

UMUDUN KADINLARI DERGİ KÜNYESİ

Sayfanın sol üst köşesinde üst bilgi olarak derginin logosu yer alıyor. İki bulut arasından doğan güneş görüntüsü. Bulutlar mavi, güneş sarı. Görüntünün üstünde yarım ay şeklinde dizilmiş umudun kadınları yazısı. Altında düz biçimde dizilmiş “Yazılı, sesli aylık dergi” yazısı. Yazılar mor.

Umudun Kadınları Yazılı ve Sesli Aylık Dergi

Yıl 1, Sayı 9, Ekim 2022

Yayın Kurulu Üyeleri: Aynur Yurtseven, Buket Başaran Akkaya, Emine Kamçı, Emine Ortakaya, Selvet Bayraktar Tokat, Sultan Çamur Karataş, Şule Sepin İçli

Seslendirenler: Burcu BAŞARAN YANGER, Ceren Serap Akın, Ebru Atilla, Filiz ARICIOĞLU, Müge TÜZÜN GERÇEK, Nazlı KÖSE TÜRKAN, Zeynep Kılıç.

Montaj: Ali Cengiz, Yüksel Erçin.

Düzeltilenler: Buket Başaran Akkaya, Sultan Çamur Karataş.

İletişim:

Web sitesi: www.umudunkadinlari.com

E-posta: umudunkadinlari@gmail.com

You tube Kanalı: [Umudun Kadınları](https://www.youtube.com/channel/UCemhgfNg5mivFwRrJPO9FZQ)

<https://www.youtube.com/channel/UCemhgfNg5mivFwRrJPO9FZQ>

Twitter: [Umudun Kadınları Dergi@KadUmudun](https://twitter.com/KadUmudun)

<https://twitter.com/KadUmudun>

Instagram: [umudunkadinlari](https://www.instagram.com/umudunkadinlari)

<https://www.instagram.com/umudunkadinlari?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

Facebook hesabı: [Umudun Kadınları](https://www.facebook.com/Umudun-Kad%C4%B1nlar%C4%B1-Dergi-107662891830597/?ref=page_internal)

[https://www.facebook.com/Umudun-Kad%C4%B1nlar%C4%B1-Dergi-](https://www.facebook.com/Umudun-Kad%C4%B1nlar%C4%B1-Dergi-107662891830597/?ref=page_internal)

Facebook sayfası: [Umudun Kadınları Dergi](https://www.facebook.com/Umudun-Kad%C4%B1nlar%C4%B1-Dergi-107662891830597/?ref=page_internal)

https://www.facebook.com/Umudun-Kad%C4%B1nlar%C4%B1-Dergi-107662891830597/?ref=page_internal

Podcast: <https://umudunkadinlari.pinecast.co>

Spotify: Umutcast

Apple: Umutcast

<https://open.spotify.com/show/4dXloiKbJfotbfwzCViJkv?si=AtOlAazdzS3Os2LztQjdwA>

WhatsApp: Şule Sepin İçli: [05323604831](https://wa.me/05323604831)

Sultan Çamur Karataş: [05065140294](https://wa.me/05065140294)

UMUDUN KADINLARINDA BU AY

YAZAN: Emine KAMÇI

Yeniden Merhaba Sevgili Takipçilerimiz!

Tatile gidenler zinde bir şekilde işlerinin başına dönerken bizler de aynı tempoyla değişik konuları kovalayarak dergimizi bir kez daha bezemeye devam ediyoruz.

Şule Sepin İçli 'Yarım Bırakılmış Bir Yaşamın Ardından' adlı yazısında, acımasızca yaşamdan koparılan bir sanatçının kaybıyla yüreğinden taşan duyguları dile getirirken anlamsız yasaklara, yapılan haksızlıklara da isyan ediyor.

'Tarihin Kadın Yüzleri' köşesinde Aynur Yurtseven Kanada'da doğan Emily Murphy'yi tanıtıyor "Emily Murphy O Duvarınız Vız Gelir Vız" adlı yazısında. Emily, Ednonton Hastanesi'nin yönetimine giren ilk kadın. Çocukların ve kadınların lehine başarılı gelişmelere de imza atmış bir kişi.

Selvet Bayraktar Tokat 'Sanatın Kadın Sesleri' köşesinde onurlu kadın duruşlarından konser yasaklarına, umut veren masallardan kadın festivallerine dek farklı haberlerle buluşturuyor bizi yine.

'Dengede Kalmak' köşemizde Şule Sepin İçli 'Eşim Kumar Oynuyor Nasıl Bıraktırılabirim?' adlı yazısında kumarın ya da benzer oyunların nedenleri üzerinde dururken kendi yaşamından sunduğu kesitler ile yüzleşerek bazı çözüm önerileri getiriyor.

'Kadın ve Politika' köşesinde bu ay Emine Ortakaya, 'Seçimler Yaklaşırken Altılı Masa Kadınlara Ne Vadediyor?' başlıklı yazısında hem bu vaatleri hem de bunlara ilişkin kısa değerlendirmelerini sıralıyor.

Bu ayki 'Arı Kovanı' köşemizde, Avustralya'da yaşayan Nihal İşcel yine Avustralya'dan Elizabeth Edmondson'la konuşuyor. Bir yaşında Çocuk felci geçiren Elizabeth, yüzmede kırdığı rekorlar ve kazandığı madalyaların yanı sıra mücadeleci bir yapıya ve kişiliğe sahip.

‘Kadının Güncesi’ köşesinde, LGBTİ protestosundan tutun da İran’da Mahsa için gelişen destek olaylarına dek ilginç başlıklarla yine Selvet Bayraktar Tokat bizlerle oluyor.

‘Rol Modellerimiz’ köşemizde, Şule Sepin İçli, İzmir’den Dilek Şahin’i konuk ediyor. Dilek, üç yıldır ‘Saklı Kahvem’ adlı kuruluşu resmi olarak eşiyile birlikte yönettiklerini, bu işi yapmaktan mutluluk duyduklarını ifade ediyor. Gelin bu kahve işinin ayrıntılarını birlikte görelim.

ERGÜR Altan ‘Kestim Kara Saçlarımı’ adlı yazısında, “avucumdaki bir tutam saçı öperken usulca, dudaklarım kanıyor,’ derken yine bir kadın kimliğine bürünerek onun tüm yaşadıklarını, acılarını, gizlerini, gizlemediklerini, bir bir sorguluyor, dillendiriyor.

‘Bir Gün Değil Her Gün’ adlı yazısıyla Şebnem Karakuş kendine göre asıl özbakımın neler olduğunu anlatırken bakımı destekleyen öğeleri bir bir sıralayarak medyadaki olumsuz örneklerden söz etmeyi de ihmal etmiyor.

Aynur Yurtseven bu ayki yazısında, ‘Her Şeye Rağmen Hayat Çok Güzel’ diyor. Onca engeline karşın Sinan’ın neleri aştığını, neleri başardığını anlatıyor.

Selvet Bayraktar Tokat ‘Gülvinler Çılgık Atsın Artık.’ adlı yazısında eşler arasında kurulamamış açık iletişimin yarattığı sorunların ulaşabileceği trajik boyutları vurguluyor. Bazı yoksunlukların ve bastırılmışlıkların bizi düşürdüğü durumları anlatırken, kadınlara sessiz kalmama ve birlikte mücadele etme çağrısı da yapıyor.

‘Duygularımızı İfade Edebiliyor Muyuz?’ köşemizde Menekşe Koçak, ‘Şefkat Arıyorum’ adlı yazısında şefkat sözcüğünün anlamını sorgularken bu duygunun hangi hormonla veya hormonlarla güçlendiğini ve kimlerin bu özelliği taşımaları gerektiğini anlatıyor.

Ebru Bozcuk ‘Yaz Bitmeden’ adlı yazısıyla eksik kalmışlıkları, ertelenmişlikleri, dahası boşvermişliklerden geride kalanları sorguluyor.

‘Güçlü Kadınları Farklı Kılan Özellikler’ yazısıyla Zehra Maviş gerçekten de güçlü bir kadın profili çiziyor ve kadının özgür, mücadeleci, özgüvenli, korkusuz olmak gibi yanlarını bir bir ortaya koyuyor.

‘Bilim Dünyasında Bu Ay’ köşemizde Selvet Bayraktar Tokat ilginç bir araştırmayı bizlerle paylaşıyor. ‘Anne Karnındaki Bebekler de Lahanaya Yüz Ekşitiyor’ Ayrıntıları yazının içeriğinde bulacaksınız.

‘Ya Unutamasaydık’ adlı yazısıyla Yayla Boztaş bu kez de unutmak, unutamamak üzerine kafa yoruyor fakat bazı şeyleri unutmanın iyi bir şey olabileceğini de ima ediyor sanki. Okuyalım, dinleyelim, görelim.

Sultan Çamur Karataş ‘Özgürlüğe Uçan Saçlar’ adlı yazısında, erkek egemen zihniyet yüzünden yaşamdan koparılan İranlı Mahsa’nın aslında tüm kadınlar adına o zihniyetin karşısına dikilen bir özgürlük meşalesi olduğunu vurguluyor.

‘Selvi Boylum Al Yazmalım’ köşemizde ‘Dalgınlık’ adlı öyküsüyle Buket Başaran Akkaya’nın acelecilik ve dalgınlık yüzünden bir kadın karakterin başına gelen aksilikleri konu ederken okura bir güldürü armağan ettiğini de görebiliyoruz.

‘Yüreğimizden Taşanlar’ köşemizde, İranlı bir şair olan Furu Peruzat’ın yazdığı, Makbule Aras’ın Farsçadan çevirdiği iki şiirimiz var. İlkin ‘Bahçenin Fethi’ ile korkuya karşın, aynaların aydınlığından, saçların bahtıyarlığından, daha nice nice umut körükleyen söylemlerini işitiyoruz. ‘Kuş Ölümlüdür’ adlı ikinci şiirse, bir gece kadar karanlık ve umut vadetmeyen bir yapıt. Beğeneceğinizi umuyoruz yine de.

Bu ay da yine Serap İlter’in yazıp oynadığı ‘Mucide Buluş Uygulamalar Diyarında’ serisinden ‘Kombinim Şahane’ adlı parodiyi sunuyoruz. Bu oyunda Mucide, ‘Kombinim’ uygulamasının yanlışlıkları sonucu düştüğü hayal kırıklığını dile getirirken insanların görme engellilere karşı ilginç yaklaşımlarını da mizahi bir dille eleştiriyor.

‘Deneyimlediklerim’ köşemizde Rahime Söylemez Çetin bu kez de kızlarıyla birlikte mutfaktaki deneyimlerini paylaşıyor bizlerle. Ayrıca mutfığa yeni adım atanlar için bazı kolaylıklardan da söz ediyor ‘Kızlarımla Mutfakta’ adlı yazısında.

Şimdi sıra ‘Umut Şarkılarımızda. ’Adım Kadın’ adlı şarkıyla sesleniyoruz.

“Başına taç olacaktım, oyaladın

İstedğin yere beni koyamadın

Düşlediğin gibi biri olamadım

Hep üzıldüm çünkü benim adım kadın.

Şarkı böyle dese de kadın yaşadıkça umut eker, umut biçer tüm yüreklerde. Sonraki sayılarda buluşmak dileğiyle, umutla kalın.

YARIM BIRAKILMIŞ BİR YAŞAMIN ARDINDAN ONUR ŞENER’İN ANISINA

YAZAN: Şule SEPİN İÇLİ

sulesepin06@gmail.com

Şarkılar, yapılan besteler, müzisyenler... Bu sözcük dizisi, sanatı, emeği, eğlenmeyi getirir akla. Daha anne karnındayken, müzik dinletmek, bebeğin gelişimine katkıda bulunur. Ninnilerle büyümüşüzdür. Müzik dinlemek; rahatlamaktır, coşkuyla eğlenmektir, ruhumuza gıdadır. Müzik zevkimiz farklı olsa da ortak noktalarda buluşturur bizi.

Müzikli eğlencelere, konserlere gittiğimizde, masada oturanların çoğu kâğıt kalem arar istek şarkılarını yazmak için. Kâğıt bulamazsak, peçete imdadımıza yetişir. Sonra heyecanlı bir bekleyiş başlar. İsteğimiz çalınmaz da başka bir şarkı çalındı mı, sabırsızlanırsınız. Hele bir de isteğimiz

söylenince, heyecanımız alkışlar ve çığlıklarla taçlanır. Sanatçı, bilmediği bir şarkı isteği karşısında ısrarlı alkışları duyunca, “üzgünüm bilmiyorum” ya da “bu şarkı benim tarzıma uymuyor. Size başka bir şarkı armağan edeyim” der. Kimi zaman böyle konuşmalar olmasa bile başka söylenen şarkılarla eğlenmesini biliriz.

Yukarıda yaşananların tam tersi, daha doğrusu hiç birimizin aklına gelemeyecek bir acı olay yaşandı. Eğlenme ve hoşgörü yerini öfkeye, kine, geri dönüşü olmayan bir öldürme eylemine bıraktı. O Ses Türkiye aracılığıyla bize sesini duyuran, o güzel sesli Onur Şener, istenen şarkıyı bilmemenin bedelini bir cam şişe parçasıyla öldürülmekle ödedi. Ortada ödenecek bir bedel de yoktu aslında. Hakaret yoktu, öfke, bağırma, çağırma yoktu. O şarkıyı bilmediğini söyledi yalnızca. Üstelik şarkıyı bilse bile söylemek zorunda değildi.

Peki, nasıl oluyor da insanlar bu kadar kolayca öldürülebiliyor? “Bu tür olumsuz davranışları cahiller yapar” denir hep. Eğitimli, bürokratların, makam sahibi olanların, son derece nazik olmaları beklenir. Anlıyoruz ki başarının, kariyerin ön plana çıkarıldığı ülkemizde, insanlarla iyi geçinmek, kişiler arası iyi ilişkiler kurmak, sanata ve sanatçıya saygı duymak hiç mi hiç önemsenmiyor. Önce sanatın içine tükürenler oldu. Sonra nedensiz yere konserler yasaklandı. Üç-dört yıl önce söylenmiş ve sakıncalı bulunmamış şarkı sözleri yeniden irdelenmeye başlandı. Kadınlara, sanatçılara karşı sözüm ona fetvalar verildi ve halen de verilmeye devam ediyor. Bunlar cezalandırılmak yerine ödüllendiriliyor. Cinayet işleyenlerle ilgili ceza indirimi uygulanıyor. Halk üzerinde etkili olanlar bu konularla ilgili caydırıcı sözler sarf etmiyor, tersine kışkırtıyor. Bütün bunların sonucunda her gün bizi şok eden olaylar yaşanıyor.

Onur Şener için öldürüldüğü gün, sıradan bir gündü belki. Çocuğuna “işim biter bitmez geleceğim, merak etme” demiş ve yanağına bir öpücük kondurmuştur. Şarkılarını söylemiştir ardı ardına. Yarım kalmış bir bestesini tamamlayacaktı bir gün sonra kim bilir.

Kadın örgütleri kadınlara gösterdikleri duyarlılığı bir erkek için gösterdi ve açıklamalar yaptı. Sosyal medya Onur Şener’i konuştu. İnsanlar şiirler yazdılar, resimlerini paylaştılar. Üzüntüler paylaşıldı, sivil toplum örgütleri açıklamalar yaparak olayı kınadı. Peki ya ailesi? Biz Onur Şener’in şarkılarını dinlerken, onu unutturmayacağımızı haykırırken, üzüntü duyup tepkilerimizi bir kez daha ortaya koyarken, acaba eşi, çocuğu ve daha nice yakını onun şarkılarını dinlerken neler yaşayacak ve ne hissedecek? Onlar için bu olay sanki bu gün yaşanmış gibi kalacak. İçlerine çöken üzüntünün ağırlığı hep onlarla olacak. Belki çocuğu onun şarkılarını söyleyecek, belki kendini insan hakları ihlaliyle ilgili işlere adayacak. Ama o travma hep duracak.

Sen gittin, dilimizde şarkıların kaldı. O güzel sesin hiç susmayacak. Kuşaktan kuşağa aktarılacak şarkıların hep söylenecek. Yarım kalan bestelerini sanatçı dostların tamamlayacak ve yaşatacak.

Bizler, yaratıcılığın, sanatın yaşaması için mücadelemizi sürdüreceğiz. Bunun için sözümüzü söyleyeceğiz, anlatacağız, yazacağız. Şarkılar özgürce yazılsın, söylensin, susturulmasın. Sussun artık insanların üretmesini engelleyen sesler. Müziği icra etmek, ölümü değil, eğlenmeyi, umudu getirsin.

15 Eylül 2022

TARİHİN KADIN YÜZLERİ

EMİLY MURPHY

O DUVARINIZ VİZ GELİR VİZ

YAZAN: Aynur YURTSEVEN

14 Mart 1868 yılında, Kanada'nın Ontario Cookspown şehrinde Emily Ferguson olarak dünyaya geldi. Babası tanınmış bir iş adamı ve toprak sahibiydi.

Doğduğu yıllar, batı medeniyetinin Rönesans ve reformlarla elde ettiği maddi refahı, temel insan hakları ve eşitlik, kadın hakları gibi sosyal haklara henüz yansıtamadığı yıllardır. O yıllarda hâlâ Batı, kendi Orta Çağından kalma, bağnaz düşüncelerde ısrar etmektedir...

19 yaşına geldiğinde, bir Anglikan rahip olan Arthur Murphy ile evlendi. Dört çocukları oldu. Çocuklarından birinin difteriden ölmesinden hemen sonra aile Edmonton Alberta'ya taşındı. Çocuğunun ölümü, Emily'nin sosyal sorumluluk sahasına çıkmasının da başlangıcını oluşturur. Bu tarihe kadar takma bir adla skeçler yazıp yayımlar. Kadın ve çocukların refahı, yaygın yoksulluk gibi sosyal konularla ilgilenen çalışmalarıyla fark edilir.

1910 yılında Emily, Edmonton Hastanesinin yönetimine giren ilk kadın olur. Hastane yönetiminde, kadınların ve çocukların sağlık hizmetlerinden daha çok yararlanması için çalışırken, bambaşka bir gerçeği fark eder. Kadın ve çocukların mülkiyet hakkının bulunmadığını, kadınların aile malını satan kocalarına karşı hiçbir hak ileri süremeyeceğini öğrenmek, Emily için bir başka eşik olur. Bu adaletsiz mülkiyet hukukuna karşı bayrak açar ve kampanya başlatır. Kampanyanın en etkili konuşmacılarından biridir.

1916 yılında kadınlar, kocalarının mal varlığının üçte birine sahip olma hakkını elde ederler. Bu başarılı kampanya ve elde ettikleri mülkiyet hakkı, Emily'nin kamuoyunda daha çok tanınmasını sağlar. Toplumu ilgilendiren her konuda sesini yükseltir, mücadele eder. Kadınların seçme hakkı için çalışan Eşit İmtiyazlar Grubunun üyesidir.

Arkadaşlarıyla birlikte o kadar çok çalışırlar ki kadınlar 1916 yılında seçme hakkını elde ederler. Kanada genelinde kadınların seçme hakkına kavuşmalarına da üç yıl vardır. Yine aynı yıl

Emily ve arkadaşları fuhuşla suçlanan bir kadının yargılandığı davayı takip etmek isterler. Ancak mahkeme yargıcı bunun uygunsuz olduğunu söyleyerek kadın izleyicileri salona almaz. Bu yasak, Emily için yeni bir mücadelenin konusudur artık. Kadınların, tümüyle erkeklerden oluşan bir mahkeme salonunda yargılanmalarının adil olmadığını söyleyerek “eğer kadın izleyici alınmıyorsa, en azından kadın yargıçlar tarafından yargılanmaları gerektiğini ileri sürer.

