yerine geçen gösteridir. Kokusu yoktur, geçmiş yoktur, kökü yoktur. Plastik çiçek, modern toplumun kendine ayna tutuşudur. Solmak istemeyen bir estetik



takıntıdır. Kokudan kaçan bir nezaket gösterisi, zamana karşı gösterişli ama duygusuz bir başkaldırı...

Ama unutulmuş bir şey var. Gerçek çiçek solduğu için değerlidir. Çünkü sevgi de hayat da hatıra da canlıdır. Kokar, solar, tazelenir, değişir. Bizi insan yapan şey belki de o kırılmalıdır.

Yıldız Kenter'in muhteşem tiradıyla bitirelim:

"Biliyor musunuz, sahne de bir plastik çiçek aslında.

Her gece ölürüz burada.

Her gece yeniden doğarız.

Ama ne alkışlar gerçek ne gözyaşları bazen...

Bir gün gelir, sahnede en çok inandığınız şey bile... dekor olur."

Ben artık çiçekleri değil, solmayı seviyorum.

Çünkü solmak, gerçek olanın sessiz bir cesaretidir."

KURMANCAN DATKA

Türk Tarihinin İlk Kadın Generali

■ **Meryem DALĞIÇ**

DİB Türk İslam Sanatları Daire Başkanı

19. yüzyıl... İpek Yolu güzergâhında yer alan ilmin, hikmetin ve ticaretin beşiği olan Orta Asya yaklaşan fırtınalara gebeydi. Buhara, Hive ve Hokand Hanlığı, yüzyıllardır İslam medeniyetinin neşet ettiği topraklardı. Ancak artık her biri çatırdayan birer çınar gibiydi. Çözülen iktidarlar, iç savaşlarla zayıflayan hanlar, birbirine düşen boylar... Ve kuzeyden usul usul sinsice inen bir düşmanları vardı: Çarlık Rusya'sı. Kuşkusuz içerideki hainlerin düşmanla müttefik olması da Rusların Orta Asya'yı işgal etme planlarını kolaylaştırmıştı. Bu çalkantılı dönemde Kırgızistan coğrafyası, hem Hokand Hanlığının iç baskıları hem de Rusların yayılmacı politikaları arasında sıkışmıştı. Halk; dinini, kimliğini ve vatanını koruma savaşını aynı anda vermek zorunda kalmıştı. Özgürlük mücadelesinin verildiği bu süreçte tarih sahnesine çıkan, Kırgız halkının onurunu temsil eden ve dünyaya adını duyuran kadındır Kurmancan Hatun.

Kırgızistan'ın Oş şehrinin Orke köyünde 1811 yılında dünyaya gelir Kurmancan Hatun. Kırgız geleneklerine göre bayramlarda (Ramazan ve Kurban) doğan erkek ve kız çocuklarına Kurmanali, Kurmancan, Kurmanbek, Kurmanbay isimleri verilirdi. Zira bu adı alan çocukların mutlu, huzurlu ve uzun ömürlü olacağına inanılırdı. Ailesi de bu töreye uyarak Kurban Bayramı'nda dünyaya gözlerini açan kızlarına Kurmancan adını koyarlar. İslam dinine; Türk örf, âdetlerine çok bağlı bir ailede büyüyen Kurmancan, küçük yaşlardan itibaren kendisini iyi ifade eden, zeki, mücadeleci, cesur ve onuruna düşkün bir kız olarak dikkat çeker. Hokand Hanlığının Alay Bölgesi'ni yöneten Alimbek Datka, onun bu meziyetlerine ve güzelliğine hayran kalır, 1831 yılında Kurmancan Hatun'la evlenir.

Kurmancan, eşi Alimbek Datka ile birlikte Hokand Hanlığında meydana gelen hadiselerin yanında siyasi ve askerî faaliyetleri yakından takip eder. Ayrıca Alimbek Datka'nın görevi

gereği Hokand Sarayında kaldığı veya askerî seferlerde bulunduğu sıralarda onun yokluğunu hissettirmeden Alay bölgesindeki Kırgız halkına liderlik yapar. Onun siyasi kişiliğinin oluşmasında, liderlik yapmasında eşi Alimbek Datka'nın tesiri, desteği oldukça önemlidir. Zira Alimbek Datka, devlet meselelerini Kurmancan Hatun'la istişare eder, kendi tecrübelerini de ona aktarır. Sosyal ve siyasi olaylara eşini dâhil etmekten kaçınmazdı.