Bu protestonun ardından Birleşik Krallığı’nın ilk sulh hâkimi olur. 1 Temmuz 1916 yılında ilk davasının yargıcı olarak kürsüye çıkmışken, savunma tarafının avukatı, Emily’nin yargılama yetkisinin olmadığını söyler. Gerekçesi çok ilginçtir. 1867 tarihli BNA. (Kuzey Amerika) Yasasında tanımlanan ‘İnsan’ kavramına kadınlar dâhil değildirler ve yasaya göre, insan olmayan bir yargıcın yargılama yetkisi de yoktur.

Emily bu yasaya meydan okumaya karşı yeni bir kampanya başlatır. Artık hedefi, 1867 tarihli yasanın kadınları insan saymayan hükmünün ortadan kaldırılmasıdır. Yasa değişikliğini yapmanın yolu olarak gördüğü için öncelikle senato üyeliğine aday olur. Ancak önce kadının ‘İnsan’ olduğunu kanıtlamak zorundadır. Kendisine katılan dört aktivist kadınla birlikte ‘Meşhur Beşliyi’ kurarlar. 1867 tarihli yasaya karşı kampanya başlatırlar. Kanada Yüksek Mahkemesinin yanıtını aradığı soru şudur: Birleşik Krallık Kuzey Amerika Yasasında yer alan ‘İnsan’ tanımına kadınlar da dâhil midir? Mart 1928’de Kanada Yüksek Mahkemesi, yasada geçen ‘İnsan’ kavramına kadınların dâhil olmadığına karar verir. Emily ve arkadaşları, bu kararı Birleşik Krallık Özel Konsey Adli Komitesine taşırlar. Bu komite, en yüksek karar makamıdır artık.

18 Ekim 1929’da Adli Komite kararını açıklar. 1867 tarihli BNA. Yasasında tanımlanan ‘İnsan’ kavramına kadınlar da dâhildirler ve senatoya aday olabilirler. Emily ve arkadaşları kazanmıştır.

1933 yılından ölümüne kadar hiç senato üyesi olamamıştır. Kadınların elde ettikleri bu başarının bir simgesi olarak 1999 yılının ekim ayında, Alberto’daki Olymric Parkta, Heykeltıraş Barbara Paterson tarafından bir anıt dikilir. Anıtın bir kopyası da Ottawa’da dikilir. Meşhur Beşlinin Kanada’da kadınlar için verdiği mücadeleyi yansıtan anıtın adı, ‘Women are persons.’ (Kadınlar İnsandır.)

Biz kadınların insan kabul edilmediği bir düşünceyi yüzyıllar boyu ezilerek, mücadele ederek, önümüze örülen duvarları yıkarak gelinmiş, bu duvarların örülmesi hala bitmemiştir. Bizler el ele, omuz omuza, kafa kafaya verirse ve hiç ayrılmazsak, bu duvarlar bir daha örülmez, yükselmez. Nazım’ın dediği gibi,

“O duvar

O duvarınız vız gelir bize vız...”F

15 Eylül 2022

SANATIN KADIN SESLERİ

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Onurlu kadın duruşlarından, konser yasaklarına, umut veren masallardan, kadın festivallerine kadar farklı haberlerden oluşan dopdolu bir köşeyle sizlerle. Önce başlıklar:

Kartal, 6. Uluslararası Kadın Şiiri Festivali Femin İSTANBUL'a ev sahipliği yaptı

Sezen Aksu'dan İranlı kadınlara destek: Özgürlük kaç ölüm ister?

Adını Altın Kelebek'te gören Aslı Şafak, geçmişi hatırlattı: İstemiyorum, selametle.

İlkay Akkaya'nın konseri yasaklandı.

'Mor Masallarda çocuklara cinsiyet eşitliği anlatılacak.

Kartal, 6. Uluslararası Kadın Şiiri Festivali Femin İstanbul'a ev sahipliği yaptı.

Kartal Belediyesi Kültür ve Sosyal İşler Müdürlüğü tarafından organize edilen ve Küresel Krize Karşı Küresel Şiir' manifestosuyla düzenlenen festival, Türkiye, İtalya, İsviçre, Sırbistan, Almanya, İran, Mısır ve Malezya olmak üzere dünyanın dört bir yanından gelen şairleri ağırladı.

UNESCO'ya bağlı WFP (World Festival of Poetry-Dünya Şiir Festivali), WPM (World Poetry Movement-Dünya Şiir Hareketi) ve Kartal Belediyesi tarafından desteklenen festivalde şiir dinletileri, söyleşiler ve ödül töreni de yer aldı.

Küresel kadın hareketinin bir parçası olan şair kadınların, kaos ve krize karşı seslerini duyurmasını ve şiirin küresel dostluk ağlarıyla meydan okumasını amaçlayan FeminİSTANBUL, 3 gün boyunca birbirinden farklı etkinliklere ev sahipliği yaptı.

Kartal Belediyesi tarafından düzenlenen festivalin açılış seremonisi ve ödül töreni 6 Ekim Perşembe günü Bülent Ecevit Kültür Merkezinde gerçekleşti. 18.00-20.00 saatleri arasında başlayan etkinlik olan festivalde, Onur Ödülü ise; Mücella Yapıcı, Çiğdem Mater ve Mine Özerden'e takdim edildi.

Sezen Aksu'dan İranlı kadınlara destek: Özgürlük kaç ölüm ister?

İran'da ahlak polisi tarafından 22 yaşındaki Mahsa Amini'nin başörtüsü kurallarına uymadığı gerekçesiyle öldürülmesinin ardından başlayan eylemler sürüyor.

Tüm dünyadan İranlı kadınlara destek gelirken; sanatçı Sezen Aksu da bir açıklama yaptı. **Sayfasından açıklama yapan Aksu şunları yazdı:**

"Uzun zamandır karmakarışık duygu ve düşüncelerle olup biteni izliyorum, acaba diyorum bu ataerki erkek terazisinde eşitlenebilmek için daha kaç ton acı lazım? Özgürlük kaç ölüm ister? Kaç kadın, kaç evlat, kaç kavga, kaç savaş, kaç işkence, kaç cehennem ister?"

İranlı kadınlar bu kederli geçmişin örtüsünü yırttılar, yanlarına iyi insanları aldılar, ateşin üstüne üstüne yürüyorlar. Genç yaşta hayatı elinden alınan Mahsa Amini ve özgürleşme mücadelesi veren tüm İran ve dünya kadınlarının cesareti önünde saygıyla eğiliyorum...

Acınız acım, mücadeleniz mücadelemdir"

Adını Altın Kelebek'te gören Aslı Şafak, geçmişi hatırlattı: İstemiyorum, selametle

Bu yıl 48'incisi düzenlenecek olan Altın Kelebek Ödülleri organizasyonunda adaylar arasında yer alan Gazeteci Aslı Şafak, sosyal medya hesabından Tatlıses'e ödül verildiğini hatırlatarak, "O listede olmak istemiyorum. Selametle" dedi.

Şafak'ın paylaşımı şöyle:

"Altın Kelebek adayları açıklandı. Kadın sunucular arasındaymışım. Aslında ekrandan burnu görünenler bile listeye alınmış. Geçen yıl yaşam boyu onur ödülü, yaşamını kadın döverek geçiren İbrahim Tatlıses'e verilmişti. O listede olmak istemiyorum. Selametle."

İlkay Akkaya'nın konseri yasaklandı

Şanlıurfa Valiliği, sanatçı İlkay Akkaya'nın 25 Eylül'de Urfa'da vereceği konseri iptal ettiğini duyurdu. Akkaya'nın Urfa'daki bir alışveriş merkezinin konferans salonunda vereceği konserin iptal gerekçesi olarak 'genel güvenlik, kamu düzeni, emniyet ve asayiş yönünden uygun görülmedi' açıklaması yapıldı.

Yasağın ardından Urfa'da açıklama yapan Akkaya: "Bu konser şimdi olmazsa bir sonraki ay yine yapılacak" dedi.

Yasaklama kararına karşı yürütmenin durdurulması talebiyle dava açıldığı bilgisini de paylaştı. Sanatçı açıklamasında şu ifadeler yer verdi: "İlk kez dinleyiciler yürütmenin durdurulması için dava açtı. Konserin yasaklanması hukuki değil. Eğer bir suç varsa bunun yargıya taşınması gerekir. Türkiye'de canlı bombalarla katliamlar yapıldı yüzlerce canımız hayatını kaybetti. Yetkililer "suç olmadan biz bir şey yapamıyoruz" dediler. Şimdi bende aynı şeyi kendim için istiyorum. Suç yokken en temel hakkım olan ifade özgürlüğüm engellendi.

'Mor Masallarda çocuklara cinsiyet eşitliği anlatılacak

Eksi 18 Edebiyat Topluluğu, hak, adalet ve cinsiyet eşitliği kavramlarını masallarla anlatmak için Mor Masalları yayınladı.

Öğrenimin yanı sıra kültürel eğitimin küçük yaştan itibaren bilinçlere yerleştirilmesi gerektiğini düşünen topluluk, masallarla çocuklara ulaşmayı hedefliyor. Nevzat Süer Sezgin, Elif Çelebi ve Gülay Pamuk'un derlediği, ressam Beste Örgü Sağlam'ın çizimlerinden oluşan 20 yeni masal ile hedef, özellikle kız çocukların potansiyellerinin farkına varmalarını sağlamak ve çocuklar arasındaki ayrımcılığa son vermek.

Projenin derleyicilerinden Çelebi, masalların toplumla büyük ilişki içinde olduğunu dile getirerek eşit, adil, şiddetten uzak ve dayanışmayla örülmüş yeni bir anlatım denediklerini belirtti. Masalların yeni nesillerde pozitif bilinci geliştireceğine inandıklarını kaydeden Çelebi, eşitlikçi toplumsal yaşam örneklerini, çocuklara erken yaşta masallar yoluyla anlatarak; umut dolu, çağdaş nesiller yetişmesinde ufak da olsa bir katkı sunmayı istediklerini ifade etti.

Kız çocuklarına karşı ayrımcılığın önlenmesi ve onların insan haklarından tam ve etkili bir şekilde yararlanmalarının sağlanması amacıyla kutlanan 11 Ekim Dünya Kız Çocukları Günü öncesi yayınlanan kitap, özellikle dezavantajlı bölgelerdeki çocuklara ücretsiz dağıtılacak. **Kitabın satışından elde edilecek gelirin tamamı da Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı'na aktarılacak.**

Mor Masalların daha çok çocuğa ulaşabilmesi için oyuncular Jülide Kural ve Tilbe Saran kitabı seslendirerek projeye destek verdi. Dijital platformlarda sesli olarak da dinlemenin mümkün olduğu proje, HKTM Firması desteği ile Yakın Kitabevi tarafından basıldı.

Gelecek sayıda görüşebilmek umuduyla sevgiyle kalın.

15 Ekim 2022

DENGEDE KALMAK

EŞİM KUMAR OYNUYOR NASIL BIRAKTIRABİLİRİM?

YAZAN: PSİKOLOG Şule SEPİN İÇLİ

sulesepin06@gmail.com

Geçim sıkıntılarının giderek arttığı günlerdeyiz. Gelirlerini dikkate alarak ayağını yorganına göre uzatanlar olduğu gibi, bir o kadar da çaresiz insanlar var. Bu çaresizlik kimi zaman şiddeti, kimi zaman da kısa yoldan para kazanmayı getirebiliyor. Hele bir de kişide para yönetimi konusunda davranış bozukluğu, dürtü denetim bozukluğu varsa, işler kötüye gidiyor. Aile üyeleri de bu olaylardan olumsuz etkileniyor.

Eşi kumar, iddia, borsa, at yarışları, oynayan insanlara ki bu eylemlere başkaları da eklenebilir, “onu ikna et, tedavi görsün” demek işi kolaylaştırmıyor. Eğer kişide bir davranış bozukluğu varsa, kendisinin bu davranışlarının bir bozukluk olabileceğinden kaygı duyması gerekir. Ayrıca tedavi için ekonomik durumları yeterli mi? Bu koşulları da dikkate almak önemli.

Peki, hangi sorunlar ve koşullar olursa, para yönetimiyle ilgili davranış bozukluğu ortaya çıkar? Örnekler üzerinden açıklayacak olursak; bir kişi arkadaşlarıyla bir araya geldiğinde kâğıt oynuyor ve sonunda kaybeden taraf yemek ısmarlıyorsa, at yarışı oyununa meraklı olan biri özel harcamalarından küçük bir miktar ayırıp at yarışı oynuyorsa, bunlar kişiyi ve ailesini tehlikeye atacak durumlar değildir. Bu tür oyunları sürekli oynuyorsa, kazandığı parayı bütçe planlaması

yapmadan bu oyunlara yatırıyor, kaybettikçe kazanmak için kazandıkça da daha çok kazanmak için oynuyorsa, başkalarından borç alıp ödeyemeyecek duruma geliyorsa, maaş ve kredi kartları doluyorsa ve bankalardan sürekli bir kredi çekme arayışına giriyorsa, bu kişide bir davranış bozukluğu olduğundan söz edebiliriz.

Dürtü denetim bozukluğu durumunda, kişi bu alışkanlığından kurtulamaz. İradesine hâkim olamadığı için düşünmeden bu oyunları oynar. Kafasında sürekli para kazanma, kaybetse bile daha fazlasını kazanabileceğine inanma, zengin olma, gerçekleştiremeyeceği düşler kurma gibi düşünceleri vardır. Bunların yanlış olduğunu bilse de doğrusunu yaşama geçiremez. Ayrıca böylesi savurgan davranışları olan kişi, ciddi bir sıkıntı olana kadar yaptıklarını ailesiyle paylaşmaz, saklar. Paylaştığı zaman da tüm borçlarını anlatmak yerine, bir kısmını anlatır, yalan söyleme eğilimi vardır. Önce suçluluk duygusu yaşar. Borçlarını ödeme konusunda sorumlulukları üzerine almazsa, yakınları sürekli borçlarını kapatırsa, suçluluk duyma, yerini başkalarını suçlama, yaptığı yanlışlarda sürekli bahaneler bulma, bu yaptığının son olacağına başkalarını inandırma davranışlarına bırakır.

Genellikle sorun yaşatan değil de bu sorundan etkilenen insanlar çözüm üretmeye çalışıyorlar. Oysa çözümü birlikte üretmek gerekir. Kumar oynama üzerinden gidelim. Eşinin borçlarını öğrenen bir kadın, panik olur ve borçları ödemek için abartılı bir fedakârlığa girerse, borç yapan kişi yaptığı davranışın bedelini ödememiştir. Nasıl olsa borçlarını kapatan biri vardır. Ona güvenir. Aynı davranışlarını sürdürür. Sürekli fedakârlık eden kadın tükenme noktasına gelmiştir. Artık borçları kapatacak maddi gücü kalmamıştır. Evini barkını borç uğruna satan insanların olduğuna tanık olmuşuzdur. Boşanmak isteyince, suçlu yine kadın olur. Çünkü şimdiye kadar fedakârlık eden kadına ne olmuştur? Neden başka bir çözüm üretememiştir.

Bu yöntemlerin tümü sağlıksızdır. Burada kültürel beklentiler ve kişisel kaygılar devreye giriyor. Bizim kültürümüzde, yardımlaşma yanlış kodlanmış durumda. “her ailede ekonomik sorunu olan biri var. Diğerleri de ona yardım eder. Hep böyle olur” Cümlelerini o kadar sık duymuşuzdur ki bir süre sonra bu desteği çok doğalmış gibi algılamaya başlarız. “Ödeme artık, sorumluluğunu bilsin. Sürekli sen destek olursan, alışır, hep senden bekler. Yapmadığın zaman da sana kızar” diyenlere, “ne yapayım? Başına bir şey gelirse, yine bizi bulacak.” Şeklinde yanıtlar veririz.

İşin kişisel boyutunda da başkalarının dediklerini dikkate alma, çevreden olumlu, onay sözleri duyma gereksinimi, kaybetme korkusu gibi özelliklerin devreye girmesi söz konusu olabilir. Eşinin borcunu kapatan kadına, “helal olsun, ne güzel sorunları çözüyor, eşine bağlı, yuvasını kurtarmak için kol kanat geriyor” denince, o kadın onay alma sözlerine teslim olmuş demektir. “Borcunu kapatmak için çaba göstermezsem, beni suçlar, başına bir iş getirir, onu kaybederim” şeklinde düşünen kadın, emeğini, kazandıklarını, sonuç olarak kendini kaybetmiştir. Bu tür kişilik sorunları

olan bir insan, başkalarının söylediği önemli tavsiyeleri duymaz ve sürekli kendisine neden bularak olayı kapatır. Aslında kendisini kandırmıştır. Eşinin bir daha yapmayacağına kendisini inandırır. Oysa bu olayın aynısı birçok kez yaşanmıştır. Kaybetme korkusunu bastırmak için eşine güvenmeye gereksinim duyar. Bir süre evin para yönetimini üstlenir, onun düzeldiğine inanarak para yönetiminin bazı kalemlerini yeniden eşine verir. Sonunda aynı olaylar yeniden yeniden yaşanır. Kadına övgüler yağdıran çevre, suçlayıcı sözler söylemeye başlar.

Bu saptamalar deneyimlerle sabittir. Bir psikoloğun kendiyle yüzleşmesi, olayları ne kadar içselleştirdiğinin göstergelerinden biridir. Yaşadığı olayları içselleştiremeyen bir psikoloğa kendi adıma ben güvenemem. Ben de bunları yaşadım. Çünkü kişiliğim, insan oluşum, mesleğimden önce geliyor. “Eşim kumar oynuyor, onu nasıl vaz geçirebilirim?” diyen bir danışanıma destek olduğum oldu. Eğer bu yaptıklarımla yüzleşmiş olsaydım, olayı içselleştirir, danışanlarıma daha çok destek olabilirdim. “Onu değiştiremezsin, önce tedavi olmayı kendi istemeli.” Sözlerini sıralamak yerine, onun yapması gerekenleri, önerileri, seçenekleri sunabilirdim ve bunların tümünü birlikte irdeleyebilirdik. İşin acı yanı ben de eşimin yaptığı borçları kapatabilmek için arkadaşlarımdan yardım istedim. Kişisel gereksinimlerimi göz ardı ederek tasarruf tedbirleri uyguladım. O talep etmeden, hayallerine ortak oldum ve kredi çektim. Bütçe yönetimini elime aldığım halde o buna razıyken, kendiliğimden bazı ödemeleri onun yapmasını istedim. Tepkilerimi tavır alarak değil, üzüntü, kızgınlık duygularını içeren sözler sarfederek gösterdim. Kültürel kodların etkisinde olan sağlıksız sözleri dinledim hep. Az da olsa doğru yolu gösteren dostlarımdan söylediklerini haklı bulmama karşın, uygulayamadım. Hep onu kaybetmekten korkuyordum. Üzülmesini istemiyor, ona kıyamıyordum. Sonunda maddi ve manevi kayıplarım oldu. En korkunç olanı da kendimi kaybetmemdi. Kendimi bulmam için çok çaba harcadım. “Bir psikolog bunu yaparsa, başkasının böyle yapması doğal.” Diyen, benim gibi kendisini kandırmış olur. Bunun yerine yaşanmışlıklardan örnek alabilmek de mümkün. Nitekim az da olsa kendini korumayı psikolojik destek almadan da bilen insanlar var.