Hokand Sarayı'nda sözü geçen yüksek rütbeli komutanlardan biri olan Alimbek Datka, devlet yönetiminin şekillenmesinde önemli rol oynar. Ancak 1862 yılında saray entrikaları sonucunda rakipleri tarafından suikasta uğrayarak öldürülür. Hayat arkadaşını kaybetmek Kurmancan Hatun'u çok sarsmasına rağmen kederini içine atar ve eşinin yükünü omuzlar. Onun siyasetini, hayallerini devam ettirmeye gayret eder. Kurmancan Datka'nın yönetici olduğu yıllarda genel olarak Alay Bölgesi sakin bir hayat sürer. Hatun, Hokand Hanlığı

1876'da Ruslar tarafından işgal edilinceye kadar geniş bir coğrafyayı başarılı bir şekilde yönetir.

Buhara Emiri, Kurmancan'ın ince siyasetine, bilgeliğine, cesaretine, zekâsına hayran kalır ve onu "datka" (general) ünvanıyla taltif eder. Yine Hokand Hanı Hûdayar'ı ziyaret eden Kurmancan, çok özel bir törenle hürmetle karşılanır. Hokand Sarayı da onun datka unvanını onaylayarak Alay Dağları'ndaki Kırgızların hâkimi olduğunu pekiştirir. Böylece Kurmancan Datka, her iki han tarafından general ünvanıyla şerefendirilmiş ilk ve tek kadın yönetici olur. Bu durum hem Orta Asya'da hem de İslam dünyasında çok nadir görülen olaylardan biridir.

Rusya'nın Orta Asya'yı sömürgeleştirme planına ortak bir akıl üretemeyen hanlıklar, Rus işgaline boyun eğler. Son derece çalkantılı bir dönemde ağır bir yükü omuzlayan Kurmancan Hatun, oğullarıyla birlikte Rus İmparatorluğu'na karşı amansız bir direniş gösterir. Oğlu Abdıldabek'in başında olduğu mücahitler, bir yıl kadar Ruslarla savaşırlar. Orta Asya'da hiç zorlanmayan Rus ordusu, bu direniş karşısında oldukça şaşkındır. Topraklarını kahramanca savunan Kırgızlara karşı Ruslar, özel ceza birlikleri kurarlar. Kadın, çocuk, yaşlı demeden topyekûn soykırıma başlarlar. Ancak Kırgızlar, kanlarının

son damlasına kadar savaşırlar. Alay Dağlarında meşalesi yakılan bu özgürlük mücadelesi, Fergana Vadisi'nin çeşitli bölgelerine de yayılır. Direniş karşısında savaşı bitiremeyen ve itibarlarının sarsılmasından korkan Rus ordusu, halk arasında büyük bir saygınlığa sahip olan Kurmancan Datka ile sulh kararı alır. Ruslardan gelen barış teklifini uzun süre düşünen Kurmancan Datka, Rus General ile onur kırıcı davranışlarda bulunmadan kendisiyle eşit bir seviyede konuşmayı ve şartlarını kabul ederse masaya oturacağını söyler. Ruslara direnen halkının ceza almaması, esirlerin teslim edilmesi, cami ve medreselerin kapatılmaması, dil, din ve ibadetlerine karışılmaması, vergilerin azaltılması, mallarına dokunulmaması gibi şartlar öne süren Kurmancan Hatun'un teklifi Ruslar tarafından kabul edilir. Askerî donanım ve silah teçhizatı bakımından şartların eşit olmadığını farkında olan Kurmancan Datka, savaşa devam ettiği takdirde halkının topyekûn yok olmasından korktuğu için barış yapılmasını uygun görür. Kırgız halkı tam anlamıyla

bağımsız olamayacaktır ama en azından yaşamaya devam edecektir. Nitekim onun verdiği karar ve mücadele bugünkü Kırgızistan'ın geleceğini tayin eder. Ruslar, yapılan antlaşmadan sonra Kurmancan'ın ölümüne kadar ona karışmazlar, Alay Kraliçesinin ülkesini yönetmesine izin verirler. 1907 yılında vefat edinceye kadar, 30 yıla yakın bir süre Kırgız Türklerine liderlik yapar.

Tarihe damga vuran; hayatı birçok hikâye, roman, şiir ve filme konu Kurmancan Datka, Şubat 1907'de Madı köyünde vefat eder. Türbesi Oş bölgesine bağlı Kiçi-Alay'daki sarı mezardadır. (Ramazan Keserci, "Türkistan Tarihine Damga Vuran Bir Kadın Lider: Kurmancan Datka", *Uluslararası Türk Dünyası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 2020:1, 43-62)



KADIN HASTALIKLARI VE FITOTERAPİ

■ Dr. Ahmet ÇELİK

Toplumun sağlığı, kadın sağlığı ile yakından ilişkilidir. Çocuk, ihtiyacı olan her şeyi rahminde neşvünema bulduğu annesinin vücudundan göbek kordonu vasıtasıyla alır. Anne ne kadar sağlıklı olursa doğuracağı çocuk da o kadar sağlıklı olacaktır. İnsanın beden ve ruhen sağlıklı olması birçok sebebe bağlıdır. Bu iyilik hâlinin oluşması, birçok sistemin uyum ve ahenk içinde çalışmasına bağlıdır. Bu durumu sağlayan kadın sağlığındaki en önemli sistemlerden biri de hormonal sistemdir.

Hormonal sistem, bir senfoni orkestrası gibi ahenk içinde çalışarak homeostasis denilen bu dengeyi kurmaya çalışır. Duygu durumundan vücut direncine ve genel iyilik hâline varıncaya kadar birçok sistemden etkilenen, çok değişken ve dinamik bir yapıdır. Vücuda hormonları salgılayan bezlerden oluşur. Hormonlar, kan dolaşımıyla hedef organlara ulaşarak birçok biyolojik süreci düzenler. Hipotalamus, hipofiz, tiroit, adrenal bezler ve yumurtalık bezleri bu sistemin

temel parçalarıdır. Her bir bez belirli bir hormon üretir ve bu hormonlar, vücudun denge içinde çalışmasını sağlar. Hormonlar yalnızca üreme işlevlerini değil aynı zamanda metabolizma, büyüme ve ruh hâli gibi birçok hayati süreci etkiler.

Özellikle östrojen ve progesteron hormonları kadınlarda baskın olarak çalışır. Bu iki hormon, vücudun genel ritmini yönetirken diğer hormonlarla birlikte etkileşim hâlinindedir. Hormonlar arasındaki bu denge kadın sağlığını doğrudan etkiler. Dengenin bozulması, hem fiziksel hem de psikolojik sorunlara yol açar.

Hormonlar yalnızca üreme sistemiyle sınırlı değildir. Kalp-damar sağlığı, bağışıklık, zihinsel denge ve kemik yoğunluğu gibi alanlarda da etkileri büyüktür. Örneğin östrojen, damar esnekliğini artırarak kalp hastalıklarına karşı koruma sağlar. Aynı zamanda beyin üzerinde de koruyucu etkiler gösterir. Bu nedenle, hormon seviyelerindeki değişiklikler

sadece jinekolojik değil sistemik sağlık sorunlarına da neden olabilir.

Modern yaşam tarzı hormonal sistemi doğrudan etkiler. Düzensiz beslenme, işlenmiş gıdalar ve yüksek şeker tüketimi hormon dengesini bozar. Yetersiz uyku, stres ve hareketsizlik de bu süreci olumsuz etkiler. Özellikle kronik stres, kortizol düzeyini artırarak östrojen-progesteron dengesini sarsar. Bu da âdet döngüsünü bozar, cilt sorunlarına ve kilo alımına yol açar.