Kendimizi, bu kadar zor değiştirebilirken, acaba başkalarını nasıl değiştirebiliriz? Bu sorunları yaşayanlar giderek artacak. Geçim sıkıntılarımız karşısında, bunu fırsat bilenler bizi sömürme yolları geliştiriyorlar. Bankalar internet üzerinden kredi üzerine kredi veriyor. Ev kredisi çekerken, yaptıkları araştırmaların hiç biri bu tür kredilerde geçerli değil. “Onlar da çekmesinler, akıllarını kullansınlar” demek, ilgili kurumların sorumluluklarından kurtulmaları için bir araç. Para karşılığı üretilen oyunlar artıyor ve insanlar özendiriliyor. Bunlara önlem alınmalı.

Bu olumsuz gelişmeleri fark eden ve bu sorunları yoğun yaşayanların yine de yapabilecekleri var. Para yönetimini siz üstlenmelisiniz. Maaş, kredi kartlarının denetimi sizde olmalı. “Bunu yaparsam, kendisini kötü hisseder” şeklinde düşünmemelisiniz. Hatayı yapan bedelini öderse, bu

davranışlarını azaltabilir. Bunları yapmaya karar verirken, iyice düşünmeli, kararlarınızın arkasında durmalısınız. Bu denetlemek değil, önlem almaktır. Başkalarının aldığınız önlemlerle ilgili yorum yapmasına izin vermemeli, duyduğunuz bu yorumları görmezden gelmelisiniz. Sizi anlayan, empati kuran dostlarınıza kulak vermelisiniz. Yakın çevrenin tutarlı davranması da çok önemli. Siz bu önlemleri alırken, aile bireyi ona başka bir fırsat tanımamalı. Bunları aile bireyleriyle konuşmalı, doğabilecek sonuçları somut örneklerle anlatmalısınız. Sürekli üzülme, ağlama, öfke duyma gibi yakınmalar yerine alacağınız tavırlara yoğunlaşmalısınız. Bilginiz dışında eşinizin borçlanması, sinir bozucu bir durumdur. Sürekli konuyu açıp tartışmak, içinde biriktirdiğiniz öfkeyi boşaltmak, sağlıklı davranışlar değildir. Bu yakınma davranışları, karşınızdaki kişinin olayı ciddiye almasını sağlamaz. Alacağınız somut tavırlar daha sağlıklıdır. Karşınızdakinin harekete geçtiğinizi anlamasına katkıda bulunur.

Tedavi olmayı kabul ediyorsa, gitmeli, ancak bunu gerçekten istediğinden emin olmalısınız. Nasıl mı? Tedavi olmazsa, ilişkinizin biteceğini kesin bir dille söylediniz, o da kabul etti. Fakat siz bir araya gelince, tedavi olmak istemedi. Tedaviye başladığından emin olduktan sonra bir arada olmayı sağlayabilirsiniz. Tedaviyi bırakma ve aksatmasına kesin bir tavırla izin vermemelisiniz. Konuyla ilgili kitaplar okumak ve internet üzerinden araştırmak da yol gösterir. Bu süreçler, eşler ve yakınları için de çok ağırdır. Bu nedenle koşullarınız uygunsa, siz de psikolojik destek alabilirsiniz. Bu konularda çalışan uzmanları seçmeniz çok yararlı olacaktır.

Bu tavsiyeleri uyguladınız ve sonuç değişmedi. Abartılı fedakârlık yaptığınızda da sonuç değişmeyecektir. En azından maddi ve manevi kayıplarınız bu kadar ağır olmayacaktır. Kendinizi korumanız da çok önemli. Kaybettiklerinizin yanında, kazandıklarınız daha fazla olacaktır. Yaşadığınız sorunları çözerken umudumuzu kaybetmemeniz de çok değerli. Bu tavsiyelere uymayı denemek isteyenlere şimdiden kolay gelsin. Başta zorlanabilirsiniz. Bunları uyguladıkça, kendinizi daha güçlü hissedeceğinizden emin olabilirsiniz. Sorun çözme becerinizi, gücünüzü, somut olarak uygulayabileceklerinize yoğunlaştırmanız dileğiyle.

17 Ekim 2022

KADIN ve POLİTİKA

SEÇİMLER YAKLAŞIRKEN “ALTILI MASA” KADINLARA NE VADEDİYOR

YAZAN: Emine ORTAKAYA

e_mine_ortakaya@hotmail.com

İktidara göre 2023 yılının Mayıs veya Haziran’ında Cumhurbaşkanlığı seçimleri olacak. Güçlendirilmiş Parlamenter Sistem mutabakat metninde ortaklaşan, kamuoyunda ‘altılı masa’

olarak bilinen CHP, İYİ Parti, Gelecek Partisi, DEVA, Saadet Partisi ve Demokrat Parti'nin seçim beyannamelerinde yer alacak kadın politikaları da yavaş yavaş şekillenmeye başlıyor. Buna göre:

Altı siyasi parti kadına yönelik şiddetin önlenmesi konusunda benzer vaatlerde bulunurken Saadet Partisi haricindeki 5 parti, İstanbul Sözleşmesi'nin hükümlerinin uygulanacağı vurgusunu yapıyor.

Partilerin ortak sorun olarak gördüğü ve temelde uzlaştıkları konular arasında kadınların istihdamı, toplumsal cinsiyet eşitliği ve kadın yoksulluğu ile mücadele var. Tüm partilerde, 2023 seçim sonuçlarının kadınlar tarafından belirleneceği görüşü hâkim.

Şimdi bu görüşlere teker teker kısaca değinelim:

CHP'nin kadın politikasında kadına şiddetle mücadele, kamu ve özel sektörde kadın istihdamı ile kadın-erkek eşitsizliğini ortadan kaldırmak yer alıyor. Bu kapsamda söylemini 'eşitlik ve adalet' üzerine kuruyor.

Türkiye'de siyaset başta olmak üzere yargı gibi birçok alanda kadın temsiline yetersizliğine dikkat çeken CHP, özellikle özel sektörde kadınlar için kota uygulamasını öneriyor.

İktidar olmaları durumunda ilk 5 yıl içerisinde 'üreten bir Türkiye' inşasıyla 6 milyon yeni istihdam yaratmayı hedeflediklerini ve bunun 4 milyonunun kadınlara ait olacağını belirtiyorlar. Özel sektöre yüzde 35'ten yüzde 50'ye kadar kadın istihdamı durumunda teşvikler verilmesi ve böylece "kadın istihdamı"nın artırılması amaçlanıyor. Bu arada da Uluslararası Çalışma Örgütü'nün (ILO) 190 sayılı Şiddet ve tacizden arınmış bir çalışma yaşamını amaçlayan 190 sayılı Şiddet ve Taciz Sözleşmesi'ni (C190) imzalayarak, şiddet ve tacizden arınmış bir çalışma yaşamı yaratacaklarını ifade ediyorlar.

Türkiye'de toplumun derinden hissettiği ekonomik sorunlar kadın yoksulluğunu da artıran başlıca nedenler arasında yer alıyor. CHP bu noktada da kayıt dışılığı önleyici tedbirler almayı ve hane içindeki görünmez emeği görünür kılmayı amaçlıyor. Öncelikli hedef olarak kurulacak bir 'kadın bakanlığı' üzerinden çalışmaların koordine edileceğine işaret ediliyor.

İYİ Parti Kadın Kolları Başkanı Ünzile Yüksel 2023 seçimlerinin sonucunu kadınların belirleyeceğini ifade ediyor.

Altılı masada genel başkanı kadın olan tek parti olarak yer alan İYİ Parti ise, seçim çalışmalarında kadın politikalarına ağırlık verecek. Kadınların siyasette daha fazla sayıda yer almasıyla 'toplumsal refah' vurgusu yapan İYİ Parti, Türkiye'nin tüm bölgeleri, il ve ilçelerinde kadınların siyasete aktif katılımını sağlayacak bir sistem üzerinde çalışıyor. Bu çalışmalar kapsamında kadın odaklı bölge koordinatörlükleri oluşturularak, her 5 ilde bir kadının sorumluluğunda çalışmalar yürütülecek. Bu çalışmaların seçim sürecinde en az 100 bin kadını sahada harekete geçirmesi hedefleniyor.

İYİ Parti'nin hedefleri arasında kadınlara yönelik ayrımcılık içeren her türlü uygulamanın ortadan kaldırılması, kadınların sosyal, ekonomik, siyasal ve toplumsal alanda konumlarının iyileştirilmesi de yer alıyor ve tabii ki İstanbul Sözleşmesi'nin hükümlerinin uygulanması da...

Kadın kolları başkanı Ünzile Yüksel, kadınlar için fırsat eşitliği sağlanana kadar Eşitlik Çerçeve Yasası'nın hayata geçirileceğini, ebeveynlerin, çocukların fiziksel ve psikolojik durumlarındaki gelişmeleri doğru bir şekilde izleyebilmesi için Ulusal Ebeveynlik Programı uygulayacaklarını, 'Rüzgârgülü Projesi'yle okullarda ücretsiz yemek programını başlatacaklarını, kadın yoksulluğunun derinleştirdiği bu süreçte kadınların çalışabileceği iş alanları yaratılacağını, yaklaşık 750 bin kadın istihdam edileceğini kadın girişimcileri destekleme konusunda teşvik paketlerinin hazırlanacağını söyledi.

Kadına şiddetin önlenmesi ve çocuk istismarı konularında ısrarlı takibi yasalaştırmak ve İstanbul Sözleşmesi'ni yürürlüğe sokarak onun hükümleri çerçevesinde davranmak en önemli konularından.

DEVA Partisi'nin kadın söylemi de diğer partiler ile ortak sorunları temel alıyor. Kadına yönelik şiddetin ve kadın yoksulluğunun ortadan kaldırılmasının öncelikli hedef olarak ele alındığı partide, toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması ile kadın istihdamının kamu ve özel sektörde arttırılması, öncelikli vaatler arasında yer alıyor.

Kadına yönelik şiddette dört temel başlık; önleme, koruma, kovuşturma ve destek politikaları benimsenmiş. Kadın Politikaları Başkanı Elif Esen, öncelikle kadınların şiddet görmemesi ve kadın cinayetlerinin son bulması için eğitim ve hukuk alanında kısa, orta, uzun vadeli politikalar üretileceğini ifade ediyor. Esen, iktidar olmaları durumunda halen İstanbul Sözleşmesi yürürlükte değilse yeniden taraf olacaklarını da sözlerine ekliyor.

Kovuşturma ve ceza sistemini, 'iyi hal indirimi' gibi uygulamaları kaldırmak suretiyle, kadın hak ve özgürlüğünü koruyacak, güvenliğini sağlayacak şekilde yapılandıracaklarını söylüyor.

DEVA Partisi'nin seçim vaatleri arasında kadınların kamuda istihdamının yaygınlaştırılması, özellikle karar mekanizmalarında ve yönetim mercilerinde bulunmalarının önünü açacak politikaların oluşturulması yer alıyor. Esnek ve saat bazlı yeni iş modelleri ile kadının çalışma hayatında hak kaybına uğramasını önleyecek, evi ve işi arasında seçim yapmak zorunda kalmayacağı, kadın istihdamını teşvik edecek, eşit işe eşit ücret ve kota uygulamaları ile çalışma hayatını dengeleyecek, ücret seviyelerinin artırılması yoluyla kadın yoksulluğunu azaltacak politikalar üreteceklerini ifade ediyorlar.

Aynı zamanda daha çok kadının siyasete girmesinin sağlanacağını da altı çiziliyor.

Gelecek Partisi de kadın politikasını ağırlıklı olarak kadına yönelik şiddetin önlenmesi ve kadın istihdamının artırılması üzerinden oluşturuyor. Tüm bunların temelindeki kadın- erkek

eşitsizliğinin önüne geçilmesini önceleyen parti, kadına ve çocuğa yönelik şiddet ve istismarın partiler üstü olduğuna ve ortak mutabakat ile hareket edilmesi gerektiğine inanıyor. Parti Kadın Politikaları Başkanlığı tarafından kadına yönelik şiddette kısa, orta ve uzun vadeli planlamalar yapılıyor. Kadın cinayetlerinde hiçbir şekilde ‘indirim’ uygulanmaması, en ağır cezanın verilmesi gerekliliği konusunda kesin bir kanaate sahipler. İstanbul Sözleşmesi’nin de tekrar yürürlüğe girmesinin sağlanacağını altı çiziliyor.

Tüm projelerin, sahadaki ihtiyaçlar gözetilerek hazırlandığı vurgulanıyor. İş dünyasındaki kadın sayısını artıracak politikaları hayata geçirerek, iş hayatındaki kadın istihdamında özellikle yönetici kadrosundaki yetersizliğe de bir çare bulmayı hedefliyorlar.

Demokrat Parti (DP), 2023 seçimlerine giderken öncelikle kadın kolları genel başkanlığında kadro değişikliğine gidecek. Bu süreçte kadın kolları başkanlığının güçlendirilmesi ve genişletilmesi amaçlanırken, il ve ilçe teşkilatlarında da kadın varlığının artırılması düşünülüyor.

Seçimlere güçlü bir kadın kadrosu ile gideceklerinin altını çizen Kadın ve Gençlik İşleri Başkanı Murat Aydoğdu, “partideki kadın varlığını artırarak yeni kadronun sahada aktif çalışma yapmasını amaçlıyoruz. Yani bir anlamda ‘demokrat kadınlardan’ bir ordu kurup seçime öyle gideceğiz. Bu seçimde kadın seçmenin seçimin kaderini belirleyeceği bilincindeyiz. Bu yüzden de tüm kadrolarımız ile bu süreçte sahada olacağız” diyor.

‘koruyucu hukuk sisteminin geliştirilmesi gerekiyor’ Bunu kim söylüyor belli değil

Saadet Partisi ise seçime giderken kadın politikalarını bir önceki seçimde olduğu gibi ‘adil devlet insanca yaşam’ ideali olarak belirlemiş. Bu noktada kadın ve erkek ile birlikte aile ve toplum vurgusunun yapılacağı çalışmalarda birey olarak hakların korunduğu projeler de üretilecek.

Partinin öncelikli vaadi ise kadına şiddetin engellenmesinin yanında iş hayatında var olan kadınların çalışma koşullarının iyileştirildiği, çalışmayan kadınların ise özlük haklarının verildiği bir sistemin kurulması.

Türkiye’de bu güne kadar kadına yönelik sorunlara karşı ‘pansuman tedaviler’ uygulandığını ifade eden Saadet Partisi Kadın Kolları Başkanı, öncelikle kadınların uğradığı hak kayıplarının, eşitsizliğin temel nedeninin bulunması için çalışacaklarını beyan ediyor.

Saadet Partisi, altılı masada bulunan partilerden farklı olarak İstanbul Sözleşmesi’ne karşı çıkıyor. Buna getirdikleri açıklama ise şöyle:

Topluma yönelik yapılacak bütün uluslararası sözleşmelerin o ülkenin bünyesi, dini inanışları, gelenek ve göreneklerinin dikkate alınarak yürürlüğe alınması gerektiğini savunuyorlar.

Altılı Masada farklılıklar üzerinden tartışmayı değil, birleşilen konular üzerinde uzlaşmayı seçtiklerini söylüyorlar.

Bakalım yakın gelecek bize hem kadın politikaları açısından hem de genel politik durum açısından neler gösterecek...

“Haydi hayırlısı”.

16 Ekim 2022

KAYNAK: www.gazeteduvar.com.tr

ARIKOVANI

KONUK: Elizabeth EDMONDSON

SÖYLEŞİYİ YAPAN: Nihal İŞCEL

ÇEVİRİYİ YAPAN: Nihal İŞCEL

nihal.iscel@gmail.com

Nihal: Sevgili Umudun Kadınları dinleyicileri. Hepinize Avusturalya’dan selamlar, sevgiler gönderiyorum. Ben Nihal İşcel, yanımdaki konuğum, Elizabeth Edmondson. Elizabeth, programımıza hoş geldiniz.

Elizabeth: Türkiye’deki herkese selamlar. 1950’de doğdum. 1951’de çocuk felci geçirdim. 13 yaşımdayken yüzme öğrenmeye karar verdim. 14 yaşımdayken, yüzme koçum bana dünya rekoru kırdığımı söyledi. Güney Avusturalya’nın başkenti Adelaide’e para linpik olimpiyat sporu için gitmeye seçilmiştim. Orada deneyler yapılacaktı. Oradan da 1964’te Tokyo’ya gittik. 14 yaş üç aylıkken, üç kere dünya rekoru kırdım. Üç tane altın madalya kazandım. 1968’de de Israil’e gittik. Orada da sırt üstü yüzmede iki altın madalya, bir de gümüş madalya kazandım. O kadar eğleniyordum ki yarışmada olduğumu unuttum. Böylece gümüş madalya kazandım. 36 yaşındayken evlendim ve bir kızım oldu. Kızım iki buçuk yaşındayken ayrıldık. Kızım 17 yaşındayken, bir burs kazanıp Kamberra’ya üniversite okumaya gitti. 19 yıldır da ben burada yalnız yaşıyorum.

Nihal: Biz Perth’te yaşıyoruz sevgili dinleyiciler. Perth, Batı Avustralya’nın başkentidir.

Elizabeth: Bundan 16 yıl öncesine kadar yürüyordum. O zaman bir omuzumdan ameliyat oldum. Eve elektrikli, yani akülü tekerlekli sandalyeyle gönderildim. O günden beri de tekerlekli sandalye kullanıyorum. Şimdi toplu taşıma araçlarıyla bir yerlere gitmek bana iyi geliyor. Bu yüzden de 6-7 tane kurumun yönetim kurulundayım ve engelli hakları savunmanayım. Herkes bir savunman olabilir. Engeliniz varsa, siz de bir savunman olabilirsiniz. Yani en azından sokaklarda yürürken, bir kırık, taş eksikliği görürseniz, onu belediyeye şikâyet edebilirsiniz. Onu gelip yaparlar. Bir belediyenin engelli komisyonunda görev yapıyorum gönüllü olarak. Sizler de bulunduğunuz bölgelerdeki belediye engelli komisyonlarına girip gereken değişikliklerin yapılması için mücadele

verebilirsiniz. Yeter ki siz isteyin, siz isterseniz, her şeyi yapabilirsiniz. Beni dinlediğiniz için çok teşekkür ederim. Umarım hikâyemi beğenmişsinizdir.

Nihal: Sevgili dinleyenler, ben de teşekkür ediyorum. Her birinize sağlıklı, mutlu, güzel bir yaşam diliyorum.

KADININ GÜNCEİ EKİM

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Hepinize umut dolu bir merhaba diyoruz. Yepyeni bir kadının güncesiyle beraberiz.

Önce başlıklar:

LCW'ye LGBTİ+ protestosu: Gökkuşağından moru koparamazsınız

HPV aşısı mücadelesinde bir kazanım daha

Dersim Kadın Platformundan Gülistan Doku için Dinar Köprüsü'nde eylem

Patronların ensesindeyiz Dayanışma Ağı kadın, çocuk ve LGBT odaklı habercilik semineri

İBB kadınlara yazılım öğretip iş bulacak

Tıp dünyasını şaşkına çeviren olay! İkiz bebeklerin babaları farklı çıktı

İran'da Mahsa Amini için protesto: Saçlarını kestiler, başörtülerini yaktılar

LCW'ye LGBTİ+ protestosu: Gökkuşağından moru koparamazsınız

İzmir'de Kadın Savunma Ağı'nın çağrısıyla bir araya gelen kadınlar, gökkuşağı renklerini yasaklayan LC Waikiki'nin LGBTİ+ karşıtı tutumunu protesto etti.

Karşıyaka Çarşı'da bulunan LCWaikiki (LCW) şubesi önünde toplanan kadınlar, mağazanın girişine boyalarla gökkuşağı çizdi. Sık sık “Vardık, varız, var olacağız”, “Nefrete inat yaşasın hayat” ve “Susmuyoruz, korkmuyoruz, itaat etmiyoruz” sloganları atan kadınların eylemine çevrede bulunanlar da alkışlarla destek verdi.

Kadınlar adına açıklama yapan Kadın Savunma Ağı'ndan Gizem Coşkun, "Biz kadınlar Türkiye'de dünyada özgürlük ve eşitlik için mücadele ediyoruz. Kadınlar olarak, LGBTİ+'lar olarak buradayız. Tüm renklerimizle hayatın her alanında varız. Emegimizi inkâr edenlere karşı, LGBTİ+'ları inkâr edenlere karşı tüm renklerimizle buradayız" dedi.

"LCW gökkuşağı renklerini yasaklamış, Sanayi Bakanı Mustafa Varank da LCW'yi tebrik etmiştir. Biz kadınlar bunu protesto ediyoruz." diyen Coşkun, "İrkçılığınıza, ayrımcılığınıza eşitsizliğinize karşı buradayız. Gökkuşağından moru koparamazsınız. Mücadelemizden vazgeçmeyeceğiz" şeklinde konuştu.

HPV aşısı mücadelesinde bir kazanım daha

Önce Çocuklar ve Kadınlar Derneği, HPV aşısı ücretlerinin iadesi talebiyle açtıkları bir davayı daha kazandıklarını duyurdu.

Ankara 62. İş Mahkemesi, HPV aşısının ücretsiz olması talebiyle açılan davada kararını bugün açıkladı. Mahkeme, tek dozu 1015 TL olan aşıyla ilgili açılan davada aşı bedelinin geri ödenmesine hükmetti. SGK, üç doz aşının bedelini faiziyle birlikte davacıya geri ödeyecek.

Derneğin sosyal medya hesabında yaptığı açıklama ise şöyle:

“HPV aşısı ücretsiz olsun mücadelemiz kapsamında, aşı ücretinin iadesi talebiyle açtığımız bir davamız daha mahkeme tarafından kabul edildi, yine kazandık. Aşımız ulusal aşı takvimine alınana dek mücadeleye devam. Başta avukatlarımız olmak üzere tüm dostlarımızın eline sağlık.”

Dersim Kadın Platformundan Gülistan Doku için Dinar Köprüsü'nde eylem

Munzur Üniversitesi Meslek Yüksek Okulu Çocuk Gelişimi Bölümü ikinci sınıf öğrencisi 21 yaşındaki Gülistan Doku'dan, 5 Ocak 2020 tarihinden bu yana haber alınamıyor.

En son üvey babası polis olan Zaynal Abarakov ile bir pastanenin önünde tartıştıktan sonra üniversiteye giden bir minibüse bindiği MOBESE kameralarına yansıyan Doku'nun akıbeti, geride bırakılan 1000 günde aydınlatılmadı.

Dosyanın baş şüphelisi Abarakov ve ailesine dair etkili bir soruşturma yürütülmedi, Doku'yu arama çalışmaları derinleştirilmedi ve deliller toplanmadı.

Gülistan Doku, dört bir tarafı karakollarla çevrili ve kameralarla izlenen Dersim'de 1000 gündür kayıp. Yetkililer ise Doku'yu bulmak yerine şüphelileri aklamanın peşine düştü.

Dersim Kadın Platformu, Gülistan Doku'nun son görüldüğü yer olan Dinar Köprüsü'nün üzerinde açıklama yaptı.

Kaybolduğu ilk günden beri bu işin takipçisi olacağımızı ve Gülistan bulunana kadar da vazgeçmeyeceğimizi belirtmiştik. Buradan bu sözümüzü tekrarlıyoruz.

Failleri aklamanıza, korumanıza izin vermeyecek hesap soracağız! Yaşasın kadın mücadelemiz.

Patronların Ensesindeyiz Dayanışma Ağı kadın, çocuk ve LGBT odaklı habercilik semineri

Patronların Ensesindeyiz İletişim Emekçileri Dayanışma Ağı, 25 Eylül Pazar günü saat 16.00-20.00 arasında, Kadıköy Nazım Hikmet Kültür Merkezi'nde kadın, çocuk ve LGBTİ+ habercilik odaklı bir seminer düzenlendi.

Cumhuriyet Gazetesi muhabiri Sinem Nazlı Demir, "Kadın cinayeti ve çocuk istismarı haberlerinde dil ve görsel kullanım" başlıklı konuda; Bianet muhabiri Evrim Kepenek ise "LGBTİ+ haberciliği neden önemli" başlıklı konuda yürütücülük yaptı.

Ruhi Su Salonu'nda gerçekleşen seminerde kadın, ocuk ve LGBTİ+'ların medyadaki temsili ve haber dilinde nelere dikkat edilmesi gerektiği konuşuldu.

Seminerin yürütücüleri, örnek haberler üzerinden yapılan yanlışları göstererek insan hakları Ve LGBTİ+ haberciliği odaklı yayınların önemini de aktardı.

İBB kadınlara yazılım öğretiliş bulacak

Teknoloji sektörünün ihtiyaç duyduğu yetişmiş insan kaynağına katkı sağlamak amacıyla, İstanbul Büyükşehir Belediyesi İnsan Kaynakları ve Eğitim Daire Başkanlığı tarafından hayata geçirilen “Yazılımcı Yetiştirme Projesi” için başvurular alınmaya başlandı.

Kariyerine bilişim alanında yön vermek isteyen en az ön lisans mezunu herkesin başvuru yapabileceği ‘Yazılımcı Yetiştirme Projesi’nin öncelikli hedefi; yazılım sektörüne nitelikli gençler kazandırmak. Fenerbahçe Üniversitesi ve Farmasi’nin de desteği ile hayata geçirilen eğitim programının sonunda en az 100 kadın yazılımcının sektöre kazandırılması amaçlanıyor.

Başvurusu uygun bulunan adaylar, önce Fenerbahçe Üniversitesi’nde sınava girecek daha sonra mülakata alınacak. Deęerlendirmeleri olumlu bulunan kişiler programa dâhil olacak.

Programa katılma hakkı kazanan kişiler; Fenerbahçe Üniversitesi ve Enstitü İstanbul İsmek tarafından sağlanacak teknik ve kişisel gelişim eğitimi olmak üzere toplamda 500 saat eğitim alacak.

İBB; tamamen ücretsiz olarak verdiği Yazılımcı Yetiştirme Projesi’nde derslere düzenli katılım sağlayan ve sınavlarda başarılı olarak mezun olmaya hak kazanan kişilere Bölgesel İstihdam Ofisleri aracılığı ile istihdam desteği sağlayacak.

Tıp dünyasını şaşkına eviren olay! İkiz bebeklerin babaları farklı ıktı

Portekiz’de akıllara durgunluk veren bir olay meydana geldi... Aynı gün iki farklı erkeklerle cinsel ilişkiye giren bir kadın ikiz bebekler dünyaya getirdi. Fakat yapılan DNA testinde ikizlerin babalarının farklı olduğu tespit edildi.

Bilim ve tıp dünyası Portekiz’de yaşanan ilginç olayı açıklamak için çaresiz kaldı... Olay Portekiz’in Goias eyaletindeki Mineiros isimli ufak bir kasabada meydana geldi.

Tıp literatürüne girecek olayda ismi açıklanmayan kadın gebe kaldığı gece aynı anda iki farklı erkeklerle cinsel ilişkiye girdiğini açıkladı. Cinsel ilişkiye girdikten 8 ay sonra bebeklerini kucağına alan kadın yapılan DNA testinde ise hayatının şokunu yaşadı.

Çünkü bebeklerin babası olduğu tahmin edilen adam ve bebeklerin DNA testleri karşılaştırılınca ortaya garip bir sonuç ıktı. Zira ismi açıklanmayan adam, ikizlerden birinin babasıydı. Konuyla ilgili açıklama yapan kadın, “O gün başka bir erkeklerle de cinsel ilişkiye girdiğimi hatırladım ve test yapmasını istedim fakat sadece bebeklerden biri için pozitif ıktı. Bu sonuç beni çok şaşırttı” dedi.

Portekizli nüfus memurları ikizlerin doğum sertifikasına aynı adamın ismini yazsa da DNA testinden çıkan sonuç kafaları karıştırdı. Şaşkın kadın, “Partnerim ikisinin de bakımını üstleniyor ve bana çok destek oluyor” dedi. Konuyla ilgili bir inceleme yapan Dr. Tulio Jorge Franco ise bu olayın olağandışı olduğunu vurguladı.

Portekiz merkezli medya kuruluşu G1’e konuşan Dr. Franco, “Bu tür gebeliklerde aynı anneden iki farklı yumurta farklı erkekler tarafından döllenir. Bu bebekler annenin genetik yapısını paylaşıırken, farklı plasentalarda büyürler” ifadesini kullandı.

“Bir Milyonda Bir Görülür”

Bu durumun çok nadiren görüldüğünü dile getiren Dr. Franco, “Hamilelik süreci çok sıkıntısız geçti ve hiçbir komplikasyon görülmedi. İki erkek çocuğunun da sağlığı yerinde ve bir hastalıkları yok” ifadesini kullandı.

İran'da Mahsa Amini için protesto: Saçlarını kestiler, başörtülerini yaktılar

İran'ın başkenti Tahran'da polis tarafından 'kıyafet kurallarına' uymadığı gerekçesiyle gözaltına alındıktan sonra fenalaşarak hastaneye kaldırılan 22 yaşındaki Mahsa Amini yaşamını yitirdi.

Sosyal medyadaki aktivistler ise polisin, genç kadının "aniden" bilincini kaybettiği yönündeki savunmasını reddederek, Amini'nin polis merkezine getirilmeden önce darp edildiğini iddia ediyor.

Amini'nin ölümünün ardından başlayan protestolara kolluk kuvvetleri göz yaşartıcı gazlarla müdahale etti. Protestolarda en az 38 kişi yaralanırken, 13 kişi de tutuklandı.

İran sokaklarında başörtüsünü çıkarıp yürüyüş düzenleyen ya da başörtüsünü yakan kadınlar görüldüğü gibi sosyal medyada da saçlarını kesen kadınların videoları viral oldu.

Oyuncu Anahita Hemti, Instagram’da saçlarını kestiği videosunu paylaşarak saç kesmenin İran’daki kimi inanışlara göre yas sürecinin bir parçası olduğunu dile getirdi.

İranlı oyuncular Ketayoun Riahi ve Shabnam Farshadjo’nun da protesto amacıyla başörtülerini çıkardığı görüldü.

Şimdilik bizden bu kadar. Kasım ayında yeni bir kadının güncesiyle beraber olmak üzere sevgiyle kalın.

15. Ekim 2022

ROL MODELLERİMİZ

SAKLI KAHVEM

KONUK: Dilek ŞAHİN

SÖYLEŞİYİ YAPAN: Şule SEPİN İÇLİ

Şule: Sevgili Umudun Kadınları dinleyenlerimiz. Rol modellerimiz köşemizde İzmir’den bir konuğumuzu ağırlıyoruz. Daha önce bilenler olduğu gibi, yeni duyanlarınız da olabilir. ‘Saklı Kahvem’ adlı bir şirket var. Konuğumuz Dilek Şahin. Hoş geldin Dilek.

Dilek: Hoş buldum, merhaba.

Şule: Bize kendini tanıtabilir misin?

Dilek: Öncelikle bu söyleşi için çok mutlu olduğumu belirtmek istiyorum. 1975’de Konya’da doğdum. Üç yaşında, ateşli bir hastalık sonucu gözlerimi kaybettim. Bir doktorun tavsiyesiyle, beş buçuk yaşında İstanbul İstinye Körler Okuluna yatılı olarak başladım. İlkokuldan sonra ortaokul için Ankara’ya Beşevler Körler Okuluna geldim. Liseyi memleketimde okumak istedim. Ailemin yanında Konya Meram Gazi Lisesinin ilk görme engelli öğrencisiyim. Üniversiteyi Konya’dan sözel birincisi olarak kazandım ve 1992 yılında İzmir Dokuz Eylül Hukuk Fakültesine geldim. İzmir’i çok sevdim ve memleketime dönmek istemedim. 1997 yılında üniversite öğrencisiyken, SSK’da memur olarak işe başladım. Memur olduktan sonra çeşitli unvan değişikliği sınavlarına girdim ama kazanmak mümkün olmadı. İzmir’i bırakıp gitmek istemediğim için başka sınavlara da girmedim. 2011 yılında eşim Mustafa Şahin ile evlendim. 2012 yılında kızım doğdu. Emekliliğim gelmişti zaten ve emekli oldum. Çünkü çocuklarımı kendim büyütmek istiyordum. Kızım üç yaşındayken, bir kız kardeşi daha dünyaya geldi. Şimdi hep birlikte büyümeye devam ediyoruz. Kızlarımın biri on, diğeri yedi yaşında. Saklı Kahvem’i resmi olarak son üç yıl içerisinde kurduk. Eşim ve ben bu işi yaptığımız için çok mutluyuz. Eşimle birlikte bu işi yürütüyoruz.

Şule: Hukuk fakültesini bitirdikten sonra avukat olarak çalışmadın değil mi?

Dilek: Hayır.

Şule: Bu işe nasıl karar verdiniz? Eşin emekli olmuş muydu?

Dilek: Hayır, Eşim bundan üç yıl önce emekli oldu. Ticareti çok seviyorum. Eşim de ticaret yapmayı çok seviyor ve bir yere bağlı olarak çalışmayı hiçbir zaman sevmeydi. Memurdu. Memuriyette çalışma imkânları çok fazla sunulmadı. En azından kendi mesleğimizi yapma olanağı sunulmadı. Bu nedenle o hiçbir zaman işinde mutlu olmamıştı. İkimiz de ticareti çok sevdiğimiz için daha önce farklı noktalarda bunu denedik. Yaptığımız iş baharat üzerineydi. Baharatla ilgilenirken, kahveyi keşfettik. Kahve bizim için apayrı bir merak ve ilgi konusu oldu. Daha sonra şirketleştirdi ve bizim için çok güzel oldu. Eşim Türkiye’de görme engelli olarak tek kavurma ustası. Çünkü kahvenin öğütülme seviyesine gelinceye kadar önce kavrulması gerekiyor. Kahveyi sevdik ve o da bizi sevdi ki birbirimizden hiç ayrılmıyoruz.

Şule: Baharatın yapım aşamasıyla mı ilgileniyordunuz, yoksa yalnızca satıyor muydunuz?

Dilek: Hayır, baharatı sadece temin edip satıyorduk. Baharatı tek başına değil de yanında kahvenin de olması gerektiğini öğrendik.

Şule: Şu anda ürünleriniz arasında baharat da var değil mi?

Dilek: Tabii, kahvenin yanında yüzden fazla çeşit baharatımız var.

Şule: Kahve yapımında başroldesiniz. Baharatları da satıyorsunuz değil mi?

Dilek: Evet. Ürünlerimizi alırken, belirli yerlerden, daha çok ailelerin kendi yaptıkları ürünleri alıp satmayı tercih ediyoruz açıkçası.

Şule: El ve ev yapımı yani. Baharat üreten biri size nasıl ulaşabiliyor?

Dilek: Eşime ve bana telefon numaralarımızdan ulaşabilirler. Arayanlarla mutlaka görüşürüz ve ürünlerimizin arasına ekleriz.

Şule: Söyleşimizin sonunda iletişim bilgilerinizi paylaşıyoruz. Merak edenler, ilgi duyanlar, yeni duyup da tanışmak isteyenler size ulaşabilirler. Kahveyi bir yerden getirip satıyor musunuz, yoksa kendiniz mi yapımında rol oynuyorsunuz? Eşinle senin ilgilendiğiniz işler farklı sanırım.

Dilek: Ben olayın daha çok pazarlama yönüyle ilgileniyorum. Eşim kahvenin işleyişiyle ilgileniyor. Kahve, henüz Türkiye’de yetişmeyen bir ürün. Denemeler yapılsa da henüz içilebilecek kıvamda kaliteli bir kahve elde edilemedi. Dünyanın birçok ülkesinde var. Kimisi Türk Kahvesi, kimisi de Filtre Kahve olarak damak tadına sunuluyor. Türk kahvesi çekirdeği genelde Brezilya’dan geliyor. Elinize aldığınızda, eğer hiç görmediyseniz, kahvenin bundan yapıldığını anlamanız mümkün değil. Çünkü çok farklı bir yapısı var. Gelen kahveler belirli dereceler de kavruluyor. Kahvenin lezzetinde çok etkisi olan kriterlerden biri de kahvenin kavrulma derecesi. Kavrulma işleminden sonra bir süre dinlendiriliyor. Öğütme ve fincana kadar gelme aşamaları oluyor. Bu kısmıyla en çok eşim ilgileniyor. Kavurmayı ve öğütmeyi tam olarak yapabilen o.

Şule: Eşin biraz görüyor mu?

Dilek: Çok az görüyor. Önceden daha fazla görüyordu.

Şule: Peki, tam kör biri kavurma işlemini yapabilir mi?

Dilek: Bunu yapabilmesi için deneyimlemesi ve öğrenmesi gerekiyor. Kokudan ve tattan, bir kahvenin hangi derecede, nasıl kavrulduğunu gayet iyi anlayabilir.

Şule: Anladığım kadarıyla bir çeşit kahveden hem Türk Kahvesi, hem de filtre kahve üretiliyor öyle mi?

Dilek: Hayır, Türk kahvesinin çekirdeği sadece Brezilya’da yetişiyor. Filtre kahve dünyanın birçok ülkesinde farklı çeşitte var. Her ülkenin yetiştirme yerindeki ağaçlar farklılık gösteriyor. Yüksek yerlerde, Etiyopya’da yetişen kahve ile alçak yerlerde yetişen kahve farklıdır. Kolombiya, Guatemala, Honduras, Kenya, birçok Afrika ülkesinde kahve çekirdeği yetiştirilir ve her birinin lezzeti, aroması bir diğerinden farklıdır. Çünkü yetiştikleri toprak, ağacın ve çekirdeğin türü, insanların damaklarında bıraktığı tat olan aromayı besler.

Şule: Kahve üreticilerinin yaptığı işlemler aynı mı, farklı mı?

Dilek: Daha fazla aromaların katılması, fermente dediğimiz bir yöntem var. Havuzlarda yapılması mümkün. Bunu yapan yerler var. Öğütüldükten sonra fincana kadar gelme işlemi, özellikle filtre kahvede çeşit çok fazla. Express, makiyato, latte olarak üretilen kahveler var. Bu isimler bunların süsleme ve içine katılan aromalarla ilgili. Sunumları her yerde farklılık gösterebiliyor.

Şule: O zaman yaratıcılığınızı kullanarak farklı kahveler üretebiliyorsunuz.

Dilek: Tabii. Saklı Kahvem olarak bizim işimiz, kahveyi en saf haliyle insanlara sunmak. Nasıl içeceklerine onlar karar vermeliler. Kahveyi öğüttükten sonra fincanda satmıyoruz. Özellikle aromalandırılmamış kahveyi tercih ediyoruz. Kahvenin kendine has tadı, kesinlikle aromasından daha güzel.

Şule: Sizde de çeşit çeşit kahveler var, o nedenle sordum.

Dilek: Tabii. Türk kahvesinin de aromalıları var, biz bunları sunuyoruz. Çilekli, mangolu, kavunlu, vanilyalı, tarçınlı, o kadar çok çeşidi var ki insanlar tercih edebiliyorlar. Aromalandırma, Türk kahvesi için geçerli.

Şule: Kahvenin tadının daha çok hissedilebilmesi için aromaları çok fazla koymuyorsunuz.

Dilek: Adı Türk kahvesi. Aromadan çok kahvenin hissedilmesi gerekir.

Şule: Çok ilginç. Brezilya’da yetişiyor ve adı Türk kahvesi. İş yerinizde kaç kişi çalışıyor? Bunların yanında paketleme gibi bir sürü iş vardır.