Sağlıklı bir hormonal denge için doğal ve dengeli beslenmek gerekir. Lifli sebzeler, sağlıklı yağlar ve protein kaynakları tercih edilmelidir. Ayrıca fiziksel aktivite ve stres yönetimi düzenli olmalıdır.

Kadın Hastalıklarının Tedavisinde Kullanılan Bitkiler

Hayıt: Hippocrates'tan beri kullanılan tıbbi bir bitkidir. Hippocrates, "Âdet döngüsünde bir problem yaşayan kadına hayıt bitkisi ile demlendirilmiş esmer çayı içirin." diye tavsiyede bulunmuştur. Eskiden beri halk tababetinde, meyvelerinin ve %2-5'lik infüzyonunun idrar söktürücü ve sakinleştirici etkilerinden dolayı kullanıldığı bilinmektedir. Urfa (Siverek) yöresinde doğumu önleyici olarak kullanıldığı da belirtilmiştir. Emziren annelerde süt yetmezliği durumunda süt akışını artırmak amacıyla, âdet döngüsü bozukluğunda, mide ve bağırsaklardaki aşırı gaz durumlarında kullanılmaktadır. Ayrıca adet görememe, kısırlık, rahim sancısı ve yumurtalık

kistlerinde de kullanımı bulunmaktadır.

Bu tıbbi bitki; İngiliz Bitkisel Farmakopesi'nde "hormonal modölatör" olarak tanımlanmaktadır. Alman E Komisyonu; prolaktin hormon seviyesinin yüksek olması ile karakterize âdet döngü bozuklukları, meme ağrısı ve adet öncesi gerginlik sendromu durumlarında kullanımı onaylamıştır. Hayıt, özellikle sonradan oluşan âdet görememe durumunda ilk düşünülmesi gereken drogdur. Yapılan klinik çalışmalarda bu durumlarda %60 klinik başarı oranı bulunmaktadır.

Çay şeklinde kullanımı önerilmemektedir. Alman E Komisyonu ve ESCOP monografaları; preparatlarının 30–40 mg/gün kuru meyveye karşılık gelmesini önermektedir.

Keten Tohumu: Keten tohumunun kullanımı binlerce yıl öncesine dayanır. Cins ismi olan linum, Latince "lif" anlamına gelmektedir. Çünkü keten tohumu, gövdelerinden lif elde edilen bir kültür bitkisidir. Keten tohumunun kabuğundaki sert parlaklık saf lignandan kaynaklanır. Enterodiol ve enterolakton adlı lignanlar, hafif östrojenik ve anti-östrojenik etkili bileşiklerdir. Bu nedenlerle keten tohumu; menopoza belirtilerinin azaltılmasında faydalanan bir drogdur. Bu etkin maddelerin, östrojene bağlı kanserlerde önleyici rollerinin olduğu bilinmektedir. Keten tohumu, bitkisel hormon olarak çok önemli bir bitkidir. Hem toksik serbest

radikalleri etkisiz hâle getirir hem de hormonal dengeleme özelliğine sahiptir.

Yetişkinler için her seferinde silme bir çorba kaşığı (yaklaşık 10 g) olmak üzere, günde 3 defa alınabilir. Kullanılacak doz, yetişkinlerde amaca bağlı olarak 45 g/gün olacak şekilde artırılabilir. Tohumlar en az 10 misli sıvıyla alınmazsa bağırsak tıkanmalarına yol açabilirler. Kapsül, yağ, bütün ya da ezilmiş tohum ve toz şeklinde preparatları vardır.

Civanperçemi: Latince adı (Achillea millefolium), Aşil'in (Akhilleus) Troya Savaşı'nda aldığı yaraları civanperçemi ile tedavi ettiği efsanesine dayandığı söylenmektedir. Bitki, tarih boyunca savaşta yaralanan askerlerin kanamasını durdurmak için kullanıldığından "herba militaris / asker otu" adını da almıştır.

Halk hekimliğinde civanperçemi, en popüler kan dindirici bitkilerden biridir. Kadınlarda özellikle âdet söktürücü olarak ve aybaşında olan âdet sancısı ağrılarında kullanılır. "Vücuttaki civanperçemi, kadındaki her şeyi iyileştirir." şeklinde bir Alman atasözü bile vardır.