Dilek: Şu an eşimle ikimiz çalışıyoruz. Pandemi süreci araya girince, kendi kendimizi idare etmek durumunda kaldık. Yollar git gide açılıyor, yavaş yavaş genişlemeye başlıyoruz. Devletin verdiği Koskep desteği ve bu desteği bize ödemeyen bankaları saymazsak engel olarak, yeni yeni kımıldıyoruz. Hedefimiz; İstanbul borsasına girebilecek büyüklükte bir işletme oluşturmak. Kahveyi; kavurma, öğütme ve paketleme üzerine yurt içinde ve yurt dışında sunmak. Genel olarak engellilerin çalıştığı bir işletme hedefimiz var.

Şule: Umarım bu hedefinize ulaşırsınız. Dergimizin adı da Umudun Kadınları ya, biz de umut edelim. Pazarlama işleriyle ilgilendiğini söyledin. Ne tür işler yapıyorsun? Örnek olması açısından paylaşabilir misin?

Dilek: Önceleri yeri geldi tüm esnafı dolaştım, yeri geldi sırt çantasında kahveleri taşıyarak tanıttım. Pandemi gelince, bunların hiç biri olamadı. Biz de internet ve WhatsApp’a yöneldik. Sosyal medyada, Facebook, Instagram, internet sitemiz ve WhatsApp gruplarımız üzerinden reklamlarımızı yaptık. Çeşitli paketler hazırlayarak satışlarımızı gerçekleştiriyoruz. İşin bu kısmıyla ben ilgileniyorum. Siparişleri alıp eşime gönderiyorum. O da hazırlayıp kargoluyor. İnsanlarla iletişim kurmayı çok seviyorum ve önemsiyorum. Hele hele ticaret yaparken, yeni dostlar edinmek benim için çok değerli. Olayın çok yönlü ve güzel tarafları var.

Şule: Duyduğumuzda biz de çok heyecanlandık ve size ulaşmak istedik. Sosyal medyada görünürlük çok önemli. Bunu nasıl çözüyorsunuz?

Dilek: Bir elemanımız yok. Görsellik konusunda, fotoğraflamalarda yakın çevremizden destek alıyoruz. Bunun daha profesyonel olması gerekiyor. Görsellik, gerçekten ürünü satan şey. Bir elemanımızın olması şart.

Şule: Görme engelli bir çift olarak bu işi yapmanız, özellikle gören çevre açısından nasıl karşılanıyor? Biz hayranlıkla izliyoruz. Önyargılar mı, yoksa iş ortamında doğal bir kabul mü var?

Dilek: İlk başta insanlar bunu çok tuhaf karşılıyorlardı. Satılacak bir sürü farklı ürün vardı. Baharat, kahve alanını tercih ederek gıda sektörüne girmiştik. Hele şirket olduğumuz zaman, biraz yüksekte başladığımızı söyleyenler oldu. Bize göre önemli olan, önce marka olmaktı. Faydalı olmak, güvenilirlik ancak marka olmakla mümkündü. Saklı Kahvem, tescilli bir markadır. Önce bunu sağladık. Daha sonra insanlar bize güvenmeye başladılar. 4 Temmuzda perakende bölümünü açtık. Gelenler, terazinin nasıl konuştuğuna, nasıl tarttığımıza, değirmeni nasıl çalıştırdığımıza kadar hepsini izliyorlar. Tuhaf karşılayanlar, hayran olmaya başlıyorlar. “demek ki yapılabilirmiş. Biz cesaret edemezdik.” Diyorlar. Takdirle karşılanıyoruz.

Şule: Konuşan tartıların yanında konuşan değirmenler de var mı?

Dilek: Değirmenlerimiz konuşmuyor, düğmelerle çalışıyor. Ayarı var. Elimizle dokunarak kahvenin ince ve kalın olduğunu anlayabiliyoruz. Konuşan teraziler konusunda çok sorun yaşadık. Büyük firmalara başvurduk ve konuşan terazi yapabileceklerini söyledik. Kullanacak çok insan olduğunu söylediysek de hiç kimse bu işle uğraşmak istemedi. Telefonla yönetilebilir teraziler var, onu edindik.

Şule: Bu konularda yazılım programlarına ve duyarlı insanlara gereksinim var. Engellerin kaldırılması çok önemli. Saklı Kahvem adının konma öyküsünü anlatabilir misin?

Dilek: Şirketin kurulma aşamasında, kızlarımızla kahvaltı ediyorduk. “acaba şirketimizin adı ne olsun? Şöyle kahve, böyle kahve” diye konuşurken, kızlarımızın biri, “Saklı Kahvem olsun” dedi. Hepimiz şöyle bir düşündük. Çok güzel bir isimdi. Kahvemiz, şirketimiz, Saklı Kahvem oldu.

Şule: Ailece konan bir isim olmuş. Böyle bir iş yeri açabilmek için ne kadar paraya gereksinim var?

Dilek: Açılacak iş yerinin kapasitesi önemli eğer bulunduğu çevreye hitap edecek ve o alanda çalışabilecek kadar bir dükkân olacaksa, tahminen 2-3 yüz bin TL gerekir.

Şule: İş yerinizin büyüklüğü ne kadar?

Dilek: 25-26 metrekare kadar. Raflarla çevrili. İki Türk kahvesi, biri filtre kahvesi olmak üzere üç tane kahve değirmenimiz var. Yaklaşık 40 çeşit kahvemiz ve aklınıza ne gelirse baharatların hepsi bulunuyor. Ürünlerimizin hepsi bu alana sığabilir durumda.

Şule: Emeklisin. İş ve ev ortamın var. Bu kadar yoğun çalışma arasında iş ve ev koordinasyonunu nasıl yönetiyorsun?

Dilek: Bu en zor olanı. Bir günümü şöyle bir özetlersem, diğer işlere ne kadar zamanımın kaldığını siz anlarsınız. Sabah erkenden kalkıyorum. Eşim işe gidiyor. Büyük kızım ortaokula gitmek için hazırlanıyor. Sonra küçük kızımı kaldırıp onun kahvaltısını hazırlıyorum. Arada diğer kızıma öyle yemeği götürüyorum. Bir saat sonra küçük kızım okula gidiyor. Sonra dükkâna geçiyorum. Benimle ilgili iş ne zaman biterse, o zaman eve dönüyorum. Bazan ev işleri biraz aksıyor. Başka bir günde de onu telafi ediyorum.

Şule: Çalışanlar evlerine yardımcı alıyorlar. Görmeyenler aldığında, farklı algılanıyor. Bu kadar işin arasında insanın kendine ayırdığı özel bir zaman olmuyor. Baston kullanıyor musun?

Dilek: Tabii. Baston olmazsa, olmaz ki.

Şule: Yavaş yavaş söyleşimizin sonuna geliyoruz. Önce eklemek istediğin varsa, onu alalım. Bizim için gurur verici, örnek alınacak bir iş. Ayrıca ses tonun da çok güzel. Bu sesin pazarlamada başarılı olmanda çok etkisinin olacağını düşündüm ve sesinden olumlu enerji aldım.

Dilek: Öncelikle şunu söylemek isterim. Her ne kadar engellerle karşılaşsak da hayatta her şeyi yapabileceğimiz gibi bir şey var. İnsanların engelli olup olmadıklarına bakmaksızın ve çevrenin ne dediğiyle çok ilgilenmeksizin, ellerinden geldiğine kendileri güveniyorlarsa ve inanıyorlarsa, yapılmayacak hiçbir şey yok. Biz bu gün kahveyle başladık ve kahve bizim işimiz oldu. Başka bir yerde, başka bir platformda, başka bir arkadaşımız, “ben de şu işi yapacağım” diye bir girişimci olmaktan, o işi yapmaktan hiçbir zaman geri durmasın yılmasın da. Önünde sonunda hedefine ulaşacaktır. Hedefine ulaştıktan sonraki umut, başka hiçbir şeye değişilmez. Bu aileniz için de ayrıca bir gurur kaynağı oluyor. Çevrenizdeki diğer insanların bazı şeyleri algılamalarına, farkında olmalarına sebep oluyor. Biz kendi içimize kapanıp da “nasılsa biz bu işi yapamazmışız, insanlar yapamazsın diye düşünüyor” diyorsak eğer, zaten o zaman hiçbir yere varamıyoruz. Oturduğumuz yerden sadece konuşuyoruz. Klavye başında bir şeylerin çözülmesini bekliyoruz. Ama hayat böyle değil. İçine girdikten sonra zor da olsa aşılmayacak hiçbir şey yok açıkçası.

Şule: Bunlar, çok örnek olucu mesajlar gerçekten. Yazılı vardır ama dinleyicilerimiz için iletişim bilgilerinizi sesinden duyalım.

Dilek: Saklı Kahvem’in internet sitesi: www.saklikahvem.com Burada şu anda sadece dünya kahveleri ve Türk kahvelerimiz var. Sitemizi kahvelerimize özel tutmaya çalıştık.

Arkadaşlarımızın merak ettiği, ya da her hangi bir sorusu olduğunda ulaşabilecekleri numaralar: numaram Dilek Şahin: 0 532 618 32 22. Eşim Mustafa Şahin: 0 533 669 63 17. Sadece sipariş ve sorular için değil, eğer bir girişimde bulunmak istiyorlarsa, işleyişle ilgili sorabilecekleri tüm sorulara elimizden geldiğince cevap vermeye çalışırız.

Şule: İnsanın bildiklerini, deneyimlerini başkalarıyla paylaşması çok güzel. Siz de çok paylaşımcısınız. Kendini çok güzel ifade ediyorsun. Pazarlama ya da başka konularda dergimize yazmak istersen, yayın kurulumuzda değerlendirerek dergimizde yayımlayabiliriz.

Dilek: Elimden gelirse yapmak isterim ve bundan da çok mutlu olurum.

Şule: Yoğunluklarından arta kalan bir zamanda, bize zaman ayırdın. Çok teşekkür ediyoruz.

Dilek: Benim için de keyifli bir sohbet oldu. Çok mutlu oldum. Size teşekkür ediyorum.

KESTİM KARA SAÇLARIMI

YAZAN: Ergür ALTAN

erguraltan@gmail.com

Avucumdaki bir tutam saç, -kendi saçım-, öperken usulca, dudaklarım kanıyor. Her kadının dudakları kanar oysa. Kiminin bir sözcükle, kiminin bir bakışla, benimki de bir tutam saçla işte. Dudaklarımda kan izi; sağ bir annenin tokadında ve ölü bir annenin bambaşka bir boyutta kızının saçını okşayışında...

Doğru bildiniz, kendimde değilim ben! Kendime yolum düşmez zaten ve uğramayı düşünmüyorum kendime. Bir kadın kendine uğramıyorsa yaralıdır. Yaralı bir kadının ruhunda sokak kedilerinin alfabetesi, ekmek değil, şarap dilenen dilencilerin sırlı bir dilde söylediği şarkıları ve sabah ezanıyla izbe evlerine dönen konsomatrislerin demirbaşları arasında yer alan falçatalarına süzülen gözyaşları vardır.

Bir ağaç kesilirken beni kesiyorlarmış gibi canım yanıyor. Acımı teskin etmeye sokak kedileri geliyor, annem değil, akrabalarım değil, komşularım değil. Bir çocuğa da, bir eşeğe de tecavüz edilirken, bunu duyumsayıp avaz avaz bağıyorum. Alkolik bir dilenci bağrına basıyor beni, kardeşim değil! On üçünde evlendirilen bir kız çocuğu bana çikolata almıştı rüyamda. Ben rüyalarımı anlatırken hıçkırığa hıçkırığa ağlıyorum çocuk olmadan kadın olan dostlarımın yanı başında...

Sesler birikiyor ruhumda; incecik, kırılgan, yorgun argın sesler. Yaralı bir sesi var bu dünyanın ve sessiz harfleri. Sessiz harfler koleksiyonumu göstereyim mi size? Binlerce, on binlerce, yüz binlerce harfim var, her biri dalgın, solgun, ölgün. Evet, kendimi bilmeyenim ben. Kendimde değil, bazı zamanlar Gülten Akın'ın dizelerindeyim.

“Tutsak ve kibirli -ne gülünç-

Gözleri gittikçe iri, gittikçe çekilmez

İçimde gittikçe bunalıtı, gittikçe bunalıtı

Gittim geldim kara saçlarımı öylece buldum...”

Öylecedir benim kara saçlarım, bir karartıdır nicedir. Bir kadın, saçlarını karartı olarak görüyorsa kırık dökük bir aynanın karşısında, onu anlayamayacağınıza göre, lütfen incitmeden defolup gidiniz!

Dağıldım ben. Evrenin, sokakların ve ruhumun dört bir yanına dağıldım. Dağınık bir kadını doğrusu. Bir köşede deli, bir köşede küfürbaz, bir köşede dans eden, bir köşedeysen dans etti diye öldürülen bir kadın. Ama hayata olumlu tarafından da bakıyorum ve bir kelebeğin ömrünün üç gün olduğuna değil de, o kelebeğin can haline yoğunlaşıyorum. Kelebeklerin ömrü ortalama seksen yıl olmalıydı; birbirini ötekileştiren ezilenlerin, o ezilenlerin kutsadığı diktatörlerin ve fetvalarını bir taraflarına sokmak için can attığım döl israfı şeyhlerin değil! Ah, sevgi pıtırıcığı olamıyorum maalesef. Belki de Çingene mahallesinde yaşayıp da, ruhu onlar kadar Çingene olan yalnızca benimdir diye, kim bilir...

Dünya yuvarlak ve siz düz olduğunu iddia ediyorsunuz dünyanın! Yerküreden değil, bir kadının ruhundan bahsediyorum, kendi dünyamdan. Dümdüz bir yaşamınız, dümdüz bir bakışınız, dümdüz bir ruhunuz varsa, dünyanın da düz olur elbette. Benim dünyam yuvarlak mesela, yaşamım kederli, bakışım asi ve ruhum deli olduğu kadar incelikten kırılan. Dünyam yuvarlak olunca ne oluyor biliyor musunuz? Dönüyorum bir semazen gibi. Dönüşüyorum bir insandan bir ırmağa, bir bebekten bir dervişe, bir kadından, bir gökkuşağına. Dünyamı yuvarlak yapan bu dönüşümdür. Bir bakışımın can olabiliyorsa incitilene, hor görülene, yaftalanana, ruhumda da bu dünyayı döndüren bir güç var elbette.

Ne çok hezeyanlarım var, değil mi? Ah, yine bir ırmak kurutuldu tam da şu anda ve ağa tutulan bir balık selâm yolluyor kardeşi bildiği balığa, Küçük Kara Balık masalında...

Hayata olumlu tarafından da bakıyorum ve bütün bebeklere, bütün yıldızlara, bütün sincaplara "iyi ki varsınız" diyorum. Ben isterdim ki, başka bir dünya mümkün olsun. Dövülmeden büyümek isterdim. Düşündüm de şimdi, bu bile yeterli olabilirdi.

Sokak kedilerine şiirler okuyarak içiyorum dilencilerce hediye edilen şarabımı.

Tutunamayan kadınlar dalga geçerler bu dünyayla. Tutunamadığım şu üç günlük dünyanın sarhoş bir keleşiyim; bir yıldız kayarken gömüleceğim mezarın üzerinde, kestim kara saçlarımı...

BİR GÜN DEĞİL HER GÜN

YAZAN: Şebnem KARAKUŞ

sebnemkarakus4@gmail.com

Ne zaman öz bakımdan söz edecek olsam kozmetik, kıyafet seçimiyle, estetikle ilgili tavsiyelerle karşılaşıyorum son zamanlarda; öte yandan kişisel gelişim sayfalarında da bir öz bakım, öz saygı, öz güven furyası almış başını gidiyor. Youtube’da, “bugün kendime iyi bir öz bakım vermeye niyet ediyorum,” türünden olumlamaların yer aldığı videolar da hayli revaçta. İyi de, gerçekte öz bakımın ne olduğunu, neleri kapsadığını bilmeden, bugün kendime iyi bir öz bakım vermeye niyet etsem ne çıkar? Öz bakımın soğuk suyla duş almaktan ilişkilerimde sağlıklı sınırlar koymaya, günlük tutmaktan gerektiğinde hayır diyebilmeye dek geniş bir fizyolojik ve psikolojik alanı kapsadığını söylesem ne düşündünüz?

Mutluluğumuza ve sağlığınıza, yani genel iyilik halimize yaptığımız bir yatırım öz bakım. Deneyimlerimden öğrendiğim kadarıyla bunun temel ayağını da kendimizle kaliteli zaman geçirmek oluşturuyor; iyi hissetmemize yardımcı rutinler edinip onları istikrarla sürdürmek oldukça önemli. Çünkü kendi iyilik halimize göstereceğimiz özen, bir gün değil, her gün önceliğimiz olmalı. Bu arada iyi hissetmek için sağlıklı, keyfi davranışlara yönelmek, öz bakım değil. Zira kendi sürecimden öğrendiğim kadarıyla öz bakım rutinleri zorunluluktan kaynaklanmadığı gibi, dürtüsel aktiviteler de içermiyor.

“Odamı topladım, sonra tüm evi temizledim, bana terapi gibi geldi.”

“Dün akşam arkadaşlarla şişenin dibini bulduk, ama nasıl iyi hissettim, anlatamam!”

“Çikolata yedikçe öyle mutlu oluyorum ki, artık ne zaman kötü hissetsem abur cubur atıştırıyorum.”

Bunlardan size tanıdık gelenler var mı? Peki, sizce yukarıdakilerden hangisini söyleyen kişi kendine öz bakım göstermiş oluyor? Elbette hiç biri... Evi temizleyen arkadaş, bunu yapması gerektiği için yapıyor ve sorumluluk alarak bir görevi yerine getirmiş oluyor; buradaki öncelik kendi fiziksel ve ruhsal sağlığına yatırım yapmak değil, üstlenmesi gereken bir işi halletmek. Dolayısıyla görevlerle öz bakım rutinini aynı kefeye koyamıyoruz. Öte yandan kendini kötü hissettikçe abur cubur yiyen arkadaş, ödül mekanizmasını yiyeceklerle koşullandırmaya devam ederse, durum gelecekte bir tür duygusal yeme problemi yaratabilir. Şişenin dibine vurduğu için kendini iyi hissedenin dürtüsel davranışını da benzer sebepten öz bakım kriterlerine uymadığı gerekçesiyle eliyoruz. Hiç biriniz bizimle değilsiniz!

Sözü fazla uzatmadan, gelelim benim öz bakım rutinlerime. Sabah kahvemi içerken hafif bir enstrümantal müzik eşliğinde kitap okumak; kırk beş dakikalık bir spordan sonra soğuk suyla duş almak; ufak bir cilt bakımının ardından on dakika kadar meditasyon yapmak; günlük tutmak ve o

günkü kaygılarımı, şükrettiklerimi, küçük keyiflerimi yazmak; bol su içmeyi ihmal etmeden meyve ve çiğ kuru yemiş tüketmek; yalnız kaldığımda gün boyu tamamladığım küçük büyük her iş için elimi kalbime koyup kendime kocaman bir aferin demek ve her şeyin yolunda olduğunu, elimden geleni yapmamın yeterli olduğunu kendime hatırlatmak; keyifli bir müzik eşliğinde hayal kurmak ya da bir şarkı boyunca dans etmek; terapistimle yaptığım görüşmeleri sürdürmek; sokak hayvanlarıyla vakit geçirmek; mümkünse sevdiklerimle yan yana huzurlu bir ortamda zaman geçirmek, onlara sarılmak ya da telefonda kısa da olsa seslerini duymak...

Listeyi uzatmak mümkün, ama bunların hepsini her gün yapmak gerçekçi ve sürdürülebilir değil. Mühim olan bunların bazılarını o gün için seçip günlük koşturmacalarımızın arasına serpiştirebilmek. Üstelik bu saydıklarım size uymayabilir. Kendi iyilik halinizi beslemek için kendinize has rutinler edinebilirsiniz. Bedensel ve ruhsal sağlığınıza iyi bakmak için, onları kaybetmeyi beklemeyelim. İyilik halimize yatırım yapmak, zaten en çok kendimizi iyi hissederken mümkün. Kendinize bu tip rutinlerle kişisel bir alan açtıkça, hayattan keyif alma kapasitenizin de arttığını göreceksiniz. Zira huzurumuza ve sağlığınıza özen göstermek, birey olarak sorumluluğumuz; ancak yukarıda değindiğim gibi sağlıksız alışkanlıklar, dürtüsel davranışlar ya da yapılması gerekenler listesindeki günlük zorunluluklar, bu rutinlere dâhil değil. Öz bakımı öz bakım yapan etmenlerden biri de bunları bir iş gibi görmeden, istikrarla sürdürmek. Az önce dedik ya, “kendinize iyi bakmak için iyilik halinizi kaybetmeyi beklemeyin; çünkü öz bakım bir gün değil, her gün.”

26 Eylül 2022

HER ŞEYE RAĞMEN HAYAT ÇOK GÜZEL

YAZAN: Aynur YURTSEVEN

Bir gün Eski Foça’ya arkeoloji kazılarında çalışan arkadaşımı ziyarete gitmiştim. Arkadaşım insanları, doğayı ve hayvanları çok seven, onların hakları için mücadele eden biridir. Engelli olduğumdan oradaki engelli tanıdıklarından söz açıldı. Sinan’ı anlatmaya başladı. Onunla hemen tanışmalıydım. Telefon etti ve Sinan yanıımızdaydı.

Sinan, kollarını rahatlıkla kullanamayan, başını sabit tutamayan, anlattıklarını zorlukla ifade eden biriydi. O konuştukça, ben onu hep anladım, hep anladım... Sinan demek, mızrak demek, silahların ucu demek, süngü demek. Önüne konan tüm engelleri tek tek, adına yaraşır şekilde yıkarak gelmiş. İlk mücadelesi, ailesine karşı başlamış Sinan’ın. “Evden çıkamazsın.” demişler, direnmiş, çıkmış. “Okuyamazsın.” demişler, okumuş. “Foça’nın dışına çıkamazsın.” demişler, yine direnmiş, çıkmış. “Başaramazsın, yapamazsın, gidemezsin.” sözlerinin önüne mızrak olmuş. Öyle

bir başarmış ki şu anda Eski Foça Belediyesinde çalışıyor. Engelliler masasının da kurulmasını başarıyor.

Ben onun azminin zaferini gördüm. Görevini tam anlamıyla yaptığını en iyi bilenlerdenim. Sinan’a göre; sabırla, azimle, bilinçle bütün zorluklar aşılar, bütün sular akar yolunu bulurdu.

İyi ki Eski Foça’ya arkadaşımı ziyarete gelmiştim. İyi ki seni tanıdım, iyi ki benim kardeşim oldun. Engelliliğimi, “zor, yapamam, bilemem, başaramam” sözlerini yeniden gözden geçirmemi düşünmemi sağladığın için sana binlerce teşekkürler can kardeşim.

15 Ekim 2022

GÜLVİNLER ÇIĞLIK ATSIN ARTIK

YAZAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktarr@hotmail.com

Ben senelerdir konusu ilgimi çektiği sürece kadın programlarını, insana ve yaşama dair farklı yaşanmışlıkları içeren yayınları izlemeyi severim. Yine “bir şansım olsa” programında rastladım Gülvin hanıma. Eski eşi Adnan Bey kızı Sıla için programa başvurmuştu. Sıla geceleri uykusundan uyanıyor, annesini, kız kardeşini sayıklıyordu. Doğru dürüst yiyip içmiyordu. Dersleri kötüye gidiyordu. Onlar ayrılalı üç yıl olmuştu. Sadakatsizlik nedeniyle boşanmışlardı. Eve gelen bir telefon Adnan Beye eşinin başkasıyla ilişkisi olduğunu anlatıyordu acımasızca. Karakter gereği aşırı kıskanç olan Adnan bu telefonun izini sürdü. Eşini takip etti. İş yerine giriş çıkışlarına sürekli kendisi de gitti. Herhangi bir şey bulamadı. Eşi Gülvin’i sorguladı. “Öyle bir şey yok, o kadın iş yerinde beni kıskanıyor bu yüzden saçmalıyor” dese de, Gülvin çok kaygılandı. Bu kaygılar Adnan’ın şüphesini arttırdı. Bu defa çocuklara DNA testi yaptırmaya karar verdi. İki çocuğuna da test yaptırdı. Sonuç ne çıksa beğenirsiniz? Küçük kızı Beren kendi çocuğu değildi. Nasıl olurdu? Korktuğu başına gelmişti işte. Bu soru beynini kemirmeye başladı. Darmadağın oldu. Eve gittiğinde ilk yaptığı şey eşi Gülvin’e psikolojik şiddet uygulamaktı. Konuşmasına fırsat vermeden hesap soruyordu. Kendisini namussuzlukla itham ediyordu. Derhal çocuğunu alıp gitmesini istedi. Kadının ailesini de arayarak kızlarının ne kadar kötü bir insan olduğunu, etik değerlere uygun yaşamadığını anlattı.

Açıklamaya çalıştı Gülvin. Ben seni aldatmadım dedi. Her şey zorla oldu diye devam etti. Neden, nasıl bile demedi Adnan! Kadın kuyruk sallamazsa erkek hiçbir şey yapamaz diye haykırdı. Gülvin’i ve küçük Bereni evden kovdu. Ailesi de reddetti kızlarını. Öyle ya yüzlerini kara çıkarmıştı.

Ne olmuştu peki? Ne ailesi, ne de eski eşi, nedeniyle nasılıyla ilgileniyordu. Önemli olan sadece sonuçtu. Beren Adnan'ın kızı değildi. Gülvin ona ihanet etti diye yorumlandı bu durum. Başka bir şey var mıdır diye sorulmadı bile. Her zaman yapıldığı gibi namussuzluk damgası vuruldu kadına. En kolayı buydu çünkü.

Kadını değersizleştiren, feodal anlayış yine devredeydi.

Sıla'yı babası aldı. Babaannesinin evine taşındılar. Bir daha annesini hiç göremedi Sıla. Gün geçtikçe psikolojisi bozuldu. İçine kapandı. Kimseyle konuşmaz oldu. Bebeklerinin birinin adını Sıla birinin adını Beren koymaya başladı. İnsanlarla konuşmuyor, ama bebekleri ile sohbet ediyordu. Adnan kızını pedagoga götürdü. Sıla yaptığı resimlerde Bereni, annesini ve kendisini çizdi. Çizimlerde bir Beren, bir Sıla olarak tanımladı kendini. İki kızı birbiriyle konuştu.

Görüşmeler sonucunda onlara yapılan tek öneri şuydu: Çocuğunuzun annesine ihtiyacı var. Onların mutlaka görüşmesi gerekir dendi.

Böyle bir anneye nasıl ihtiyacı olurdu Sıla'nın? Öyle ya çocuğun ruh halinin ne önemi vardı. Varsa yoksa Adnan beyin egosu, incinen gururu.

Süreç birkaç ay böyle devam etti. Baktılar olacak gibi değil, işte o zaman Adnan Gülvin'i aramaya başladı. Hiçbir yerde bulamadı. Ailesi de onunla iletişim kurmuyordu. İzini kaybedince programa başvurmak zorunda kaldı. Kızım için buradayım diyordu.

Kızı için oradaydı öyle mi? Aslında çocuğumun annesi ile görüşmesine hiç gerek yok diye söylemeye devam etti. Annesinin ve kardeşinin gidişinden Sıla çok olumsuz etkilendiği için, bu sebeple bende mecbur kalıyorum Gülvin'i aramaya diyerek ortaya koydu kendi ruh halini.

Programın ortasında eşinin ayrılmadan önce kendisine, bu durumla ilgili, ihanet yok, ilişki zorla oldu diye söylemeye çalıştığını anlatırken verdiği pişkin ve saygısız cevapları yine vurgulamaktan da utanmadı Adnan.

Sunucu kendisini sorgularken, kadın kuyruk sallamasa diyecekti ki sunucunun sert duruşu karşısında susmak zorunda kaldı. Şunu da açıklamak isterim ki, programın sunucusu Ahu Sungur'un kadına bakış açısı, kadın haklarına yaklaşımı, eşit yaşama duyduğu özlem, verdiği değer çok anlamlıydı. Bu da bizim gibi hak mücadelesi yürüten kadınlara umut veren bir durum açıkçası.

Yoğun araştırmalar sonucunda Gülvin bulundu. İlk önce iş arkadaşı Lerzan'ın evinde kalmıştı birkaç gün. Zaten yaşadığı durumu da sadece onunla paylaşabilmişti daha önce.

Ne kadar başkalarına yük olabilirim ki diye düşündü? Oradan ayrıldı ve kadın sığınma evine gitti. Sonra kurum kendisine bir iş buldu, Gülvin artık çalışacaktı. Devamlı kızını nereye bırakabilirdi? Bir ev bir düzen kurması gerekiyordu. Eşyası hiçbir şeyi yoktu geçici bir süreliğine kızı Beren'i yurda bırakmak zorunda kaldı. Tek odalı bir ev tuttu kendine ve yaşamaya başladı. Beren'i hafta sonları da olsa görüyordu. Evine getirebiliyordu. Ya Sıla'yı? Onu çok özliyordu. Suçsuz olduğundan emin olmasına rağmen Gülvin utanıyordu. Kızını görmeye gidemiyordu.

Sunucu kendisine ulaştığında programa pek katılmak istemedi. Konuşacak bir şeyim yok diyordu ağlayarak. Programın adını duyunca, bir de kendisinden bir şans istendiğini öğrenince ürperdi. Beni Metin diye biri mi arıyor diye sordu korku dolu bir sesle.

Metin diye birini tanımadığını söyleyen sunucuya cevap verirken, artık rahatlamıştı Gülvin. Sıla için eski eşiniz sizi arıyor dendiğinde yayına katılmaya karar verdi. Çocuğum için geliyorum dedi. Eski eşini asla görmek istemiyordu.

Yayına geldiğinde araçtan inemeyecek kadar fenalaştı. Sunucu yanına gitti. Önce bir şey anlatamadı. Sonra ısrarlar karşısında açtı yüreğini, Bütün ayrıntıları paylaştı.

Adnan'la evliyken, ona destek olmak amacıyla bir tekstil firmasında çalışmaya başladığını anlattı Gülvin. Bir gece mesaiye kalması istendi. O gece firma sahibinin yeğeni kendisine tecavüz etti. Eşiyle bu durumu paylaşamadı. Nasıl açıklanabilirdi bu yaşanan korkunç durum? Bu kadar kıskanç, bu kadar anlayışsız bir adam onu anlayabilir miydi?

Metin denilen kişi iş yerinde başka kadınları da taciz etmişti. Bunu çok iyi bilen ve işyerinde Gülvin'i sevmeyen, gösterişe çokta düşkün olan, bir kadın haber vermişti eski eşine. Tabii ki konuyu çarpıtarak.

Neden eşinizle paylaşmadınız diye sordu Ahu Sungur. Nasıl paylaşabilirdi ki? Eşi derhal kendisini sorgulardı. Nitekim anlatmaya çalıştığında da direkt olarak onu suçlamamış mıydı? Kızını çok özlemişti Gülvin. Elbette görmek istiyordu. Adnan'ın evinin yakınına bile gitmeye cesaret edemiyordu. Rezil olmaktan çekiniyordu.

İş yerinden arkadaşı Lerzan da patronun yeğeni Metin'in tacizlerine uğramıştı. Birçok kadının yaşadığı ama sustuğu bu duruma o sessiz kalmadı. Gitti ve şikâyetle bulundu. Diğer kadınlardan destek istese de korktular ve yalnız bırakıldı Lerzan. Orada bile Metin'den korkusundan Lerzan'a tanıklık yapamadı Gülvin.

Programın sonunda Gülvin eski eşiyle görüşmeyi kabul etmedi. Kızıyla düzenli olarak iletişim kurmaya ve onu hafta sonları almaya başladı. Pedagog görüşmelerine Gülvin de katıldı. İki kız kardeş birbirine kavuştu.

İnsan düşünüyor zaman zaman, bu kadar korkunç durumu yaşayan bir kadın, neden kendisine yapılan bu iğrençlikleri paylaşamayacak hale getiriliyor diye.

Kadın olduğumuz için hemen suçlu ilan edileceğimizi bildiğimizden mi acaba? Neden bu kadar kendimizi ifade edemiyoruz? Ailelerde yok sayılan kız çocukları, yetişkin olunca bu defa da evlilikte yoğun değersizliklere mi maruz bırakılıyor? Neden ses çıkaramıyor kadınlarımız? Olmaz olsun böyle erkek egemen, ataerkil sistem.

Son bulsun artık kadın olarak bizleri yok sayan bu zihniyet!

Kadın hemcinslerim. İçimize gömmeyelim artık çığlıklarımızı. Bize yapılan kötülükleri haykıralım. Birbirimizle dayanışmadan geçer gücümüz.

Değerli anne ve babalar, cesaretle, özgüvenle, kocaman sevgilerle kucaklayın kız çocuklarımızı. Utanca boğmayın çocukluklarını. Teşvik edin, destekleyin onları, hatalarında da hoşgörünüzü kaybetmeyin ki, bir olumsuzluğa maruz kaldıklarında sizlere sığınabilsinler.

Kadın ve erkek olarak daha eşit koşullarda var olabileceğimiz, el ele yürüyebileceğimiz ve yan yana hak mücadelesi vereceğimiz günlerin gelmesi için daha çok işimiz var anlaşılan. Haydi, o zaman hepimize kolay gelsin.

16 Ekim 2022

DUYGULARIMIZI İFADE EDEBİLİYOR MUYUZ?

ŞEFKAT ARIYORUM

YAZAN: Menekşe KOÇAK

meneksekck06@gmail.com

Oğlum dört yaşındaydı. Vücudunda aniden toplu iğne başı gibi döküntüler oluştuğu için acile götürdüm. Kan verdik, kanın sonucunu beklerken oğlum etrafta koşturuyordu. Doktor geldi, oğlumun adını söyledi. Ben de oğlumu işaret ederek “buradayız. “ dedim. Hemen oğlumu kucağına aldı ve bana ; “ne yapıyorsunuz siz? Bu çocuk başını vurduğu an beyin kanamasından ölür” dedi. Oğlumun trombosit seviyesinin aniden düşmesine neden olan bir kan hastalığı olduğunu; kanda en az 150 bin olması gereken trombosit oranının, oğlumda 5 bine kadar düştüğünü açıkladı.

Hiperaktivitesi çok yoğun bir otizmlili olan oğlumun, o zamanlar problem davranışı başını bir yerlere vurmaktı. Problem davranış, çocuğun huzursuz olduğu durumları ifade etmek için bağırarak, vurmak, ısırarak, tükürmek gibi istenmeyen davranışlardan birini veya birkaçını yapmasıdır.

Oğlumun başını bir yere vurması, hastalık sürecinde beyin kanamasından ölmesine neden olabilirdi yani oğlumun hayatı benim dikkatime ve ilgime bağlıydı. Üç gün hastanede yattık ve ben bir pelerin gibi onu sarıp sarmaladım. İki ayrı beden, tek bir vücut oldu. Oğlumun neye kızacağını hissediyor, kızma nedenini ortadan kaldırıyor ve tehlike içeren her şey için tedbir alıyordum. Mesela elinden tutup yürürken duvara yaklaşıyorsa önüne geçiyordum. Başını yere vurmak için eğildiği an kucağıma alıyordum. Oğlumla benim bu halimi gören hoca, vizitede asistanlarına “koruma duygusu tavan yapmış bir anne, bakın oğluyla nasıl senkronize hareket ediyor, bu sayede oğlunun hayatını kurtardı.” diye açıklama bile yapmıştı.

Bana üç gün boyunca, birkaç saat uyku ile sürekli hareket halindeki oğlumun peşinde koşma gücünü hangi duygu vermişti?

Şefkat duygusu mu, merhamet duygusu mu?

Şefkat duygusu dediyse Türk Dil Kurumu sözlüğüne göre yanlış söylediniz. Çünkü Türk Dil Kurumu Sözlüğünde şefkat kelimesinin karşılığı “sevecenlik”; merhamet kelimesinin karşılığı ise “birine karşı duyulan acıma hissi ve derinden hissedilen üzüntü” olarak verilir.

Bana göre TDK sözlüğünde şefkat kelimesinin karşılığının sevecenlik olarak verilmesi yanlıştır ve Türkçe’de şefkat kelimesini, tek kelime ile ifade etmek mümkün değildir. Zira şefkat denilince hepimizin zihninde anne ve çocuk arasındaki muhteşem duygu bağı canlanır. Çünkü şefkat duygusu, sevdiğini korumak, beslemek yani yaşatmak için gerekli olanı severek, isteyerek yapmaktır. Bir başka deyişle, insanın sorumluluğunu severek yerine getirirken tatmin olması kendini huzurlu hissetmesidir. Mesela benim oğluma duyduğum şefkat duygusu, benim gibi milyonlarca anneye evladını yaşatmak için gerekli gücü veriyor ve evladı yaşayan anne mutlu oluyor.

Beyinde duyguların oluşmasına katkı sağlayan hormonlar vardır ve araştırmalara göre şefkat duygusunun oluşmasını sağlayan oksitosin hormonudur. Çünkü kadın hamile kaldığında aşk ve bağlılık hormonu olarak da adlandırılan oksitosin hormonu salgılanır. Anne ile çocuk arasındaki sevgi bağı oluşur. Bu sevgi bağı, oksitosin hormonunun da etkisiyle şefkat duygusuna döner ve anneye bebeğine bakması için gerekli gücü verir.

Oksitosin hormonu doğumdan sonra bebeğin beslenmesi için süt üretimini başlatır. Ayrıca evladıyla güçlü bağ kuran babada da çocuğu olmadığı için evlatlık alan bir annede de oksitosin hormonunun salgılandığını belirtmek gerekir. Buna en güzel örneği anneannemde yaşadık. Anneannem, annesi hasta olduğu için torununun bakımını üstlendi. Annenin sütü yoktu.

Anneannem torununu öyle çok sevdi ki sütü geldi ve torununu emzirerek büyüttü. Çünkü anneannemin torununa duyduğu sevgi şefkate dönüşmüş, bu da süt oluşumu için gerekli oksitosin hormonunun üretimini sağlamıştı.

İşin güzel tarafı sevgi duygusunu yaşadığımız sürece oksitosin hormonunun vücutta üretilmesidir. Araştırmalar seven sevilen, işini severek yapan, iyi ilişkiler kuran, kendisiyle barışık ve huzurlu insanlarda oksitosin hormonunun seviyesinin yüksek olduğunu yani bu insanların şefkat duygusunu yoğun olarak yaşadığını gösteriyor. Şefkat duygusu yoğun olan bu insanlar sayesinde hayat devam ediyor.

Oğlum on dört yaşına gelince kan hastalığı nüksetti ve şiddetli burun kanamasıyla bayram günü hastaneye yattık. Ben sürekli “oğlum ölecek, ben ona bakamam, gücüm yetmez” diye ağlıyordum. Çünkü kanda trombosit seviyesi yine beş bindi, yine ölüm riski vardı. Oğlumun hiperaktivitesi ve başını yere vurma davranışı devam ediyordu. Nöbetçi sağlık personeli ve doktor hem bana hem oğluma şefkatle yaklaştı. Beni sakinleştirdi, oğlumu severek, ürkütmeden tedaviyi başlattı. Bana yardım etmesi için iki refakatçinin daha kalmasına izin verdi.