Çay şeklinde hazırlanacaksa 1,5 g ince kıyılmış drog üzerine bir fincan (150 ml) kaynar su ilave edilir.

Üzeri kapatılır, 10 dakika demlenmeye bırakılır ve süzülür. Günde 3 defaya kadar yemek aralarında içilebilir.

Oturma banyosu şeklinde hazırlanacaksa 100 g drog üzerine 1 litre kaynar su eklenir, 10 dakika demlendirilir ve süzülür. Bu çay, 20 litre banyo suyuna katılıp oturma banyosu şeklinde uygulanır.

Soya Fasulyesi: Soya fasulyesi, bilinen en önemli bitkisel östrojen (fitoöstrojen) kaynaklarından biridir. Yapısında bulunan bitkisel östrojenler arasında genistein, daidzein ve glisetin sayılabilir. Fitoöstrojenik etkisinden dolayı, menopoza sonrası östrojen desteği amacıyla kadınlarda kullanımı ile ilgili binlerce bilimsel çalışma yapılmıştır. Ayrıca menopoza sonrası kemik erimesinde (osteoporoz), lipid ve kolesterol düşürücü etkisi ve kalp-damar sağlığı üzerindeki olumlu etkileri ile dikkat çekmektedir.



BULMACA

Hazırlayan: ALİ OSMANOĞLU

26 Ağustos 1071 zaferi	Çok büyük	Yemekten emir	Şampiyonluk maçı	Kırk	Parlı	Bir besin maddesi
Bir sure adı	Şube	İkinci tekil şahıs	İş alımı, tefviz	Büyük servet		
Ek			İşaret			
			Lütuf			
			Saha			
Mah		Dinin direği olan farz			Ruh kuvveti, manevi direnç	Sonsuz
Gayret		Kuzu sesi				
		İrade zayıflığı	Gemi barınağı			
Yeşil alan yüzeyi	Namaza çağrı			Numara kısaltması		İlave
	Mana, anlam			Bir sure adı		
		Lahza		Cömertlik		
Münasip			Bir nota		Akümülatör	
Uzaklık bildirir		Bir nota		Konuşma engelli	Almaktan emir	Dinin direği olan farz ibadet
Katiyen		Beddua		İlkel su taşıtı		
		Kur'an cümlesi	Su taşkını		Hangi şey?	
			Otlak		Kandırma	
Geniş düzlük	Yıkanma yeri, yunak				Yol konağı	
					Seda, nida	
		Rüzgâr		Yüz		
Sağlık zerki	Kanat			Kurtuluş		
	Uzak			İnanç, değerler bütünü		
		Eksiksiz			Sezgi	
		Beyaz				
Seciye			Peygamberlik	Kırmızı, kızıl		
Bir ünlem	Yaşıt					
	Bir sure adı					
		Bir bağlaç				
		Kiraya verme				
Gerçek	Duman lekesi		Anlam, mefhum			
Yayla atılır	İbadet yeri					
	Birlik					
	Esas, asıl					
Kur'an'ın son suresi	Müسابaka meydanı					
		Lezzet				



Bulmacanın çözümünü dergi.diyamet.gov.tr adresinde yer alan dergimizin PDF dosyası içinde bulabilirsiniz.

Sudoku

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

KELİME OYUNU

F										
E										
T										N
i										E
H										M
										L
				M						
				A						
				L						
				A						
				Z						
				G						
				i						
				R						
				T						

AFİ	İDAME
AĞA	İZAN
AHİR	KALEM
ALEV	KURAL
ALİM	KURT
ATİ	KUŞ
AVAZ	MAÇ
AZİM	MALAZGİRT
BİNA	MEKKE
ÇARŞI	NEML
DAMLA	NUR
EBABİL	SEM
EKİN	TURAN
ELEM	ULUS
FEN	UZAK
FETİH	ZEKAT
HAK	ZEMİN
HAT	ZİLZAL