Maalesef doktorun nöbetinin bitmesi ile şefkatin yerini hoyratlık aldı. Çünkü yeni doktor, otizmi anlatmaya çalıştığımda beni ajitasyon yapmakla suçladı. Refakatçiler gitsin, müdahale anında yatağa bağlarız” dedi. Ben yatağa bağlanırsa oğlumun korkacağını, kaygı düzeyinin artacağını, bunun da öfke nöbetini tetikleyeceğini açıklamaya çalıştım ama nafile.

Damar yolundan ilaç vermek için oğlumu yatağa bağlamak istedi. Oğlum direndi ve burun kanaması başladı. Dört sağlıkçı ve istemediği iki refakatçi ile damar yolundan uyutmayı zor başardılar. Burnuna tampon yaptılar. Kanama durdu. Oğlumu yatağa bağlayan kelepçeleri öfke krizine neden olduğu için çıkarttım.

Öğleye doğru doktor odaya geldi, bana bir kâğıt uzattı, “bunu imzala” dedi. İmzalatmak istediği yazıda, oğlumun hastanede tedaviye uygun olmadığı için çıkışının yapılmasını istediğim yazıyordu. Yani benim adıma oğlumun evde ölümü halinde, başı belaya girmesin diye yazı hazırlamıştı. Yüzüne baktım. “Üç saat önce oğlumun burun kanamasını, altı personel uyutarak durdurabildiniz. Ben, evde kanama olduğunda nasıl durduracağım? “ diye sordum. Cevap vermedi. Kâğıdı imzalamadan uzattım. “Ben oğlumun ölüm fermanını imzalamam. Benim istediğim gibi davranarak tedavi etmeye mecbursunuz. “dedim.

Doktor için oğlumun ölümü ve benim yaşayacağım acılar önemli değildi; çünkü şefkat duygusu yoktu. Şefkat duygusunun yerini hoyratlık, vicdansızlık almıştı. Hoyratlık zamanla, sadece ben önemliyim hiç kimse beni kızdıramaz düşüncesini geliştirerek vicdan duygusunu öldürür. Vicdanı olmayan oğlumu ölüme gönderen doktor ile istediği şarkıyı bilmediği için müzisyen Onur Şener’i öldürenlerin ortak noktası şefkat duygusundan yoksun olmalarıdır.

Toplumu şefkat duygusu olmayanların hoyratlığından korumanın yolu, hoyratlığın çok katı biçimde cezalandırılması ve sevgi duygusunu şefkate çevirecek kazanımların eğitim programına konulmasıdır.

Bu çerçevede eğitim programlarına çocukları; huzur evindeki yaşlılarla, özel gereksinimi olanlarla, hastalarla, çocuk yuvasındaki akranlarıyla, çocuk işçilerle tanıştıracak etkinlikler koyarak çocuklarda şefkat duygusunu geliştirmek amaçlanmalıdır. Bu etkinlikler, bir saatlik zaman geçirme değil süreçte sorumluluk alarak yaşanılan hissetmeyi hedeflemelidir. Nitekim İngiltere’de yaşlıların ve anaokulu öğrencilerinin bir dönem birlikte olduğu bir proje gerçekleştirilmiş, projenin hem yaşlıların hem de çocukların duygusal gelişimine katkı sağladığı ortaya konmuştur.

“Yıllarca sevgi çiçektir, herkes sevmeli” gibi sözleri tekrarladık ama “sevgiyi şefkat duygusuna dönüştürmek için ne yaparız? Eğitim programlarını nasıl değiştiririz?” sorularının cevabını konuşmadık. Bugün bu soruları cevaplayarak, ülkenin üzerine çöken hoyratlığın getirdiği acı ve umutsuzluk örtüsünü atma ve yerine şefkatin huzurunu getirme zamanı.

Gelecek yazımızda Mevlana’nın dediği gibi “dün dün de kaldı cancağızım; bugün yeni şeyler söylemek lazım” demeye devam edecek; şefkat, vicdan ve merhamet duyguları arasındaki bağ konusunda söyleşeceğiz.

Kaynakça: Medikal Akademi , “Hormonlar Sağlığı Sözlüğü” 19 Ağustos 2021

09 Ekim 2022

YAZ BİTMEDEN

YAZAN: Ebru BOZCUK

ebrubozcuk@hotmail.com

Bir yaz daha bitiyor... Benim gibi bir yaz bitmesinci olarak kabullenmesi çok zor ama geçen hafta gördüğüm leylek sürüleri, bunu acı da olsa onaylamış oldu.

Arkalarından "Durun, gitmeyin, daha çok erken. Eylül şahane olur buralarda, biraz daha kalsaydınız" diye seslenmeme rağmen yüzüme bile bakmadan uçup gittiler...

Sonra, ne ara bitti bu yaz diye düşündüm. Her şey öyle hızlı geçip gidiyor ki hayatımızda, aslolan bizim onun içinden nasıl geçtiğimiz... Neleri köpürtüyoruz, neleri parlatıyoruz, neleri hasıraltı ediyoruz, neleri çoğaltıyoruz buna bakmak lazım.

Eksilenlerle, ertelenenlerle, bu sene de böyle olsunlarla, hayal kırıklıklarıyla, razı oluşlarla, olmasa da olurlarla, vardır bir hayırlarla, sessiz gözyaşlarıyla, umutlu uyanışlarla, gidilemeyen tatillerle, küçük sevinçlerle, ertelenen düşlerle bir yazı daha uğurluyoruz belki de...

Ama yaşadık, nefes aldık, umudu hiç kesmedik. Çünkü sol yanımız yaşamaktan yanaydı hep. İyiliği sevdik biz. Enseyi karartmadık. Daha ne olsun ki, yaşadık işte dedik.

Hayatın içinde küçücük görünen ama bizi mutlu hissettiren mucize anlara sığındık. Çünkü bize KÜÇÜK ŞEYLER lazımdı. Çünkü biz SEVİNMELERİN KADINIYDIK. Çünkü biz kendi hayatımızın şarkısını besteleyebilen kadınlardık

KÜÇÜK şeylerdeki sihri görmeye meyilliydik biz... Mesela dedik ki;

☺Hiç bir şey yapmak zorunda olmadığın bir gün ne güzel

☺Sabah yürüyüşünü yaptıktan sonraki o kahvaltı, o kırmızı domates, kekik, zeytinyağı ne güzel

☺Anne reçelleri ne güzel, hele o turunc reçeli

☺En sevdiğin şarkının radyoda çalması ne güzel

☺Sabahları denizin mavisi ne güzel

☺Öğleden sonra perdeyi dansa kaldıran yaz rüzgârı eşliğinde gazete okumak ve sonra olduğun yerde kestirmek ne güzel

☺Fesleğen kokusu eşliğinde sabah kahvesi içmek ne güzel

☺İnce hırkalar, sabun kokulu çarşafklar, pamuklu gecelikler ne güzel

☺Şort, merserize kazak ve parmak arası terlik kombini ne güzel

☺Birilerini özlemek ne güzel

☺Baba evinde eskiden kalmış bir şortun yine üzerine olması ne güzel

☺Pazar tezgâhları, ballı incirler, kırmızı kokulu üzümler ne güzel

☺Cin, tonik ve turunc birlikteliği ne güzel

☺Uzun uzun kitap okumalar, bir cümlemin içini ferahlattığı o an ne güzel

☺Bulutları izlemek, Okaliptüs ağacına sarılmak ne güzel

☺Bol domates soslu patlıcan kızartması ne güzel

☺Geceleri yıldızlara dalıp hayal kurmak ne güzel

☺Dağ rüzgârının çıkması ne güzel

☺Yarın her şey çok güzel olacak diyebilmek ne güzel

☺Buz gibi gece biraları ne güzel

☺Zeytinyağlı yaprak sarması ne güzel...

Ve bir gün, her şeyin geçeceğine inanmak, hayatla bağ kurmak, aşkla yaşamak ne güzel...

Kalbinizin odalarını havalandırmayı sakın unutmayın. Bakın işte o zaman YAZ gibi oluverirsiniz. Unutmayın İYİ ŞEYLER hep var.

NOT: Bu listeye sizin küçük mutluluklarınızı eklemenizi istesem nasıl olur? Belki birbirimize ilham veririz ve belki o zaman hep beraber iyileşiveririz. Ne dersiniz?

28 Ağustos 2022

GÜÇLÜ KADINLARI FARKLI KILAN ÖZELLİKLER

YAZAN: Zehra MAVİŞ

zehrasedy97@gmail.com

Merhaba değerli okurlarım, bugünkü yazımda sizlere güçlü kadınların özelliklerinden bahsedeceğim. Güçlü kadın sözünü sohbet ederken sıkça duymuşuzdur. Her kadının güçlü olması sizce mümkün müdür? Güçlü kadınlar her zorlukla baş edebilen, zeki, cesur kişilerdir. Onları güçlü yapan en önemli özellikleri ise kendilerine daima güven duymalarıdır. Şimdi sizlere güçlü kadınlarda bulunan en temel özelliklerden bahsedeceğim.

Haklarını sonuna kadar ararlar:

Kadınlar, erkek egemenliğinin hâkim olduğu toplumsal düzende doğarlar. Onların aldıkları eğitimler ya da yaşadıkları deneyimleri sonucunda kendilerini daha bilinçli ve özgüvenli hissedebilirler. Kadınların hem bireysel hem de toplumsal haklarını aramaları için mücadeleci olmaları, hiçbir şeyden pes etmemeleri gerekir. Örnek olarak Kanada'da kullandığım internet servisimle ilgili bir sıkıntı yaşamıştım. İnterneti iptal ettirdiğim halde benden kullanmadığım internetin parasını istediler. Her gün beni arayıp, bu durumu düzeltmediğim takdirde bankamdaki sicilimin kötüye gideceğini söylediler. Bende onlarla tartışarak vakit kaybedeceğime, internet servisimi şikâyet etme merkezini aradım. Adıma dosya oluşturdular. Bir kaç gün sonra internet servisimden özür mektubu geldi. Hatanın kendilerinden kaynaklandığını fark ettiler. Eğer ben hakkımı aramasaydım, yüklü miktarda bir para ödeyecektim. Aynı şekilde toplumda yaşanan kadına şiddet olaylarında da güçlü kadınlar aynı şiddet kendilerine yapılmış gibi diğer kadınların haklarını aramaya çalışırlar. Örnek olarak İran'da, saçı görüldüğü gerekçesiyle ahlak polisi tarafından darp edilerek gözaltına alındıktan sonra yaşamını yitiren 22 yaşındaki Mahsa Amini'nin ölümü ülkeyi karıştırdı. Kadınlar saçlarını keserek ve başörtülerini çıkartarak eylem yapıyorlar.

Kadınlar bir şeyi kafalarına koydularsa onu yaparlar.

Kimseden onay beklemezler. Zaman zaman bu uğurda etrafındaki kişilerle çatışma halinde de olabilirler. Mesela, ben ailemden izin almadan dışarıda yemek yemeye gidebiliyorum, canım sokakta yemek istiyor, niye bunun için onlardan onay alayım?

Toplumsal Dayatmalarla ilgilenmezler.

Güçlü kadınlar toplumun dikte ettiği kuralları umursamazlar. Evde kalma, eşinden boşanma gibi dayatmalarla vakit harcamazlar. Bir şey onlar için sürdürülemiyorsa durdurulmalıdır. Örnek olarak boşanmak isteyen bir güçlü kadın toplumun aman yuvan yıkılmasın dediği halde toplumu dinlemez ve doğru olan boşanmayı gerçekleştirir.

Ekonomik anlamda özgürlerdır.

Erkek şiddetinin temelinde kadını ekonomik olarak kendine muhtaç etmek yatıyor. Kadın, ekonomik açıdan özgürleşmezse, hayatın hiç bir alanında kendini özgür hissedemez. Ekonomik gücünü elde edemeyen kadınlarımız, maalesef erkeğin boyunduruğu altında yaşamak zorunda kalırlar. Mehmet Aslantuğ'un bu durumla ilgili söylediği bir sözünü aktarmak istiyorum. "Hiçbir kadın geleceğini bir adamın vicdanına, aşkına, günün sonunda bir gün aklının karışmasına bırakmamalı." Ekonomik yönden erkeğe muhtaç olmayan kadınlar istedikleri zaman istedikleri her şeyi yapabilme özgürlüğüne sahip olurlar. Kadınların ekonomik açıdan güçlü olabilmeleri için okumaları, üretime katkıda bulunmaları gerekir. En azından bir meslek sahibi olurlarsa kollarında altın bilezikleri olmuş olur.

Güçlü kadınların duygusal zaafı yoktur.

Güçlü kadınlar kendilerine zarar veren, negatif söylemlerde bulunan insanları hayatlarından çıkartırlar. Bunu en çok ben yapıyorum. Bence kimse kimsenin negatif yorumlarını duymak zorunda kesinlikle değil. Örnek olarak, Birisi bana, "sen mastır yapmalısın, çok para var dedi, ben de "yapmayı düşünmüyorum" dedim. Ben böyle deyince "sen işsiz kalırsın" dedi daha doğrusu kendi fikrini dayatmaya kalktı, bir de paylaşımlarıma taktığı için Facebook sayfamdan engelledim. Kimsenin beni aşağıya çekmesine izin vermem söz konusu olamaz.

Ekonomik özgürlük hariç ben gerçekten güçlü bir kadıyım. Sevgiyle kalınız.

09 Ekim 2022

BİLİM DÜNYASINDA BU AY EKİM

HAZIRLAYAN: Selvet BAYRAKTAR TOKAT

selvetbayraktar@hotmail.com

Hepinize içten bir merhaba. Bilim dünyasından yeni araştırmalarla sizlerleleyiz.

Anne karnındaki bebekler de lahanaya yüz ekşitıyor

Yüksek besleyici değerler ve içerdiği vitaminler nedeniyle sağlığa faydalarıyla bilinen lahana, ne yazık ki tadıyla sevilen sebzeler arasında değil. Yapılan bir araştırma lahananın güçlü tadının fetüslerde dahi hoşnutsuzluk yarattığını ortaya koydu.

Sputnik'te yer alan habere göre, Durham Üniversitesi'nden araştırmacılar, anne karnındaki bebeklerin farklı tatlara nasıl tepki verdiğini inceledi. Ultrason taramasıyla yapılan araştırmada bebeklerin lahana gibi yiyeceklerin acı tadına yüzlerini ekşiterek tepki gösterdiği ortaya çıktı.

Psychological Journal dergisinde yayınlanan makalede bilim insanları, annenin tükettiği yiyecek ve içeceklerden oluşan tat ve kokuların, 32 ila 36. gebelik haftaları arasında bebeği çevreleyen amniyotik sıvıda bulunduğunu belirtti.

Annelerden 4D ultrason görüntüleme sırasında herhangi bir şey tüketmemesini isteyen bilim insanları, denek anneleri iki gruba ayırdı. Birinci gruptaki annelere havuç tadı içeren bir kapsül, ikinci gruptaki annelere ise lahana tadı veren kapsül verildi.

Kapsüllerin verilmesinden sonra ultrasonda bebeğin nasıl tepki verdiğini gözlemleyen araştırmacılar, havuç kapsülü alan annelerin karnındaki bebeklerde gülümseme ifadesi, lahana kapsülü verilen annelerin bebeklerinde ise yüz ekşitme ifadesi tespit etti.

Makalede, "Tek dozluk bir kapsülün anne tarafından tüketimi yoluyla aktarılan tatlara ceninlerin verdiği tepkinin ilk doğrudan kanıtını, kare kare fetal yüz hareketlerini ölçerek raporladık" denildi.

Bu kan grubuna sahip olanlar dikkat: Tehlike altında olabilirsiniz

ABD'nin önde gelen üniversitelerinden Maryland Üniversitesi'nde yapılan bir araştırma tüm dünyada büyük ses getirdi. Yapılan araştırma sonucunda kan grubu A olan bireylerin hastalanma ve ciddi rahatsızlıklara yakalanma riskinin çok daha yüksek olduğu ortaya konuldu. Hatta söz konusu gruba sahip olanların 60. yaş gününden önce beyin kanaması geçirme riski de 5 kat daha fazla olarak belirlendi.

Tıp dergisi Neurology'de yayınlanan araştırmada erken beyin kanaması geçirme riskinin kan grubu A olan kişilerde daha yoğun olduğu belirtildi.

Bilim insanları kan grubu A olan bireylerden sonra kan grubu B olanların sıkıntı yaşaya bileceğini de vurguladı.

Kan grubu 0 olanların riskinin ise daha düşük olduğunu tespit etti.

Araştırmayı yürüten nöroloji profesörü Dr. Steven Kittner, araştırmanın sonuçları ile ilgili de çarpıcı açıklamalarda bulundu. Kittner, "Henüz A kan grubunun neden riski artırdığını bilmiyoruz ama bunun damarları tıkayan faktörlerle ilgili olması olası" yorumunu yaptı.

Gelecek sayımızda buluşmak üzere sevgiyle ve umutla kalın.

15 Ekim 2022

YA UNUTAMASAYDIK

YAZAN: Yayla BOZTAŞ

yaylaboztas@yahoo.com

Unutmak, çoğu kez üzüldüğümüz bir özelliğimizdir. Unutkanlıklarımıza kızarız. Kendimizinkini bağışlasak da bir başkasının unutkanlığı içimize dert, yüreğimize eziklik olur.

Doğum gününün, evlilik yıl dönümünün, giderek eşiyle ilk tanıştığı günün hatırlanmasını ister çoğu insan. Unutulursa kırılır, küser. Birkaç gün inik kaşlar, gülmeyen bir yüzle; iğneleyici bakar karşısındakine. Suçlanan kişinin yediği, içtiği tatsızlaşır, suçluluk duyar. Daha uç örneklerde kişinin ne ruhsuzluğu, duygusuzluğu kalır ne de görgüsüzlüğü...

Aslında yaşanan anlar içinde anneniz, babanız, eşiniz ya da çocuğunuz sizinle olumlu, yakın sevecen ilişkiler içindeyse bu unutuşları o kadar umursamamak gerekir diye düşünürüm ben. Çoğu kez hiç anımsanmayan bu özel günlerim için tavrım, küskünlüğüm olmaz, belki içimden küçücük bir burukluk geçer gider o kadar. Yani bu unutuşları destekleyen kabalıklar, duygusuz ve iteleymen davranışlar yoksa unutulmuş olmak önemli değildir.

Bir de aksi var. Yıl boyu içinde sevgisiz, iletişimsiz, kuru ve duyarsız bir birlikteliğin yılda bir kez bir armağanla taçlandırması bana bir rüşvet gibi gelir. “Al da sus. Bak sana önem veriyorum unutmadım, güzel bir armağan aldım. Bir sene idare et,” mi demek ister o insan bilemem?

Unutmak sözcük olarak olumsuz tını yüklenir. Kırgınlık, öfke, üzüntü çağrıştırır ilk anda... Ama unutmak bende her zaman olumsuz bir çağrışım bırakmıyor...

Bizi bırakıp giden, artık dünya üzerinde aynı havayı soluyamayacağımız yakınlarımız. Annem, babam, ablalarım, arkadaşlarım. İçimde anıları dün gibi, çok canlı, ama acılarına zaman küller serpiyor. Ruhumun duyarlı anları o külleri üflediğinde gözümü yaşartan, sızlatan duyguları yaşarım, düşünürüm sonra, ya duyduğum bu acıları hiç unutmasaydım...

Bana ışıkla bakan gözleri bir daha göremeyişimin acısı, ilk günkü gibi içimde hep yaşasaydı, teninin son okşayışındaki sıcaklığına bir daha dokunamayacağımın hüznünü hiç unutmasaydım.

Beni kucaklarken içime çektiğim kokusunu hep duymak isteyip duyamasaydım. Bana verdiği armağana bakarken ilk günkü duygularımı anımsayıp yokluğundan kahrolsaydım. Onu anımsamak için hayal gücümü deliler gibi zorlasaydım.

Kulağıma düşen sesin, bir ezginin, sitemin, seslenişin tınısını unutmamak için kendimi zorlasaydım.

Sevdiğiniz kişiyi kaybettiğinizde duyduğunuz acı ilk günkü gibi içinizde yaşasaydı unutmak isteyip unutamasaydınız nasıl yaşardınız?

Annemin apak tenini, babamın ellerini, kalem tutuşunu, dans eder gibi ahenkle kâğıt üstüne dökülen harflerini, gülüşünü; fötr şapkasını aynada düzeltmesini unutamam ama yokluğunun verdiği acıyı unuturum. İçimde kalan ayrıntıları andığımda gülümserim, içimi çekerim, onun için güzel sözler söylerim. En fazla gözüm yaşarır, içim burulur. Ya ilk günün isyanı, “artık yaşayamam” haykırıışları, içimi kaplayan kimsesizlik hep sürseydi. Ya unutamasaydım.

Ya da terk edildiğinizde. Hiç ummadığınız bir anda; size onca sevgi sözleri, kucak dolusu gülücükler, okşayışlar armağan eden kişinin arkasına bakmadan köşede kaybolduğu an içinizde yıkılan duvarlar, yüreğinize dolan yalnızlık hep öyle kalsaydı nasıl yaşardınız?

Çok değer verdiğiniz birinden beklemediğiniz bir davranış, dost sandığınız birinin ikiyüzlülüğü unutulmadığında onun hiçliğini, ona nasıl inandığınızı düşünüp günlerinizi karartmanız, pişmanlıklar, nasıl olurlar, kendinizi suçlayan düşünceler içinde yaşamamız ne denli can sıkıcı olurdu.

Çöpe atılması gereken böyle bir eski dost unutulmalıdır, başından dost sözcüğünü kaldırarak. O yalnızca eski olmalıdır. Çöpteki eski...

Üzülmeden kabullenerek, unutmanın tadına vararak...

ÖZGÜRLÜĞE UÇAN SAÇLAR

YAZAN: Sultan ÇAMUR KARATAŞ

Ah Mahsa! Ah sevgili yol arkadaşım!

Senin saçların üzerinden hükümranlığını sürdürmek isteyen erkek egemen zihniyet, sadece insanca, eşit, özgür ve şiddetten uzak bir yaşam istediğin için sana kıydı. Sana ve diğer kadınlara insanlık dışı vahşet uyguladı. Seni yaşamdan kopardı ancak artık onların karşısına dikilmiş bir özgürlük meşalesisin. Sana uygulanan vahşet, bütün kadınların hak mücadelesi için bir özgürlük ateşi yaktı. Senin saçlarına asılarak gücünü gösteren çağdışı zihniyet, şimdi senin ve diğer kadınların saçlarıyla sarsılıyor. Kadınlar saçlarından oluşan bayraktan aldıkları güçle “sizin cennetinize zorla götüremeyeceksiniz” diye haykırıyorlar. Memleketindeki ve bütün dünyadaki kadınlar dayanışma içinde, saçlarını keserek, kazıtarak hem yasını tutuyor hem de yaşamları pahasına özgürlük mücadelesi veriyor. Bütün kadınlar meydanlarda vahşeti protesto ediyor. İktidarından vazgeçmek istemeyen erkek egemen zihniyet, bütün araçlarını kullanarak vahşice

saldırıya devam ediyor. Memleketindeki kadınların dünya ile ilişkilerini keserek, hâlâ uyguladıkları şiddetin görülmesini istemedikleri için haberleşmeyi engellemeye çalışıyorlar. Meydanlara çıkan ve mücadelede sembol haline gelmiş genç kadınları tutuklamaktan, katletmekten geri durmuyorlar. Kaç kadını katlettiklerini bile öğrenemiyoruz. Ama yaptıkları hiçbir vahşet kadınların özgürlük mücadelesini söndüremiyor. Baskıyı daha ne kadar sürdürecekler, özgürlük için daha kaç can yaşamdan koparılacak bilemiyoruz.

Özgür yaşamak için yaşamları pahasına, korkmadan sürdürdükleri bu mücadele, tüm dünya kadınlarının onurudur, acıları acımızdır, öfkeleri öfkemizdir, özgür yaşam umutları umudumuzdur.

Bu onurlu mücadelenin önünde saygıyla eğiliyorum.

15 Ekim 2022

SELVİ BOYLUM ALYAZMALIM

DALGINLIK

ÖYKÜ

YAZAN: Buket BAŞARAN AKKAYA

bakkaya35@hotmail.com

Derinden gelen ses kulağını geçip beyninin ortasına çöreklenmiş matkap gibi oyuyordu kafatasını. Zırrrrrrrrrrrrrrrr!

El yordamıyla komodinin üzerindeki telefona ulaşmaya çalıştı, bulamadı. Yastığı yüzüne kapatıp elleriyle bastırdı. Ses kesilmedi.

“Bu saatte de aranır mı el insaf!”

Öfkeyle yataktan fırlamasıyla telefonu kapması bir oldu.

“Alo, alooooo?... Ses versene be kardeşim, madem bu saatte arıyorsun!”

Kendi kendine söylenirken çalan zilin alarm olduğunu fark etti. Söylene söylene yataktan kalkıp geceliğini çıkardı. Hızla düşünu alıp akşamdan hazırladığı giysilerini geçirdi üstüne.

Mimardı, büyük bir şirkette çalışıyordu. Bugün önemli bir sunumu vardı. Aylar öncesinden başlamıştı çizimlere. Şirketteki pek çok deneyimli mimarın arasından sivrilip bu projeyi kazanmayı düşünüyordu. Çantasını, çizim dosyasını aldığı gibi çıktı kapıdan. Asansör meşguldü. Hayır,

bekleyemezdi. Merdiven basamaklarını üçer beşer inip arabanın kapısını açarken “Henüz yirmi dakika var” diye düşündü. Kontağı çevirip gaza bastı.

Adım başı kırmızı ışıklara yakalandı. “Neyse” dedi içinden, “olumlu düşünmeli.” Ardından bir daha... Olumlu düşünecek ya, ışıklarda beklerken makyaj çantasından maskarayı çıkartıp dikiz aynasında kirpiklerini rimelledi. “Böylelikle zamanı değerlendiriyorum. Birkaç kırmızı ışıkta daha durursam makyajım tamamlanacak!” Allığını sürerken korna sesleriyle kendine geldi. Dat dat datttt! Dikiz aynasından arkadaki arabanın şoförüne baktı. Yanılmamıştı; bir erkekti. “Sarı yanıyor, bu hazır ol demektir. Yeşil ışığı bekliyorum geri zekâlı! Ama ben görmüyorum ya, sen beni uyar bir zahmet, hayvan herif!” diye söylendi arkadaki şoföre. Adam duymamıştı ama olsun, o rahatlamıştı. Yeşil yanınca vitesi değiştirip uçar gibi kaldırdı arabayı. O da ne? Gazdan ayağını çekip acı bir fren yaptı. Trafik polisi “Dur” işareti yapıyordu.

“Olumlu düşünmeliyim, sakın olmalıyım, derin derin nefes al, nefes ver!”

Sağa yanaşıp beklemeye başladı. Polis eliyle camı açmasını işaret etti. İsteksizce camı aralayıp “Günaydın” dedi memura, yüzüne takındığı şirinlik maskesinin altından.

“Acelemlerim var, bir toplantıya yetişmek zorundayım.”

“Ruhsat ve ehliyet lütfen” dedi memur, hiç ciddiyetini bozmadan.

Eğildi, torpido gözünden ruhsatı alıp memura uzattı aynı şirinlikle. Memur ruhsatı alırken göz göze geldiler. Tuhaf tuhaf bakıyordu kadına. Sonra da şaşkınlıkla tebessüm arası bir ifade oturdu yüzüne. Kadın anlam veremedi bu bakışa. Cesaretini toplayıp “Garip olan ne?” diye sordu.

“Aynaya bakın baayan.”

“-Aynaya bakın baayan!- Geri zekâlı, kimi bayıyorum?” dedi içinden. Dikiz aynasına baktığında yarım makyajlı yüzüyle karşılaştı. Çok komik görünüyordu.

“Sakıncalı değil mi?”

“Anlamadım!” dedi kadın.

“Anlaşılmayacak bir şey yok” dedi ukalaca. “Araba kullanırken makyaj yapmanız diyorum. Sakıncalı değil mi? Hem bu yolda bu kadar hız yapamazsınız! Ehliyetiniz lütfen...”

“Haklısınız, özür dilerim. Şey, bu sabah...” Anlatsa da anlamayacaktı ki memur ne demek istediğini. O da vazgeçti. “Neyse” dedi kendi kendine. Çantasını açtı, ehliyeti bulmaya çalıştı.

“Nerede bu ehliyet?” Polis bekletilmekten sıkılmıştı. Kadın yandaki koltuğa boca etti çantasını. Bir yandan da memura şirin görünmeye çalışıyordu.

“Bilirsiniz işte, kadınların çantalarında bir şey bulmaları zor.”

Alaycı bir tebessümle karşılık verdi polis memuru: “Allahtan, sizin gibiler çok değil trafikte.”

“Gıcık!” dedi içinden. “Her lafıma da karşılık vermesen!”

Nihayet ulaştı ehliyetine. “Hah, buradaymış, buyurun memur bey...”

Memur evrakı alıp polis otosuna doğru gitti.

Zaman geçmek bilmiyordu. Yan koltuğa boca ettiği çantasını yerleştirmeye başladı. Bir yandan da aynadan memuru kolluyordu. Eğer biraz daha oyalanırsa sunuma katılamayacak, kariyeri için kurduğu bütün hayalleri de suya düşecekti.

“Sakin olmalıyım, sakın olmalıyım! Sorun yok, sakın olmalıyım...”

Sakin olamıyordu. Acelesi vardı işte ve burada saçma sapan bir nedenle beklemesi gerekiyordu.

“Ceza yazacaksa yazsın...”

İndi arabadan. Arabasının yanında ileri geri volta atmaya başladı. Gözü bir poliste, bir de kolundaki saatin ibresindeydi. Memurun polis otosundan ayrılıp evrakla birlikte ona doğru geldiğini görünce, kapıyı açıp arabaya bindi. Sıkıntıdan elindeki makyaj çantasıyla oynamaya başladı. Memur evrakla birlikte arabanın yanına geldi.

“Hız sınırını çok aşmışsınız bayan. İşte, ceza makbuzunuz...”

Kadın elindeki makyaj çantasını açık olan pencereden bilinçsizce memura uzattı.

“Alın bunu. Şimdi geç kalıyorum. Bir toplantım var.”

Memur şaşkın bakakaldı, kontağı çevirip hızla uzaklaşan kadının ardından.

“Bayan ehliyetiniz! Bayan bir dakika... Bu da ne?”

“Dikkat dikkat. Ekipler amirliğine; Altın yolda seyir halinde olan 35 AJ...”

Kadın hızla ilerlerken gözü gittikçe uzaklaşan polis memurunun elindeki çantaya takıldı.

“Ehliyeti aldım mı ben? Makyaj çantamın memurun elinde işi ne?”

YÜREĞİMİZDEN TAŞANLAR

ŞİİR

BAHÇENİN FETHİ

KUŞ ÖLÜMLÜDÜR

YAZAN: Fıruğ FERRUHZAD

BAHÇENİN FETHİ

Başımızın

Üstünden uçan

Ve giren serseri bir bulutun karışık düşüncelerine

Ve sesi kısa bir mızrak gibi geçen, ufku baştanbaş

O karga

Kente götüreceğ bizim haberimizi

Herkes biliyor

Herkes biliyor

Sen ve ben o soğuk asık yüzlü delikten

Bahçeyi gördük

Ve kopardık elmayı

O oynaşan ve uzak daldan

Herkes korkuyor

Herkes korkuyor ama sen ve ben

Ulaştık ışığa, suya, aynaya

Ve korkmadık

Ne pamuk ipliğiyle birleşmesi iki adın, söylemek istediğim

Ne de bir buluşma yıpranmış bir defterin sayfalarında

Benim mutlu saçlarımdır söz konusu olan

Senin yanık kırmızı şakayık öpüşlerini taşıyan saçlarım

Ve içtenliği tenimizin

Çıplaklığımızın parıltısı

Balık pulları gibi

Söz konusu olan gümüş rengi türküsüdür yaşamın

Tan ağarırken kaynaktan fışkıran

Biz o yeşil ve akan ormanda
Bir gece yaban tavşanlarından sorduk
Ve kaygılı, soğukkanlı denizde
İncilerle dolu istiridyelerden
Ve o tuhaf ve fatih dağda
Genç kartallardan sorduk
Ne yapmalıyız?
Herkes biliyor
Herkes biliyor
Sessiz ve soğuk uykusuna ulaştık biz simurgların
Gerçeği bahçede bulduk
Bilinmez bir çiçeğin utangaç bakışında
Sınırsız bir anda bulduk ölümsüzlüğü
İki güneş birbirine bakıp dururken
Söylemek istediğim korkak fısıltılar değil karanlıkta
Gündüzdür söz konusu olan ve ardına kadar açık pencere
Ve tertemiz hava
Ve bir ocak tüm yararsız şeylerin yanıp gittiği
Ve apayrı bir ekinin tohumlarını taşıyan tarla
Ve doğum ve gelişme ve gurur
Bizim seven ellerimizdir söz konusu olan
Bir köprü kuran kokular, ışıklar ve esintilerle
Gecenin üstünde
Çimenliğe gel
Kıyısız çimenliğe ve çağır beni
İbrişim çiçekleri usulca nefes alırken
Çağır bir ceylan eşini çağırır gibi
Perdeler bir gizli acıyla dolu
Ve toprağa bakıyorlar
Masum güvercinler
Kendi beyaz burçlarının tepelerinden

KUŞ ÖLÜMLÜDÜR

İçim sıkılıyor

İçim sıkılıyor

Avluya çıkıyorum ve parmaklarımı

Gecenin gergin teninde gezdiriyorum

Hiç ışık yok

Hiç ışık yok

Kimse güneşle tanıştırmayacak beni

Kimse serçelerin şölenine

Götürmeyecek beni

Uçmayı anımsa

Kuş ölümlüdür

DENEYİMLEDİKLERİM

KIZLARIMLA MUTFAKTA

YAZAN: Rahime SÖYLEMEZ ÇETİN

rahimecetin35@hotmail.com

Merhaba sevgili Umudun Kadınları takipçileri

Bu yazıma da görme engelli bir anne olarak kızlarımla mutfakta nasıl zaman geçiriyoruz ve nasıl iletişim halindeyiz, sizlerle paylaşmak istiyorum. Mutfakta rahat olmama rağmen, büyük kızıma mutfağı çok sevdiremedim. Ama 12 yaşında olan küçük kızım mutfağı seviyor ve onunla birlikte mutfakta güzel şeyler ortaya çıkarıyoruz. Burada farklı şeyler denemeyi de seviyor. 7 yaşında bize kahve pişirmeye başladı. İlk kahvesini bize sunarken çok mutluydu ve biz de onun elinden kahve içmekten çok keyif alıyorduk. Kahve fincanlarından kahveleri taşıyordu ve bunun eksikliği içerisindeydi ama uyarma gereği duymadım. Sonraki zamanlardaysa kahveleri daha güzel sunmaya başladı.

İlk pişirirken yumurtayı tezgâhın üzerine tamamen kırmıştı. İkinci yumurtayı kırarken daha başarılıydı ve şimdi kendisine hem çok güzel ekmek arası hem de sucuklu yumurtalar yapıyor. Ben de hep böyle devam etmesini umut ediyorum.

Görme engelli olarak soğanın kavrulduğunu nasıl anlıyorsunuz?

Yemek içerikleri ürettiğim YouTube kanalına en çok gelen sorulardan bir tanesi. Tavaya yağımızı aldıktan sonra doğramış olduğumuz soğanı ilave ediyoruz ve kaşık ile tavanın içine

yayarak daha sonra soğanımızı karıştırıyoruz, soğan hafiften suyunu salıyor ve yumuşuyor. Kaşığın tersiyle yavaşça bastırınca soğanın yumuşadığını hissediyoruz. Çok az çat pat sesi de geliyor ve kokuları, sesleri takip ediyoruz. Bu şekilde soğanın kavrulduğunu anlıyoruz.

Çorbaya dair:

Tarhana çorbasını pişirirken karıştırdığımız halde topaklandıysa blenderden geçirebiliriz.

Tezgâhınıza yağlı kâğıt seriyor musunuz?

Pişi, poğaçı, çörek gibi hamurlarımızı şekillendirirken tezgâhın üzerine yağlı kâğıt seriyoruz. Yağlı kâğıdın üzerine hamur yapışmadığından daha kolay şekil veriliyor. Tezgâhımız da böylece kirlenmemiş oluyor.

Fırça ile sürerken:

Poğaçı ve kurabiyelerimizin üzerine yumurtanın sarısını sürmeden önce çırpıyoruz ve çok az yağ damlatıyoruz. Böylelikle poğaçalarımız yumurta kokmamış oluyor ve fırçayla sürerken daha kolay oluyor.

Yemek Yaparken:

Eğer yağdanlık kullanmakta zorlanıyorsanız, çay bardağıyla da ölçebilirsiniz. 1 kg taze fasulyeye, bir çay bardağı zeytinyağı, yarım kilo ya da 700gr fasulyeye ise yarım çay bardağı yeterli olacaktır. Yarım kilo patlıcan yemeğine ise yarım çay bardağı yağ yeterlidir.

Şimdilik bu kadar. Yeni paylaşımlarda görüşmek üzere; kolay gelsin.

UMUT ŞARKILARI

<https://youtu.be/RXxpWOphXK0>

ADIM KADIN

Başına taç olacaktım oyaladın
İstediğim yere beni koyamadın
Düşlediğim gibi biri olamadın
Hep üzüldüm çünkü benim adım kadın
Sorma bana var mı diye senin adın
Söyleyemem çünkü benim adım kadın
Ben olmadan olamaz ki ağız tadın
Hem sevgili hem anayım adım kadın
Sorma bana var mı diye senin adın
Söyleyemem çünkü benim adım kadın

Ben olmadan olamaz ki ağız tadın
Hem sevgili hem anayım adım kadın
Söylesene duyuldu mu hiç feryadım
Değersiz mi bu kadar da tenim canım
Senin için akacaksa eğer kanım
Önemi yok çünkü benim adım kadın
Sorma bana var mı diye senin adın
Söyleyemem çünkü benim adım kadın
Ben olmadan olamaz ki ağız tadın
Hem sevgili hem anayım adım kadın
Sorma bana var mı diye senin adın
Söyleyemem çünkü benim adım kadın
Ben olmadan olamaz ki ağız tadın
Hem sevgili hem anayım adım kadın
Dertlerimi kimselere sayamadım
Düğümlendi hıçkırıklar ağlamadım
Bu acılar hep mi bana anlamadım
Çile benim çünkü benim adım kadın
Sorma bana var mı diye senin adın
Söyleyemem çünkü benim adım kadın
Ben olmadan olamaz ki ağız tadın
Hem sevgili hem anayım adım kadın
Sorma bana var mı diye senin adın
Söyleyemem çünkü benim adım kadın
Ben olmadan olamaz ki ağız tadın
Hem sevgili hem anayım adım kadın La la la la la la lalala