Kökleri yeryüzüne tutunan, boy verdiği toprağın suyuyla beslenen, güneşiyle serpilip yağmuruyla yunup yıkanan bir ağaçtır aile. Önce filiz verir, zarif boynunu çıkartır. Ardından dallanıp budaklanır. Yaprak yaprak büyür ve meyveye durur. Minik gözlerin koca dünyaya açıldığı, gönüllerin yatıştığı sığınaktır yuva. O yuvayı ayakta tutmak, kötülüklerden sakındırmak, içtimai ve ferdi tekâmülün yegâne reçetesidir. Bu nedenle aileyi, ailenin bireysel ve toplumsal hayattaki yerini, modern zamanların dayattığı sanal problemlerden kapımızda bekleyen küresel tehditleri anlamak gereklidir. Zira o ağacın kökleri zarar gördüğünde bunun geri dönüşü zordur.

Bize Göre Aile, böylesi bir gayretin sonucu olarak TDV yayınları tarafından neşredildi. On kıymetli kalemin elinden çıkan on yazı okurlarla buluştu. Aile yılı vesilesiyle hazırlanan kolektif eserde Soner Duman "Ailenin İslami Açından Önemi"ni yazdı. Ailenin sadece sosyal bir birim değil ahlaki, dinî ve psikolojik boyutları da olan çok yönlü bir kurum olduğunu ifade eden Duman, nasların ışığında aileyi ele aldı. Her bir yazının toplumun yapı taşı olan aileyi anlamak noktasında yeni bir pencere açtığı eserde Mehmet Nezir Gül, "Peygamber Efendimizin Aile Modeli" yazısıyla yer aldı. Gül, muhabbet, merhamet, meşveret, letafet gibi kavramlar üzerinden Hz. Peygamber'in ehl-i beytini merkeze alan bir aile okuması yaptı. "Ailede Mahremiyetin Sınırları" konusuna ise Ülfet Görgülü değindi. Mahremiyetin bireysel ve toplumsal açıdan önemi, aile ilişkilerini her türlü yozlaşma ve kötülükten koruyacak bir kalkan görevi üstlenmesi ile çocuklarda mahremiyet bilincinin gelişmesi Görgülü'nün değinileri arasındaydı. Dursun Ali Tökel, "Aileyi Korumak: Bana Düşen Ne?" sorusuna cevap aradı. Peyami Safa Gülay, "Alternatifsiz Bir Kilit Taşı Aile" yazısında küresel tehditleri masaya yatırdı. Güncel tartışmaların açıktan yahut gizlice aileyi hedef aldığını dile getiren Gülay, transhümanizmden posthümanizme kadar her türlü modern söylemin nihayetinde cinsiyetsizleştirme meselesine dayandığını dile getirdi. Geleneğin her şeye rağmen direnen kilit taşı ise aileydi. Ali Sürmelioğlu "Kalbur Saman", Semih Oğurtan "Aile ve Güven", Demet Tezcan "Aile Bağları" yazılarıyla *Bize Göre Aile*'nin sayfalarına renk kattı. Sema Bayar'ın kaleme aldığı "Babalar, Oğullar ve Masallar" değişip dönüşen ebeveyn çocuk ilişkisine mercek tuttu. "Ailenin Bireyi Bireyin Öznesi" ile Ali Necip Erdoğan meseleyi felsefi açıdan inceleyerek çift yönlü bir bakış açısı sundu.



BİZE GÖRE AİLE

Süreyya MERİÇ

DIYANET TV



günün bereketi

Betül Şatır'ın
sunumuyla

Hafta içi her gün

11.00

FREKANSLAR

4A(HD)

FREKANS: 12.380 MHZ
POLARİZASYON: DIKEY (V)
SEMBOL ORANI: 27.500
FEC: 3/4

FREKANS: 12.422 MHZ
POLARİZASYON: YATAY (H)
SEMBOL ORANI: 30.000
FEC: 3/4

4A(SD)

Digitürk - 68. kanal

DiSMART - 104. kanal

Kablo - 555. kanal

TV+ - 133. kanal

tvinnu - 49. kanal



yayinsatis.diyaret.gov.tr

Yurt içinde Diyanet yayınları satış yerlerinden, yurt dışında müşavirlik ve ataşeliklerimizden temin edebilirsiniz.

ISSN: 2147-1452



9 772147 145203